

RENCONTRES SANTÉ

PRENDRE *soin de soi*



7 & 8 juin 2022

9h30/12h30 & 14h/17h



**MUTUALITÉ FRANÇAISE
GRAND EST (3^{ÈME} ÉTAGE)**

11 rue des élus

REIMS



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.

Inscription
GRATUITE

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



**INSCRIPTION
EN LIGNE**



#Rencontresanté



Les partenaires :





**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST



PRENDRE
soin de soi

LE PROGRAMME

ATELIERS

**EXPRESSION DE SOI &
CONNAISSANCES DES AUTRES**

Mardi 7 juin - matin

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

Mardi 7 juin - après-midi

COMMUNICATION NON-VERBALE

Mercredi 8 juin - matin

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

Mercredi 8 juin - après-midi

Les ateliers (places limitées) ont lieu les 7 et 8 juin
de 9h30 à 12h30 & de 14h à 17h
à la Mutualité Française Grand Est (3^{ème} étage)
11 rue des élus à REIMS

Inscription
GRATUITE

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



**INSCRIPTION
EN LIGNE**