



RENCONTRE SANTÉ

SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE



➤ CULTIVER SA SANTÉ MENTALE

**Jeudi 8
Octobre 2026**



DE 10H00 A 12H00



MAIRIE DE TRAMOYES

19 rue du Marquis de Sallmard
01390 TRAMOYES



UN ATELIER OUVERT A TOUS POUR :

- Mieux comprendre le fonctionnement de **la santé mentale**.
- Identifier **les stresseurs et les ressources** au quotidien.
- Expérimenter **des techniques de bien-être**.

Nombre de places limité

**INSCRIPTION
GRATUITE**



Nos partenaires

CCAS DE TRAMOYES



Mairie de Tramoyes

04 72 26 20 50



#Rencontresanté