

https://fr.vecteezy.com/art-vectoriel/192380-bonne-journ-e-internationale-de-la-femme

Quand :

1 mercredi sur 2

Vous avez des objectifs en tête, mais avez de la difficulté à vous mettre en action? Le groupe d’entraide PAIRsévérence est l’endroit idéal pour fixer et atteindre ses buts.

Le groupe PAIRsévérence c’est :

* L’élaboration d’objectifs simples, mesurables, atteignables, réalistes et précis (SMART)
* S’approprier une nouvelle méthode qui va vous permettre d’atteindre des objectifs quotidiennement.
* De l’écoute et du support lorsque vous êtes découragée (en toute confidentialité)
* De l’aide mutuelle en toute solidarité
* Des ateliers de réflexion et d’introspection

Rappelez-vous, la persévérance n’est pas une longue course, mais plutôt une série de petites courtes qui nous guide vers la ligne d’arrivée. Avec l’aide des pairs, un pas à la fois les obstacles sont surmontés et les objectifs atteints.

PAIRsévérence