

VOYAGE AU ROYAUME DE LEONARD DE VINCI



Ceci est un **voyage métaphorique** semé d'expériences incongrues et innovantes pour apprendre ou ré-apprendre à vivre ensemble, à prendre soin de sa santé physique et mentale, à réveiller l'étincelle en soi, à stimuler et entretenir sa joie de vivre et d'apprendre. Une sorte d'invitation au voyage, de mise en mouvement vers un univers propice à la qualité de vie à l'école. Tout au long de ce périple joyeux, vous rencontrerez des icônes inspirantes et de grands penseurs. Vous irez à la découverte de vous-même et des autres. Vous explorez un nouveau Pays : le Royaume de Léonard De Vinci. Vous naviguerez dans des zones inconnues et contribuerez à ouvrir de nouveaux horizons, de nouvelles perspectives. Vous sèmerez les graines du **bien-être psychologique, physique, émotionnel, cognitif et social**. Rassurez-vous, vous ne voyagerez pas seul.e. Des explorateurs de la joie de vivre et d'apprendre vous guideront et vous disposerez d'une carte de navigation, d'un tableau de bord et d'un guide pratique.

TABLE DES REGIONS



01

La région du bien-être
psychologique et
physique
Toujours tout droit

02

La région du bien-être
émotionnel
Tournez à gauche

03

La région du
bien-être cognitif
Remontez vers la droite

04

La région du bien-être
social
Tournez, à nouveau, à
gauche

05

Les îlots du soutien
Asseyez-vous

CARTOGRAPHIE

La région du bien-être psychologique et physique

Le graal du respect de soi
La perle de l'alimentation
L'émeraude du sommeil
La pépite de l'activité physique
Le diamant de la confiance en soi
La nacre de la résilience

La région du bien-être cognitif

Le phare du goût d'apprendre
Le cap de l'attention
Le récif des stratégies d'apprentissage



La région du bien-être social

La forteresse du climat scolaire
Le chemin vertueux de l'entraide
La sérénade du cœur
L'olympes de la culture



La région du bien-être émotionnel

L'hortensia de la relaxation
La pâquerette de la décompression
La campanule du SEL (Social Emotional Learning)



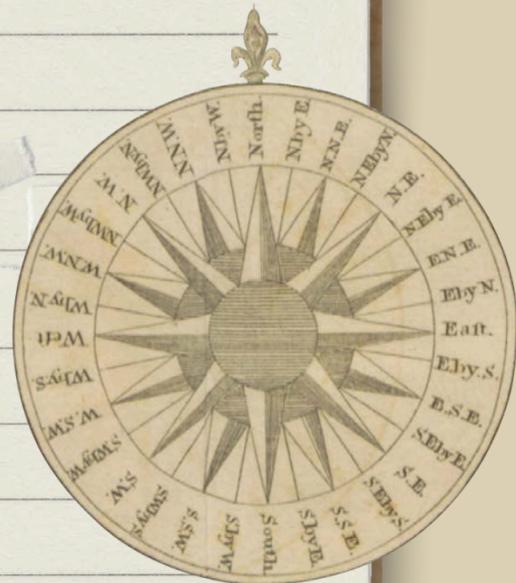
Les îlots

Les îlots du bien-être psychologique, physique, émotionnel, cognitif, social; sans oublier l'îlot de l'orientation

L'ÎLOT DU SOUTIEN EMOTIONNEL

- Rendez-vous avec la ou les **psychologues de l'Education nationale du lycée**, pour un soutien psycho-émotionnel, si besoin.
- Rendez-vous avec **l'infirmière du lycée**, pour un soutien physio-émotionnel, si besoin.
- **Séance de sophrologie "Stop à la prise de tête"** au lycée, sur inscription.
- RDV avec une **sophrologue ou autre spécialiste** intervenant dans le champ des émotions, du stress, dans le privé, si besoin.





L'ILOT DU SOUTIEN COGNITIF

- **Pearltrees du lycée** : « En route vers le bac »
<https://www.pearltrees.com/private/id73864663?access=46aaee9ed76.46715d7.d707b3b6a2f96e64f36255065c878ac8>
- Rendez-vous individuel avec Mme Chaouche, **psychologue de l'éducation nationale du lycée.**
- Échanges et conseils de **vos professeurs.**
- Rendez-vous individuel ou atelier de coaching scolaire à l'**Espace Jeunesse de Levallois.**
- Révision avec France TV éducation (cf site internet Lumni) ; mentorat gratuit avec une association comme l'ESA (Entraide Scolaire Amicale) ; cours gratuit en ligne sur des sites de référence : Khan Academy, Sésamath, assistancescolaire.
- Et si besoin, soutien scolaire ou coaching scolaire dans le privé.

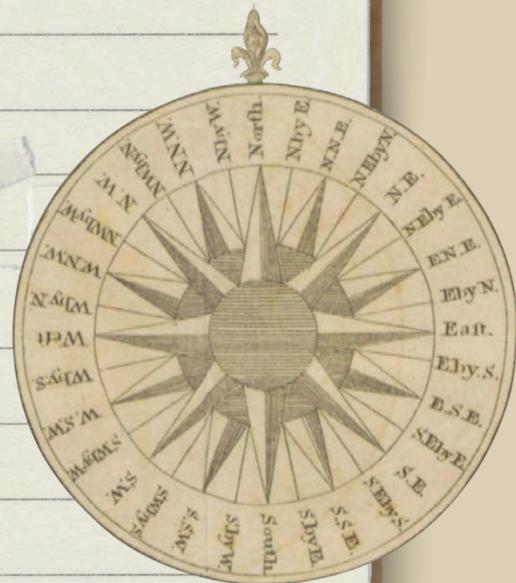


L'ILOT DU SOUTIEN SOCIAL

- Rendez-vous individuel avec **l'assistante sociale du lycée**, pour un soutien socio-familial, si besoin.
- Rendez-vous ou rencontre avec les **CPE ou AED du lycée**, pour la vie scolaire et la qualité de vie au lycée.

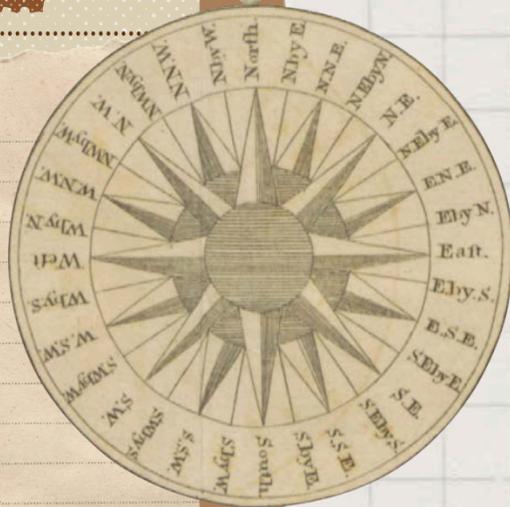
L'ILOT DE L'ORIENTATION

- Accompagnement et conseils auprès de son **professeur principal**
- Rendez-vous avec la ou les **psychologues de l'Education Nationale** du lycée, car elles ou ils ont une spécialisation "Education, développement et conseil en orientation scolaire et professionnelle."
- Rendez-vous **au CIO de Puteaux**, 2 cours Maréchal Leclerc 92800 Puteaux - Tél: 01 49 03 74 20
- Rendez-vous à **l'Espace Jeunesse** de Levallois, 22 rue Rivay 92300 Levallois - Tél : 01 47 15 76 80



PRIORITIES:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.



BON VOYAGE

