

BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS ! 

ATELIER PREVENTION SANTE

DU STRESS EN MOINS, DES BIENFAITS EN PLUS !

Comprendre le stress | Découvrir la sophrologie
Apprendre à gérer son stress au quotidien

Atelier de 5 séances

Du 9 novembre au 7 décembre 2026 de 14h à 16h

GRATUIT

INSCRIPTION



Auprès de Flora GAGLIANO

06 88 07 20 39

flora.gagliano@bfc.mutualite.fr

À PARTIR DE
60 ANS

9

novembre

De 14h à 16h

Salle Niepce (salle polyvalente)
14 route de Chazaut
71240 SAINT-CYR

Partenaires

