



LA PASSERELLE

Centre d'éducation des adultes

« Priorise ta **SANTÉ**,
ton **ALIMENTATION**
et ton **BIEN-ÊTRE.** »



Développe de **SAINES HABITUDES DE VIE**

INTÉGRATION SOCIALE

WWW.CSHARRICANA.QC.CA/ADULTES

INTÉGRATION SOCIALE



Ce programme adapté de 506 heures s'adresse aux personnes de 16 ans et plus qui désirent faciliter leur intégration dans la société.

Nous t'offrons des activités sous différents thèmes:

- > Sociabiliser ;
- > Apprendre à mieux te connaître ;
- > Développer ta confiance en soi ;
- > Acquérir des compétences pour gérer ton budget ;
- > Découvrir des moyens pour avoir une meilleure alimentation ;
- > Acquérir de saines habitudes de vie.

Notre formation

« SANTÉ-VOUS BIEN »

de 3 jours par semaine te permet de vivre tout ça en plus de :

- > Visites culturelles ;
- > Réalisations de créations artistiques ;
- > Développement de ton potentiel.

