

ATELIER DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Le développement personnel est un ensemble de pratiques, qui ont pour objectif l'amélioration de **la connaissance de soi**, la valorisation des **talents** et potentiels, l'amélioration de la qualité de vie personnelle, la réalisation de ses aspirations. Le développement personnel n'est toutefois pas une sorte de **psychothérapie**. En effet, la **psychologie** et la **philosophie** fondent généralement les pratiques des acteurs du développement personnel.

L'AVF vous propose de rejoindre un groupe de développement qui se réunira tous les premiers samedis de chaque mois, de 10H à midi. Ce groupe permettra de faire connaissance et de cheminer ensemble. Nous travaillerons sur les sujets choisis par le groupe. Le principe de fonctionnement du groupe est l'écoute empathique et le respect de chacun.

1^{er} SAMEDI DU MOIS