

# Atelier Apprivoiser le stress



Venez découvrir différentes techniques de gestion du stress.  
Une psychologue de l'Éducation nationale vous accompagnera durant **6 séances d'une heure, de 11H30 à 12H30, les mercredis.**

Prochaine session : du **15 Janvier au 12 Février 2020**

Lieu : Bâtiment N (Ephémère 2) - Salle N18

Cliquez sur le lien pour retrouver le formulaire d'inscription : <https://urlz.fr/bjX9>

Mis à jour le 18 décembre 2019



## Contact

Rabillard  
[rabillard@parisnanterre.fr](mailto:rabillard@parisnanterre.fr)

En raison de la fermeture de l'Université nous vous invitons à nous contacter  
directement par mail [suio@liste.parisnanterre.fr](mailto:suio@liste.parisnanterre.fr). Nous vous répondrons dans les  
délais.

<https://suio.parisnanterre.fr/navigation/dispositifs-de-reussite/ateliers-d-accompagnement/atelier-apprivoiser-le-stress>