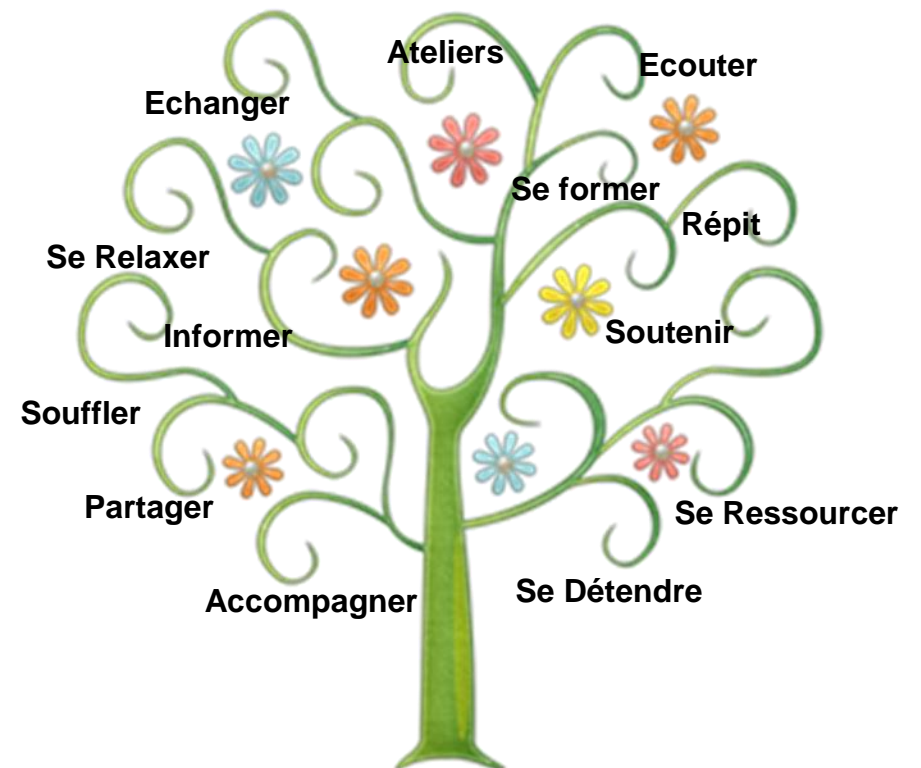


<h2>Mai</h2>		<h2>Juin</h2>	
<b>Mardi 10</b>	<b>Atelier Naturopathie</b> 14h30 – 16h Maison Gui Viala salle n°5 Saïx	<b>Jeudi 2</b>	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants avec garde du proche sur place</b> Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. <b>A 14h au 102 avenue de Toulouse 81200 Aussillon</b>
<b>Jeudi 12</b>	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants avec garde du proche sur place</b> Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. <b>A 14h au 102 avenue de Toulouse 81200 Aussillon</b>	<b>Mardi 7</b>	<b>Atelier Naturopathie</b> 14h30 – 16h Maison Gui Viala salle n°5 Saïx
<b>Jeudi 19</b>	<b>Rendez-Vous des Aidants à partir de 14h</b> Temps de garde de votre proche sur place, suivi d'un goûter. Si il fait beau temps RDV au Dicoso et si non à la Maison des associations Gui Viala Saïx	<b>Jeudi 9</b>	<b>Réunion Collectif des Aidants Sor Agout</b> 14h Puylaurens Halle aux Grains
<b>Mardi 24</b>	<b>Atelier Naturopathie</b> 14h30 – 16h Maison Gui Viala salle n°5 Saïx	<b>Lundi 13</b>	Journée Détente à la Mer Départ 9h30 pour Valras Repas midi Coût 20 € par personne
<b>Mardi 31</b>	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants</b> Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. RDV à 14h Maison Gui Viala Saïx	<b>Jeudi 16</b>	<b>Rendez-Vous des Aidants à partir de 14h</b> Temps de garde de votre proche sur place, suivi d'un goûter. Selon le temps nous ferons une promenade. Maison Gui Viala Saïx
		<b>Lundi 21</b>	<b>Temps de convivialité – Loto à 14h</b> 102 Avenue de Toulouse Aussillon
		<b>Mardi 21</b>	<b>Atelier Naturopathie</b> 14h30 - 16h Maison Gui Viala salle n°5 Saïx
		<b>Jeudi 23</b>	<b>Geste et Posture</b> Atelier à Puylaurens 14h
		<b>Mardi 28</b>	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants</b> Moment de détente, apportez un petit coussin, une serviette et un plaid, relax ou tapis. RDV à 14h Maison Gui Viala Saïx
		<b>Jeudi 30</b>	<b>Pique-nique avec temps de garde du proche</b> Lac des Montagnés RDV à midi du côté du restaurant du lac.

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 Mai / Juin 2022



**INSCRIPTIONS :**  
Céline SCHMEISSER au  
05 63 97 75 72 – [plateforme.repit@serenitarn.fr](mailto:plateforme.repit@serenitarn.fr)  
104 Avenue de Toulouse 81200 Aussillon

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