

PRENDRE SOIN DE SOI DANS SON QUOTIDIEN

Mercredi **3 septembre** : #1
 Mercredi **10 septembre** : #2
 Mercredi **17 septembre** : #3 (socio-esthéticienne)

MES ÉMOTIONS, LE STRESS ET MOI

Mercredi **24 septembre** : #1
 Mercredi **1 octobre** : #2
 Mercredi **8 octobre** : #3 (Comédienne)

MOI ET LES AUTRES

Mercredi **15 octobre** : #1
 Mercredi **22 octobre** : #2
 Mercredi **29 octobre** : #3

ÉGALITÉ FEMME-HOMME

Mercredi **5 novembre**

SAVOIR PLUS POUR RISQUER MOINS

Mercredi **12 novembre** : #1
 Mercredi **19 novembre** : #2
 Mercredi **26 novembre** : #3

ESTIME DE SOI

Mercredi **3 décembre** : #1
 Mercredi **10 décembre** : #2 (Socio-esthéticienne)
 Mercredi **17 décembre** : #3

MES ÉMOTIONS, LE STRESS ET MOI

Mercredi **7 janvier** : #1
 Mercredi **14 janvier** : #2
 Mercredi **21 janvier** : #3 (Comédienne)

SAVOIR PLUS POUR RISQUER MOINS

Mercredi **28 janvier** : #1
 Mercredi **4 février** : #2
 Mercredi **11 février** : #3

MOI ET LES AUTRES

Mercredi **18 février** : #1
 Mercredi **25 février** : #2

ÉGALITÉ FEMME-HOMME

Mercredi **4 mars**

ESTIME DE SOI

Mercredi **11 mars** : #1
 Mercredi **18 mars** : #2 (Socio-esthéticienne)
 Mercredi **25 mars** : #3

MES ÉMOTIONS, LE STRESS ET MOI

Mercredi **1 avril** : #1
 Mercredi **8 avril** : #2
 Mercredi **15 avril** : #3 (Comédienne)

PRENDRE SOIN DE SOI DANS SON QUOTIDIEN

Mercredi **22 avril** : #1
 Mercredi **29 avril** : #2
 Mercredi **6 mai** : #3 (Socio-esthéticienne)

MOI ET LES AUTRES

Mercredi **13 mai** : #1
 Mercredi **20 mai** : #2
 Mercredi **27 mai** : #3

ESTIME DE SOI

Mercredi **3 juin** : #1
 Mercredi **10 juin** : #2 (socio-esthéticienne)
 Mercredi **17 juin** : #3

PRÉPARE TON ÉTÉ

Mercredi **24 juin** : #1
 Mercredi **1 juillet** : #2 (socio-esthéticienne)