



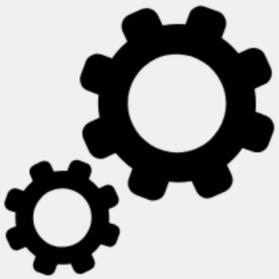
**AESSO**

ASSOCIATION DES ÉTUDIANTS  
STAGIAIRES SÉNÉGALAIS  
D'ORLÉANS.

JOURNÉE CULTURELLE SÉNÉGALAISE



# Conférence SANTÉ MENTALE : LA GESTION DU STRESS



- Sensibilisation sur l'importance de la santé mentale
- Prévention contre les troubles mentaux courants
- Méthodes de lutte contre le stress :
  - comment trouver l'équilibre études-vie personnelle ?
  - comment favoriser le bien-être physique et moral ?
  - comment adopter un mode de vie sain ?

**LE 24 MAI 2024 AU BOUILLON**

