



Plateforme de l'Autan

Accompagnement et répit des aidants familiaux
Information - Soutien aux proches aidants - Solutions de répit



- ✚ **Lundi 3 Juillet : Visite de l'atelier Guy Roux – 4 places**
Visite de l'atelier du Chocolatier Maître Artisan, les places étant limitées, inscription principalement pour les aidants dans un premier temps. Nous partirons de l'ADAR à 13h15 pour être sur place à 13h30 « ZAC de la Castagnalotte, Bout du Pont de l'Arn ». **Inscription avant le 30 juin.**

- ✚ **Jeudi 6 Juillet : Repas au Lac des Montagnes**
Rendez-vous pour 12h et un peu avant si vous le souhaitez, au Lac du côté du second parking après les restaurants. Nous partagerons une formule sandwich que nous confectionnerons ensemble. Nous vous laissons vous occuper des desserts et boissons. **Inscription avant le 30 juin.**

- ✚ **Samedi 8 Juillet : Café Mémoire**
Organisé par France Alzheimer, **de 15h à 17h**, à Castres à l'Hôtel de l'Europe

- ✚ **Lundi 10 Juillet : Visite de l'entreprise Pistre et Fils – 9 places**
Nous ferons cette visite à Labaside-Rouairoux, pour nous montrer ce que devient le bois de nos forêts et sa transformation. Départ de l'ADAR en co-voiturage à 13h pour nous rendre à Labastide-Rouairoux. **Inscription avant le 6 juillet.**

- ✚ **Jeudi 20 Juillet : Relaxation, pour les aidants**
A 14h, moment de détente, à l'Adar au 102 avenue de Toulouse à Aussillon. Apportez un petit coussin, une serviette et un plaid. **Inscription avant le 13 juillet.**

- ✚ **Jeudi 27 Juillet: Promenade – centre équestre Borde Base**
Carole et Céline vous propose une petite marche sur Castres. Départ de l'Adar à 13h30, rendez-vous au centre équestre pour 14h. **Selon les conditions climatiques nous adapterons la sortie. Inscriptions avant le 24 juillet.**

- ✚ **Lundi 31 Juillet : Relaxation, pour les aidants**
A 14h, moment de détente, à l'Adar au 102 avenue de Toulouse à Aussillon. Apportez un petit coussin, une serviette et un plaid. **Inscription avant le 24 juillet .**