

RETOUR DE CONGÉ MATERNITÉ ET CARRIÈRE



1h30



Femmes de l'entreprise



12 personnes



Pré-requis : aucun

OBJECTIFS :

- Comprendre l'impact du congé maternité sur la carrière des femmes et apprendre à gérer cet impact
- S'interroger sur la suite de la vie professionnelle et sur ses priorités
- Trouver, accepter et faire respecter son nouvel équilibre entre vie professionnelle et personnelle
- Se défaire du besoin de perfection permanent, tant à la maison qu'au travail. Et déculpabiliser !

CONTENU PÉDAGOGIQUE :

1

Impact personnel : fatigue, gestion du temps, culpabilité

2

Organisation et répartition des tâches

3

Quelle suite professionnelle ? Quel projet professionnel ?

- Rester visible
- Temps partiel et carrière
- Réaffirmer sa motivation : pourquoi et comment ?

4

Quel équilibre global ?



Partage d'expériences entre participantes et création de liens