



ATELIER D'INITIATION À LA SOPHROLOGIE

AIDANTS, et si vous preniez aussi soin de vous ?

PLANNING 2026

- **Lundi 14 septembre**
- **Lundi 12 octobre**
- **Lundi 9 novembre**
- **Lundi 7 décembre**



Atelier gratuit, sur inscription

Renseignements et inscription : 04 89 04 20 11
ou par mail à aidants06@departement06.fr

À NICE, DE 10H À 11H30

Maison de l'autonomie Lyautey
21 boulevard Maréchal Lyautey



Commission des financeurs
de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées



www.mda06.fr

@AlpesMaritimes @departement06

@Département des Alpes-Maritimes

VOUS
AVANT TOUT!