

# APPEL À TEMOIGNAGE



Dans le cadre d'un **forum santé mentale sur la thématique du sport** à destination des collégiens et lycéens, nous recherchons une personne prête à témoigner de son parcours et son expérience avec nos jeunes participants

## PROFIL RECHERCHÉ

- Age : Avoir au moins 18 ans
- Capacités : Être à l'aise pour parler en public et échanger avec des jeunes.
- Expérience personnelle : Avoir traversé une période difficile liée (dépression, anxiété, mal-être) et s'en être sorti grâce à la pratique d'un sport ou d'une activité physique. Avoir été confronté à des difficultés de pratiquer un sport en raison de son appartenance ou d'un handicap. Être sportif de haut niveau et avoir une expérience à relater sur le rapport entre santé mentale et sport.

## OBJECTIFS DU TÉMOIGNAGE

- Partager votre histoire personnelle, de manière encourageante
- Illustrer comment le sport, sous ses différents aspects (relations dans un groupe, impact sur le corps et l'image de soi, rapport au dépassement de soi, etc.) peut permettre de surmonter la difficulté, les doutes et le mal-être.
- Parler de la manière dont vous avez intégré le sport dans votre vie quotidienne à cette époque.

## DÉROULEMENT

- Date du forum : 17 et 18 Octobre 2024
- Lieu : Lycée Louis Bascan à Rambouillet
- Durée de l'intervention : ½ journée a minima au choix sur les 2 jours

Si vous correspondez à ce profil et êtes motivé(e) à l'idée de contribuer à la sensibilisation, nous serions ravis de vous accueillir parmi nos témoins.

## COMMENT POSTULER ?

Envoyer un mail à [ecoutejeunes@usineachapeaux.fr](mailto:ecoutejeunes@usineachapeaux.fr) ou 01.30.88.89.12 avec les informations suivantes **avant le 15 septembre 2024** :

- Votre nom et prénom
- Votre âge
- Une brève description de votre parcours et comment le sport vous a aidé
- Vos coordonnées (email et téléphone)