

JOURNÉE QVCT

7 AVRIL 2026

ATELIERS BIEN-ÊTRE, PRÉVENTION & SANTÉ EN FAVEUR
DE LA QUALITÉ DE VIE & DES CONDITIONS DE TRAVAIL

ATELIERS GRATUITS

Préserver son énergie mentale
(sommeil, charge mentale)

Récupérer corporellement et
émotionnellement (yoga, automassage, voix)

Prévenir l'usure physique (TMS, sédentarité)

Agir sur le travail réel et les pratiques
professionnelles (gestion des conflits, leviers
du management)



entre 12h et 14h15



chez Euptouyou

INFOS

& INSCRIPTIONS

parcarmor.fr/bienetre



UN ÉVÉNEMENT

SOUTENU PAR

