

“Entr’Aidants”

Un temps d’information et d’échanges pour les Aidants

DE 14h30 À 16H30



les lundis d'AVRANCHES

Cité d'Automne

23/11/26 : Adapter son quotidien
08/02/27 : Et après nous ?
05/04/27 : Cuisine simple et efficace
14/06/27 : Préserver son énergie

Les mercredis de MORTAIN-BOCAGE

Forum du Mortainais

14/10/26 : Les maladies neurodégénératives
13/01/27 : Les offres de répit
24/03/27 : Le réseau mémoire
16/06/27 : Balade nature

les vendredis de SAINT-HILAIRE DU HARCOUËT

Maison des jeunes

02/10/26 : La communication
11/12/26 : Le sommeil
12/03/27 : Préserver la relation de couple
21/05/27 : Sophro-balade

Toutes les thématiques sont accessibles à tous sur l'ensemble des trois secteurs.

Une action pour votre proche est systématiquement proposée sur place.

GRATUIT - INSCRIPTION conseillée au CLIC du Sud Manche : 02.33.68.21.35

