



OFFRE DE SERVICE

Jeunes
en Santé

Secondaire 1,
cheminement
continue, Classe de
communication,
Classe TC et PFAE

BOUGER C'EST COMME RESPIRER

Description :

- Cet atelier dynamique informe et rassure les jeunes sur les bonnes méthodes à adopter pour favoriser une meilleure santé globale sans les amener à se comparer. Il s'agit d'une réflexion et d'une mise à jour sur le grand sujet souvent mal compris qu'est l'activité physique. Après tout, mettre son corps en action ce n'est pas si compliqué!

Objectifs :

- Motiver les jeunes à bouger régulièrement et à prendre soin de leur santé.

1 h 15

Coût :

- À partir de 44\$ par animation
- + 4,50\$ par élève
- + Frais de déplacement (hors MRC)
- + Taxes en sus



Pour plus d'informations et pour
réserver votre atelier:

marilyne.lalumiere@jeunesensante.org

Nos partenaires

