

RECONNEXION

*Vous avez
l'impression de
tourner en rond ?*

Vous aimeriez avancer,
mais quelque chose
vous bloque ?

Vous manquez parfois d'énergie,
de confiance ou de
motivation ?

Les démarches administratives, les relations avec les
autres ou certaines situations de votre vie
deviennent compliquées ?

Lorsque l'on reste longtemps confronté
aux mêmes difficultés, il devient parfois
difficile d'imaginer de nouvelles solutions..

Reconnexion, c'est avant tout une alliance.

Un espace où l'on peut être soi-même,
sans masque et sans jugement.

Un temps pour explorer ce qui vous freine,
mais surtout ce qui pourrait vous aider
à avancer.

Les plus beaux changements commencent
souvent par une rencontre. Une de ces
rencontres qui semblent arriver au bon
moment, et dont on comprend parfois
bien plus tard qu'elles ont changé le cours
de notre histoire.

Je marche
pour savoir
où je vais
Goethe



Association
Synapse

Découvrez ce qui fait
la particularité de Reconnexion



Une approche en trois piliers



Une relation authentique,

fondée sur
la confiance,
la collaboration et
le respect de votre
histoire personnelle



Des outils concrets

pour mieux comprendre
ses émotions, ses
relations et ses choix.



L'entraide et la participation sociale

pour expérimenter,
créer des liens et faire
émerger de nouvelles
opportunités

Le parcours comprend notamment :



des séances individuelles de soutien, de réflexion
et d'accompagnement ;



des ateliers interactifs autour des émotions,
des relations et de l'estime de soi ;



des cours thématiques pour mieux comprendre
différents phénomènes psychologiques ;



des visites d'associations et découverte
de ressources disponibles dans le canton ;



des activités sportives et socioculturelles
(participation facultative) ;



des ateliers de promotion de la santé
sur des sujets variés ;



une aide administrative lorsque cela
est nécessaire.

*Vous pensez que cette mesure
pourrait vous correspondre ?
Parlez-en à votre assistant.e social.e.*

Envie d'en savoir plus ?

Association Synapse

www.synapse-vaud.ch

info@synapse-vaud.ch