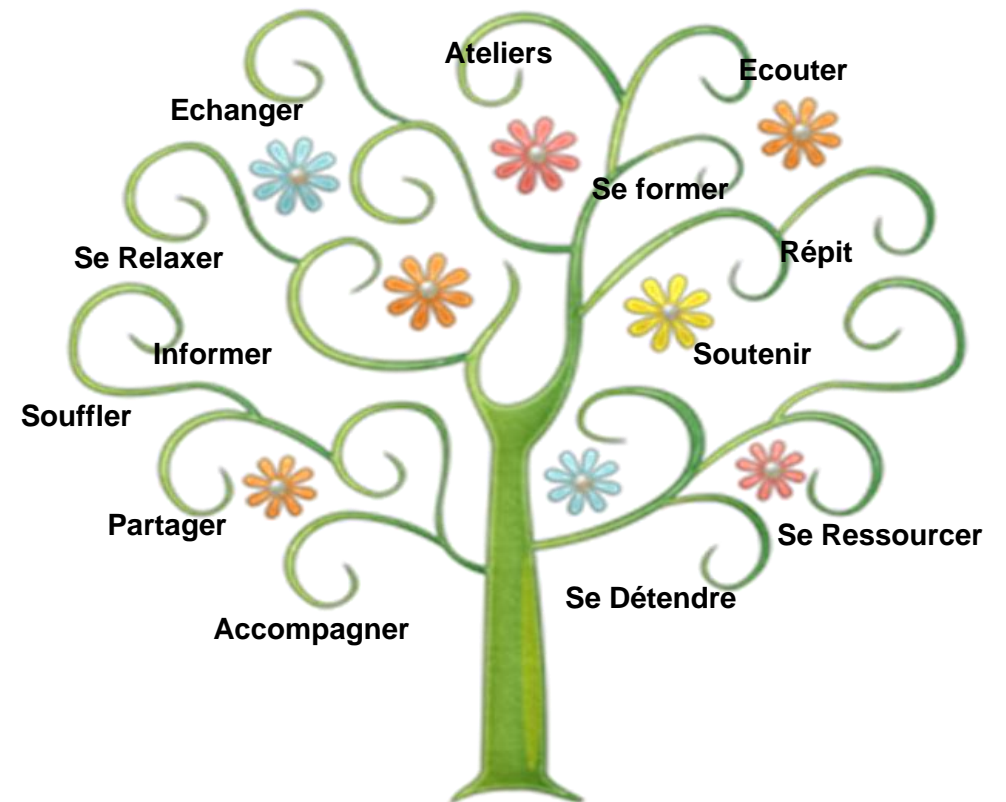




Plateforme de l'Autan Agenda Novembre / Décembre 2021

INSCRIPTIONS :
Céline SCHMEISSER au
05 63 97 75 72 – plateforme.repit@serenitarn.fr
104 Avenue de Toulouse 81200 Aussillon



**Le Souffle des Aidants
Une pause pour mieux aider**

Novembre		Décembre	
Mardi 2	Atelier Naturopathie 14h30 – 16h - Maison Guy Viala à Saïx, salle n°5	Jeudi 2	Après-midi Détente - LOTO 14h -102 avenue de Toulouse Aussillon
Jeudi 4	Relaxation - Atelier mobilité pour les aidants Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. A 14h au 102 avenue de Toulouse Aussillon	Jeudi 9	Relaxation - Atelier mobilité pour les aidants Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. A 14h Maison Guy Viala salle n°5 à SAIX
Mardi 16	Atelier Naturopathie 14h30 – 16h - Maison Guy Viala à Saïx, salle n°5	Mardi 14	Atelier Naturopathie 14h30 – 16h - Maison Guy Viala à Saïx, salle n°5
Jeudi 18	Rendez-vous des aidants Promenade /Salon de thé, RDV à la Borde Basse, Départ 13h30 Aussillon et RDV à 14h au parking de la Borde Basse	Jeudi 16	Journée Détente Restaurant L'Hôtellerie du Lac à Saint-Ferréol pour 12h et visite du musée du Canal, Départ à 11h de Sérénitarn en co-voiturage. Participation 15 €
Jeudi 25	Relaxation - Atelier mobilité pour les aidants Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. A 14h Maison Guy Viala sale n°5 à SAIX	Mardi 21	Goûter de Noël Centre d'Accueil de Jour A 15h vous êtes invités à partager un moment festif avec vos aidés. 38 rue Albert Camus Aussillon
Mardi 30	Atelier Naturopathie 14h30 – 16h - Maison Guy Viala à Saïx, salle n°5		

Nous vous rappelons que les actions collectives de la plateforme de répit des aidants s'adressent aux aidants accompagnant un proche dépendant. Deux types d'actions, pour le couple aidant /aidé et pour l'aidant seul. Les actions sont gratuites, une petite participation peut être demandée lors de certaines sorties. **Pour notre organisation, merci de penser à vous inscrire, dernier délais une semaine avant la date ou de donner l'ensemble des dates auxquelles vous pensez venir.** Bien entendu les actions sont menées dans le respect des gestes barrières à chacun de nos rendez-vous. En fonction de l'évolution sanitaire nous pourrions être obligés de modifier nos sorties.

INSCRIPTIONS :
Céline SCHMEISSER au
05 63 97 75 72 – plateforme.repit@serenitarn.fr
104 Avenue de Toulouse 81200 Aussillon