



COMMUNIQUÉ DE PRESSE Pour diffusion immédiate

Le chemin vers la réussite **... une réussite à la Polyvalente Le Carrefour !**

Gatineau, le 1 septembre 2009 - Lors de l'année scolaire 2008-2009, Yo ! Coach a eu l'opportunité de présenter son programme de coaching à deux groupes de niveau 3^{ème} secondaire de la polyvalente Le Carrefour de Gatineau. À la fin du programme, tous les élèves ont remplis un formulaire d'évaluation sur les différents aspects de l'atelier. Voici quelques résultats :

- 100 % des élèves participants recommanderaient l'atelier à leurs ami(e)s
- 99 % d'entre eux participeraient encore à d'autres ateliers semblables
- 93 % ont déjà entrepris des actions suite aux notions apprises durant l'atelier.
- 90 % planifient entreprendre d'autres actions dans le futur

L'objectif premier de ce programme était de présenter aux élèves des outils et des notions qui les aideraient à développer des habitudes saines et sereines et qui serviront à cheminer vers la réussite personnelle.

La méthodologie d'enseignement consiste, entre autres, à présenter les aspects essentiels à la réussite et à inspirer les élèves à entreprendre des actions pour mettre en pratique les notions enseignées.

Au niveau de l'apprentissage personnel, **les élèves ont mentionnés avoir réalisés** qu'ils ont beaucoup de pensées négatives et qu'ils doivent travailler à être plus positifs ; que s'ils veulent, ils peuvent ; qu'ils doivent mettre plus d'effort et persévérer ; qu'ils peuvent affronter leurs peurs ; et qu'ils doivent développer leur confiance en soi.

Durant le programme, la plupart des élèves ont mentionné avoir **déjà entrepris des actions** tels que : penser positivement ; avoir confiance en soi ; changer son attitude envers l'école et les gens qui les entourent ; faire des efforts ; se donner des buts, etc.

Certains d'entre eux ont également mentionnés qu'ils **entreprendront des actions dans le futur, tel** : se prendre en main ; continuer à se motiver et à persévérer ; s'écouter penser ; visualiser sa réussite ; réaliser ses rêves ; et apprendre à se connaître.

Yo ! Coach donnera l'atelier à nouveau à la polyvalente Le Carrefour dès novembre et **offre également des ateliers et des télé classes pour les particuliers de 12 à 25 ans, donc un atelier GRATUIT pour les jeunes et leurs parents le 10 septembre prochain.** Visitez le www.yocoach.ca pour plus de détails.

- 30 -

Pour tout renseignement, communiquez avec :

Nancy Lehoux, (819) 210-0950 ou

Nathalie Ayotte : nathalie@yocoach.ca

Yo ! Coach, Ateliers de coaching pour les 12 à 25 ans

Pour tout complément d'information, consultez le site Web: <http://www.yocoach.ca>