



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**  
NORMANDIE

Seniors,

je prends soin

de moi !

démouville  
CCAS



**Les mardis**

du 10 septembre au  
8 octobre 2024

**de 9h30 à 12h**

**DEMOUVILLE**

Salle polyvalente  
Rue du bout de là-bas



Parcours pour **RENFORCER**  
L'ESTIME de vous-même :

- Expression de soi et connaissance des autres
- Prendre soin de soi et de ses émotions
- Etre bien dans sa peau
- Communiquer sereinement

Séances animées par des professionnelles :  
psychologue, socio-esthéticienne, et experte  
en communication.

**Renseignements &  
inscription gratuite**

06 42 86 39 30

[gaelle.cointre@normandie.mutualite.fr](mailto:gaelle.cointre@normandie.mutualite.fr)

Ce projet bénéficie du soutien de :

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Normandie



Avec le concours de la CNSA