

# L'Atelier

**S'engager dans une dynamique collective**  
**Valoriser ses atouts, évoluer, réussir**



**Être soutenu, écouté avec bienveillance**  
**Se fixer des objectifs adaptés**  
**Élargir son réseau**

Les participants disent...

J'ai pu reprendre  
confiance en moi, sortir  
de l'isolement, être  
écouté

Bonne cohésion  
richesse de  
communication,  
d'échanges,  
ouverture à l'autre

**Tous les lundis pendant 4 mois  
de 14h-17h du 7 novembre 2022 au 3  
juillet 2023 (hors vacances scolaires)**

**Dans les locaux de AIDER  
755 avenue du Comte Vert à Chambéry**  
Bus C Arrêt « Hyères » face du stade municipal  
Parking pour les vélos. Stationnement voiture 242 rue Jules Bocquin

## Contact

**Patricia Delgado**  
**07 87 57 16 48**  
**[patricia.delgado@aider73.fr](mailto:patricia.delgado@aider73.fr)**