

Jamhour, le 5 avril 2018

Chers Parents,

Dans le cadre de ses activités culturelles, le Comité des Parents organise une conférence sur le bien-être et la gestion du stress, donnée par **Dr Élie Wakil**^{*}, consultant et coach de développement personnel.

Le stress : comment s'en faire un allié ?

- Définition de ce malaise : causes, symptômes et facteurs...
- Identification et catégorisation des différentes sources d'anxiété.
- Mise en pratique des techniques de gestion du stress.

La conférence aura lieu **le jeudi 19 avril 2018, à 18h30** au Centre Sportif, Culturel et Social - Salle de conférences Naoum Khattar.

Nous serions heureux, chers parents, de vous accueillir parmi nous !

Pour le Comité des Parents,
Raymond Rouhana El-Féghali,
Président

* Chargé d'enseignement à l'Université Saint-Joseph, Dr Wakil pilote des projets et séminaires professionnels.

Circulaires [1]

Parents [2]

Source URL (modified on 19/04/2018 - 20:56):<http://www.ndj.edu.lb/parents/conference-stress-20180419>

Links

[1] <http://www.ndj.edu.lb/circulaires> [2] <http://www.ndj.edu.lb/parents>