|  |  |
| --- | --- |
| A Conserver"Quatre jours pas comme les autres"Les 17, 18, 20 et 21 novembre 2025Ce stage s'adresse aux femmes.*Programme au Verso*Il a lieu les :**Les 17, 18, 20 et 21 novembre 2025**de**9h à 11h30 et de 13h30 à 16h30****Au SLS Grenoble Sud (04.57.38.41.20)**28 avenue de l’Europe 38100 GrenobleBus C3, C6, C8 arrêt Grand PlaceTram A Grand Place Animé par des travailleurs sociaux du Département de l'IsèrePlus de renseignements : *Mme MOTYL, Mme GILLART et Mme PELISSIER au 04.57.38.42.20*  | Bulletin d’inscription à renvoyer soit par mail à : fabienne.pelissier@isere.fr ou par courrier avant le 4 novembre à :**Fabienne Pelissier** **Au SLS Grenoble Ouest** **171 cours de la Libération – CS 10068****38030 Grenoble cedex 2** Nom : Prénom : Adresse : Téléphone : Date de naissance : Situation Familiale : Nombre d'enfant(s) : Niveau d’étude et situation professionnelle : Bénéficiaire RSA :* Oui
* Non

 Coordonnées du Référent : Mes motivations pour ce stage sont : Date et signature  |

**Programme du Stage**

Se mettre en valeur et reprendre confiance en soi grâce à des exercices et des activités de groupe autour de plusieurs thèmes :

* **La communication** (qualités compétences, prendre conscience de ses atouts)
* **La coiffure** (conseils et mise en valeur par un coiffeur)
* **La silhouette et les vêtements** (forme et couleur)
* **L’esthétique à petit budget** (soin du visage, maquillage et couleur par une esthéticienne)
* **Prendre un temps pour soi** (bonnes adresses détente, les petits bonheurs du quotidien)