

UN PARCOURS COLLECTIF DE 4 THEMATIQUES

Séance 1: Apprenons à nous connaître - Mon budget, mes démarches administratives et juridiques



Séance 2: Mes envies, mes projets, mon tempo - Du temps pour soi, du temps pour les autres



Séance 3: Je continue de prendre soin de moi - J'aide un proche au quotidien, je veille à mon équilibre.



Séance 4: Retrouvons nous et faisons un point bilan !



Inscription gratuite !

**Renseignements
et inscriptions :**
0614812301
jeanne.barbier@gieres.fr

Tous les Lundis

Séance 1 : 4 mai de 9h30 à 12h

Séance 2 : 11 mai de 9h30 à 12h

Séance 3 : 1 juin de 9h30 à 12h

Séance 4 : 8 juin de 9h30 à 12h