

# ATELIER / CONFERENCE :

## Premiers pas pour changer de vie

Formation proposée au Domaine des Cèdres  
1180 route des Hauts Fourneaux  
01150 Villebois



### Pour qui

Tout public



### Prérequis

Aucun



### Modalités d'accès

**Inscription** auprès de

NOVACAP au 04.69.19.36.15 /

06.83.03.25.62

Ou à l'adresse suivante :

gestion@novacapformation.fr



### Objectifs

➤ Cet atelier a pour but de présenter les différentes méthodes d'accompagnement et de créer une prise de conscience sur l'importance d'être acteur de sa vie !



**Tarif** : 49€ HT pour 2 heures d'Atelier



### Nombre de participants :

Groupe à partir de 10 personnes



### Durée

**Présentiel** : Environ 2 Heures

Possibilité d'échanger avec la Coach en fin de conférence.

### Horaires :

- Le Jeudi de 19h30 à 21h30
- (Jours et heures à définir ensemble).

## Les + de NOVACAP



Une prise en charge rapide avec un devis effectué sous **24 heures**.



Un formateur **expert** et **certifié** vous rappelle afin de valider votre **besoin** via un questionnaire et/ou un test de positionnement.



Nous vous accueillons avec un **sourire**, un **café** et des **outils pédagogiques** de **qualité** (ordinateurs, salles, Wifi, Imprimante, etc.)



**Adaptation** des modalités pédagogiques en fonction des besoins de l'apprenant.



Un accès annuel **gratuit** à la plateforme **e-learning** de NOVACAP avec accès à la documentation : exercices, leçons, vidéos, supports PDF.



Formation **Sur-mesure** : Inter, Intra, blended learning, à distance, FOAD, classe virtuelle, individuelle, collective.

## Programme détaillé du contenu de l'atelier

### 1. Qu'est-ce que le développement personnel ?

- ✓ Les principaux avantages du développement personnel.
- ✓ Dans quels cas faire appel à un professionnel ?

### 2. Quels sont les différentes méthodes d'accompagnement, et plus particulièrement le coaching ?

### 3. Quelle différence y a-t-il entre le coaching et la psychothérapie ?