

Mardi 17 mars de 14h30 à 17h30



©Freepik

Pour comprendre et connaître ses émotions afin de mieux les exprimer et les maîtriser, savoir comment gérer son équilibre émotionnel pour vivre sereinement au quotidien.

Infos pratiques

Résidence Maurice Utrillo – 11, rue Henry Dumont

Gratuit - Inscription auprès du CCAS