

+55 ans

Atelier Parcours Aidant : prendre soin de soi et des autres

Un parcours de 5 séances

AUTOUR DE DIVERSES THÉMATIQUES

Se reconnaître en tant qu'aidant
Savoir réagir en situation de crise
Gérer sa charge mentale
Maintenir la beauté de la relation
Connaître ses voies de recours

Tous les **lundis** de **10h30 à 12h**
À partir du **28 avril 2025**

Contact inscription

02 35 87 00 20



Lieu : Château Gasse Keller 66 route
Rouen 27520 Grand Bourgtheroulde



**POUR Bien
Vieillir**

l'assurance
retraite

Carsat

agirc-arrco

la retraite
complémentaire
publique

CNAV

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
ASEPT Normandie

Avec le soutien de nos partenaires

