



vous propose

Echanges entre  
Aidants

**VOUS AIDEZ, OU AVEZ AIDÉ UN PROCHE?  
(FAMILLE, AMIS, VOISINS, COLLÈGUES...)**

Participez à nos groupes d'échanges  
téléphoniques



Composez le N°  
anonyme et gratuit



Inscrivez-vous par mail :  
[aidants.mpdt@gmail.com](mailto:aidants.mpdt@gmail.com)



Prendre un temps  
pour soi en  
échangeant avec  
d'autres





# THÈME : PRENDRE SOIN DE SOI

Inscription obligatoire - 6 pers. par atelier

**Mardi 16 avril 2024**

**14h - 15h**

**Mercredi 15 mai 2024**

**20h - 21h**

**Lundi 24 juin 2024**

**12h30 - 13h30**

Informations et inscription :

[aidants.mpdt@gmail.com](mailto:aidants.mpdt@gmail.com)

[www.mespasdanslestiens.fr](http://www.mespasdanslestiens.fr)