

ESTIME, ET VOUS ?

GARDEZ UN REGARD POSITIF SUR VOUS



Lieu : BEAUNE

Intervenant : anim

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

Séance 1 : Estime de soi De quoi parle-t-on ?	jeudi 28 mars 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 2 : A l'écoute de soi	jeudi 4 avril 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 3 : Du stress à la sérénité	jeudi 2 mai 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 4 : Mes émotions	jeudi 16 mai 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 5 : L'acceptation Pourquoi, comment ?	jeudi 23 mai 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 6 : Mes envies et mes projets	jeudi 30 mai 2024	→	9H30 - 11H30
Séance 7 : Bilan : quelle évolution ?	jeudi 27 juin 2024	→	9H30 - 11H30

Salle :

Espace Beaune Saint Jacques - 13 rue Gaston ROUPNEL 21200 BEAUNE

Mise à jour : 06/02/2024