



🕒 20:00

CONFÉRENCE

Conférence-débat : Lien social : quels bénéfices pour la santé ?

Conférence-débat et exercices pratiques proposés par Sabine LEWKOWICZ, consultante et formatrice en Equilibre de Vie. Gestion du stress, gestion des émotions, nutrithérapie, Qi Gong, Tai Chi. Conférence organisée par l'Université populaire d'Annemasse

📍 Rue du Dr Baud
74100 Annemasse

✉ [Courriel](#)

☎ [0450384437](#)

🌐 [Site Internet](#)

À l'heure où les comportements individualistes sont accrus, les neurosciences et la psychologie positive démontrent les bienfaits pour la santé humaine de cultiver des liens sociaux de qualité. Nous aborderons notamment plus en détails l'altruisme et ses effets sur la santé et le bien-être. À partir d'études, d'exemples et d'exercices simples, Sabine Lewkowicz, consultante en équilibre de vie nous invite à nous interroger et faire évoluer nos comportements pour notre bien-être au quotidien et pour des relations positives avec notre entourage.

Salle 24-25 du Complexe Martin Luther King



MAIRIE D'ANNEMASSE

BP 530
74107 Annemasse cedex
☎ 04 50 95 07 00

HORAIRES :
Lun - Mer - Jeu :
9h > 12h & 13h30 > 17h

Mardi :
9h > 12h & 13h30 > 18h

Vendredi :
9h > 17h