

Un atelier révélateur de talents, financé par le Conseil Départemental du Gers dans le cadre du plan Départemental d'Insertion.

JE VAIS LE FAIRE

JE PEUX LE FAIRE

JE VAIS ESSAYER DE LE FAIRE

COMMENT PUIS-JE LE FAIRE ?

JE VEUX LE FAIRE

JE NE PEUX PAS LE FAIRE E N'Y ARRIVERAI PAS

Lettre d'info°3 Auch



MARYLINE

Je suis Maryline, d'origine Mauricienne. Je suis polyglotte. J'ai découvert très jeune mon attirance pour l'artisanat et le social car j'ai vécu dans une famille pauvre.

Mon rêve secret était d'aider les personnes illettrées à devenir autonomes car mes parents étaient illettrés. Je savais qu'un jour j'occuperai une profession en relation avec l'alphabétisation, la remise à niveau.

J'ai eu un parcours professionnel très enrichissant. J'ai eu la chance de connaître plusieurs secteurs d'activités : l'hôtellerie, l'entreprise privée, le social et l'éducation. Pendant une quinzaine d'années j'ai travaillé dans le secteur public de l'île Maurice où j'ai occupé un poste polyvalent et où j'ai eu la possibilité de côtoyer un public divers et varié.

Je suis venue à l'atelier Coaching car je voulais retrouver la Maryline que j'étais avant : Motivée, Communicative, Confiante, Créative, Débrouillarde, Déterminée et Digne de Confiance.

J'aimerai beaucoup remercier Madame Cécile Szakonyi et toute l'équipe de m'avoir redonné confiance. Cet atelier m'a permis de déterminer mes choix et la facon d'y arriver. Créer la confiance

Organiser notre parcours

Accéder à notre objectif

Canaliser notre projet en restant

Humble et confiant

Imaginer le résultat de notre effort

N'oublier jamais qu'une pensée positive nous

Guide toujours vers le bonheur Create the path

Of our life

According to our objective with

Confidence and follow with

Happiness and self-esteem

Imagine we are the winner

No-one can achieve our success

Go on with the heart and smile again

En piste, maintenant je décolle!

Quand j'ai intégré l'atelier de coaching, j'avais une intuition que j'allais vivre une métamorphose, je ne m'attendais pas à une telle transformation. Le fait que mon assistante sociale Cécile Cazaubon du Conseil général m'a proposé de me joindre à cet atelier, c'était déjà pour moi une responsabilité d'engagement. Dans ma démarche d'insertion sociale, cet atelier de coaching m'a permis de me remettre en question concernant mes blocages et en particulier sur ma phobie sociale. Cet outil de coaching animé par Cécile Szakonyi, qui est principalement à l'origine de ce projet, est une véritable innovation dans le champ social, en effet cela à révéler de nouveau en moi mes talents d'artiste, j'ai

retrouvé confiance.
Par conséquent, maintenant je suis dans une dynamique d'action, cela me
donne une perspective
d'avenir. Aussi, en tant que
citoyen, je tiens à remercier Madame Hélène Rozis Le Breton, élue et
Conseillère départementale du Gers qui est venue

lors d'une matinée à l'atelier de coaching pour nous soutenir et pour se rendre compte de l'efficacité de cet outil d'insertion. Le courage de Christophe Loizon, Directeur d'AG2I, est remarquable dans sa singularité, il est un des acteurs et partenaires de cet atelier de remobilisation et d'insertion sociale. Sa philosophie est bien orientée sur la valeur de l'humain, que dans chaque êtres il y a un potentiel et du talent, c'est bien une action d'intérêt général. En ce qui me concerne, j'ai été intermittent du spectacle comme régisseur lumière pour le cinéma, le théâtre et la télévision. Par ailleurs, je suis photographe artistique depuis 30 ans, suite à un burn-out,

je me suis retrouvé dans la précarité. Cet atelier me permet maintenant de concevoir un projet de studio d'art photographique sur l'action citoyenne.

PATRICK ©





MELANIE

Je suis arrivée ici avec le chaos qui entrait en moi et me submergeait.

J'ai appris à faire le point, à me recentrer sur moi et m'apporter l'amour dont j'avais besoin pour enfin pouvoir gérer le monde extérieur.

J'ai appris à être moi et savoir qui je suis.

Je suis Mélanie, pâtissière et chimiste dans l'âme, je veux mettre mon savoir au service des autres et proposer un autre monde.



- * 2 oeufs * 120 gr de sucre
- * 100 gr de compote sans sucre
- * 350 ml de lait
- * 250 gr de flocons d'avoine
- * 1 CC d'arôme vanille
- * 1/2 CC de sel
- * 1/2 sachet de levure chimique
- * 1 CC de cannelle en poudre
- * 3 à 4 pommes

Recette de muffins aux flocons d'avoine et pommes.

- Dans un saladier, incorporer tous les ingrédients dans l'ordre sauf les pommes.
- Fouetter énergiquement afin que tous les ingrédients soient bien mélangés.
- 3. La pâte est assez liquide. Laisser reposer durant 30 minutes, afin que les flocons d'avoine gonflent.
- Pendant ce temps, couper les pommes en petits morceaux .
- 5. Préchauffer le four à 180°.
- 6. Si vous avez des moules en silicone, ce sera plus facile lors du démoulage.
- 7. Mettre les pommes dans votre préparation, mélangez bien de nouveau.
- 8. Remplir les empreintes.
- 9. Cuire durant 25 minutes.
- 10. Laisser refroidir avant de démouler.

