

ESTIME, ET VOUS ?

GARDEZ UN REGARD POSITIF SUR VOUS



Lieu : Neuilly-Crimolois

Intervenant : anim

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

Séance 1 : Estime de soi De quoi parle-t-on ?	lundi 4 novembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 2 : A l'écoute de soi	lundi 18 novembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 3 : Du stress à la sérénité	lundi 25 novembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 4 : Mes émotions	lundi 2 décembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 5 : L'acceptation Pourquoi, comment ?	lundi 9 décembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 6 : Mes envies et mes projets	lundi 16 décembre 2024	→	14h30 - 16h30
Séance 7 : Bilan : quelle évolution ?	lundi 13 janvier 2025	→	14h30 - 16h30

Salle :

Salle du Conseil - Mairie - 8 rue Général de Gaulle 21800 Neuilly-Crimolois

Mise à jour : 23/04/2024

