



# PRENDRE SOIN DE SOI APRÈS 60 ANS

GRATUIT  
SUR  
INSCRIPTION



MAI : 29/05  
JUN : 05/06, 12/06,  
19/06, 26/06  
De 9h30 à 12h



Maison de quartier  
Le Bosquet  
05000 GAP



Renseignements et inscriptions  
Djamila HAMDOUNI  
Référente Familles  
[animateur.fontreyne@ville-gap.fr](mailto:animateur.fontreyne@ville-gap.fr)  
Tél. : 04.92.51.48.37



ATELIER POUR  
RENFORCER L'ESTIME  
DE VOUS-MÊME !

- Conseil en image
- Communication non verbale
- Colorimétrie
- Entretien personnalisé

Atelier de 5 séances hebdomadaires

#BienVieillir



Nos partenaires :



Centre Social de Fontreyne  
Direction de la Jeunesse et de la Vie des Quartiers