

# Alygn ateliers thérapeutiques - formation

Val de Ligne



*Professionnelle de la santé depuis plus de 20 ans, je propose à des salariés, demandeurs d'emploi ou indépendants des ateliers thérapeutiques pour redonner du sens à votre vie professionnelle.*

## Infos pratiques

Catégorie : Services

Types de services : Médical / Paramédical

## Description

Mes missions en entreprises et en milieu psychiatrique m'ont permis de développer des outils de développement personnel pour les salariés en difficulté. En tant que psychologue et psychothérapeute en thérapie cognitive et comportementale, je vous propose de vous accompagner dans votre gestion du stress, à apprendre à vous affirmer et avoir une meilleure estime de soi. En parallèle, j'accompagne individuellement les personnes dans leur propre réflexion sur leur devenir professionnel dans le cadre d'un Bilan de Compétences éligible au CPF en présentiel ou en distanciel.

## Toutes les informations pratiques

### Informations pratiques

#### Ouverture:

Toute l'année. Tous les jours.

Fermé samedi et dimanche.

Appeler pour prendre rendez-vous.

#### Tarifs:

- Formation développement personnel : Finançable par les OFCO et plan de développement des compétences entreprise

- Bilan de compétences : 100 % finançable par le CPF.

#### Modes de paiement:

Carte bancaire/crédit, Chèque, Espèces

*Fiche mise à jour par Office intercommunal du tourisme en Val de Ligne le 28/02/2024*

### Contact

07110 Tauriers

Tél. 06 18 91 25 73

[formation@alygn.fr](mailto:formation@alygn.fr)