



**Cégep de
l'Abitibi-Témiscamingue
ans d'évolution**



SENSIBLE AU STRESS?

Inscrivez-vous à l'un ou l'autre de nos ateliers sur la gestion du stress et de l'anxiété.

- Atelier unique : le 24 janvier, de 15 h 30 à 17 h, si vous désirez apprendre à bien gérer votre stress;
- Série de rencontres : si vous présentez des signes importants de stress ou d'anxiété qui nuisent à vos études;
- NOUVEAU : Les gars et le stress.

Pour information ou inscription :

Campus de Rouyn-Noranda, Guichet unique, local 3231
Annie Guay, poste 1111, annie.guay@cegepat.qc.ca

MON ESPACE

POUR RÉUSSIR