



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST

PROGRAMME LYCÉEN

BIEN DANS MA TÊTE

Bien dans ma vie !



2022-2023



**DANS 6 LYCÉES
DU Grand Est**



PROGRAMME CONSACRÉ AU **BIEN-ÊTRE**
DES ÉLÈVES ET AU **DÉVELOPPEMENT**
DE LEURS **COMPÉTENCES DE VIE**

DÉCOUVERTE DE DIVERSES TECHNIQUES :

- GESTION DES ÉMOTIONS, DU STRESS
- RÉOLUTION AUTONOME DE SES DIFFICULTÉS
- ÉCOUTE ACTIVE
- COMMUNICATION POSITIVE
- CONSCIENCE DE SOI

**Théâtre
forum et
ateliers**

Toutes les
infos sur
ce programme :



#BienDansMaTête

Les partenaires :

