



DU TEMPS  
DE L'ATTENTION

# Accordons-nous...

AUX AUTRES  
DE LA JOIE



Notre santé mentale a été éprouvée depuis 2 ans, elle mérite qu'on en prenne soin. Après avoir interrogé des habitants de Die pour savoir comment ils se ressourcent, nous vous proposons différentes expériences pour tester, découvrir, s'arrêter sur ce qui vous fait du bien.

## Mercredi 29 juin, de 10h à 18h à Die

gratuite et ouverte à tous.tes

Une journée pour se ressourcer :

jeux, piano, lecture, balades, écriture, Qi-Gong et Tai Ji Quan, Pilates, applis, textures et couleurs.

Suivez le programme ! au verso .....



Merci aux contributeurs.trices de cette journée