

# 2024-2025



## ATELIERS SUR L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

AVEC RACHEL GARNIER,  
COACH PROFESSIONNELLE CERTIFIEE.

*Mettre son intelligence émotionnelle au  
service de ses relations*

*(relation à soi, relation aux autres, relation à Dieu).*

Groupe de 6 à 8 personnes maximum.

***Inscription obligatoire.***

**CINQ SAMEDIS DE 9H À 16H00**

Ateliers de découverte : 16 novembre 2024,  
08 février 2025 et 17 mai.

Sessions d'approfondissement : 30 novembre 2024  
et 22 février 2025.



# ATELIERS SUR L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

A 30 minutes de  
Paris en RER-B et à  
proximité de toutes  
les écoles du  
plateau de Saclay

## Programme :

- Temps d'accueil et d'inclusion « mon quotient émotionnel »,
- Présentation des différents types d'émotions,
- Les bases de l'intelligence émotionnelle : Reconnaître, Identifier, Traiter et Communiquer,
- Comment faire son « nettoyage émotionnel »,
- Exercices pratiques sur des situations réelles

***Bulletin d'inscription à nous renvoyer par mail ou par courrier***

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

CP : ..... Ville : .....

Email : .....@..... Portable : .....

***Tarif par atelier : 55€ (repas compris)***

16 novembre 2024     30 novembre 2024

08 février 2025     22 février 2025

17 mai 2025

***Cocher la(ou les) case(s) choisie(s).***

***L'inscription à une session  
d'approfondissement ne peut se  
faire que si un atelier de  
découverte a été fait.***

Compte bancaire : CRCA Ile de France

IBAN ( International Bank Account Number ) : FR76 1820 6001 8209 7203 7500 169

Code BIC ( Bank Identification Code ) - Code SWIFT : AGRIFRPP882

