

PROGRAMME

JOURNEE SANTE ET BIEN-ETRE



Santé

03/11 à 11h : Retrouvez Heyme pour une intervention sur la protection sociale et les mutuelles en France

Profitez la documentation distribuée sur le campus et des vidéos informatives partagées sur les réseaux sociaux.

04/11 à 10h30 : Retrouvez Heyme pour un quiz sur la nutrition et tentez de gagner des goodies !

Découvrez également notre partenaire : Agoraé



Nutrition



Envie d'arrêter de fumer ?

Mois sans tabac



Pensez à vous inscrire aux ateliers avec le QR code !

Penser à récupérer vos goodies anti-stress



KORAYE



Détente

03/11 et 04/11 de 13h à 14h : Accordez vous une pause avec nos ateliers de yoga en ligne avec Nomad's

03/11 de 10h à 16h : Réservez une séance individuelle ou en groupe avec notre sophrologue

04/11 à 15h : Retrouvez à nouveau Heyme pour une intervention en ligne sur le sommeil



Sommeil