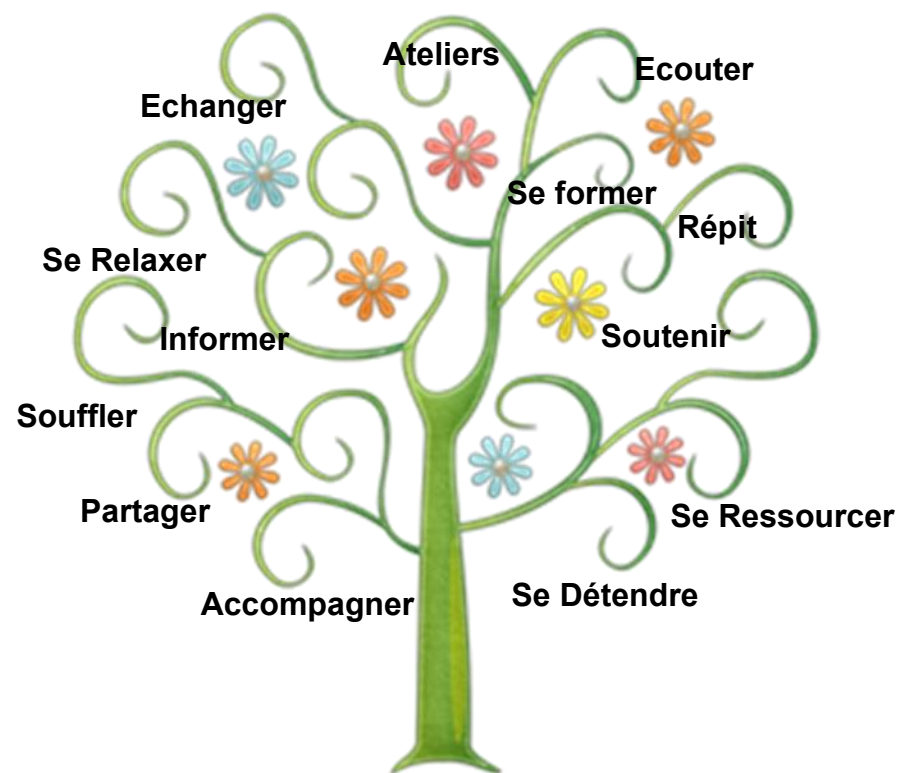


Novembre 2025		Décembre 2025	
Mardi 4	Atelier Bien être 14h30 Estelle Raymond Maison Guy Viala salle n°5 Saïx	Mardi 2	Atelier Bien être 14h30 Estelle Raymond Maison Guy Viala salle n°5 Saïx
Jeudi 6	Temps de Convivialité à partir de 12h Partagez votre repas et échangez autour du code de la route couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon	Jeudi 4	Temps de convivialité à partir de 12h Partagez votre repas et Discuter d'aide technique (téléphone, ...) couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon
Mardi 11	FERIE ARMISTICE 1918	Mardi 9	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente. Maison Guy Viala salle n°5 Saïx
Jeudi 13	Parlons de chez soi de chez nous à partir de 14h Maison Guy Viala salle n°5 à Saïx Votre proche pourra être accompagné avec un groupe.	Mercredi 10	Goûter de Noël au Centre d'accueil de jour d'Aussillon pour les personnes étant accueillies et leur proche A partir de 14h30.
Mardi 18	Atelier Bien être 14h30 Estelle Raymond Maison Guy Viala salle n°5 Saïx	Jeudi 11	Marchez autour du lac d'En Laure à Labruguière à partir de 14h départ à partir de 13h30 d'Aussillon (coviturage à organiser), couple aidant /aidé (ou jeux de société si mauvais temps à Aussillon)
Jeudi 27	Atelier créatif d'Automne à partir de 14h couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon	Mardi 16	Atelier Bien être 14h30 Estelle Raymond Maison Guy Viala salle n°5 Saïx
Supension	RDV des aidants et groupe endeuillé en l'attente d'un ou une nouvelle psychologue	Jeudi 18	Loto d'Hiver (apportez vos jetons) à partir de 14h couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon
Jeudi 20	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente. 1330 avenue de Toulouse Aussillon	Journée détente Vendredi 5	Marché de Noël, cinéma ou visite culturelle (programme à définir), rdv à 10h parking du CGR de Castres. Repas du midi au Marso. Participation 25 €.
Formation des aidants Castres	Formation Aussillon : le 3 novembre module 6 à 14h, Post rencontre le 1 ^{er} décembre à 14h. Maison des associations à Castres à 14h le 4 novembre, le 18 et le 25. Post rencontre le 16 décembre à 14h	Jeudi 25	Noël

Les actions collectives s'adressent aux aidants accompagnant un proche dépendant. Deux types d'actions vous sont proposées soit pour le couple aidant /aidé soit pour l'aidant seul.
Les actions sont gratuites, une petite participation peut être demandée lors de certaines sorties. **Pour notre organisation, inscrivez vous a minima une semaine avant la date.**



Plateforme de l'Autan Agenda Novembre / Décembre 2025



INSCRIPTIONS :

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