Un parcours en 7 thématiques

Apprenons à nous connaître

Mes envies, mes projets : mon nouveau quotidien

Du temps pour moi et du temps à offrir aux autres

Retrouvons nous et faisons le bilan !

Mes démarches administratives, financières et juridiques

Je continue de prendre soin de moi (sommeil, nutrition..)

J'aide un proche au quotidien et je veille à mon équilibre

Inscription gratuite !

Tous les vendredis de 14h30 à 16h30

Séance 1 : 06/11
Séance 2 : 13/11
Séance 3 : 20/11
Séance 4 : 27/11
Séance 5 : 04/12
Séance 6 : 11/12
Séance 7 : 18/12

Pour plus de renseignements...

06 44 60 26 56
julie@neosilver.fr