



# Plateforme de l'Autan

Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants familiaux



## Programme des activités Mai 2015

### Groupe d'expression du mois de mai:

Sachez que vous pouvez participer sur Castres au **Café Mémoire** organisé par France Alzheimer le **samedi 9 mai** à partir de 15h à l'Hôtel de l'Europe.

### Jeudi 7 mai 2015 : Atelier créatif

Céline vous propose un atelier créatif, avec la décoration de boîtes à mouchoirs. Rendez-vous à partir de 14h dans les locaux de l'Adar d'Aussillon. **Inscription avant le 4 mai.**

### Lundi 18 mai 2015 : Séance de relaxation

Céline vous invite à un moment de détente, dans les locaux de l'ADAR au 102 avenue de Toulouse à Aussillon, à 14h30. Vous pouvez apporter un petit coussin et un plaid. **Inscription avant le 13 mai.**

### Jeudi 21 mai 2015 : Sortie

Carole et Céline vous accompagnent pour une promenade au lac des Montagnès ou avec des activités intérieures selon le temps. Vous pouvez venir seul(e) ou accompagné(e) de votre proche. **Départ des locaux de l'ADAR au 102 Avenue de Toulouse à Aussillon, 14h.**

**Pour l'organisation merci de vous inscrire avant le 15 mai 2015.**

### Programmation d'un week-end détente :

La Plateforme organisera fin septembre - début octobre 2015 un week-end détente au Lazaret (ci-joint le document). Pour ceux qui seraient intéressés, merci de nous le faire savoir, **les places sont limitées.** Nous vous tiendrons au courant dans les mois suivants, de l'organisation et de la participation restante à votre charge.

Pour les inscriptions, contacter Cathy Bacconnier ou Céline Schmeisser au **05 63 97 70 40**