

Une soirée dédiée à la santé et au bien-être en Réquistanais

 1 min

Les acteurs du médico-social du Réquistanais donnent rendez-vous aux Réquistanais vendredi 20 mars pour une soirée conviviale placée sous le signe de la santé et du bien-être. Gratuite et sans inscription, cette soirée est une occasion unique de s'informer, d'échanger et de découvrir des initiatives locales autour de la santé. La soirée débutera à 18 h 30 avec un spectacle-lecture tout public, « Émois... et toi ? », proposé par Laetitia Cador. À 19 h 30, un buffet froid offert permettra aux participants de partager un temps convivial, de rencontrer les acteurs et de découvrir les différents défis santé proposés sur le territoire. La soirée se poursuivra à 20 h 30 avec une conférence intitulée « Pour ma santé, je suis nature », animée par Christophe Pacific. Une intervention inspirante pour repenser son quotidien et prendre soin de sa santé de manière naturelle. Cet événement marquera également le lancement des défis santé du Réquistanais, une initiative locale visant à encourager chacun à adopter des habitudes favorables à sa santé, dans une dynamique collective et accessible à tous.

Habitants, familles, jeunes et moins jeunes sont invités à participer à cette soirée et à s'engager, à leur rythme, dans ces défis.

Renseignements : 05 65 43 68 64 ou evs@requistanais.fr

Cultiver sa santé!

Vendredi 20 Mars 2026

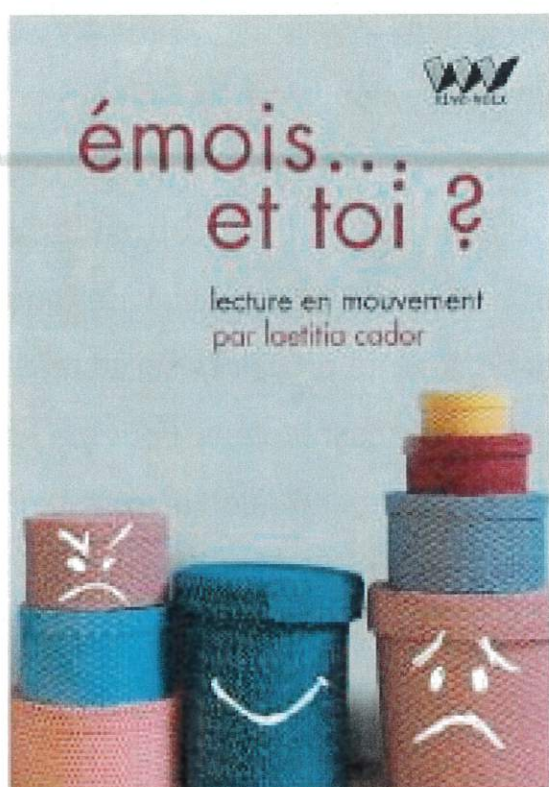
à la Maison pour tous

Réquista

GRATUIT

> 18h30

SPECTACLE JEUNE PUBLIC



Une traversée sur le fil des émotions

> 20h30

CONFÉRENCE

« Pour ma santé, je suis Nature ! »

