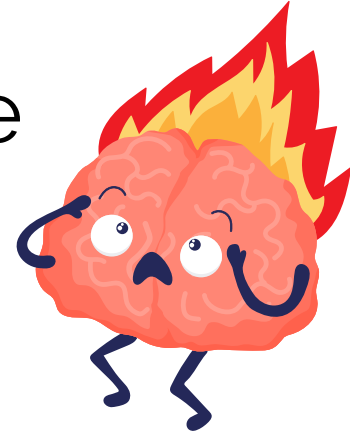


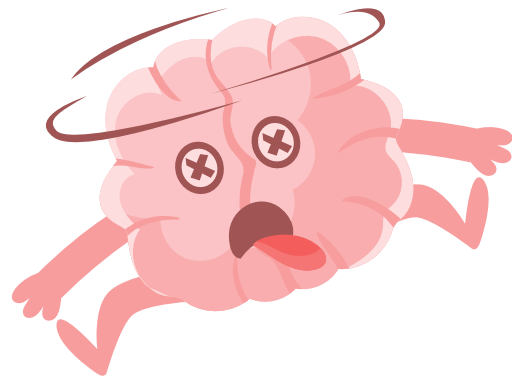
Sensations physiques possibles liées au stress et à l'anxiété

Mal de tête



Sueur

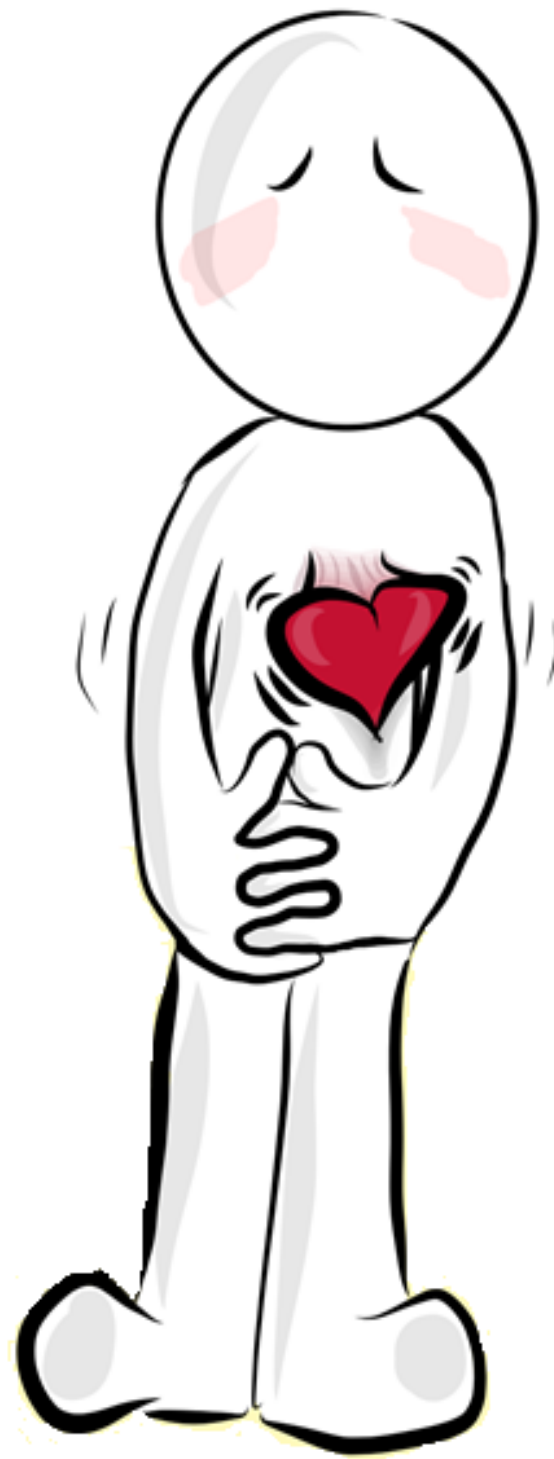
Étourdissement



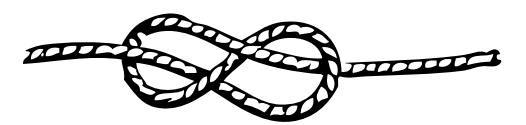
Muscle tendu



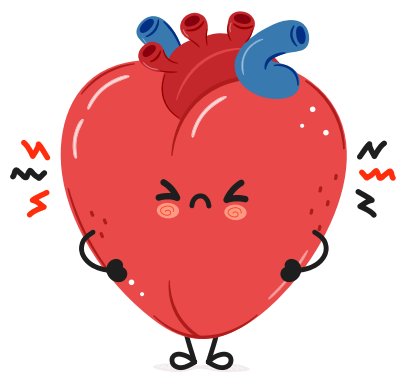
Mains moites
ou froides



Coeur qui bat
vite



Gorge
nouée



Mal de coeur



Mal de ventre



Tremblement



Centre RBC
d'expertise universitaire
en santé mentale

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre

Québec



Avec le financement de

Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada



Université de
Sherbrooke