Cap sur le

BIEN VIEILLIR

2026 2027

À BRÉCHAUMONT



SENIORS & leurs AIDANTS

Un cycle de
4 ateliers et 1 conférence
pour prendre soin de soi,
de son quotidien
et de son avenir !

Entrée gratuite

Inscription auprès de :
CC Sud Alsace Largue
Tel : 03 76 24 03 66
c.hermann@sudalsace-largue.fr

1 — 26/11 2026 — Nutrition
Dénutrition
Hydratation

2 — 12/02 2027 — Bien-être
Estime de soi
Ressources

3 — 09/06 2027 — Prévention des chutes
Sécurisation du logement

4 — 15/09 2027 — C'est vous qui choisissez le thème !



5 — 07/10 2027 — Conférence sur le "Bien vieillir"

Un cycle proposé par
Avec le soutien de