

Un temps pour moi, un temps d'échange

Vendredi 4 septembre 2020 à partir de 14H30

Promenade à Nauviale suivi d'un moment d'échange et de partage autour d'un goûter , rendez-vous place de la mairie à 14h

Vendredi 23 octobre 2020 à partir de 14h30

Sortie « Châtaignes » à Conques, rendez-vous à la maison familiale de Conques, rue Henri Parayre

Vendredi 22 janvier 2021 à partir de 14h30

Séance de relaxation assise , suivi d'un moment d'échange, rendez- vous à Salle-la-Source, Lieu à définir

Vendredi 19 mars 2021 à partir de 14h30

Visite de la cave des Vignerons à Valady, visite du Chai et dégustation, rendez vous à l'entrée

Un temps pour moi, un temps d'échange

Vendredi 4 septembre 2020 à partir de 14H30

Promenade à Nauviale suivi d'un moment d'échange et de partage autour d'un goûter , rendez-vous place de la mairie à 14h

Vendredi 23 octobre 2020 à partir de 14h30

Sortie « Châtaignes » à Conques, rendez-vous à la maison familiale de Conques, rue Henri Parayre

Vendredi 22 janvier 2021 à partir de 14h30

Séance de relaxation assise , suivi d'un moment d'échange, rendez- vous à Salle-la-Source, Lieu à définir

Vendredi 19 mars 2021 à partir de 14h30

Visite de la cave des Vignerons à Valady, visite du Chai et dégustation, rendez vous à l'entrée

Prenez un temps pour vous et venez partager un moment agréable avec des personnes qui comme vous sont aidantes d'un proche en situation de dépendance, de maladie ou de handicap.

Lors de ses rencontres Madame Justine Granchamp, psychologue sera présente pour vous accompagner.

En cas de difficulté de déplacement ou d'organisation pour la garde de votre proche n'hésitez pas à prendre contact avec la coordinatrice du Point Info Seniors afin d'envisager des solutions.

**COMPRENDRE ET AGIR POUR LES AINES CONQUES-
MARCILLAC**

POINT INFO SENIORS

Maison du Territoire

28 Avenue Gustave Bessière 12330 MARCILLAC-VALLON

☎ 05 65 42 29 33

pointinfoseniors.capacm@gmail.com

Coordinatrice: Elodie SINGLARD-CAUSSE

Prenez un temps pour vous et venez partager un moment agréable avec des personnes qui comme vous sont aidantes d'un proche en situation de dépendance, de maladie ou de handicap.

Lors de ses rencontres Madame Justine Granchamp, psychologue sera présente pour vous accompagner.

En cas de difficulté de déplacement ou d'organisation pour la garde de votre proche n'hésitez pas à prendre contact avec la coordinatrice du Point Info Seniors afin d'envisager des solutions.

**COMPRENDRE ET AGIR POUR LES AINES CONQUES-
MARCILLAC**

POINT INFO SENIORS

Maison du Territoire

28 Avenue Gustave Bessière 12330 MARCILLAC-VALLON

☎ 05 65 42 29 33

pointinfoseniors.capacm@gmail.com

Coordinatrice: Elodie SINGLARD-CAUSSE