

# Forum Santé

Préparez-vous à une journée dédiée à votre bien-être ! Le Conseil Municipal des Enfants de Chanteloup-les-Vignes est fier de vous inviter, mercredi 24 septembre, à son Forum Santé, un événement convivial et enrichissant conçu pour toute la famille.



Que vous soyez jeune ou moins jeune, parent ou enfant, ce forum est une occasion unique de prendre en main votre santé globale : physique, mentale et sociale.

## Au programme de cette journée :

- **Sensibilisation ludique** : Des ateliers amusants pour les enfants, les jeunes et leurs familles sur des sujets essentiels comme les bonnes habitudes alimentaires et l'hygiène de vie. Apprendre en s'amusant, c'est la clé !
- **Bouger plus, Vivre mieux** : Des ateliers pratiques pour vous donner envie d'intégrer l'activité physique à votre quotidien, quel que soit votre niveau.
- **Bulles de bien-être** : Des séances découvertes accessibles à tous, allant de la sophrologie au yoga, en passant par des conseils en alimentation et des techniques de gestion du stress.

**Venez nombreux pour un moment d'échanges, de découvertes et d'activités pour une vie plus saine et épanouie !**

## Coordonnées

Complexe sportif Laura Flessel  
12 Mail du Coteau  
78570  
Chanteloup-les-Vignes  
Date  
Mercredi 24 septembre, 14:00 - 17:00  
Infos pratiques

**Le Forum Santé est un projet du CME - Commission Sports et Loisirs**

En partenariat avec la Ville de Chanteloup-les-Vignes, L'AVEC, ESPOIR, ELIOR, LIDL, et le CCAS.

Entrée libre.