

## ATELIER DE METHODOLOGIE LYCÉENS

Proposé et encadré par Catherine Zobouyan, Dr en Psychologie

Un groupe pour apprendre à concilier l'organisation, la planification et les stratégies pour un travail scolaire efficace en prévision du Bac. Lors de ces séances, nous aborderons également la gestion du stress et la confiance en soi et donnerons des outils afin de mieux réguler et contrôler son anxiété face aux performances.

**En 2 séances et une 3<sup>ème</sup> séance de point et de maintien de méthodologie !**

1 <sup>ère</sup> séance	Mercredi 21 mars 2018 de 17h à 19h	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06
2 <sup>ème</sup> séance	Mercredi 28 mars 2018 de 17h à 19h	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06
3 <sup>ème</sup> séance	Mercredi 4 avril 2018 de 17h à 18h30	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06

**Condition de participation :** Engagement obligatoire pour les 3 séances.

Adolescent ayant bénéficié d'une consultation ou d'un bilan dans un de nos centres Cogito'Z.

Sinon, 1<sup>ère</sup> consultation obligatoire pour un nouveau patient (65 €) & versement d'un acompte de 70 € pour réserver une place pour l'atelier.

**Participation :** 180 €      **Participants :** 8 lycéens max.

**Contact :** 01 55 37 03 52 • cogitoparis17@cogitoz.com

*Les participants sont enregistrés au fur et à mesure de la réception coupon d'inscription dans la limite des places disponibles.*



Coupon d'inscription accompagné du règlement à retourner à **Cogito'Z Paris – 20 Avenue Mac Mahon – 75017 Paris.**

*Merci de renseigner ce coupon dans sa totalité.*

### Atelier de méthodologie Lycéens

Au centre Cogito'Z, 20 av. Mac Mahon - Paris 17<sup>ème</sup>

Nom et prénom du participant : .....

Age : ..... Classe : ..... Est-il (elle) patient(e) du centre Cogito'Z ?  Oui  Non

Noms et prénoms des parents : .....

Tél : ..... Mail : .....

Engagement obligatoire pour les 3 séances

1 <sup>ère</sup> séance	Mercredi 21 mars 2018 de 17h à 19h	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06
2 <sup>ème</sup> séance	Mercredi 28 mars 2018 de 17h à 19h	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06
3 <sup>ème</sup> séance	Mercredi 4 avril 2018 de 17h à 18h30	Cogito'Z – 20 av. Mac Mahon – 75017 Code 24A06

**Je joins à ce coupon d'inscription le règlement suivant (à l'ordre de : Cogito'Z Paris)**

Soit 1 chèque de 180 €

Soit en espèces\* ou CB\* à régler directement au centre Cogito'Z de Paris 17<sup>ème</sup>

\* 15 jours avant la date de la séance choisie (selon places disponibles).

**Date :**

**Signature :**