

capsule  
temporelle  
Offre Sénior



Capsules  
Séniors



## CAPSULE INDIVIDUEL

1 HEURE

## CAPSULE COLLECTIVE

1 H 30

## RÉCIT DE VIE

3 HEURES

### CONFiance & ESTIME DE SOI

Prenez conscience de vos ressources à l'aide du jeu Win Your Star.

### BIEN-ÊTRE

Abordez un problème avec un accompagnement qui invite à la recherche de solutions et passer à l'action.

### MOMENT PARTAGÉ

Quand les mots ne viennent pas, exprimez-vous avec des visuels ou créez de vos mains.

### CONFiance & ESTIME DE SOI

Prenez conscience de vos ressources à l'aide du jeu Win Your Star et grâce aux autres participants.

### ENSEMBLE

Ecrivez & chantez une chanson qui vous ressemble.

### MOMENT PARTAGÉ

Quand les mots ne viennent pas exprimez-vous avec des visuels ou créez de vos mains.

### MON AVENTURE

Racontez, sauvegardez et transmettez une aventure de votre vie.

### MON RÉCIT DE VIE

Racontez, sauvegardez et transmettez votre récit de vie.

### MON HISTOIRE

Racontez, sauvegarder et transmettez votre histoire de vie avec des bonus et un coffret offert

# capsule temporelle

Souvenirs éternels

○ **Gaëtan Beuve**

✉ **06 95 67 22 99**

✉ **gaetanbeuve@gmail.com**



<https://capsuletemporelle.fr>