

# NEWSLETTER

Novembre 2024



L'Année lumière, le programme qui accompagne les jeunes de 16 à 25 ans dans la construction de leur projet d'avenir

## Quelques mots d'introduction

### Sommaire

6<sup>ème</sup> rentrée de l'Année lumière le 30 septembre dernier : 45 nouveaux jeunes, Lumineuses et Lumineux âgés de 16 à 24 ans, une équipe soudée, des intervenants experts motivés, des bénévoles engagés...

A notre classique « [programme long](#) » est venu s'ajouter, en attendant la rentrée du « [programme court](#) » en janvier, un nouveau « [programme international](#) » combinant 4 mois en France et 5 mois au Danemark, en langue anglaise, pour articuler la construction du projet d'orientation et une expérience longue à l'étranger.

C'est la reprise aussi des activités du [Lab lumière](#) (ouvert à tous !) pour accompagner les parents de jeunes adultes à réinventer leur parentalité sur cette période de transition pour leur enfant : conférences, ateliers...

L'Année lumière entend devenir une [référence de l'orientation active et des programmes de césure](#). En proposant une année pour se découvrir et construire son avenir, nos programmes proposent une démarche d'accompagnement personnalisée qui vise à aider les jeunes à choisir leur parcours d'études ou leur projet professionnel de manière éclairée et proactive. Contrairement à une simple orientation où l'on se contente de fournir des informations, l'orientation active engage activement la

personne dans un processus de réflexion sur ses intérêts, ses compétences et ses aspirations, tout en tenant compte des opportunités éducatives et des réalités du marché du travail.

Si vous souhaitez vous associer à nous, n'hésitez pas à nous contacter !

Claire BLETON-MARTIN, heureuse fondatrice



### **Au secours, mon enfant veut faire une année de césure !**

Pourquoi, en tant que parents, sommes-nous inquiets lorsque notre jeune nous explique – parfois sans y mettre les formes, certes 😊 – qu'il veut faire une année de césure ?

C'est en partie car cela vient bousculer notre rapport au temps, nos propres envies mais aussi car nous ignorons toutes les formidables opportunités offertes par ces pauses constructives qui apportent tant de compétences !

[Poursuivre la lecture de l'article.](#)

[Télécharger notre Guide de la césure !](#)



### **Le séminaire d'intégration des Lumineux**

Nouvelle rentrée, nouvelle promo ! Avec un séminaire d'intégration durant toute la 1<sup>ère</sup> semaine, ayant pour objectif de favoriser l'interconnaissance entre les jeunes et avec l'équipe, au-delà de se familiariser avec les lieux, le programme et le fonctionnement de l'Année lumière. Nous sommes persuadés que prendre le temps de se connaître, de s'approprier et de mettre en valeur les singularités et les points communs favorise une bonne dynamique de groupe et une énergie favorable pour démarrer notre programme qui fait bouger les lignes de l'orientation.

Au programme : jeux d'interconnaissance, jeu de piste dans Lyon, rencontre avec le parrain de la promo... Et c'est parti pour une nouvelle année avec un fourmillement d'énergie au 9 rue Nérard 😊



### **La rencontre professionnelle : un tremplin vers l'avenir**

Récemment, les Lumineux ont eu l'opportunité de rencontrer des professionnels. A travers le forum engagement, le forum témoignages, des visites d'entreprise, ils échangent avec des pros, et chaque rencontre permet d'enrichir leur vision du monde du travail. Ces expériences ouvrent la porte à de nouvelles perspectives, des parcours variés et des réseaux à développer, aidant ainsi les jeunes à mieux appréhender leur avenir professionnel tout en tissant des liens précieux. Cerise sur le gâteau, une chorale intergénérationnelle où les jeunes côtoient artistiquement des pros ; une façon de réseauter tout en mélodie ! Les opportunités se présentent à ceux qui sont prêts à les saisir ! 😊



### **Diversité et Entraide au Cœur de l'Année lumière**

Nous avons la joie d'accueillir cette année 45 jeunes, de 16 à 25 ans, aux parcours variés : sans diplôme, brevet ou bac en poche, ou ayant commencé des études supérieures. Qu'ils viennent de Lyon, des environs ou de bien plus loin, tous ont rejoint avec enthousiasme l'Année lumière pour suivre une aventure collective de 9 mois, enrichie par les parcours, les singularités et les ambitions de chacun.

Cette belle diversité, tant culturelle qu'éducative, nourrit les échanges et favorise un climat d'ouverture où la collaboration et l'entraide sont essentielles à l'élaboration du projet individuel de chacun d'eux.



## Le Lab lumière a rouvert ses portes pour l'année 2025/2025

Le **Lab lumière** est le premier centre de ressources dédié aux parents de jeunes adultes, mais aussi un espace de rencontre intergénérationnel où bâtir des relations harmonieuses et constructives. Vous y trouverez une variété d'événements adaptés à vos besoins :

- Des conférences animées par des experts
- Des ateliers entre parents
- Des ateliers intergénérationnels pour favoriser le dialogue et l'entraide

**Prochain événement** : le **mardi 10 décembre** de 18h30 à 20h30, retrouvez Séverine Roiret pour un atelier intitulé "**Aidez votre ado à trouver sa voie sans drama**". Un moment privilégié pour échanger des conseils et des pistes concrètes afin d'accompagner vos jeunes adultes dans leurs choix d'orientation.

Pour en savoir plus sur le Lab lumière, visitez notre site : [Le Lab lumière](#)



## L'Année lumière : un incubateur de confiance

La confiance en soi infuse en profondeur tous les aspects de notre vie, soutenant notre épanouissement. Cependant, de nombreux jeunes en manquent, ce qui les empêche parfois de poursuivre leurs aspirations.

Une récente étude du think tank « Vers le Haut », dédiée aux jeunes et à l'éducation, révèle que 8 jeunes sur 10 renoncent à certains de leurs projets, faute de confiance en eux. Cette statistique souligne une réalité préoccupante : comment peut-on avoir confiance en son avenir lorsque l'on doute de soi-même ?

À l'Année lumière, nous croyons que la confiance en soi est la base de toute réussite, tant personnelle que professionnelle. Si les jeunes viennent chercher dans notre école une orientation, ils viennent aussi, et surtout, prendre confiance en eux.

En mettant en place les conditions optimales au développement de la confiance en soi, nous avons conçu notre programme comme un véritable incubateur de confiance, où chaque jeune peut découvrir et développer son potentiel.

Le philosophe Charles Pépin, dans son livre *La confiance en soi - Une philosophie* - Edition Pocket, nous rappelle que la confiance en soi se construit sur trois piliers :

- des éléments internes : la connaissance de soi, de ses talents, de ses forces et de ses valeurs.
- des éléments externes, tels que le regard des autres et les encouragements que l'on reçoit.

Enfin, elle se renforce par l'expérience, à travers des situations variées qui permettent de mettre à l'épreuve et de valider nos compétences.

[Lire la suite](#)

## Rentrée programme court

 **Lundi 6 janvier 2025**

## Notre prochaine portes ouvertes

 **Samedi 16 novembre 2024**

 à 10h30

 au 9 rue Nérard, 69009 Lyon

[Inscription](#)

# Abonnez-vous au compte Insta du Lab' Lumière

Je m'abonne

## Témoignages de parents

”

Son année chez vous a été une merveilleuse parenthèse et je tiens à vous remercier encore. À toutes les personnes qui pensent encore que ma fille a perdu du temps, moi je leur dis que c'était une chance inouïe de vivre cela et que tous les jeunes devraient vivre cette expérience.

Sa détermination a eu raison et elle travaille comme jamais car elle aime ce qu'elle fait . Vous avez su lui donner confiance en elle et je suis certaine que de nombreux jeunes sont dans son cas. Une pépite cette Année lumière.

Merci à vous.

*Maman de C.*

### Programme long 2021-2022

”

Encore un immense merci à toute l'équipe de proposer ainsi une telle année à nos enfants. Il n'y a pas de mot pour dire mon soulagement, ma joie et mon émotion à voir mon fils de nouveau vivant, confiant et tourné vers l'avenir. Cette année devrait être proposée à chacun ; le monde ne s'en porterait que mieux !

*Maman de J.*

### Programme long 2023-2024

”

Notre fille a gagné en assurance et en autonomie pendant une période hors scolarité. Cette pause est tout sauf du temps perdu ! C'est du temps gagné pour le jeune, une chance pour sa vie entière.

Je ne peux que chaudement recommander, pour tous ceux qui peuvent s'offrir cette ressource unique et incroyable d'inspiration danoise.

*Maman de B.*

### Programme court 2024

**Année Lumière**

61 rue de la Part-Dieu, 69003, LYON



Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}  
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre  
newsletter.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

