



Plateforme de l'Autan

Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants familiaux



Programme des activités Septembre 2015

Groupe d'expression du mois de Septembre:

Sachez que vous pouvez participer sur Castres au **Café Mémoire** organisé par France Alzheimer le **samedi 12 septembre** à partir de 15h à l'Hôtel de l'Europe.

Jeudi 10 septembre 2015 : Auberge Espagnole

Venez prendre un repas en commun au **Dicosa à 12h**. Chacun apportera un plat (veuillez nous préciser vos préparations en vous inscrivant pour équilibrer le repas). L'après-midi se poursuivra avec une promenade et une partie de pétanque avec Carole et Céline. En cas de mauvais temps, nous nous retrouverons au 102 avenue de Toulouse pour le repas). Vous pouvez venir seul(e) ou accompagné(e) de votre proche. **Merci de vous inscrire avant le 7 septembre** pour l'organisation.

Jeudi 17 septembre 2015 : Séance de relaxation, pour les aidants

Céline vous invite à un moment de détente, dans les locaux de l'Adar au 102 avenue de Toulouse à Aussillon, à **14h00**. Vous pouvez apporter un petit coussin, une serviette et un plaid. Inscription avant le 14 septembre.

Lundi 21 septembre 2015 : Groupe promenade

Céline vous convie à une promenade, Lac d'en Laure à Labruguière. Rendez-vous au départ de l'ADAR à **14h** avec un co-voiturage, pour ceux qui sont près d'Aussillon. **Deuxième rendez-vous à 14h30** au lac d'en Laure pour ceux qui sont plus près de Labruguière. Merci de vous inscrire avant le **17 septembre** (en cas de mauvais temps, nous annulerons la sortie).

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