

Organisé par : 

**SAFIRH**

Avec le soutien de :



01 40 33 98 75

safirh@casip-cojasor.fr

Nous vous donnons rendez-vous, les 1ers lundis de chaque mois de 14h à 15h30, autour d’un thème.

203, rue La Fayette 75010 PARIS

**PROGRAMME année**

**Lundi 7 mars 2022**

Les richesses de la relation d’aide

**Lundi 4 avril 2022**

Aider par amour et/ou par devoir

**Lundi 2 mai 2022**

Quelles astuces pour rester en bonne santé (physique et bien-être)

**Lundi 6 juin 2022**

Il ne me parle plus, je veux comprendre sa maladie !

**Lundi 4 juillet 2022**

Conseils et astuces pour cuisiner simplement et manger avec plaisir

**Lundi 5 septembre 2022**

Mon proche, et moi, et moi, et moi !

**Lundi 3 octobre 2022**

Nos amis nous disent que nous les avons oubliés mais ils nous manquent !

**Lundi 7 novembre 2022**

Aider sans limite ? : concilier rôle d’aidant et rôle familial

**Lundi 5 décembre 2022**

J’ai envie de sortir !

**Nom**