



Champagnole

Espace France Services - 28 rue Baronne Delort

Un parcours collectif gratuit à destination des personnes de plus de 60 ans pour comprendre les émotions et apprendre à mieux gérer son stress.

1

ÉMOTIONS
BIEN-ÊTRE ET
SANTÉ

Le 04 février 2025

2

GESTION
DU STRESS

Le 11 février 2025

3

BIEN VIVRE
AVEC SOI

Le 18 février 2025

4

BIEN VIVRE
AVEC LES AUTRES

Le 25 février 2025

Les mardis de
09h00 à 11h30



Groupe limité à 14 participants

Inscriptions obligatoires :

vadans.melissa@franchecomte.msa.fr

ou au 06.71.17.70.18