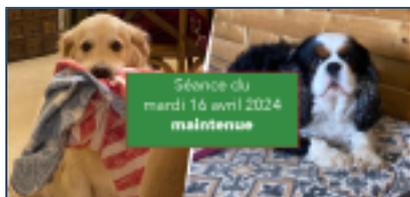


[MAINTENUE] Expérimentez la médiation animale à la BU avant les examens

Du 24 mars 2024 au 15 avril 2024



[MAINTENUE] Séance de médiation du mardi 16 avril est maintenue, même lieu, même heure

Les bénéfices de la médiation animale sont nombreux, surtout avant les examens : se reconnecter avec son corps, favoriser la détente et le lâcher prise, réduire le stress. La DIVEC, en collaboration avec le SCD, vous propose d'expérimenter la médiation animale avec Laika (Golden Retriever) et Poppy (Cavalier King Charles).

Séances les jeudi 11 et mardi 16 avril (12h30 – 14h)

À la bibliothèque Rigoberta Menchú

Laika et Poppy interviennent régulièrement aussi bien dans des établissements médico-sociaux qu'à domicile auprès de personnes fragilisées ou en situation de handicap : ils seront présents pour vous proposer réconfort et câlins en cette fin de semestre.

Vous êtes intéressé-e ?

Inscrivez-vous à l'une des sessions (20 minutes, par groupe de 2 ou 3 étudiant-es).
Attention : ses sessions sont déconseillées aux personnes présentant des allergies aux contacts des animaux.

Pour en savoir plus sur la médiation animale : <https://www.mediationanimale-bienetre.com>

Autres ateliers d'aide à la gestion du stress proposés par la DIVEC

Ateliers massage, bien-être, relaxation et gestion du stress



Du 25 janvier 2024 au 8 juin 2024

Différents ateliers sont proposés aux étudiants jusqu'au mois de juin 2024, notamment pour obtenir une aide à la gestion du stress ou pour rester en forme et se détendre.

[en savoir plus +](#)