Ecrit par Echo du Mardi le 4 juillet 2022

L'AIST 84 : 3e forum dédié à la santé des dirigeants

L'AIST 84, le service de santé au travail de Vaucluse, organise la 3e édition de son forum dédié à la santé des dirigeants, managers et indépendants. Le vendredi 8 juillet, cinq ateliers seront proposés pour se ressourcer.

L'AIST 84, le service de santé au travail de Vaucluse, organise la troisième édition de son forum dédié à la santé des dirigeants. Cet évènement, qui se tiendra le vendredi 8 juillet, est ouvert aux chefs d'entreprise, dirigeants, managers et indépendants, adhérents ou non à l'AIST 84, dans la limite de deux personnes par structure.

Au programme de cette troisième édition : des techniques de respiration pour apprendre à se détendre physiquement et mentalement, des pratiques et astuces pour être en pleine forme, de la visualisation mentale pour transformer les pensées négatives en pensées positives, de l'introspection pour s'éloigner du chemin de l'épuisement et une découverte de l'automassage.
Tous les ateliers sont proposés gratuitement.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 4 juillet 2022

Le vendredi 8 juillet de 8h30 à 14h au 40 rue François 1er. Avignon.
Inscriptions sur https://my.weezevent.com/forum-bien-etre-des-dirigeants

J.R.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !