

# CAP'O'BAC

## AGENDA JANVIER À JUIN 2025

Vous êtes collégien ou lycéen? À la Médiathèque Charles Nègre et à la Villa Saint-Hilaire, constituez une boîte à outils pour favoriser vos apprentissages et votre réussite.

LES ATELIERS SONT GRATUITS ET SUR INSCRIPTION (PLACES LIMITÉES).

Médiathèque Charles Nègre

Sur inscription



### MERCREDI 5 FÉVRIER DE 16H À 18H

#### Atelier sketchnoting

Venez apprendre à réaliser des fiches de révision colorées et ludiques pour faciliter l'apprentissage.

En partenariat avec l'Atelier Canopé

À partir de la 3<sup>ème</sup>

### MERCREDI 5 MARS DE 16H À 18H

#### Atelier coaching

Isabelle MALLET, spécialisée dans le coaching professionnel vous donne toutes les clés pour bien se préparer aux examens (organisation, hygiène de vie, confiance en soi,...).

De la 3<sup>ème</sup> à la terminale

### SAMEDI 29 MARS DE 10H À 12H

#### Révisions accompagnées

Des professeurs sont à votre disposition pour répondre à vos questions et réaliser avec vous des cas pratiques et exercices.

À partir de la 3<sup>ème</sup>

### MERCREDI 28 MAI DE 16H À 18H

#### Goûter philo

Réflexion et débat sur le thème de l'art avec Laurence BARLIER, professeure de philosophie.

De la 2<sup>nde</sup> à la terminale

### MERCREDI 4 JUIN DE 16H À 18H

#### Préparation à l'oral

Prendre la parole en public, faire un bon discours, convaincre, organiser sa pensée...

Claire MOIGNO du cours Gérard Philipe vous aide à mieux maîtriser l'art du discours.

De la 3<sup>ème</sup> à la terminale

Villa Saint-Hilaire

Sur inscription



### MERCREDI 26 MARS DE 16H À 18H

#### Atelier gestion du stress

Découverte d'outils et de techniques pour favoriser le bien-être et la détente.

Animé par Catherine DEFRANOUX, naturopathe et professeur de yoga des sens.

De la 3<sup>ème</sup> à la terminale

### SAMEDI 24 MAI DE 10H À 12H

#### Révisions accompagnées

Des professeurs sont à votre disposition pour répondre à vos questions et réaliser avec vous des cas pratiques et exercices.

À partir de la 3<sup>ème</sup>