

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Cahors, le 7 mars 2025



SÉJOUR DE COHÉSION "CONFIANCE EN SOI" SERVICE CIVIQUE

Les lundi 24 et mardi 25 mars 2025, la Ligue de l'enseignement du Lot organise un séjour de cohésion destiné aux jeunes engagés en service civique, à la base de plein air de Mézels (Vayrac). Après les journées de cohésion initiées l'année dernière, ce séjour sera axé sur le développement de la confiance en soi, la gestion des émotions et le bien-être, à travers divers ateliers animés en partenariat avec l'ETAP du centre hospitalier Jean Coulon de Gourdon (Équipe Territoriale d'Accompagnement en Prévention), Addictions France et le Planning Familial. La Ligue de l'enseignement poursuit trois objectifs principaux en accord avec ses valeurs d'éducation populaire : favoriser l'émergence d'une société de citoyens responsables et solidaires, renforcer la confiance en soi des jeunes et encourager les échanges et la mixité.

Au programme :

- Jeux d'interconnaissance, de travail et d'esprit d'équipe
- Reconnaître ses intelligences multiples
- Prise de parole en public
- Atelier autour du développement des compétences psychosociales, avec un focus sur les notions de santé et de bien-être
- Outil appelé "Backpacks", qui permettra aux jeunes de réfléchir, à la fois à titre individuel et en groupe, à ce qui leur permet de se sentir bien dans leur vie au quotidien
- Outils ludiques, éducatifs et interactifs dans un cadre bienveillant.

Contact presse :

Emilie DUCHER - 06 77 04 55 74 - emilie.ducher@fol46.org