



Horaires :



Un vendredi par mois de 13h30 à 16h de septembre 2024 à juin 2025.

Lieux :



Sud Ouest du Loir-et-Cher
(information précisé à l'inscription)

Renseignements et inscriptions



AVANT LE 15/09/2024

Mme Séverine Demigné

☎ 02 54 44 87 48

@ demigne.severine@berry-touraine.msa.fr

Mme Sabrina Broussard

☎ 02 54 44 87 76

@ broussard.sabrina@berry-touraine.msa.fr

Realisation et conception : Service Communication/Action sociale MSA Berry-Touraine | Crédits photos : service images/ CC/SA, Adobe stock, Envato Impression Sigma | Juin 2024



vous accompagner

Atelier bien-être Histoires de femmes



L'essentiel & plus encore

berry-touraine.msa.fr



L'essentiel & plus encore



Les thèmes abordés :

- ▶ Soins du visage, des mains, et des cheveux,
- ▶ Conseils en maquillage,
- ▶ Auto-massage,
- ▶ Gestion du stress, du sommeil, des émotions,
- ▶ Conseil en image et colorimétrie,
- ▶ Éveil des sens et vertus des plantes,
- ▶ Féminité, hormones et leurs cycles.

Accordez-vous une parenthèse pour :

- ▶ Prendre soin de vous et de votre santé.
- ▶ Trouver une écoute bienveillante.
- ▶ Échanger avec d'autres femmes.
- ▶ Obtenir des conseils de professionnels.

Pour qui ?

- ▶ Femmes, mères, épouses, aidantes vivant en milieu rural.

En groupe :

- ▶ Places limitées à 10 personnes.
- ▶ Atelier gratuit sur inscription.
- ▶ Animé par deux travailleurs sociaux MSA et des professionnels du bien-être.

