

RENCONTRES SANTÉ

PRENDRE *soin de soi*



20, 27 mai &
3, 10 juin 2022

de 14h à 17h

RÉSIDENCE GALLICE
1, allée Gallice
EPERNAY

Inscription
GRATUITE
Mutualité Française
Grand Est
06 49 85 62 31
inscription@mfgc.fr



**INSCRIPTION
EN LIGNE**

  
#Rencontresanté



**CYCLE DE 4 ATELIERS
DESTINÉS AUX SENIORS**
animés par une conseillère en
image et un chargé de projet
mutualiste formé à la psychologie
positive, pour renforcer l'estime
de soi, favoriser l'autonomie des
seniors et adopter des
comportements favorables
de santé.

 **Les partenaires :**

Capitale de Champagne
EPERNAY

**LE DÉPARTEMENT
Marne**



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST



PRENDRE
soin de soi

LE PROGRAMME

ATELIERS

**EXPRESSION DE SOI &
CONNAISSANCES DES AUTRES**

Vendredi 20 mai

**AUTO-ÉVALUATION POSITIVE &
GESTION DES ÉMOTIONS**

Vendredi 27 mai

COMMUNICATION NON-VERBALE

Vendredi 3 juin

**COLORIMÉTRIE : MISE EN VALEUR
DU VISAGE ET DE LA SILHOUETTE**

Vendredi 10 juin

Les ateliers (places limitées) ont lieu tous les vendredis
du 20 mai au 10 juin 2022 de 14h à 17h
à la Résidence Gallice 1, allée Gallice à EPERNAY

Inscription
GRATUITE

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



**INSCRIPTION
EN LIGNE**