

Ateliers Relier : favoriser le lien social

Du 12 octobre 2026 au 18 janvier 2027



"Je viens d'arriver à Bordeaux et je voudrais rencontrer de nouvelles personnes" ; "Des fois je me sens un peu seul·e" ; "J'aimerais bien faire des activités avec d'autres étudiants" ... Ces situations te parlent ? Les ateliers Relier, proposés par l'Espace santé étudiants, sont là pour t'aider à faire de nouvelles rencontres, à partager des activités ou à créer davantage de liens dans ta vie étudiante.

Les ateliers relier pour favoriser le lien social

Que tu viennes d'arriver à Bordeaux, que tu changes de filière, que tu te sentes parfois un peu seul·e ou que tu aies envie de rencontrer du monde, tu es le·la bienvenu·e.

Comment ça se passe ?

3 séances de 2h, généralement les **mardis de 12h à 14h** ou de **18h à 20h**, sur les campus. Des sessions ont lieu tous les mois, la première commençant le **13 octobre 2026**.

En petit groupe, les ateliers permettent :

- * de découvrir les possibilités et lieux de rencontre autour de toi ;
- * d'échanger avec d'autres étudiants ;
- * d'être accompagné pour faire le premier pas vers une activité ou un groupe.

Animé par une professionnelle de santé et des étudiants relais santé.

Pour participer aux ateliers : [formulaire d'inscription](#).

L'Espace santé étudiants propose également des ateliers :

- * **Gestion du stress**, pour apprendre à réguler tes émotions et gérer son stress.
Format : 2 séances de 3h. Sur inscription via [Doctolib.fr](#)
- * **Affirmation de soi**, pour améliorer ses capacités à s'affirmer, à exprimer ses émotions et ses opinions.
Format : **5 séances de 2h**.
Sur orientation d'un professionnel de santé (en parler lors de la consultation)

Pour en savoir plus :

Site web : www.sante-etudiants-bdx.fr

Instagram : [@espace_sante_etudiants_bdx](#)

*En partenariat avec la Clinique Béthanie et le CH Charles Perrens.
Événement financé par la CVEC et l'ARS Nouvelle-Aquitaine.*