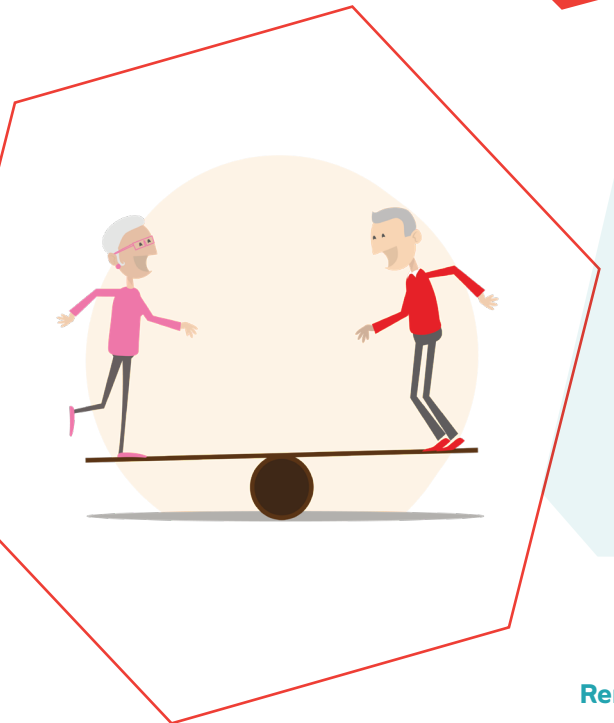
MUTUALITÉ FRANÇAISE
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE

« Ma Santé, Mon Bien-Etre »

pour les seniors

INVITATION



La Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes vous invite à l'action **« Ma Santé, Mon Bien-Etre »** en ligne pour **les séniors** au choix :

Mardi 30 mars 2021

Intervenante : Anne Claude, diététicienne

- Conférence ***« Nos besoins nutritionnels : savoir écouter, les décoder, y répondre naturellement »*** **de 10h à 11h30**
- Atelier ***« Alimentation et la place de nos sens »*** **de 14h à 15h30**

Jeudi 1er avril 2021

Intervenante : Nathalie Hannhart, psychologue

- Conférence ***« Favoriser le mieux être au quotidien »*** **de 10h à 11h30**
- Atelier ***« Mieux-vivre au quotidien par la pleine conscience et la psychologie positive »*** **de 14h à 15h30**

INSCRIPTION GRATUITE ET OBLIGATOIRE
Pour s'inscrire, CLIQUEZ ICI
Places limitées

Renseignements : Eloïse BETEMPS, tél. 06 76 41 04 96

Partenaires :

Avec le soutien de la CNSA

MFARA – Régie par le Code de la Mutualité – N° de Siren 390 917 664 - Création graphique : Frédéric Bay
-Illustration Alchimèo- Édition : février 2021