

CIAS DU MARSAN



ACTION DE PRÉVENTION

Aidants, votre santé on en parle

En lien avec le CIAS du Marsan, la Mutualité Française Landes propose une action de prévention à destination des aidants intitulée « **Aidants, votre santé, parlons-en** ».

Composée de 5 séances de 2h, cette action proposera :

- une pièce de théâtre suivie d'un débat, le jeudi 22 septembre de 14h à 16h, à la salle polyvalente de Saint-Avit
- trois ateliers qui aborderont les dimensions de la santé (bien dans son corps ; bien dans sa tête ; bien avec les autres), les jeudis 6, 20 octobre et 3 novembre de 14h à 16h, au foyer municipal de Saint-Avit
- une phase bilan, le jeudi 17 novembre de 14h à 16h, au foyer municipal de Saint-Avit

Les participants ayant besoin de mettre en place une garde de jour pour leur proche aidé afin de participer à cette action peuvent le signaler au moment de leur inscription.

Renseignements et inscriptions jusqu'au 8 septembre auprès de la Mutualité Française Landes : 06 19 58 21 52 / secretariat@mutualite-landes.fr

