



## Parcours Santé Jeunes

### **Vous êtes**

Jeune suivi par la Mission Locale

### **Votre demande**

Comment prendre soin de ma santé  
si je n'en ai pas les moyens ?

### **Notre réponse**

## PARCOURS SANTÉ JEUNES

Vous soigner, une priorité. Vous avez besoin d'une couverture maladie complète, d'accéder aux soins, faire un bilan de santé, quel que soit votre situation.  
Et nous vous y aidons.

### **Période**

Toute l'année

### **Contact & inscription**

#### Conseiller Mission Locale

Retrouvez les contacts de l'antenne la plus proche  
de chez vous sur notre site internet !

<http://www.mlb主.fr/fr/>

mission-locale-caen-calvados-antennes



## Santé

“ En plein changement d'orientation, je bénéficie de la Garantie jeunes. Cela me permet de mieux connaître mes droits, notamment sur la santé. J'ai pu être aidée pour ouvrir un compte Ameli, mettre à jour mon dossier et même bénéficier d'un bilan santé gratuit. ”

Amina - 23 ans



Mission Locale  
Caen La Mer  
Calvados Centre



missionlocalecaen



Mission Locale Caen

[www.mlb主.fr](http://www.mlb主.fr)



# Atelier Ressources

**Vous êtes**

Jeune suivi par la Mission Locale

**Votre demande**

Comment être en confiance  
pour parler en public ?

**Notre réponse**

## ATELIER RESSOURCES

Savoir s'affirmer, dans la vie privée, comme professionnelle, est un élément clé de la confiance en soi. Pour vous y aider et améliorer l'efficacité de votre communication (notamment dans le cadre de la recherche d'emploi), des professionnels animent ces ateliers ludiques et collaboratifs.

**DÉROULEMENT** : 2 étapes

1/ des rencontres individuelles (rdv d'1h)

2/ 5 rencontres collectives (ateliers de 3h) : mise en pratique de méthodes de confiance en soi

**Période**

Toute l'année

**Contact & inscription**

**Conseiller Mission Locale**

Retrouvez les contacts de l'antenne la plus proche de chez vous sur notre site internet !

<http://www.mlbnc.fr/fr/>

mission-locale-caen-calvados-antennes



“ J’ai perdu toute confiance en moi après une expérience professionnelle difficile. Je ne bougeais plus de chez moi, même pour faire des démarches. Heureusement, l’atelier Ressources m’a remis sur les rails : j’ai compris comment gérer mes émotions, j’ai aussi appris à mieux me connaître... Je vais bientôt reprendre une formation ! ”

Alex - 24 ans

