

# OFFRE DE COURS IS LA SOURCE



## **ART: MÉDIUM D'ÉDUCATION (AME)**

Utiliser les arts afin d'acquérir des habiletés permettant de mieux se connaître et de participer à une vie citoyenne à son image.

- La personnalité
- Les relations sociales
- La gestion du stress
- La résolution de problèmes
- La communication
- Mes projets de vie

## **PRISE EN CHARGE DE MA SANTÉ**

Développer des habiletés permettant d'adopter de saines habitudes de vie.

- Le bilan de santé
- L'alimentation saine
- La vie active au quotidien
- La gestion du stress
- Le mode de vie sain



**CFGA**  
DES RIVES-DU-SAGUENAY