



## Foncine-le-Haut

à la Maison du tourisme - 73 grande Rue

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 06 février 2025

2

GESTION  
DU STRESS

Le 13 février 2025

3

BIEN VIVRE  
AVEC SOI

Le 20 février 2025

4

BIEN VIVRE  
AVEC LES AUTRES

Le 27 février 2025

Les jeudis de  
09h00 à 11h30



Groupe limité à 14 participants

Inscriptions obligatoires :

[vadans.melissa@franchecomte.msa.fr](mailto:vadans.melissa@franchecomte.msa.fr)

ou au 06.71.17.70.18