



INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 03)



Début le vendredi 17 avril 2026



DURÉE : 03:00

PROFILS : Intervenante

PRE REQUIS :

Pour les collégiens et les lycéens.

MATERIEL :

Aucun.

CODE ACTIVITÉ : 10MA396

Prix : **29.00 €**

DESCRIPTION

Cet atelier propose un temps de pause et de réflexion autour de la scolarité, lorsque celle-ci devient source de pression, de doute ou de découragement.

À travers des échanges guidés, des supports ludiques et des mises en situation accessibles, les participants sont amenés à explorer ce qui pèse dans leur parcours scolaire : le regard des autres, la peur de l'échec, le sentiment de ne pas être à la hauteur ou de ne pas trouver sa place.

L'objectif n'est pas de "corriger" ou de donner des solutions toutes faites, mais d'aider chacun à mieux comprendre son fonctionnement, à mettre des mots sur ce qu'il vit et à desserrer progressivement l'étau pour retrouver de la clarté et de la marge de manœuvre dans sa scolarité.

L'atelier se déroule dans un cadre bienveillant, sans jugement, favorisant l'expression, la réflexion personnelle et la prise de recul.



OBJECTIFS

Permettre aux participants de :

Identifier les freins liés au manque de confiance, d'estime de soi et au regard des autres

Prendre du recul sur leur rapport à l'école et aux attentes qui y sont associées

Retrouver des repères pour se positionner plus sereinement dans leur parcours scolaire

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	17-04-2026	14:00	03:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE