

RENCONTRES SANTÉ

SENIORS EN SANTÉ

Seniors enchantés



MUTUALITÉ
FRANÇAISE
GRAND EST



*Seniors : Trucs & astuces
pour garder la forme*

Mardi 3 Mars 2020
de 14h30 à 16h30



RÉSIDENCE MÉLINA
9 rue Mélina Mercouri
LINGOLSHEIM

Inscription
GRATUITE

Mutualité Française
Grand Est
inscription@mfge.fr
06 49 85 62 31



**INSCRIPTION
EN LIGNE**



#Rencontresanté



La séance du 3 mars est suivie d'ateliers et de conférences sur l'audition, le sommeil, la psychologie positive et la sophrologie du 10 au 31 mars 2020 à LINGOLSHEIM

**PROGRAMME DÉTAILLÉ
AU VERSO**



Les partenaires :

CF67 CONFÉRENCE
DES FINANCIERS
DU BAS-RHIN
AGIR ENSEMBLE POUR NOS AÎNÉS



Ville de Lingolsheim



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST



SENIORS EN SANTÉ

Seniors enchantés

LE PROGRAMME

SENIORS : TRUCS & ASTUCES POUR GARDER LA FORME

Mardi 3 mars 2020

CONFÉRENCES

• LE SOMMEIL DES SENIORS

• Mardi 10 mars 2020

• L'AUDITION DES SENIORS

• Mardi 31 mars 2020

ATELIERS

• SOPHROLOGIE ET GESTION DU STRESS

• Mardi 17 mars 2020

• PSYCHOLOGIE POSITIVE

• Mardi 24 mars 2020

La séance de présentation, les conférences
et les ateliers ont lieu de 14h30 à 16h30
à la Résidence Mélina
9 rue Mélina Mercouri à LINGOLSHEIM

Inscription
GRATUITE

Mutualité Française
Grand Est
06 49 85 62 31
inscription@mfge.fr



**INSCRIPTION
EN LIGNE**