

# Gestion du stress scolaire



## Sophro~ados

### Préparation aux examens

Cet atelier est conçu pour les ados en **8<sup>ème</sup> et 9<sup>ème</sup> année**

Quelques heures pour apprendre à mieux se préparer dans son corps et son mental pour se concentrer et mémoriser autrement. Du temps sera aussi accordé à comment récupérer et se ressourcer .

Pour que les périodes de tests deviennent des moments vivants, positifs, créatifs et dynamiques.

**Nous avons tout en nous !**

le vendredi à 17h, dès le 9 mars 2012

6 x 1h Fr. 90.-

Animatrice : Fatima Yerly-Ouali

***Pour vous inscrire : [www.espace-prevention.ch/nord](http://www.espace-prevention.ch/nord)***



**Espace Prévention Nord Vaudois-Broye**  
Rue du Pré 2, 1400 Yverdon-les-Bains  
Tél. 024 424 94 20

**[www.espace-prevention.ch](http://www.espace-prevention.ch)**