

Ateliers CAP BIEN-ETRE

Lieu : salle du conseil municipal
 18 rue des cabanes - 86150 Millac

mardi 24 septembre 2024
 9h30-12h15

• Séance 1 : émotions, bien-être et santé

mardi 1er octobre 2024
 9h30-12h15

• Séance 2 : gestion du stress

mardi 8 octobre 2024
 9h30-12h15

• Séance 3 : bien vivre avec soi

mardi 15 octobre 2024
 9h30-12h15

• Séance 4 : bien vivre avec les autres

vendredi 15 novembre 2024
 entretien individuel
 téléphonique

• Séance 5 : séance individuelle - bilan

Pensez à la planète !



Pour toute information veuillez contacter MSA Services Poitou

Tél. : 05 49 44 56 36 ou prevention@msaservices-poitou.fr