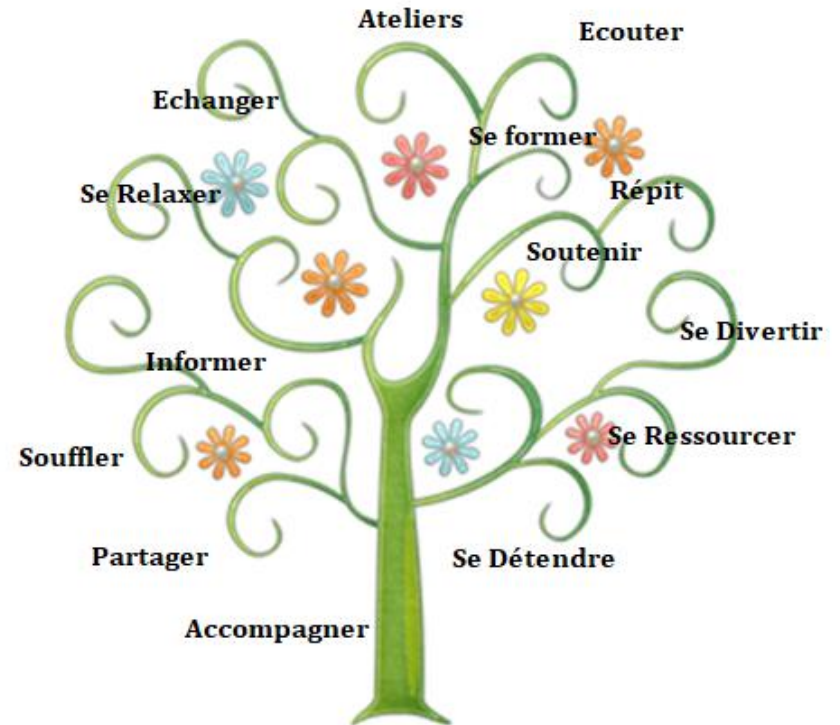




Agenda Juillet / Août 2021

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

Les actions collectives 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 délai : une semaine avant la date ou donner l'ensemble des dates auxquelles vous pensez venir.** Avec le respect des gestes barrières dans chacun de nos rendez-vous. En fonction de l'évolution sanitaire nous pourrions être obligé de modifier nos sorties.

JUILLET 2021	Jeudi 1 ^{er}	Relaxation - atelier mobilité pour les aidants 10h 30 - Lac d'En Laure Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. Nous ferons la séance en plein air.	AOUT 2021	Jeudi 5	Relaxation - atelier mobilité pour les aidants 10h30 - Lac d'En Laure Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. Nous ferons la séance en plein air.
	Mercredi 7	Rendez-vous des Aidants à Castres 14h30 - 16h30 Discussion libre sur vos besoins, problématiques et moment convivial au Salon de Thé Couleurs Café à côté de la Jardinerie Tarnaise		Mardi 10	Relaxation - atelier mobilité pour les aidants 14h - Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. Nous ferons la séance en plein air. Maison des associations Guy Viala SAIX
	Jeudi 8	Sortie détente avec Carole 14h - Lac d'En Laure Thème la sécurité et les déplacements		Jeudi 12	Rendez-vous des Aidants 11h15 - Départ d'Aussillon 12h - Repas à la Brasserie Marso (avec participation) à Castres Thème de la journée Les transports du bassin Castres-Mazamet
	Mardi 13	Atelier Naturopathie 14h30 - 16h Maison des associations Gui Viala salle n°5 - Saix ou en plein air			
	Jeudi 22	Relaxation - atelier mobilité pour les aidants Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. Nous ferons la séance en plein air. 14h - 102 avenue de Toulouse à Aussillon, en extérieur s'il ne fait pas trop chaud.			
	Mardi 27	Atelier Naturopathie 14h30 - 16h Maison des associations Gui Viala salle n°5 - Saix ou en plein air.			
	Jeudi 29	Sortie détente - Lac du Lézer 13h - Départ d'Aussillon 13h30 - Point de rencontre au parking du Super U 14h - Promenade au Lac du Lézer (commune de Burlats) et goûter sorti du sac			

*Week-end Répit des Aidants
Hameau des Etoiles dans le Gers du 3 au 5 septembre 2021
Visite de la Romieu, de Fleurance, du Village de Séviac, avec soirée astronomie si le temps le permet.
3 jours et 2 nuits pour les aidants accompagnants un proche atteint de maladie neurodégénérative.
L'aidant peut venir accompagné de son proche sous condition qu'il ait suffisamment d'autonomie à la marche
Une participation sera demandée sur le séjour.
Un Bus avec chauffeur nous accompagne.
Renseignements et inscriptions auprès de la Plateforme de Répit, places limitées.
Il reste des places
Venez-vous chanter les idées le temps d'un week-end convivial.*