

Septembre - Octobre 2025

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.**

Atelier Bien-être : Aidants 14h30

Estelle Raymond

Mardi 9 septembre, Mardi 23 septembre

Mardi 7 octobre, Mardi 21 octobre

Maison des associations Gui Viala salle n°5 Saïx

Relaxation- atelier mobilité : Aidants. 14h

Céline Schmeisser

Mardi 16 septembre

Maison Gui Viala salle n°5 Saïx

Jeudi 25 septembre, jeudi 23 octobre 1330
avenue de Toulouse Aussillon

Atelier gestion du Stress 2h pour toi, 2h pour moi
Jeudi 2 octobre 14h
EHPAD Rouanet Iché – Labastide Rouairoux

Atelier Créadiaz : Aidants/aidés 14h30 à 16h30

Lundi 1^{er} septembre

Sémalens Maison des Associaiton

Vendredi 3 octobre 16h30 Les Etangs de Saïx

Samedi 4 octobre Happy Senior Castres (à
confirmer)

Lundi 29 septembre et Lundi 17 Octobre
Bout du pont de l'Arn - Salle Louis Donnadiou

Boge Ergo : Activité Physique Aidants/aidés

Carole Aussillous

Jeudi 2 octobre 14h

1330 avenue de Toulouse Aussillon

Temps de convivialité: Aidants/aidés

Jeudi 4 septembre- 12h pique-nique Lac des
Montagnès

Jeudi 18 septembre Loto 14h - 1330 avenue de
Toulouse Aussillon

Jeudi 9 octobre : Couleur Café

Départ Aussillon 13h30

Journée Détente : Jardin des Martel Aidants/aidés

Vendredi 12 septembre

Départ 9h45 d'Aussillon
10h15 Saix

Restaurant , Café le Girou
Participation de 25€ par personne
Visite l'après-midi des jardins des Martels

Rendez-vous des aidants 14h

Tracy Hugon

Jeudi 11 septembre - Maison Gui Viala Saïx

Jeudi 16 octobre - 1330 avenue de Toulouse
Aussillon

Groupe endeuillé 14h Tracy Hugon

Maison Gui Viala Saïx

Sur inscription

Mardi 30 septembre et Mardi 28 octobre

Formation des Aidants : Atelier Comprendre Agir Avec garde du proche

Sur inscription

➤ Aussillon 1330 avenue de Toulouse

Lundi 1^{er} septembre, Lundi 8 septembre, Lundi 15
septembre, lundi 22 septembre, lundi 6 octobre, Lundi au 13
octobre

➤ Maison des association place du 1^{er} mai Castres :
salle 102 et 204

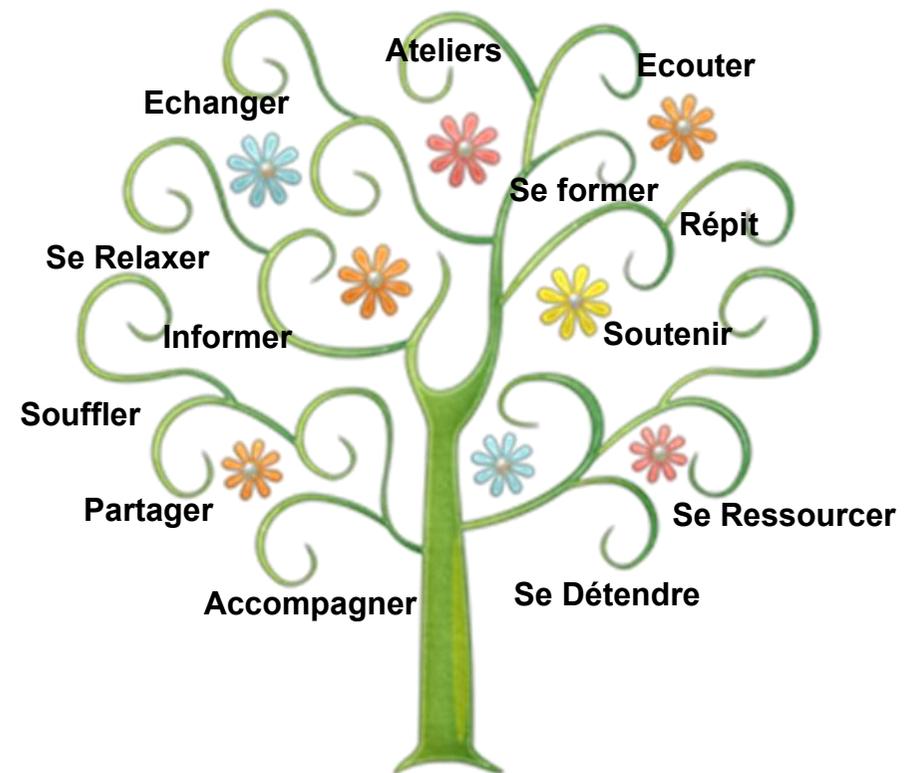
Pré rencontre le Mardi 23 septembre,
Mardi 7 octobre, mardi 14 octobre, mardi 21 octobre, mardi 4
novembre, mardi 18 novembre et mardi 25 novembre

Journée Nationale des Aidants :

Vendredi 3 octobre 16h30 Etangs de Saïx avec conférence CDAD



Plateforme de l'Autan Agenda Septembre / Octobre 2025



INSCRIPTIONS :

Céline SCHMEISSER au
05 63 97 75 72 – plateforme.repit@serenitarn.fr
1350 Avenue de Toulouse 81200 Aussillon