

## L'atelier de paroles des adolescents



Tu te poses beaucoup de questions et tu te sens souvent isolé-e ??  
Les discussions avec tes parents ou tes ami-es ne t'aident pas vraiment ?  
Tu peux venir participer à l'atelier des adolescents pour partager, écouter, trouver des solutions....

L'atelier dure 1 heure 30, il se déroule de la manière suivante :  
Nous pouvons, soit aborder un problème qui préoccupe l'un-e des participant-es, soit réfléchir sur un thème donné :

- comment me sentir mieux dans un groupe ?
- comment avoir confiance en moi ?
- comment parler avec mes parents ?
- comment gérer mes relations avec mes ami-es ?
- comment m'exprimer en public ?
- comment me faire comprendre des professeurs ?
- comment trouver ma voie ?....

Nous nous appuyons toujours sur une situation réelle pour réfléchir ensemble.

- Un-e participant-e qui le souhaite décrit une situation posant problème. L'animatrice guide la visualisation qui consiste à matérialiser la situation par des objets que le(la) participant(e) choisit : des figurines et petits objets, qui représentent personnes, paroles, actes, ressentis, émotions,....
- Lorsque la visualisation est complète, la vue d'ensemble de la situation est plus claire,
- Puis le-la participant-e est invité-e à envisager une évolution possible de cette situation. Pendant tout ce temps, les autres participant-es écoutent attentivement.
- Cette phase se termine par une réflexion commune pour soutenir le-la participant-e, exprimer les ressentis, témoigner de ce que cette manière de voir la situation a apporté.

Le respect de la parole de chacun est indispensable, ainsi qu'un engagement de confidentialité.

### Horaires, lieu et tarif

Horaires : le mercredi de 15h30 à 16h30

Lieu : annexe territoriale de Sainte Clotilde - 10 rue Carambole – 97490 Sainte Clotilde

Tarif : 7 euros

A partir de 14 ans