

## Programme de la journée « C'est ma vie c'est moi qui choisis »

Epinal, jeudi 9 octobre 2025

Centre des Congrès d'EPINAL



9h : Accueil café

9h45 : Présentation de la journée



Hubert ATTENONT, Président de la CRSA Grand Est

10h : Décider de ma vie, ça veut dire quoi ? Comment faire ?



10h30 : Atelier participatif : « Je veux qu'on m'écoute ! »

En petite groupes, nous allons réfléchir  
pour répondre à cette question :  
comment mieux décider dans ma vie ?



11h15 : Pause-café



11h45 : Résumé des ateliers par les participants



12h30 : Déjeuner (repas offert)

14h : Présentation d'expériences qui favorisent  
l'autodétermination et la participation.



15h15 : Conclusion de la journée