



# ATELIER GESTION DU STRESS

**25.03.24 / 15.04.24 / 22.04.24**

**De 12:15 à 13h30 en V201 (Aumônerie)**

**Améliorer ses ressources personnelles  
Concevoir son kit de gestion du stress  
Découvrir des trucs et astuces**

**Réservé aux élèves de 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> en vue des examens**

**Le nombre de place étant limitées,  
les inscriptions seront traitées par ordre d'arrivée  
Inscription en ligne sur le site du gymnase ou en scannant le QR code.**