















## Inscription gratuite!

Séance 1 : Apprenons à nous connaître, à nous découvrir.



Séance 3 : Mes

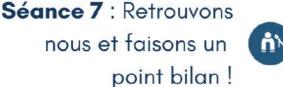
envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien.



Séance 5 : Du temps pour moi, du temps à



offrir aux autres.



Séance 2 : Je gère mon budget, je réalise mes démarches administratives et juridiques et me renseigne.

Séance 4: Je continue de prendre soin de moi.



Séance 6 : J'aide un proche au quotidien, je veille à mon équilibre.

Renseignements et inscriptions:

> 03 74 49 41 62

> Mairie de Mouchin

> Site de Pévèle-Carembault

Séance 1 : **13/11** (9h - 11h)

Séance 2 : **20/11** (9h - 11h)

Séance 3 : **27/11** (9h - 11h)

Séance 4 : **4/12** (9h - 11h)

Séance 5 : **11/12** (9h - 11h)

Séance 6 : **18/12** (9h - 11h)

Séance 7 : **29/01** (9h - 11h)