



Année lumière
ÉCLAIRE TON AVENIR

STAGE VACANCES SCOLAIRES

CONFIANCE EN SOI

Tu te sens parfois bloqué(e) par des doutes ou des peurs ?

Tu aimerais te sentir plus sûr(e) de toi et de tes choix ?

- Tu as du mal à reconnaître ce que tu fais de bien ?
- Tu hésites à t'affirmer dans tes relations ou tes projets ?
- Tu ressens des blocages qui t'empêchent d'avancer comme tu le voudrais ?



Objectifs

Une approche globale permettant de:

Se découvrir

Dépasser ses peurs

Avancer avec confiance pour construire son projet d'avenir
(professionnel, personnel et citoyen)



Le programme

Jour 1 : Explorer mes talents et mes forces

À travers des activités interactives, tu identifieras tes qualités et compétences personnelles. Tu repartiras avec une vision claire de tes forces et de ce qui te distingue.

Jour 2 : Mes valeurs, ma boussole

Qu'est-ce qui compte vraiment pour toi ? Identifie tes valeurs personnelles et comprends comment elles influencent tes choix.

Jour 3 : Dépasser mes peurs et croyances limitantes

Quels sont les freins qui t'empêchent d'avancer ? Grâce à des exercices pratiques, tu apprendras à reconnaître tes croyances limitantes et à les transformer en pensées constructives pour oser aller de l'avant.

Jour 4 : Faire mon arbre de vie

Rassemble tout ce que tu as appris pour construire ton arbre de vie. Cet outil créatif et inspirant te permettra de visualiser ton parcours, tes forces et tes aspirations pour l'avenir.



Public

Lycéens et étudiants



Lieu de formation

Campus de la SEPR - L'école des métiers
46 rue Professeur Rochaix 69003 LYON
Le campus est accessible aux personnes à mobilité réduite.



Prérequis

- Aucun prérequis académique n'est nécessaire
- Seules comptent : la motivation à s'engager dans le programme et à faire de son mieux à chaque atelier.



Durée

- 4 demi-journées



Coût du programme

Le tarif est de 290€.



Méthodes et moyens pédagogiques

- Une pédagogie active, un apprentissage par l'expérimentation
- Un accompagnement en collectif par groupe de 12 jeunes maximum
- Une approche globale : chaque jeune est considéré dans ses dimensions intellectuelle, physique, émotionnelle, affective et relationnelle



Évaluation

En fin de programme :

- Un quiz ou une mise en situation finale (évaluation des acquis).
- Un questionnaire de satisfaction (évaluation de la perception).
- Une attestation de fin de formation reprenant les compétences travaillées.



Modalités d'inscription

- 1 Rendez-vous sur la page "Stages vacances scolaires" du site internet de l'Année lumière et cliquez sur le bouton "Inscription".
- 2 Vous serez redirigé sur le site HelloAsso afin de finaliser l'inscription et procéder au paiement.
- 3 Vous recevrez ensuite un mail de notre part confirmant l'inscription et la suite des modalités.



Modalités d'organisation

4 demi-journées lors des périodes de vacances scolaires.

Les locaux sont adaptés à l'accueil de publics et à la réalisation de la formation.



Bénéficiaires en situation de handicap ou particulière

Si vous êtes en situation de handicap ou particulière (de type aidant familial, hospitalisation, pratique de haut niveau,...), nous vous invitons à prendre contact avec l'Année lumière, en vue d'un échange avec notre Référent Handicap, pour envisager et mettre en place les conditions d'accueil dans le programme, en fonction de votre situation.



L'équipe pédagogique

- Une équipe permanente aux diplômes et compétences complémentaires en matière d'accompagnement des jeunes
- Une équipe d'intervenants experts dans leur domaine, issus du monde professionnel et de la formation

Nous contacter

 contact@annee-lumiere.org  [annee.lumiere](https://www.instagram.com/annee.lumiere)

 07 67 97 19 70  [annee.lumiere](https://www.facebook.com/annee.lumiere)

 annee-lumiere.org  [annee.lumiere](https://www.linkedin.com/company/annee.lumiere)



Année lumière
ÉCLAIRE TON AVENIR

STAGE VACANCES SCOLAIRES

Le programme qui donne
de la valeur à ton parcours