



CONFERENCE - DEBAT

COMMENT GERER SON STRESS AU QUOTIDIEN ?

En collaboration avec le CCAS de Saint-Jean-De-Muzols

Mardi 24 avril 2018
à 18h30

Espace Noël Passas
Salle B
Place des droits de l'homme
SAINT-JEAN-DE-MUZOLS

Entrée libre et gratuite

Animée par :

Véronique DROLET-MILLET

Sophrologue et Directrice du Centre de gestion du stress
Sillon Rhône Alpin

Programme :

- Définition et mécanismes du stress
- Son utilité et ses conséquences physiologiques et psychologiques
- Les techniques de gestion du stress

Un buffet sera offert à l'issue de la conférence



eovi-mcd.fr

N°Cristal 09 69 32 22 56

APPEL NON SURTAXE

Siège Eovi-Mcd mutuelle : 173 rue de Bercy - CS 31802 - 75584 Paris cedex 12.
Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité. N° Siren 317 442 176.

EoviMcd
mutuelle

Se comprendre mutuellement



CONFERENCE - DEBAT

COMMENT GERER SON STRESS AU QUOTIDIEN ?

En collaboration avec le CCAS de Saint-Jean-De-Muzols

Mardi 24 avril 2018
à 18h30

Espace Noël Passas
Salle B
Place des droits de l'homme
SAINT-JEAN-DE-MUZOLS

Entrée libre et gratuite

Animée par :

Véronique DROLET-MILLET

Sophrologue et Directrice du Centre de gestion du stress
Sillon Rhône Alpin

Programme :

- Définition et mécanismes du stress
- Son utilité et ses conséquences physiologiques et psychologiques
- Les techniques de gestion du stress

Un buffet sera offert à l'issue de la conférence



eovi-mcd.fr

▶ N°Cristal **09 69 32 22 56**

APPEL NON SURTAXE

Siège Eovi-Mcd mutuelle : 173 rue de Bercy - CS 31802 - 75584 Paris cedex 12.
Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du code de la Mutualité. N° Siren 317 442 176.

eovimcd
mutuelle

Se comprendre mutuellement