

Cap  
Bien-être

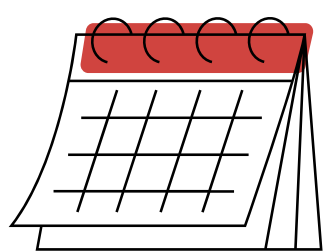


Ateliers Gratuits  
Ouverts aux 60 ans et + !

# APPRENEZ À MIEUX GÉRER VOS ÉMOTIONS AU QUOTIDIEN

à la Mairie de Valentigney

Place Emile Peugeot, Salle du Conseil



Jeudi matin  
de 9h30 à  
12h

**Séance 1** : 17/09/26

**Séance 2** : 24/09/26

**Séance 3** : 08/10/26

**Séance 4** : 15/10/26

**Inscriptions obligatoires :**

auprès de Mélanie MASTAING (animatrice ASEPT BFC)  
melanie.mastaing@asept-bfc.fr - 06 74 18 68 20



**POUR Bien  
vieILLIR**



Action réalisée avec le financement de la Commission des  
Financiers Départementale du Doubs