

# Sois efficace dans ton étude

avec divers outils  
dont la gestion mentale

## Matinées thématiques pour les étudiants

Gérer le stress 23/2/2021  
Motivation et procrastination 2/3  
Attention et concentration 9/3  
Comprendre 16/3  
Mémoriser 22/3  
Réfléchir et imaginer 29/3

**Horaire:** 9h30-12h30

**Lieu:** Boulevard du Triomphe, accès n°2, Batiment HB, 1050 Bruxelles

**Prix:** 7€/matinée

**Infos et inscription:**

par mail : [vbrynaert@ssmulb.be](mailto:vbrynaert@ssmulb.be)

par téléphone: 02/650 59 26

Possibilité de participer à la **séance** ou au **cycle complet**

En présentiel ou en virtuel (selon les conditions sanitaires)

