

DU 26 MARS AU 4 AVRIL 2025

## SEMAINE NATIONALE DES MISSIONS LOCALES

1000 événements  
dans toute la France



# Se sentir bien pour aller loin

#CestUneMission

440 Missions Locales accompagnent chaque année  
1 100 000 jeunes vers l'emploi et l'autonomie.

POUR TROUVER SA MISSION LOCALE  
[www.unml.info](http://www.unml.info)

Les Missions Locales

Mission Locale  
Intercommunale de Rambouillet  
LE DÉPARTEMENT DE YVELINES

## PLANNING SEMAINE DES ML

**DATES :**

**ATELIERS :**

<b>26/03/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : INTELLIGENCES MULTIPLES : un outil de connaissance de soi pour élargir ton champs des possibles</p> <p>14h00 -17h00 : ARBRE DE VIE : pour découvrir ton potentiel et booster ta confiance en soi</p>
<b>27/03/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : VALORISER SON IMAGE 1ere partie : bénéficie des conseils sur ton image et ose te révéler</p> <p>14h00 -17h00 : L'HUMEUR ET SES COULEURS : Présentation des principales émotions et pathologies</p>
<b>28/03/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : ATELIER SPORT : faire du renforcement musculaire, ça te dit?</p> <p>9h30 -12h30 : VALORISER SON IMAGE 2ème partie (entretiens individuels)</p> <p>14h00 -16h30 : COHESION et COMMUNICATION : jeux pour améliorer ta communication et la cohésion</p>
<b>31/03/2025</b>	<p>14h00 -17h00 : SPEED COACHING : entretiens développement personnel</p> <p>14h00 -17h00 : RANDONNEE</p>
<b>01/04/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : Jeux interactif santé/bien être : quelles ressources sont disponibles pour ton bien être ?</p> <p>14h00 -16h00 : TABLEAU DE VISION : Favorise ta créativité et ton affirmation de soi</p>
<b>02/04/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : PREVENTION ROUTIERE ET ADDICTIONS</p> <p>14h00 -17h00 : THEATRE FORUM : accès à la santé</p>
<b>03/04/2025</b>	<p>9h30 -12h30 : NUTRITION : Savoir bien se nourrir pour performer</p> <p>14h00 -17h00 : AUTOUR DES EMOTIONS : émotions et besoins , qu'est ce qui se joue?</p>
<b>04/04/2025</b> Portes Ouvertes	<p>9H30 -12H30 : COHÉRENCE CARDIAQUE</p> <p>14h00 -16h00 : PREVENTION ROUTIERE ET ADDICTIONS</p> <p>15H30 -17H00 : INITIATION À L'AUTO MASSAGE DU VISAGE</p> <p>17h30 -19h00 : LES FÊTES DU MONDE</p> <p>17h30 : Clôture de la semaine des ML en présence de la Reine du muguet TANIA et ses DAUPHINES</p>