

Ateliers CAP BIEN-ETRE

Lieu : Salle 2 de la maison des associations

11 Rue de la Bégaudière - 79160 COULONGES-SUR-L'AUTIZE

Jeudi 29 janvier 2026 14h00-16h45	• Séance 1 : émotions, bien-être et santé
Jeudi 5 février 2026 14h00-16h45	• Séance 2 : gestion du stress
Jeudi 12 février 2026 14h00-16h45	• Séance 3 : bien vivre avec soi
Jeudi 19 février 2026 14h00-16h45	• Séance 4 : bien vivre avec les autres
Lundi 23 mars 2026 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