

Des ateliers gratuits pour les aidants



Des ateliers gratuits pour les aidants

En novembre, à Mirande des ateliers entièrement gratuits pour ceux qui accompagnent ou assistent un proche.

Vous prenez soin d'un proche et vous avez besoin de temps pour vous ?

Des ateliers sont organisés jusqu'à la fin du mois de novembre à Mirande. Des ateliers pour prendre soin de vous parce que pour prendre soin de l'autre il est essentiel de prendre soin de soi.

Vous êtes intéressées ? prenez contact avec nous ou venez nous rejoindre le jeudi à 14h30

Maison de la santé place de la halle à Mirande

Renseignements et inscriptions Sandra Gaudard 0682377439

Des rencontres-atelier relaxation, communication et meilleure connaissance de soi

les jeudis de 14h30 à 16h30 Maison de la santé place de la halle à Mirande : 9 novembre - 16 novembre - 23 novembre - 30 novembre

Cofinancée en partie par la Conférence des financeurs et organisée en partenariat avec la Communauté de Communes Cœur d'Astarac en Gascogne, cette initiative s'inscrit dans le cadre de la Convention Territoriale Globale menée par la Communauté de Communes, pour renforcer l'efficacité, la cohérence et la coordination des actions sociales pour les habitants du territoire.