

Prestation « espace d'écoute »

Raisons

- Prendre du temps pour soi
- Déposer les difficultés, les soucis, les besoins, les doutes, etc.
- Se sentir moins seul-e
- Faire une pause en se confiant à une personne neutre

Lieu

- Bureau calme, chaleureux, confidentiel et discret
- Accueil avec une boisson chaude ou froide
- Espace propice à la réflexion et à la créativité

Séance

- Écoute active sans jugement
- Aide à la verbalisation et à l'expression des émotions
- Accompagnement dans le cheminement personnel
- Soutien dans la prise de décision

Public

- Adultes
- Adolescents