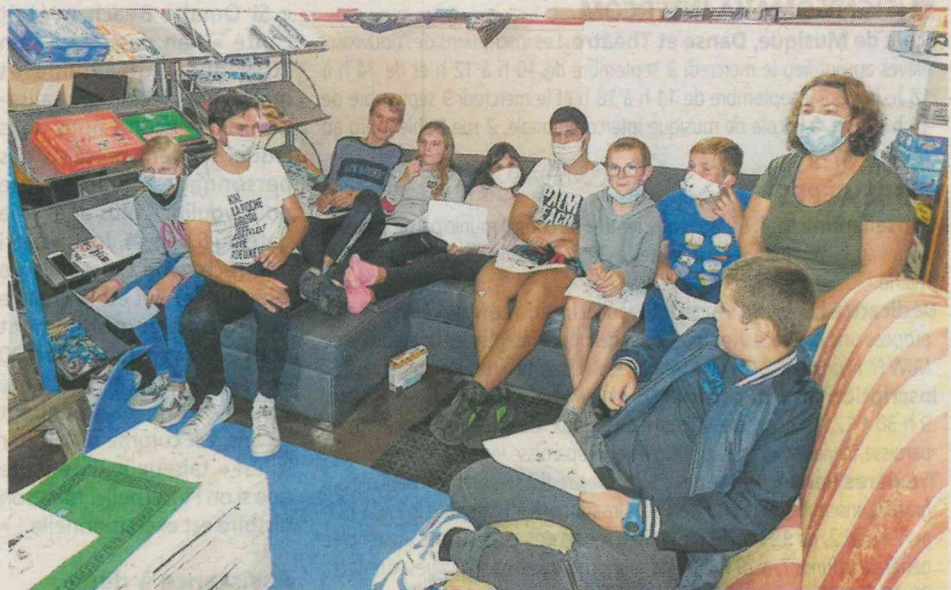


## Vacances apprenantes : des ateliers organisés au local ados

Le local ados d'Isigny-sur-Mer a bénéficié de deux ateliers dans le cadre des vacances apprenantes. Une dizaine de jeunes entre 11 et 14 ans ont participé à ces animations portées par la jeunesse et sports.

À cette occasion, le local d'Isigny-sur-Mer a accueilli Laure Jourdaneau, responsable des formations à l'Aroéven (Association Régionale des Oeuvres Educatives et de Vacances de l'Éducation Nationale). Celle-ci est déjà intervenue la semaine passée pour mener un atelier sur l'estime de soi. Cette semaine, elle proposait un second et dernier atelier « Émotion et stress » avec l'animateur du local, Morgan Mauger.

« Nous avons remarqué une bienveillance au sein du groupe, ce sont des jeunes entre 11 et 14 ans, il y a eu un bon échange. Nous avons fait un peu de relaxation, un des outils pour aider à gérer les



Mardi, un atelier « Émotion et stress » a rassemblé une dizaine de jeunes.

émotions, mais nous avons vu d'autres outils pour le stress. Les jeunes ont pu partager leur vécu personnel, ils se sont sentis en confiance, on a pu

ainsi identifier les émotions. La semaine passée, l'estime de soi a également bien fonctionné, on a pu libérer la parole, repérer les signaux

forts, les signaux faibles, le regard de l'autre... », indique la formatrice.

La Renaissance du Bassin 28/08