

# **MON STRESS, MON ANXIÉTÉ ET MON CERVEAU...**

## **ÉTUDIER SANS PANIQUER**

Stress du blocus ?  
Cerveau sature ?  
Viens comprendre  
et repars avec des  
outils concrets !



Mercredi 10 décembre  
de 18 à 19h30  
Campus UCharleroi  
– local S.0.05  
Ouvert à tous - Evénement gratuit



**Animé par :**

- **Cécile Misonne — psychologue conventionnée**
- **Jessica Van Nuffel — sophrologue**

