



MISSIONS LOCALES, un relais pour la #santé des #jeunes néo-aquitains 23 janvier 2020

Une approche globale et positive de la santé : Ateliers bien être et vitalité



Nathalie DESPRIN > Mission Locale Technowest

Le contexte

- **Des jeunes éloignés du processus d'insertion devant faire l'objet d'un accompagnement global spécifique**
- **Des freins périphériques qui complexifient les démarches :**
 - Image de soi dégradée
 - Manque de confiance
 - Difficultés dans les démarches/ les entretiens
 - hygiène de vie dégradée
- **Une expérimentation portée par la mutualité française et modélisée en 2015 et déclinée sur la Mission Locale Technowest**

Objectif général

- **Sensibiliser les jeunes à l'hygiène de vie associée à l'estime de soi dans le cadre d'une recherche d'emploi.**
- **un « entre deux » permettant aux jeunes de devenir acteurs de leur bien-être et de leur santé au profit de leur insertion professionnelle: Une semaine « Bien Etre et Vitalité »**

Plus value

- peu de déperdition, voire pas du tout, entre le début de l'atelier et la fin de l'atelier.
- L'atelier est un tremplin qui permet de reprendre confiance en soi, de sortir de l'isolement, de rencontrer d'autres jeunes, d'accéder au sport, de modifier ses comportements alimentaires, de prendre soin de soi, de faire une pause dans son parcours, de se mettre ou remettre en mouvement, à son rythme.
- Un partenariat « socle » avec des acteurs divers

Une approche globale et positive de la santé : Ateliers bien être et vitalité, Théâtre Forum



Loubna Edno-Boufar > La Cité's Compagnie

Le contexte

- Le projet théâtre-forum entre la Mission Locale Technowest et la Cité's Compagnie est né en 2019 suite au partenariat établi depuis 2015 sur les ateliers théâtre dans le cadre des semaines « Vitalité ».
- Besoins exprimés de l'équipe d'aborder le thème de la « Santé » de façon innovante et interactive.

Objectif général

- Faire participer les jeunes et professionnels du début jusqu'à la fin du projet:
 - Des ateliers de sensibilisation au théâtre et à la pratique théâtre-forum sont proposés autour de la thématique de la Santé (exercices d'expression corporelle et orale, improvisations)
- Réfléchir collectivement sur la thématique, se mettre à la place de l'autre, trouver des solutions et recevoir plusieurs informations et contacts.

Plus value

- Prise de confiance en soi et aux autres
- libération de la parole
- remise en question



Association Régionale des Missions Locales

NOUVELLE-AQUITAINE

102, avenue de Canéjan
33600 Pessac

contact@arml-nouvelleaquitaine.fr

www.arml.na.fr

Avec le soutien de

