

RENCONTRES SANTÉ

PRENDRE

*soin de soi*



MUTUALITÉ  
FRANÇAISE

BRETAGNE



*À partir du  
Jeudi 23*

**JANVIER 2025**

de 14h à 17h



**Espace Bougainville**  
12 rue du Grand Passage  
**SAINT-MALO**



CYCLE DE 5 ATELIERS À  
DESTINATION DES SENIORS  
pour apprendre ou réapprendre  
à vous occuper de vous,  
à prendre du temps pour vous  
et vous faire chouchouter !

Les ateliers ont lieu LES JEUDIS  
23, 30 janvier, 6, 27 février &  
6 mars 2025.

*Groupe de 10 personnes  
(ateliers adaptés aux hommes)*

GRATUIT  
INSCRIPTION

Mutualité Française  
Bretagne

**06 85 03 23 65**

**sgoizet@**

**bretagne.mutualite.fr**



**#Rencontresanté**

**Les partenaires :**



POUR Bien  
Vieillir  
BRETAGNE



Agence Régionale de Santé  
Bretagne



Avec le soutien de la  
VILLE DE  
**Saint-malo**