

Instantané

Parcours engagés, chemins intérieurs

Un podcast sur le volontariat et la santé mentale

Et si s'engager, c'était aussi prendre soin de soi ? À travers six épisodes, la PFV et le GSARA vous invitent à plonger dans les récits de volontaires et de responsables d'équipes qui témoignent, chacun à leur manière, de la façon dont le volontariat influence la santé mentale — et réciproquement.

Entre engagement collectif et cheminement personnel, *Parcours engagés, chemins intérieurs* explore les émotions, les doutes, les ressources et les transformations qui jalonnent l'expérience volontaire.

Chaque épisode mêle récits, réflexions pour donner à entendre la richesse et la complexité des parcours volontaires.



Parcours engagés, chemins intérieurs est disponible sur le site de la Plateforme Francophone du Volontariat, ainsi que sur plusieurs plateformes d'écoutes

