



# Année lumière

## ÉCLAIRE TON AVENIR

L'Année lumière, le programme qui accompagne les jeunes de 16 à 25 ans dans la construction de leur projet d'avenir.

*Ouvrer pour un monde dans lequel chacun puisse réussir sa vie avec optimisme et se réaliser dans une société à laquelle il contribue positivement.*

---

## Newsletter N° 10 - Juillet 2022

### Le mot de la fondatrice

#### **Fin de la 3ème promotion, fin de la 3ème aventure !**

Nous terminons la troisième année du programme avec encore plus de jeunes Lumineux, engagés pour comprendre qui ils sont, explorer le monde qui les entoure, échanger avec les autres et construire leur projet pour la suite de leur parcours. Et ce n'est pas forcément simple pour eux de :

- (Se) questionner - beaucoup,
- (S')accepter les autres, la réalité, ses émotions...
- Essayer, parfois se tromper, essayer à nouveau
- S'engager, répondre de ses actes, pour soi, pour les autres et pour le monde dans lequel on vit
- Communiquer, collaborer, co-construire, co-exister...

Tout cela pour pouvoir mettre en œuvre les compétences d'orientation. **Car, et oui, s'orienter, ce n'est pas une galère de jeunes mais cela s'apprend et sert tout au long de la vie !**

Un cheminement qui les fait grandir, ensemble, de 16 à 25 ans, quel que soit leur parcours antérieur, de la fin du collège au master. Une belle diversité, source d'enrichissement mutuel, pour éclairer sa singularité et se révéler.

Un programme que nous avons pensé pour leur permettre de se sentir, en fonction de leurs besoins, sécurisé, confiant, curieux, optimiste, soulagé, serein, positif, ouvert, motivé, inspiré, fier, bienveillant, audacieux, allégé, revigoré, ragaillard, stimulé, pétillant... vivant !

**Et déjà la 4ème promotion qui se profile !** Mais avant, pour l'équipe, un peu de repos pour recharger les batteries puis un voyage au Danemark en septembre pour aller vivre et travailler avec nos confrères scandinaves.

Nous serons heureux de vous retrouver **le 3 octobre prochain pour la rentrée** du prochain parcours long. D'ici là, nous vous souhaitons un bel été !

**Claire BLETON-MARTIN, heureuse Fondatrice**

---

## Vie des Lumineux

Une fin de programme dans le Jura



Le mois de juin c'est Jura !

Les Lumineux et l'équipe pédagogique ont passé une **semaine tous et toutes ensemble dans le Jura !** Une dernière semaine festive et riche en souvenirs pour célébrer la fin du programme.

### Au programme :

VTT, escalade, canoé kayak, paddle, randonnée et cuisine pour les copains...

Un groupe de Lumineux a même organisé des animations pour les soirées : blind test, n'oubliez pas les paroles, times up...

Bref un bon mélange de différentes activités qui ont permis de passer un dernier moment collectif mémorable.



### La fête de fin d'Année lumière

Après 2 années contrariées par des restrictions sanitaires, nous avons joyeusement célébré la **fin de cette Année lumière** jeudi 30 juin en présence des Lumineux du programme long et court, de leurs parents, des intervenants du programme, des partenaires et de l'équipe pédagogique.

Les jeunes ont exposé leurs **travaux liés à la mobilité locale** effectuée durant leur année, par des vidéos, photos, carnets d'impressions et posters réalisés avec notre partenaire **On The Green Road**. Puis notre formidable Présidente, Cécile Barrow, a introduit la cérémonie de remise des certifications des Lumineux et un temps convivial a marqué la fin de ce chapitre. Avec une météo capricieuse ce soir-là, le dicton bien connu « **envol orageux, avenir radieux** » était de mise !

Voilà donc un réseau d'alumni qui compte près de **130 jeunes depuis 3 ans**, avec lesquels nous sommes en lien d'une autre manière et que nous avons toujours plaisir à revoir.



---

## Vie des Alumni

### Pique-nique des alumni

Le 2 juillet l'Année lumière a organisé un **pique-nique avec les alumni** et les inscrits de la **promotion longue 2022-2023**. Un premier temps d'échange pour certain-es et des retrouvailles pour d'autres. La communauté Année lumière s'agrandit mais nous gardons contact avec tout le monde, nous avons pu revoir des anciens Lumineux de la **première promotion 2019-2020 !**

**Toute l'année nous restons en contact** avec nos alumni pour suivre leur évolution, les aider à trouver un stage, une alternance, avoir de leurs nouvelles, venir témoigner...

**Lumineux un jour, Lumineux toujours !**



## Vie associative

### Pôle ressources familles - Être parents de jeunes adultes

Nos enfants, même devenus adultes, nous en font parfois voir de toutes les couleurs. On est parfois inquiet, un peu démuni, plein de doutes... Être parent de jeunes adultes... ce n'est pas toujours simple ! Car **c'est quoi « être adulte » ?** Avoir fini de grandir, avoir 18 ans, être autonome financièrement, savoir prendre les décisions qui nous concernent...

Comme nous n'avons pas de recettes mais qu'on nous questionne régulièrement sur ces sujets à l'Année lumière, nous avons décidé de **créer un Pôle ressources pour les familles : grands ados, jeunes adultes et parents** – les professionnels de l'accompagnement sont évidemment aussi les bienvenus !

Si vous souhaitez en savoir plus sur le Pôle ressources familles, c'est par ici :

[En savoir +](#)

Si vous êtes d'ores et déjà intéressé, n'hésitez pas à nous le faire savoir :

[Inscription](#)

### Inscriptions pour la rentrée du parcours long 2022-2023



Il reste quelques places pour les **inscriptions** du parcours long 2022-2023 avec une rentrée prévue le 3 octobre.

**Venez nous rencontrer** pour en savoir plus sur notre programme et échanger avec les Lumineux !

**Prochaine journée portes ouvertes le samedi 17 septembre de 10h à 12h**

Inscriptions et informations sur notre site :

[Site internet](#)

---

## Avant de partir en vacances...

Un été pour booster sa confiance en soi §

Au moment de boucler vos bagages, nous vous recommandons de mettre dans vos valises le livre du philosophe **Charles Pépin "Confiance en soi, une philosophie"**.

En puisant dans les textes des philosophes et des sages, dans les travaux des psychanalystes et des psychologues, mais aussi dans l'expérience de grands sportifs, d'artistes ou d'anonymes, **Charles Pépin nous montre le chemin pour avoir davantage confiance en nous.**

L'auteur s'oppose à l'idée que pour être confiant, il faut être ultra-préparé, ultra-entraîné et avoir tellement répété qu'il n'y aura plus d'imprévu parce qu'on aura TOUT prévu. Bien au contraire, **avoir confiance en soi c'est être prêt à accueillir un imprévu, l'inconnu**. Il s'agit d'y aller malgré l'incertitude, malgré le doute et la peur d'échouer. C'est aussi une manière de dire que, avoir confiance en soi, ce n'est surtout pas être sûr de soi.

Pour résumer : « **La confiance en soi, c'est avoir un rapport heureux à son doute.** »

Sur cette belle citation, nous vous souhaitons un bel été !

**L'équipe de l'Année lumière**

---