CAMPUS
LE HAVRE-NORMANDIE

LES RDV DE LA SANTÉ EN LIGNE : "COMMENT CANALISER SES ANGOISSES ?"

La communauté urbaine Le Havre Seine Métropole propose aux étudiants un atelier en visioconférence ayant pour thème : « Comment canaliser ses angoisses ? »

Publié le 9 février 2021

La situation actuelle liée au contexte sanitaire peut être stressante pour de nombreux étudiants. Ainsi, la communauté urbaine propose un atelier gratuit en visioconférence ayant pour thème : « Les angoisses de l'étudiant: mieux les comprendre pour mieux agir ». Animé par un professionnel, cet atelier gratuit vous aidera à être mieux informé sur le thème du stress, mais aussi à mettre en pratique des techniques "de lâcher prise" utilisables au quotidien.

- Le mardi 16 février 2021 de 18h à 19h
- Inscription : Courriel

Le Havre Seine Métropole

Plus d'infos sur le site