

## Public

Pour pré-adolescent et adolescent qui souhaite développer estime de soi et confiance en soi

## Les plus

Un moment d'échange et de partage dans une ambiance chaleureuse

Nos méthodes font appel à l'animation par mise en pratique et exercices ludiques

Les ateliers s'effectuent dans le respect de chaque participant et reste confidentiel

Collation offerte

## Animatrices

Elvita Guigoz  
Madeleine Meister

Formatrices certifiées pour adultes et conseillères en image

## Prix

CHF 150,-/personne

## Horaire

10h00 à 13h00

## Nb de participants

L'atelier accueille jusqu'à 6 participants au maximum et a lieu dès lors que 4 participants sont inscrits

## Lieu

A définir avec les participants

## Info et inscription

contact@mad-evi.ch  
www.mad-evi.ch

## Image et estime de soi

### Atelier pour pré-adolescents et adolescents



Dans le cadre d'un atelier ludique, convivial et professionnel, nous vous proposons un moment de partage et d'échange afin de comprendre l'importance de l'estime de soi dans le développement de vos talents et la construction de votre personnalité.

## Programme

### Bienvenue

- Café, thé et viennoiseries
- Tour de table et présentations

### Importance de l'estime de soi

- Estime et conscience de soi
- Comportements automatiques
- Comprendre ses émotions
- Mise en pratique positive et ludique par des jeux de rôle

### Développement des talents

- Talents innés, présents, futurs
- Différences et compétences
- Mise en pratique positive et ludique par des jeux de rôle