

# L'estime de soi

L'estime de soi est l'évaluation positive de soi-même fondée sur la conscience de sa valeur et de son importance inaliénable en tant qu'être humain.

Il s'agit de prendre conscience de ses qualités, habiletés, aptitudes et savoir-faire, comme autant de moyens d'aborder sereinement la vie et de se sentir digne d'être aimé et heureux.

L'estime de soi repose sur la connaissance de ses atouts ET de ses difficultés et limites. Ainsi peut-on aborder épreuves et échecs, les relativiser et s'en servir pour évoluer.

L'estime de soi fait partie intégrante de l'éducation à la non-violence ; de plus en plus de parents et de professionnels œuvrent dans ce sens.

Le MAN en lien avec la Coordination pour une Éducation à la Non-violence et à la Paix, a choisi ce thème pour la Quinzaine 2016

Cette **Quinzaine 2016** est organisée en partenariat avec :



# Quinzaine Non-violence et Paix

du **21 septembre**  
Journée internationale  
de la Paix

au **2 octobre**  
Journée internationale  
de la Non-violence

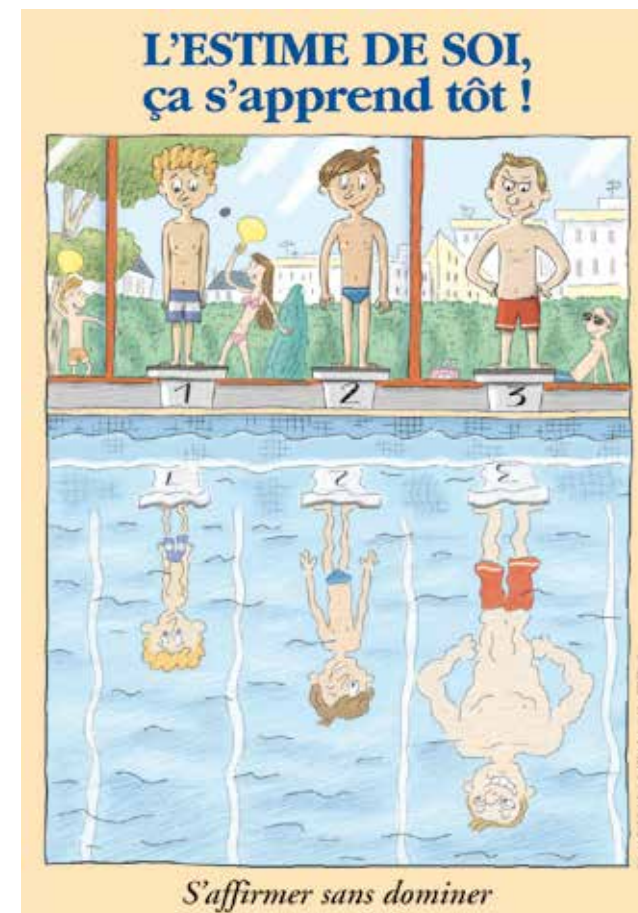


Mouvement pour une  
Alternative Non-violente  
187 montée de Choulans  
69005 Lyon  
06 28 96 31 85  
man.lyon@nonviolence.fr  
www.nonviolence.fr



Quinzaine 2016

# L'estime de soi : un passeport pour la vie



## Contribuons à une éducation à la non-violence et à la paix



# Quinzaine 2016 Non-violence et Paix

## Films

**Mercredi 21 septembre à 14h30**

### «Ma vie de courgette»

de Claude Barras

Courgette n'a rien d'un légume, c'est un vaillant petit garçon qui va connaître de nombreuses aventures et découvrir toutes les choses de la vie. Ce film d'animation a été primé au festival d'Annecy 2016.

### Cinéma Gérard Philipe

12 avenue Jean Cagne, Vénissieux



**Jeudi 22 septembre à 20h**

### «Voir du pays»

**sortie nationale**

de Delphine et Muriel Coulin

Film pertinent sur la guerre et ses séquelles qui raconte le retour d'Afghanistan de deux jeunes militaires françaises.

### Cinéma Gérard Philipe

12 avenue Jean Cagne, Vénissieux

**Vendredi 23 septembre à 20h**

### «Les héritiers»

de Marie Castille Mention-Schaar

Une professeure décide de faire passer un concours national d'Histoire à sa classe de seconde la plus faible. On y voit une jeunesse enfermée dans l'échec ou le dédain arrogant, s'ouvrant peu à peu à la curiosité et à une forme d'estime de soi.

### Cinéma le Scénario

14 place Charles Ottina, Saint Priest



**Mardi 27 septembre à 20h**

### «Captain fantastic»

de Matt Ross

Aventure d'une famille qui tente de se réinsérer dans la société après avoir vécu dans l'isolement pendant une décennie.

### Cinéma le Zola

117 cours Emile Zola, Villeurbanne



**Jeudi 29 septembre à 20h**

### «Aquarius»

**sortie nationale**

de Kleber Mendonça Filho

Chronique captivante de la société brésilienne et la résistance au libéralisme par une femme déterminée.

### Cinéma les Alizés

214 avenue Franklin Roosevelt, Bron

Soirée en partenariat avec Alternatiba et ANV COP21



## Échanges

**Mardi 20 septembre à 20h**

### «Estime de soi de l'enfant : quel rôle pour les adultes ?»

Conférence échanges avec **Christine Klein**, sophrologue et formatrice pour parents et professionnels en communication bienveillante.

Nous aimerions tous que les enfants aient confiance en eux, osent entreprendre ce qui les intéresse et sachent dire non aux dangers. Le tout en respectant leur prochain et le monde dans lequel ils vivent... Souvent, cela commence par une bonne estime de soi.

**Le Karbone - MJC de Monplaisir**, 25 avenue des Frères Lumière, Lyon 8<sup>e</sup> - Métro Lumière

PAF : 8 € minimum

Soirée en partenariat avec la Maison de la Parentalité

**Lundi 26 septembre de 19h à 20h30**

### «Étayege de l'éducation dans l'estime de soi»

Soirée débat avec **Benoît Degeorges**, psychologue clinicien, docteur en sciences de l'éducation.

**Alliance Française**, 11 rue Pierre Bourdan, Lyon 3<sup>e</sup> (près de la place Bahadourian)

En partenariat avec l'Institut des Sciences et des Pratiques d'Éducation et de Formation de l'Université Lumière Lyon 2.

**Mardi 27 septembre à 19h**

### Rendez-vous citoyen : «La non-violence au service de l'éducation»

Café - débat pour échanger sur les apports de la non-violence dans l'éducation populaire, scolaire et familiale.

Entrée libre.

**CCO**, 39 rue Georges Courteline, Villeurbanne

Bus arrêt «Antonins» ou tram arrêt «Insa-Einstein»

**Vendredi 30 septembre à 19h**

### «Estimons-nous !»

Rencontres-échanges autour des nouvelles pratiques citoyennes. Une manière de faire connaissance avec le nouveau bar d'Alternatiba à Lyon.

@**AlternatiBar**, 126 montée de la Grande Côte, Lyon 1<sup>er</sup>

**Séances de cinéma** : tarif habituel du cinéma.

Chaque séance sera suivie d'un échange avec la salle.

## Animations

**Samedi 24 septembre de 9h à 18h**

### «Initiation aux jeux coopératifs»

Formation à destination des adultes qui souhaitent découvrir et expérimenter des jeux qui permettent de vivre un autre type de relation que la compétition, dans la détente et la sécurité instaurées par le jeu et ses règles.

Tarif : 20€ - gratuit pour les adhérents du MAN

**Maison des solidarités**, 215 rue Vendôme Lyon 3<sup>e</sup>

Inscription : man.lyon@nonviolence.fr

06 28 96 31 85

**Mercredi 28 septembre de 14h30 à 16h30**

### Atelier pour adultes (parents ou professionnels)

Présentation et expérimentation d'outils pédagogiques sur l'estime de soi

Tarif : 5 € - gratuit pour les adhérents du MAN

**Centre de ressources du MAN Lyon**, 187 montée de Choulans Lyon 5<sup>e</sup>

Inscription : man.lyon@nonviolence.fr

06 28 96 31 85

**Samedi 1er octobre à 11h et à 15h**

3ème jour du livre à Vénissieux

Atelier contes sur l'estime de soi, pour enfants et parents.

**Plateau des Minguettes** avenue Jean Cagne (pelouse à côté de la piscine)

En partenariat avec l'Espace Pandora

**Lundi 10 octobre à 20h**

### «Théâtre forum» sur l'estime de soi

Mise en scène d'une situation de harcèlement scolaire et interaction avec le public pour mettre en œuvre et soutenir l'estime de soi.

Cette soirée est animée par le groupe théâtre forum du MAN Lyon

**Maison des solidarités**, 215 rue Vendôme Lyon 3<sup>e</sup>

Métro Place Guichard



**Mouvement pour une Alternative Non-violente**

187 montée de Choulans - 69005 Lyon

06 28 96 31 85 - man.lyon@nonviolence.fr

www.nonviolence.fr