

# Les jeudis midi en visio

les jeudis de 12h30 à 13h30 : offrez-vous une pause

**# Pause Mieux vivre**  
**# Pause Bien-être**  
**# Pause Budget**



2 octobre 2025	être aidant au quotidien, des pistes pour l'aborder sereinement
9 octobre 2025	comprendre et prendre soin de soi pour mieux vivre les événements de la vie
16 octobre 2025	s'alléger mentalement en classant, traitant les docs administratifs et en gérant ses comptes
13 novembre 2025	seul ou séparé, quelle organisation familiale au quotidien ?
20 novembre 2025	les économies au quotidien, pour un impact positif sur notre budget

Pour recevoir le lien de connexion et l'invitation :



Je m'inscris

Vous avez des questions : Ecrivez-nous