



Plateforme de l'Autan

Accompagnement et répit des aidants familiaux
Information - Soutien aux proches aidants - Solutions de répit



- ✚ **Jeudi 17 Mai : Relaxation pour les aidants**
A 14h, moment de détente, à l'Adar au 102 avenue de Toulouse à Aussillon. Apportez un petit coussin, une serviette et un plaid. **Inscription avant le 14 mai.**

- ✚ **Mardi 22 Mai : Relaxation, pour les aidants CCSA**
Venez-vous détendre à la Salle des associations de SOUAL à 14h30. Apportez un petit coussin, une serviette, un plaid et un tapis.

- ✚ **Jeudi 24 Mai : histoire du patrimoine et exposition**
Venez passer une après-midi découverte de l'histoire de Mazamet ainsi que l'exposition de Jean Mermoz et l'aéropostale. **Départ de l'ADAR à 14h. Merci de vous inscrire avant le 17 mai.**

- ✚ **Lundi 28 Mai : Rendez-vous des Aidants**
Venez passez une après-midi promenade et échanges. Nous prendrons le temps de faire un point poste formation. **Départ de l'ADAR à 13h45** en co-voiturage pour **la voie verte derrière le Leclerc de Castres**, promenade à 14h15. Si le temps ne le permet pas nous irons à la cafétéria de Leclerc directement, pour passer un moment convivial. **Participation de 2 à 3€ selon votre consommation. Inscription avant le 24 Mai.**

- ✚ **Du 28 au 30 septembre 2018 : Week-end Répit, Pré-inscription**
Cette année le week-end détente aura lieu dans les Pyrénées-Orientales à Tautavel. Nous serons logés au centre Torre Del Far. Le programme de ce week-end vous sera dévoilé dans nos prochains programmes. Pour ceux qui seraient intéressés, merci de nous le faire savoir, **les places sont limitées.** Pour l'organisation et la participation restante à votre charge renseignements auprès de Cathy et Céline.

