

Conférence Bien-être

GRATUIT
SUR
INSCRIPTION

L'ASeD vous propose de participer à la conférence
Votre bien-être après 60 ans !
Jeudi 30 septembre de 14h00 à 17h00
Centre culturel – Place du Carladès – 15800 Vic sur Cère

Inscriptions auprès de l'ASeD
au 04 71 48 42 46 contact@asedcantal.fr

Prendre soin de soi est primordial à tous les âges de la vie et le bien-être s'entretient de la même façon que la santé.

PUBLIC CONCERNE

Nous accueillons toutes personnes retraitées ainsi que leurs familles et proches aidants.

DESCRIPTIF DE L'ATELIER

Cette conférence sera animée par notre partenaire Isabelle THOMAS – Réflexologue RNCP.

LES THÈMES SUIVANTS SERONT ABORDÉS

- La réflexologie et ses bienfaits,
- Toucher bien-être initiation à la réflexologie palmaire.

LES OBJECTIFS DE L'ATELIER

Avec ces conseils et informations pratiques les participants pourront, à l'issue de cette conférence, porter un regard différent sur l'importance de prendre soin de soi et de son bien-être pour bien vieillir.

Avec le concours financier de la Conférence des Financeurs du Cantal.





vous propose de participer à la conférence

Votre bien-être après 60 ans !

CONFÉRENCE BIEN-ÊTRE

**Jeudi 30 septembre 2021
de 14h00 à 17h00**

**Centre culturel
Place du Carladès
15800 VIC SUR CÈRE**



**Inscriptions auprès de l'ASeD
au 04 71 48 42 46
contact@asedcantal.fr**

Avec le concours financier de la Conférence des Financiers du Cantal.

