



# CONFÉRENCE

Mercredi 8 février 19h

## PROCHES AIDANTS, prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre



Vous consacrez régulièrement votre temps à un proche atteint dans sa santé ou son autonomie ?

Lors de cette conférence, « Proches Aidants Valais » vous fournira les informations et conseils pour continuer à aider sans vous épuiser.

**Gratuit | Ouvert à tous**  
**Espace Quai n°1**

*Administration communale*  
*Place de la Gare 1*

---



Commune  
de Port-Valais