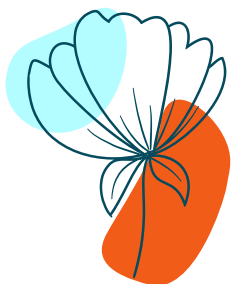




MAINTENIR



AIDANTS UN TEMPS POUR SOI

Vous **aidez** régulièrement l'un de vos **proches** en **situation de dépendance** ?

Nous vous proposons des temps de **détente** et de **partage entre aidants** (Cérémonie du thé, Ikébana et Dao Yin).

DATES ET HORAIRES AU VERSO

GRATUIT

SUR INSCRIPTION !



04 78 58 05 68



prevention@maintenir.asso.fr

Carsat Retraite
& Santé
au travail



www.maintenir.asso.fr

PLANNING DES ACTIVITÉS

Les vendredis de 16h30 à 18h30

DATE/HORAIRE	ACTIVITÉ
10 novembre 2023	Ikébana
24 novembre 2023	Dao Yin
15 décembre 2023	Cérémonie du thé



Association La MIETE
150 Rue du 4 Août 1789, 69100 Villeurbanne

Les samedis de 15h00 à 18h00

DATE/HORAIRE	ACTIVITÉ
4 novembre 2023	Dao Yin & Cérémonie du thé
16 décembre 2023	Ikébana de Noël & Cérémonie du thé



Association MÉTROPOLE AIDANTE
292 rue Vendôme, 69003 Lyon

NOUS PROPOSONS ÉGALEMENT...



Formation des aidants

Se questionner et analyser sa situation d'aidant



Le café des aidants

Temps d'échange et de convivialité