



**Vous avez des
difficultés judiciaires,
vous êtes condamné
ou vous sortez de prison ?**

**Vous avez besoin d'aide
et de soutien ?**

Nous pouvons vous accompagner !
Notre parcours « Se bâtir, Ensemble » comprend
un suivi individuel et des ateliers collectifs
autour de quatre piliers pour vous aider à
RÉALISER VOTRE PROJET DE VIE.

Permis de
CONSTRUIRE

Accompagner la liberté

Permis de Construire c'est avant tout

Une équipe de professionnels et de bénévoles convaincus que vos talents et vos capacités ne demandent qu'à s'exprimer. Nous sommes là pour vous aider à les identifier et à les faire grandir, avec écoute, humanité et bienveillance, sans jugement ni parti pris.

Le parcours que nous vous proposons est structuré autour de quatre piliers :



Bien-être psychologique

Favoriser une meilleure connaissance de soi afin de construire un projet de vie à sa mesure

- La découverte et l'affirmation de soi
- La gestion de ses émotions
- L'identification de ses potentiels
- Le développement de ses talents



Bien-être corporel

Apprendre à prendre soin de son corps et de son capital santé

- Les addictions
- L'hygiène de vie
- Les activités physiques
- L'alimentation



Bien faire

Acquérir des outils et techniques pour concrétiser son projet d'activité, notamment professionnel

- L'orientation professionnelle
- Le travail
- L'activité sociale
- La communication et la mobilité



Bien vivre

S'intégrer positivement dans la vie de la cité par la connaissance de ses droits et ses devoirs et par la relation à l'autre

- La gestion du quotidien (logement, argent...)
- Le lien social
- L'accès à la culture
- L'engagement éco-citoyen

« Permis de Construire, c'est aussi permis de se reconstruire ! Je suis reparti de zéro. Grâce à l'association **j'ai retrouvé confiance en moi**. Aujourd'hui je suis optimiste quand je pense à l'avenir. »

Marwan

« L'équipe m'a accompagné de manière formidable, sans jugement. Maintenant je relève la tête. **J'ai trouvé ma voie** : j'aimerais devenir formateur pour adultes ! »

Antoine

« J'ai tendance à m'enfermer, **ça me fait du bien de sortir de chez moi**, de rencontrer du monde. »

Abdel

« Ici, ce qu'on nous donne à faire a du sens. **On est acteur du processus** et on s'investit en fonction de nos possibilités »

Jean

Rejoignez Marwan, Antoine, Abdel et les autres...

Devenez pilote de votre projet de vie.

Contactez-nous : 06 58 85 00 73

Permis de
CONSTRUIRE
Accompagner la liberté

Pôle associatif Pirmil
25, rue Esnoul des Châtelets 44200 Nantes

www.assopermisdeconstruire.org

Notre accompagnement est entièrement gratuit.