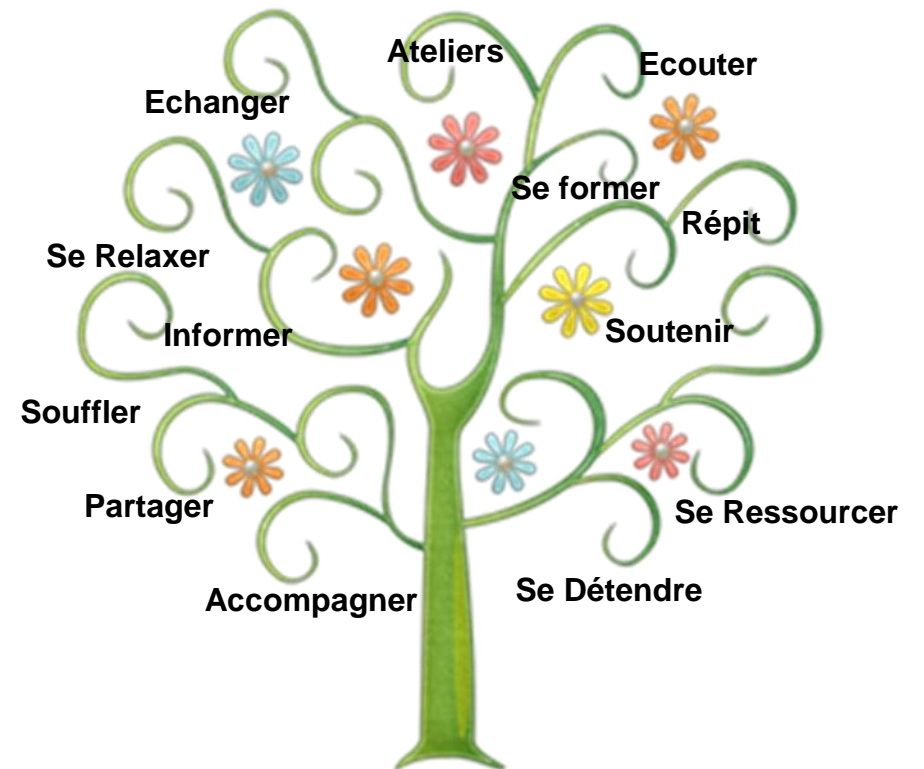


| Juillet 2023 | | Août 2023 | |
|--------------|--|-------------|---|
| Lundi 3 | Groupe de Parole Endeuillé Avec Coralie Albert Psychologue 14h – 16h Maison Guy Viala salle n°5 Saïx | Jeudi 3 | Temps de convivialité : Auberge Espagnole au Dicoso à partir de 11h30 |
| Mardi 4 | Atelier Naturopathie 14h30 – 16h Maison Guy Viala salle n°5 Saïx | Lundi 7 | Groupe de Parole Endeuillé Avec Coralie Albert Psychologue 14h – 16h Maison Guy Viala salle n°5 Saïx |
| Mardi 4 | Santé vous Bien de 10h/15h Atelier physique adaptée, sophrologie, repas partagé... Avec France Alzheimer et France Parkinson le Comité Olympique du Tarn. Brassac salle Pierre Beziat 2 chemin de la Carrierasse | Mercredi 23 | Groupe d'Expression, 14h SSIAD ADMR Puylaurens |
| Jeudi 6 | Temps de convivialité : Auberge Espagnole, Lac des Montagnes à partir de 11h30 | Jeudi 24 | Prêt rencontre séjour de répit Aveyron 14h Lac d'En Laure |
| Mardi 11 | Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. Maison Guy Viala Saïx | Mercredi 30 | RDV des Aidants à 14h Groupe d'échanges avec la Psychologue RDV au 102 Avenue de Toulouse Aussillon |
| Jeudi 13 | Cycle de formation et soutien psycho-sociale 14h/16h : Temps de garde de votre proche sur place. Présentation des modules de formation et échanges avec les aidants Maison Guy Viala salle n°5 Saïx | Jeudi 31 | Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. 102 avenue de Toulouse Aussillon |
| Lundi 24 | RDV des Aidants à 14h Groupe d'échanges avec la Psychologue RDV au 102 Avenue de Toulouse Aussillon Salle Thoré | | |
| Mardi 18 | Atelier Naturopathie 14h30 – 16h Maison Guy Viala salle n°5 Saïx | | |
| Mercredi 19 | Groupe d'Expression, 14h SSIAD ADMR Puylaurens | | |
| Jeudi 20 | Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. 102 avenue de Toulouse Aussillon | | |
| Mercredi 26 | Session de Formation – Soutien Psycho-sociale avec garde du Proche 14/16h Salle Guy Viala Saïx | | |
| | | | |

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 délais une semaine avant la date ou de donner l'ensemble des dates auxquelles vous pensez venir.**



Plateforme de l'Autan Agenda Juillet / Août 2023



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**