

# ESTIME, ET VOUS ?

**GARDEZ UN REGARD POSITIF SUR VOUS**



**Lieu : SAINT-APOLLINAIRE**

Intervenante :

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

Conférence	<b>lundi 7 février 2022</b>	→	14h00 - 17h00
Séance 1 : A l'écoute de soi	<b>lundi 28 février 2022</b>	→	14h30 - 17h00
Séance 2 : Du stress à la sérénité	<b>lundi 7 mars 2022</b>	→	14h45 - 16h45
Séance 3 : Mes émotions	<b>lundi 14 mars 2022</b>	→	14h45 - 16h45
Séance 4 : L'acceptation Pourquoi, comment ?	<b>lundi 21 mars 2022</b>	→	14h45 - 16h45
Séance 5 : Mes envies et mes projets	<b>lundi 28 mars 2022</b>	→	14h45 - 16h45
Séance 6 : Bilan : quelle évolution ?	<b>lundi 2 mai 2022</b>	→	14h45 - 16h45

Salle : Maison des Associations - Rue Saint-Jean - 21850 SAINT-APOLLINAIRE