

UN PARCOURS COLLECTIF DE 7 THEMATIQUES

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 7: Retrouvons nous et faisons un point bilan!



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: 100% mobile à la retraite.



Inscription gratuite !

Les mercredis et les vendredis

14h30 à 16h30

- 18/10/2023
- 27/10/2023
- 10/11/2023
- 17/11/2023
- 24/11/2023
- 01/12/2023
- 12/01/2024

**Renseignements
et inscriptions :**

**Espace Seniors
de Limoux
04 68 69 79 60**