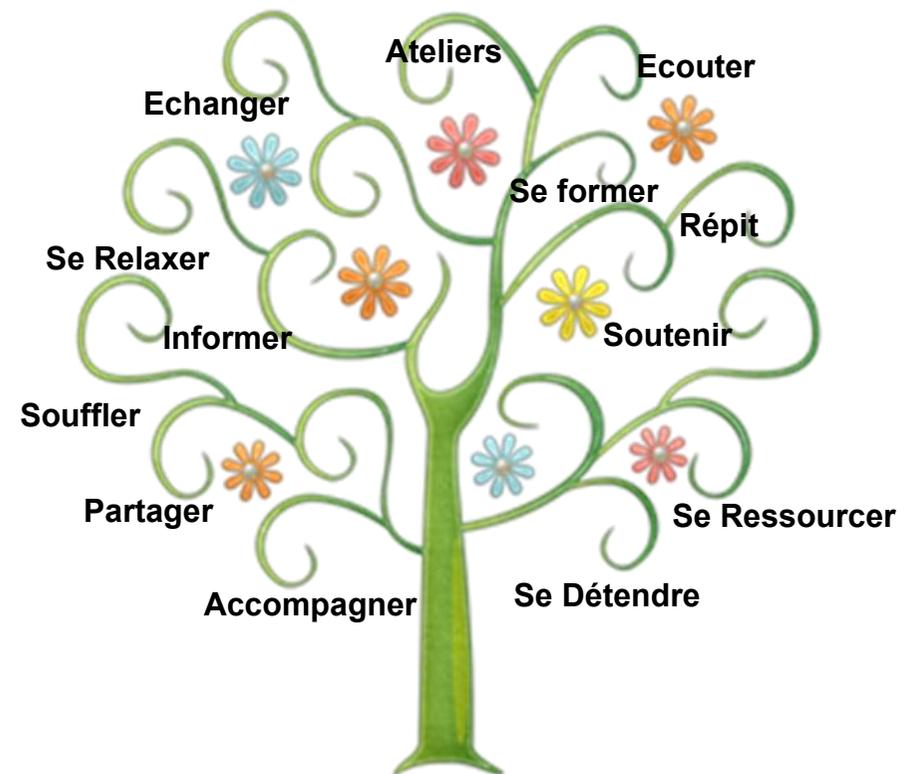


Juillet 2025		Août 2025	
Mardi 1	<b>Atelier Bien être 14h30 Estelle Raymond</b> Maison Guy Viala salle n°5 Saïx	Jeudi 7	<b>Temps de convivialité 14h, avec Carole</b> Borde Base Castres, Centre équestre, balade (départ Aussillon 13h30)
Jeudi 3	<b>Temps de Convivialité : Exposition Photos « Tarn -Bretagne : Terre de Granit et de rêves » à 14h</b> <b>Maison de ma région : 40 allée Alphonse Juin - Castres</b> Suivi d'un goûter ( départ d'Aussillon 13h30)	Jeudi 14	<b>RDV des Aidants : 14h/16h</b> Groupe d'échanges avec la Psychologue 1330 avenue de Toulouse Aussillon
Lundi 7	<b>Atelier Créadiaz 14h30</b> <b>Salle Donnadiou Bout du Pont de l'Arn</b>	Mardi 19	<b>Groupe de Parole Endeuillé 14h – 16h</b> Avec Tracy Hugon Psychologue Maison Guy Viala salle n°5 Saïx
Mardi 8	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h</b> Moment de détente. Maison Guy Viala salle n°5 Saïx	Jeudi 21	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h</b> Moment de détente. 1330 avenue de Toulouse Aussillon
Jeudi 10	<b>Temps de Convivialité : 12h pique-nique et</b> <b>Activité physique avec Carole</b> 1330 avenue de Toulouse Aussillon	Mardi 26	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h</b> Moment de détente. Maison Guy Viala salle n°5 Saïx
Mardi 15	<b>Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h</b> Moment de détente. 1330 avenue de Toulouse Aussillon		
Jeudi 17	<b>Atelier Bien être : Estelle Raymond</b> Pique nique à 12h Au Jardin de l'Ange suivi de la visite des Jardins Verdalle. Participation 3€		
Jeudi 17	<b>Bouge Ergo : Activité physique avec Carole</b> <b>14h maison des associations Puylaurens</b>		
Jeudi 24	<b>Temps de Convivialité : Auberge Espagnol, et jeux de société rdv 12h</b> <b>1330 avenue de Toulouse</b>	<b>Formation des aidants Aussillon</b>	Pré rencontre le 1 <sup>er</sup> septembre, formation à partir du 8 septembre au 13 octobre 1330 Avenue de Toulouse à Sérénitarn
Mardi 29	<b>Groupe d'expression : 14h</b> <b>Garde du Proche Halte répit</b> <b>Maison de retraite Rouanet Iché, Labastide-Rouairoux</b>	<b>Formation des aidants Castres</b>	<b>Pré rencontre le 23 septembre, formation du 7 octobre au 25 novembre</b> <b>Maison des associations de Castres</b>
Jeudi 31	<b>Journée détente : Durfort</b> <b>Repas à 12h à la Table de Durfort et visite des cuivre l'après-midi.</b> <b>Participation 25€ par personnes</b> <b>Départ 11h15 d'Aussillon</b>		<b>Reprise des ateliers CréaDiaz en Septembre (Sémalens et Bout du Pont de l'Arn)</b>

Les actions collectives s'adressent aux aidants accompagnant 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. **Pour notre organisation, merci de penser à vous inscrire, dernier délais une semaine avant la date ou de donner l'ensemble des dates auxquelles vous pensez venir.**



## Plateforme de l'Autan Agenda Juillet / Août 2025



### INSCRIPTIONS :

Céline SCHMEISSER au  
05 63 97 75 72 – [plateforme.repit@serenitarn.fr](mailto:plateforme.repit@serenitarn.fr)  
1350 Avenue de Toulouse 81200 Aussillon