



Plateforme de l'Autan

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



Les actions collectives s'adressent aux aidants accompagnants 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.

➤ Formation des aidants, dernier module

Lundi 7 janvier : Trouver sa place avec les professionnels
De 14h à 16h, dans les locaux de l'AGARDOVA Castres

➤ Relaxation pour les aidants

Moment de détente, Apportez un petit coussin, une serviette et un plaid
Jeudi 10 janvier, ADAR Aussillon à 14h
Inscription avant le 8 janvier
Mardi 15 janvier, Saïx à 14h30, Maison Gui Viala salle n°5
Inscription avant le 10 janvier

➤ Atelier Aidants /Aidés ADAR 102 avenue de Toulouse Aussillon.

Jeudi 24 janvier : A 14h après-midi festive, autour de jeux, Diaporama de l'année et de la galette. **Inscription avant le 15 janvier.**

➤ Rendez-vous des aidants (aidants seuls)

Un moment d'échanges et de partage entre aidants autour d'un thème ou d'une sortie.
Lundi 28 janvier: Exposition Dali et Salon de thé Champs du Sud Castres. RDV à 14h au Carré Gambetta, départ 13h30 d'Aussillon.
Inscription avant le 18 janvier.

➤ Relaxation pour les aidants

Moment de détente, Apportez un petit coussin, une serviette et un plaid
Jeudi 7 février, ADAR Aussillon à 14h.
Inscription avant le 4 février.
Mardi 19 février, Saïx à 14h30, Maison Gui Viala salle n°5

➤ Atelier Aidants /Aidés au 102 avenue de Toulouse Aussillon.

Jeudi 14 février : A 14h ateliers mes mémoires, apportez des photos souvenirs et recettes. **Inscription avant le 7 février.**

➤ Groupe d'expression (aidants seuls)

Vendredi 15 février : A 14h30 au 102 avenue de Toulouse à Aussillon.
Inscription avant le 11 février.



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