



ATELIERS

GESTION DU STRESS

Les 6, 13 et 18 avril

Point Information Jeunesse | Centre Jeunesse

17h30 - 19h
GRATUIT

PROGRAMME

- Gestion du stress à l'écrit et à l'oral
- Découverte de techniques simples
- Mises en situation

8 places par atelier
À partir de 14 ans

Réservation : pij@saintjeandevedas.fr ou 06 34 69 60 91