

## NOUVELLE RÉGION, NOUVELLE VIE Trouvez votre nouvel équilibre

**Vous venez d'arriver dans une nouvelle région, et vous vous demandez comment transformer ce changement en opportunité ?**

**Cet atelier vous aide à poser les bases d'une vie épanouie, en clarifiant vos envies, en identifiant vos forces, et en vous connectant à des personnes partageant les mêmes défis.**

### **INTENTION :**

Vous traversez une période de transition, et ce changement peut être à la fois excitant et déstabilisant. Comment retrouver votre équilibre, créer des connexions et transformer cette étape en une opportunité ?

Cet atelier est conçu pour vous accompagner dans ce cheminement et poser les bases d'une vie pleine de sens, d'enthousiasme et de sérénité dans votre nouvelle région.

### **PROGRAMME :**

Ce parcours se décline en 4 étapes :

- **Atelier 1** : Clarifiez vos objectifs de vie dans le Pays de Gex.
- **Atelier 2** : Prenez conscience de vos forces, qualités et ressources personnelles.
- **Atelier 3** : Identifiez vos plus grands défis dans votre installation et explorez des solutions adaptées.
- **Atelier 4** : Construisez un plan d'action concret et réaliste pour concrétiser vos aspirations.

### **EN PRATIQUE :**

- Cycle de 4 séances de 2h30 chacune
- Groupe de 10 personnes maximum

### **Les + :**

- Une ambiance chaleureuse et amicale
- Des exercices concrets pour un plan d'action personnalisé
- Rencontrez et échangez avec des nouvelles personnes qui traversent les mêmes défis que vous

### **INTERVENANTE : Marie AMPHIMAQUE , coach professionnel**

Arrivée dans la région en juillet 2023, je comprends les défis que représente un nouveau départ. C'est avec joie, bienveillance et créativité que je vous accompagne pour transformer cette période de transition en opportunité d'épanouissement personnel.

**TARIF : 360€ le cycle**

