



Le contrat local de santé de Tarentaise propose

## 2 CONFÉRENCES

«Prendre soin de sa santé pour se sentir bien»

### Apprivoiser sa santé

Par Thomas CLEMENT,  
Médecin

Mieux connaître le système  
de santé pour trouver plus  
facilement une réponse  
à ses besoins

### Favoriser la résilience pour surmonter les épreuves de la vie

Par Marion FINOT,  
Praticienne en promotion de la  
santé mentale et relationnelle

S'approprier quelques outils  
pratiques pour cultiver sa résilience  
et mieux faire face aux difficultés.

**16 SEPTEMBRE 2025**

à Bourg St Maurice - Salle Chorus

**7 OCTOBRE 2025**

à Aime - Salle des fêtes

**4 NOVEMBRE 2025**

à Moutiers - Salle Ramaglia

**14 OCTOBRE 2025**

à Bozel, Com Com Val Vanoise  
47 rue Sainte-Barbe



**GRATUIT  
& OUVERT À TOUS  
DE 18H À 20H**

INFORMATION :  
[severine.benoit@arcoddev.fr](mailto:severine.benoit@arcoddev.fr)