PRÉSENTATION DE FORMATION
6 heures

Rêver mieux en tandem

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Progresser dans une meilleure connaissance de son unicité par l'expression de ses rêves ;
- Introduire à des pas concrets et réalistes pour favoriser la réalisation de ses rêves ;
- Permettre un climat de solidarité intergénérationnelle par le partage de ses rêves et la collaboration en vue de les faire advenir.

CONTENU DE LA FORMATION

- *Exercice préparatoire*
- *1e partie – Mon rêve*
- *2e partie – Un petit pas dans la bonne direction*
- *Bilan*

CADRE PÉDAGOGIQUE

La formation est donnée en groupe. Des questions invitent chaque participant.e à observer, dans sa propre vie, le thème traité et à décrire son vécu. Ce temps personnel d'analyse guidée est suivi de partages libres, sans entrer en discussion. En vue d'approfondir la recherche personnelle de chaque participant.e, la.le formateur.rice intervient et utilise différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes d'observations, exercices créatifs...). Le travail en groupe permet de s'enrichir de la diversité des expériences. On est invité à prendre des décisions réfléchies en lien avec sa réalité concrète.

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Cet atelier s'adresse à des personnes de générations différentes en vue de soutenir le partage et une solidarité de croissance pour progresser en connaissance de soi et favoriser la progression vers la réalisation de ses aspirations.

Les participant.e.s à cet atelier sont invité.e.s à venir **en duo**, avec une personne de leur entourage **issue d'une autre génération** que la leur : parent-enfant, oncle.tante-neveu.nièce, grand-parent-petit-enfant. Il se peut aussi que la relation qui unit le duo soit d'un autre ordre que familial (lien de travail, lien amical), le caractère principal de sélection étant l'élément bigénérationnel.

Cet atelier s'adresse à une clientèle de 18 ans et plus. Il n'est pas nécessaire d'avoir fait de la formation PRH au préalable.

Formation PRH inc. C.P. 145, succursale Saint-Jérôme, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5T7