

Cap  
Bien-être

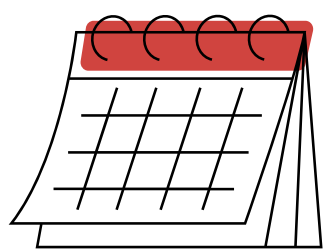


Ateliers Gratuits  
Ouverts aux 60 ans et + !

# APPRENEZ À MIEUX GÉRER VOS ÉMOTIONS AU QUOTIDIEN

## À SANCEY

dans les locaux de la Communauté de Communes  
de Sancey-Belleherbe



Mardi matin  
de 9h30 à  
12h

**Séance 1** : 24/02/26

**Séance 2** : 03/03/26

**Séance 3** : 10/03/26

**Séance 4** : 17/03/26

### Inscriptions obligatoires :

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



**POUR Bien  
Vieillir**



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