

# Le Café des Aidants

Les services de santé de la Ville de Dugny vous proposent un moment d'échange et de partage : **Le Café des Aidants.**

**Date et heure : Jeudi 13 mars à 9h30**

**Lieu : Espace municipal des Seniors**

Vous êtes **aidant** et accompagnez au quotidien **un proche en perte d'autonomie, malade ou en situation de handicap** ? Venez partager votre expérience avec d'autres aidants dans un cadre convivial et bienveillant.

## Au programme

- Partage d'expériences entre aidants
- Échanges d'astuces pour mieux organiser votre quotidien
- Promotion du bien-être et de la santé mentale

Un moment pour vous ressourcer, rompre l'isolement et repartir avec des conseils concrets.

**Informations et contact : M. Timothé ATTIA - 06 21 48 39 64**

Nous vous attendons nombreux !

VILLE-DUGNY.fr

Les services de santé de la ville vous proposent

## LE CAFÉ DES AIDANTS DE DUGNY

Rejoignez-nous  
**JEUDI 13 MARS À 9H30**  
À l'espace municipal des Seniors  
2, avenue de la 2<sup>ème</sup> Division Blindée

Vous êtes aidants et vous souhaitez partager votre expérience avec d'autres aidants ?

AU PROGRAMME : Partage d'expériences, astuces pour mieux organiser sa vie d'aidant, promotion du bien-être et de la santé mentale...

**INFORMATIONS**  
Contactez M. Timothé ATTIA au : 06 21 48 39 64

Centre Municipal du Sport  
**SIMONE VEIL**  
Ville de Dugny

Date

Jeudi 13 mars, 09:30 - 11:30