



RENCONTRE SANTÉ



MAINTIEN DE L'AUTONOMIE



➤ LES COULEURS DU BIEN-ÊTRE

**Jeudi 1^{er}
oct. 2026**



DE 14H À 16H



LANGRES

CIAS - salle au 2^{ème} étage
27 place d'armes du
Commandant Chauchard



**ATELIER ANIMÉ PAR UNE CONSEILLÈRE
EN IMAGE DESTINÉ AUX SENIORS POUR :**

- apprendre à adopter des **comportements favorables à sa santé, à son bien-être, sa confiance en soi** et son image de soi
- découvrir comment la colorimétrie et l'étude de la morphologie permet de **retrouver une image positive pour favoriser l'estime de soi.**

**INSCRIPTION
GRATUITE**

- CIAS du Grand Langres
03.25.84.82.48
cias@grand-langres.fr
(Inscription obligatoire | Places limitées)

CIAS
Centre Intercommunal
d'Action Sociale

grandlangres



#Rencontresanté