

O7 - le bien-être dans la crise

Attitude et gestion des attentes



Soyez empathique/indulgent avec vous-même :
ne vous mettez pas trop de pression, la situation est très difficile pour tous.
Faites de votre mieux, un jour à la fois.



@O7jour.usj



01 421 000 ext. 2309



O7@usj.edu.lb



www.usj.edu.lb/O7