

BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS ! 

Atelier

PLUS D'HUMAIN POUR SE SENTIR BIEN

PRÉVENIR LA PERTE D'AUTONOMIE ET L'ISOLEMENT

- Gestion du stress et estime de soi
- Renforcement des liens sociaux
- Découverte de la sophrologie, la socio-esthétique ou encore l'art-thérapie pour se sentir bien
- Atelier de 5 séances d'1h à 1h30 les 14/05 – 21/05 – 28/05 - 04/06 – 11/06

GRATUIT

INSCRIPTION 

 **Auprès de Ninah Razafindrasoa**

 **06 88 07 20 39**

 **OU**

ninah.razafindrasoa@bfc.mutualite.fr



Partenaires



En partenariat avec le Conseil départemental, action financée par la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) dans le cadre de la Conférence des financeurs.

À PARTIR DE
60 ANS

**14
Mai**

De 10h00 à 11h00

Salle de conférence 2^{ème}
étages de la MIFE

4 Promenade des
Cordeliers, 71500 Louhans