



Programme des activités Août 2016

Relaxation, pour les aidants

- ✚ **Lundi 1^{er} août à 14h30**, moment de détente, à l'Adar au 102 avenue de Toulouse à Aussillon. Vous pouvez apporter un petit coussin, une serviette et un plaid. **Inscription avant le 29 juillet 2016.**

Groupe promenade : Parc de Bonnetombe à Mazamet

- ✚ **Lundi 8 août** Céline vous convie à un moment de détente, promenade, jeu du Mölkky et goûter. **Départ de l'ADAR à 14h** avec un co-voiturage pour le parc. **Merci de vous inscrire avant le 2 août** (en cas de mauvais temps, nous annulerons la sortie).

Pique-Nique et promenade : Lac des Montagnès

- ✚ **Jeudi 11 Août** Venez prendre votre pique-nique en commun au Lac des Montagnès à 12h. Chacun apportera son repas. L'après-midi se poursuivra avec une promenade et jeu du Mölkky avec Carole et Céline. En cas de mauvais temps, nous nous retrouverons au 102 avenue de Toulouse pour partager ce temps de repas). **Merci de vous inscrire avant le 5 août** pour l'organisation.

Rappel

- ✚ **Week-end détente : Du 16 au 18 septembre 2016-** week-end détente au Lazaret. **Il nous reste une place.** Pour l'organisation et la participation restante à votre charge renseignements auprès de Cathy et Céline.