

Et moi dans tout ça ?

Vous aidez régulièrement un proche âgé,
malade ou en situation de handicap ?

**Prenons le temps du partage
et de l'échange !**

Le Comité Action Sociale Agirc-Arrco Hauts de France, en partenariat avec le
Département du Pas-de-Calais, la plateforme de répit ESSRA, le Relais des
Aidants et le CCAS d'Auchy-les-Mines vous invitent à un temps dédié au bien-être.



le Mardi 29 septembre 2026
de 14h00 à 17h00



A la salle polyvalente St Michel,
Située place Jean Jaurès
AUCHY-LES-MINES

Venez découvrir des activités simples et ludiques et repartez
avec des conseils et astuces pour alléger votre quotidien.

Inscription gratuite par courriel :
actionsocialehautsdefrance@agirc-arrco.fr

