Bonjour chers parents,

Votre enfant a participé à notre école à un atelier du programme HORS-PISTE.

Cliquez ici pour connaître ce que votre enfant a appris en classe : <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2022/08/1.4.mp3>

Utilisez les outils suivants pour poursuivre les apprentissages de HORS-PISTE à la maison :

<https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-jeune/boite-a-outils-2/strategies-pour-apprivoiser-mon-stress/>

À bientôt !

L’équipe-école, en collaboration avec le Centre RBC d’expertise universitaire en santé mentale