

SHAKER

2h30 heures d'atelier par mois pour booster ta confiance

Un espace pour en parler !

Tu te poses des questions sur toi, ta place, tes choix ou ton avenir ?

De 16 à 35 ans

Rendez-vous
fin 2026 et en 2027*

À 17h
Saint-Maixent-l'École

Gratuit
Sur inscription



Événement
créé par



Organisé par



En partenariat
avec



Format des ateliers Shaker :

Quoi ? Des ateliers thématique

Quand ? 1 fois par mois de 17h à 19h30 (horaires ajustables)

Où ? Au foyer ados 28 avenue de Lattre de Tassigny, Saint-Maixent-l'École

Durée ? Pendant 12 mois, sans engagement

Pour qui ? Pour les 16 - 35 ans

Combien ? 15 places par Shaker sur inscription



Pourquoi participer ?

- Pour prendre du recul, clarifier tes envies et mieux comprendre tes émotions
- Pour rencontrer d'autres jeunes et échanger
- Pour booster ta confiance et ton audace et oser passer à l'action
- Pour cultiver la coopération
- Regarder d'où tu viens pour savoir où tu vas
- Pour décoder la communication, comprendre et se faire comprendre



4 principes clés :

- La convivialité.
- La participation volontaire sans engagement dans la durée
- Une expérience positive et dynamique.
- Un cadre de bienveillance et respectueux



INFOS

PRATIQUES

Pour t'informer sur les dates, les lieux de chaque atelier et t'inscrire rends toi sur ce formulaire : <https://forms.office.com/e/KjaSLT3Sv2> ou scan le QR code !



1^{er} atelier fin 2026 au foyer ados

Les 2 premiers ateliers servent à faire connaissance. Ensuite, tu choisis les thèmes qui t'intéressent !

*Les dates seront communiquées prochainement.