

Ateliers **Cap Bien être**

# PRENONS LA VIE DU BON CÔTÉ

## ATELIER EN 5 SÉANCES

GESTION DU STRESS ET DES EMOTIONS  
BIEN VIVRE AVEC LES AUTRES  
BIEN VIVRE AVEC SOI

RÉUNION DE PRÉSENTATION

**MARDI 11 AVRIL 2023**

à 10h

**CENTRE DE VIE SOCIALE**

1 PLACE ANDRÉ MALRAUX

**37540 SAINT-CYR-SUR-LOIRE**



RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE L'ASEPT CENTRE-VAL DE LOIRE

02.47.31.61.92



Découvrez les actions de prévention santé de  
l'ASEPT Centre-Val de Loire

 Association santé  
éducation et prévention  
sur les territoires  
Centre-Val de Loire

