

ESTIME, ET VOUS ?

GARDEZ UN REGARD POSITIF SUR VOUS



Lieu : Châtillon-Sur-Seine

Intervenante :

Contact : FAPA SENIORS 21 - 03.80.30.07.81 - contact@fapaseniors21.fr

| | | | |
|--|---------------------------------|---|---------------|
| Conférence | vendredi 28 janvier 2022 | → | 14h00 - 16h00 |
| Séance 1 : A l'écoute de soi | vendredi 4 mars 2022 | → | 13h30 - 15h30 |
| Séance 2 : Du stress à la sérénité | vendredi 11 mars 2022 | → | 13h30 - 15h30 |
| Séance 3 : Mes émotions | vendredi 18 mars 2022 | → | 13h30 - 15h30 |
| Séance 4 : L'acceptation Pourquoi, comment ? | vendredi 25 mars 2022 | → | 13h30 - 15h30 |
| Séance 5 : Mes envies et mes projets | vendredi 1 avril 2022 | → | 13h30 - 15h30 |
| Séance 6 : Bilan : quelle évolution ? | vendredi 1 juillet 2022 | → | 13h30 - 15h30 |

Salle : Centre Socio-culturel - 11 Rue Albert Camus - 21400 CHATILLON-SUR-SEINE