

Se sentir bien dans sa peau :

Un atelier pour gagner en confiance

MARDIS APRÈS-MIDIS
De 14h30 à 16h30

11 MARS, 18 MARS, 25 MARS, 1ER AVRIL,
22 AVRIL ET 29 AVRIL 2025

ANIMATIONS
PARTICIPATIVES
PARTAGE D'EXPÉRIENCES
CONSTRUIRE UNE IMAGE
POSITIVE DE VOUS

UN CYCLE DE 6 SÉANCES DE 2H
ANIMÉS PAR JULIE FORTIN
(ANIMATRICE AU CENTRE SOCIAL) ET
MARION MOULAY, CHARGÉE DE
MISSION PROMOTION SANTÉ PAYS DE
LA LOIRE.

 AU CENTRE SOCIAL LOIR ET BERCÉ

 Pour les + 60 ans
GRATUIT





Informations et inscriptions au
Centre Social Loir et Bercé

02 43 44 67 67 - cslb2@wanadoo.fr

2 place Clémenceau -

Chateau-du-Loir 72500 Montval-sur-Loir



Programme prévisionnel

11 MARS

INTERCONNAISSANCE :
SE PRÉSENTER, FAIRE
CONNAISSANCE

18 MARS

SANTÉ ET ESTIME DE SOI :
REPRÉSENTATIONS, LIENS
AVEC LA SANTÉ

25 MARS

SANTÉ ET ESTIME DE SOI
: SUITE

1ER AVRIL

SENTIMENT
D'APPARTENANCE :
MIEUX SE CONNAÎTRE ET
CONNAÎTRE LES AUTRES

22 AVRIL

CONNAÎTRE SES
COMPÉTENCES :
IDENTIFIER ET RECONNAÎTRE
SES COMPÉTENCES

29 AVRIL

CONFIANCE EN SOI :
ÉCHANGER DES SIGNES DE
RECONNAISSANCE.

INSCRIPTION AUPRÈS DE L'ACCUEIL DU
CENTRE SOCIAL LOIR ET BERCÉ
OU DE JULIE FORTIN :
07 76 39 23 81 –
SENIORS.CSLB@GMAIL.COM