

Semaine Santé et du Bien-être - Campus Mazier (<https://nouvelles.univ-rennes2.fr/event/semaine-sante-bien-etre-campus-mazier-0>)



Parcours Bien-être, petit-déjeuner équilibré, cuisine, sport...de nombreuses actions et animations sont proposées pour vous informer, échanger ou simplement prendre soin de vous.

Au Ty Maz pour les événements en intérieur et sur l'espace de verdure, devant le Ty Maz, pour les animations en extérieur, et dans Saint-Brieuc aussi.

Cet événement est organisé en partenariat avec le SSE, l'IUT de Saint-Brieuc, le SIUAPS, l'ASUB22, l'IFPS et le CROUS.

Sur certains ateliers, une inscription en ligne est conseillée.

Lundi 3 mars - Explorez votre bien-être : première journée pour éveiller vos sens !

Mardi 4 mars - Alimentation/Diététique

Mercredi 5 mars - 100% détente!

Jeudi 6 mars - Explorer et se ressourcer !

Vendredi 7 mars - A l'écoute de votre corps ?

Et pour prolonger sur le mois de mars :