

CATALOGUE

FORMATIONS

POUR LES MIGRANT.E.S

2025
2^{ème} semestre

MODULE 1

TRANSITION DE VIE

REPRENDRE LA MAIN SUR SON DESTIN

LE MERCREDI 10 SEPTEMBRE DE 13H30 À 16H30

MODULE 1 TRANSITION DE VIE :

REPRENDRE LA MAIN SUR SON DESTIN

DATE **LE MERCREDI 10 SEPTEMBRE DE 13H30 À 16H30**

INTRODUCTION

La vie est faite de changements, certains attendus, d'autres imprévus. Chaque transition marque la fin d'un chapitre et le début d'un nouveau parcours. Ce moment de passage est souvent porteur d'incertitude, de stress et de frustration. Et il est aussi une source de croissance, de découvertes et de renouveau.

CONTENU

Cette matinée est une véritable session de coaching collectif. Elle permettra à chacun d'explorer le thème de la transition de vie, sujet commun à toute personne qui a quitté son pays pour s'installer dans un nouvel environnement.

Au programme :

1. Exploration de la situation actuelle et de l'impact du changement – Identifier les événements marquants (changement de pays, perte, reconversion), les émotions ressenties et les principaux défis.
2. Clarification des objectifs et des valeurs personnelles – Comprendre ce qui est vraiment important pour la personne afin de redéfinir une direction de vie alignée.
3. Elaboration d'un plan d'action concret et réaliste – Déterminer les prochaines étapes, mobiliser les ressources et construire des stratégies d'adaptation durables.

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est une transition de vie et l'impact qu'elle a.
- Identifier la phase de changement où se trouve chaque participant.
- Développer une posture consciente et active face aux transitions.
- Découvrir des ressources internes pour mieux éclairer son chemin de vie et mieux traverser les épreuves.

PUBLIC

Personnes étrangères ou d'origine étrangère souhaitant progresser dans leur recherche professionnelle et personnelle.

INTERVENANT

Viorel MESAROS, Master Coach (professionnel et personnel), Coach certifié en neurosciences, spécialisé Life Coaching Prévention du burn-out, gestion des émotions, Starter, accompagnement des personnes vers la clarté, l'équilibre et le sens.

LIEU

CRI Charleroi, rue Hanoteau 23 - 6060 Gilly.

Inscription gratuite mais obligatoire en envoyant un mail à inscription@criccharleroi.be en précisant nom, prénom, téléphone et **module 1**.



Centre Régional d'Intégration de Charleroi

CATALOGUE FORMATION POUR LES MIGRANTS

2^{ème} SEMESTRE 2025

Informations complémentaires : angelica.ferullo@cricharleroi.be

Éditeur responsable : Fabrice CIACCIA, directeur du CRIC asbl



Avec le soutien de la Wallonie, de la Province de Hainaut,
des Villes et Communes de Charleroi, Aiseau-Preles, Beaumont, Châtelet, Chimay, Courcelles,
Farcennes, Fleurus, Fontaine-l'Évêque, Froidchapelle, Gerpinnes, Ham-sur-Heure-Nalinnes,
Les Bons Villers, Lobbes, Momignies, Montigny-le-Tilleul, Pont-a-Celles, Sivry-Rance et Thuin



Cofinancé par
l'Union européenne