



PREPARER SON AVENIR

COACHING SCOLAIRE

COLLEGE > LYCEE

Comment bien débuter son année scolaire ?

(gestion des premiers devoirs, des premiers contrôles, gestion de son temps, aide à la prise de notes, son environnement de travail,...)

**mercredi
22 septembre**

**mercredi
6 octobre**

Comment travailler efficacement ?

(apprendre à apprendre)

**mercredi
20 octobre**

Réussir son 1er trimestre

(gérer son stress, comment augmenter sa moyenne, comment mettre toutes les chances de son côté pour avoir un bulletin de notes positif)

Comment s'exprimer efficacement ?

(technique de communication, savoir dire non, poser ses limites, améliorer ses relations avec les autres / ses camarades / ses parents/ses professeurs, gérer les conflits)

**mercredi
17 et 22
novembre**

**mercredi
8 décembre**

Confiance en soi

(comment prendre confiance en soi, prendre conscience de ses qualités, ses points forts, rebondir, savoir dire non, améliorer ses relations avec les autres,...)

**mercredi
22 décembre**

Prendre la parole en public

(comment prendre la parole en cours, adopter la bonne attitude, le bon ton, préparer ses oraux)

DE 14H À 15H30

SIJ PASS'AGE

31 BD PIERRE MENDES-FRANCE

sij@bussy-saint-georges.fr

GRATUIT - SUR INSCRIPTION

