



## Équilibre entre carrière et famille | **C'est possible!**

“

*La femme et l'homme ont partout des rapports et partout des différences (...) En ce qu'ils ont de commun ils sont égaux; en ce qu'ils ont de différent ils ne sont pas comparables.”*

Jean-Jacques Rousseau | Emile ou de l'éducation | 1762

Aujourd'hui dans un couple les deux travaillent, par nécessité économique mais aussi pour s'épanouir pleinement. Pour trouver un bon équilibre entre vie professionnelle et vie privée il faut choisir la meilleure formule d'aménagement de son temps de travail, cela représente un pari loin d'être simple.

Entre boulot, maison, enfants, conjoint, amis et loisirs, le rythme est effréné. Ceci sans compter la pression que l'on peut subir sur son lieu de travail notamment lors d'une maternité.

**Est-il possible de faire carrière tout en réalisant ces rêves d'accomplissement personnel?**

Ce cours est spécialement orienté vers les besoins des mères ou futures mères qui souhaitent se développer professionnellement tout en préservant leur vie de famille. Les conjoints intéressés sont également les bienvenus!

# Équilibre entre carrière et famille | **C'est possible!**

## Une formation pour vous

### Bénéfices

- > Prendre conscience de sa situation personnelle et professionnelle
- > Connaître l'impact des événements de la vie sur sa carrière
- > Analyser les possibilités d'agir, leurs avantages et leurs inconvénients
- > Faire ses choix au plus près de ses aspirations

### Contenu

- > Petit bilan d'équilibre de vie à travers des exercices créatifs
- > Connaissance des décalages des parcours H/F et des obstacles à la carrière
- > Analyse comparative des mesures d'aménagement du temps de travail
- > Partage d'expériences, mise en situation et jeux de rôle

### Tarif

Formation sur 2 demi-journées de 13h30 à 17h00

pour 1 personne | 320 CHF

Vous souhaitez suivre ces ateliers avec votre conjoint

pour un couple | 420 CHF

### Pour vous inscrire

Contactez-nous



**Françoise Piron**

Ingénieure EPFL

Mixité en entreprise

Expertise | Formation | Conseil

avenue de l'Église-Anglaise 6 | 1006 Lausanne

+ 41(0)21 601 82 41 | + 41(0)79 409 21 53

fpiron@ere3.ch | [www.ere3.ch](http://www.ere3.ch)