

Conférences et ateliers animés
par des professionnels du domaine de
l'éducation et de l'accompagnement au sein
des locaux de l'Année lumière :
9 rue Nérard, 69 009 Lyon

Participation libre et consciente

Adhésion annuelle à l'association obligatoire
pour la 1ère participation : 20€.



Lab' lumière

ÉCLAIRE LES RELATIONS
PARENTS ET JEUNES ADULTES

Le premier Centre ressources
pour **les parents de jeunes adultes**
mais aussi un lieu de rencontre
intergénérationnelle
pour bâtir ensemble des relations
harmonieuses.

Des conférences accessibles à tous !

Des ateliers entre parents

Des ateliers intergénérationnels



07 67 97 19 70



9 rue Nérard, 69009 Lyon



valerie@annee-lumiere.org



www.annee-lumiere.org

PROGRAMME DU LAB' LUMIÈRE 2023-2024

Mercredi 22 Novembre 2023

Conférence

Stress et orientation - est-ce une fatalité ?

Cette conférence d'Emmanuelle Piquet portera sur l'**impact des interactions familiales** pour le jeune adulte dans cette période charnière et comment faire baisser le stress qu'elle engendre.

Entre désirs explicites et injonctions implicites, Emmanuelle Piquet **nous donnera des pistes** pour nous positionner au mieux en tant que parent auprès de notre jeune.

Emmanuelle PIQUET

EN LIGNE



19h-21h

Jeudi 14 décembre 2023

Coanimé par les lumineux

T'inquiète, je gère ?

18h30-20h30

Un classique dans la bouche des adolescents et des jeunes adultes !

Oui mais **comment ne pas s'inquiéter ? Comment et jusqu'où laisser gérer les jeunes ?**

Florence Nielly, médiatrice familiale, nous invite à décrypter ensemble cette phrase pour mieux accompagner les jeunes vers l'autonomie.

Florence Nielly

Mercredi 25 Janvier 2023

Atelier entre parents

Petit guide de survie Parcoursup !

18h30-
20h30

Claire Bleton Martin, Docteure en sciences de l'éducation, vous propose une visio pour **découvrir** et **apprivoiser** la plateforme et vivre plus **sereinement** ce passage quasi-obligé de l'avant-bac.

Claire Bleton Martin

EN LIGNE



Mercredi 12 Février 2024

Atelier entre parents

Les compétences d'orientation

18h30-
20H

Qu'est-ce que l'**orientation** ?

Est-ce une période tourmentée de la vie ou un ensemble de compétences à acquérir pour être capable de faire les bons choix tout au long de sa vie ?

Venez en discuter !

Claire Bleton Martin

EN LIGNE



PROGRAMME DU LAB' LUMIÈRE 2023-2024

Mercredi 14 Mars

Atelier intergénérationnel 19h-21h

Arrête de forcer, utilise tes forces !

Rejoignez notre laboratoire, mettez en lumière et renforcez vos **super-pouvoirs cachés**.

Au sein de cet atelier captivant, vous allez vivre une **expérience transformatrice** :

- Nous changerons de regard sur notre **modèle d'apprentissage**.
- Nous mettrons en lumière **nos forces**.
- Nous expérimenterons notre **performance décuplée**.

Anne Grand-Clément & Nathalie Duhamel



Jeudi 4 avril

18H30-21H

Atelier entre parents

Comment mieux communiquer avec nos jeunes ?

Venez expérimentez **le théâtre image** dans votre relation avec vos enfants. C'est une technique qui permet de **sortir de la convention des mots** et donc de ce qu'ils cachent pour aller chercher l'essentiel.

Elle mêle les **émotions, le corps et l'analyse intellectuelle**. L'atelier permettra d'abord de confronter nos différentes représentations de la parentalité. Puis nous mettrons en image des situations de communication pour les transformer.

L'atelier est animé par **une comédienne et un comédien du Collectif Méta-Morphose**.

Sandrine Balmont & Jérôme Rivier Nielly

Mardi 14 Mai 2024

Atelier entre parents 18h30-20h

Passer la Génération Z au rayon X !

Guidé par Frédéric Golinski, cet atelier propose de regarder ce que c'est que d'être un **jeune adulte en 2024** et comment les jeunes peuvent aborder un **monde du travail** construit par les générations **X et Y**.

Frédéric Golinski, coah professionnel

