

# CONFÉRENCE GESTION DU STRESS

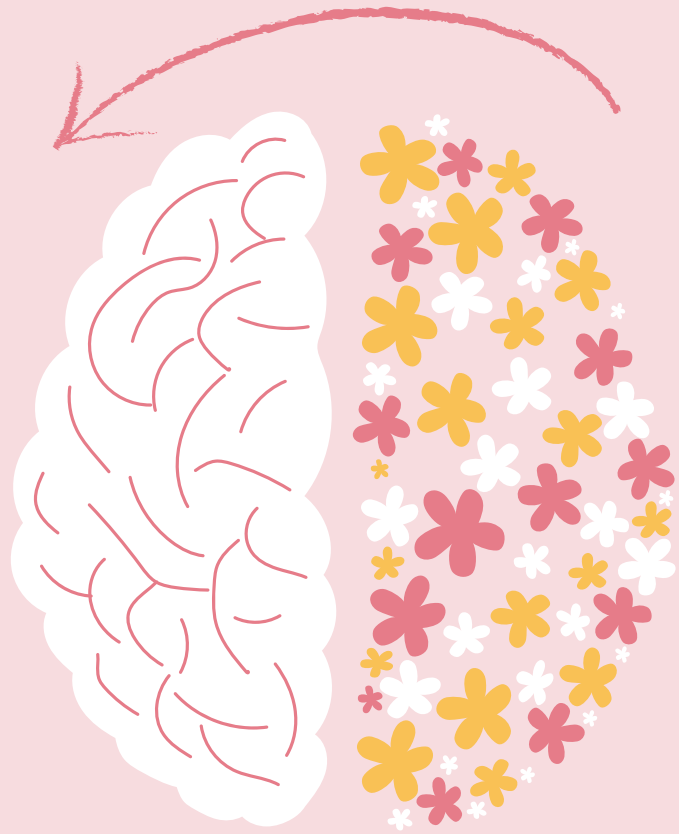
Informations, échanges et conseils autour de la santé émotionnelle et le bien-être pour le maintien des liens sociaux.

Conférence suivie d'une séance de yoga du rire.

**ANIMÉE PAR SYLVIE ESPELLET-SOPHROLOGUE**

**JEUDI  
15 MAI**

**DE 14H À 16H**



**Pour les 60 ans et plus.  
Gratuit.**

**Inscriptions au : 06 89 57 27 50  
ou à [maud.hernandez@ain.fr](mailto:maud.hernandez@ain.fr)**

**SALLE LE PHAETON - 295 AV ANTONIN PONCET - CULOZ**