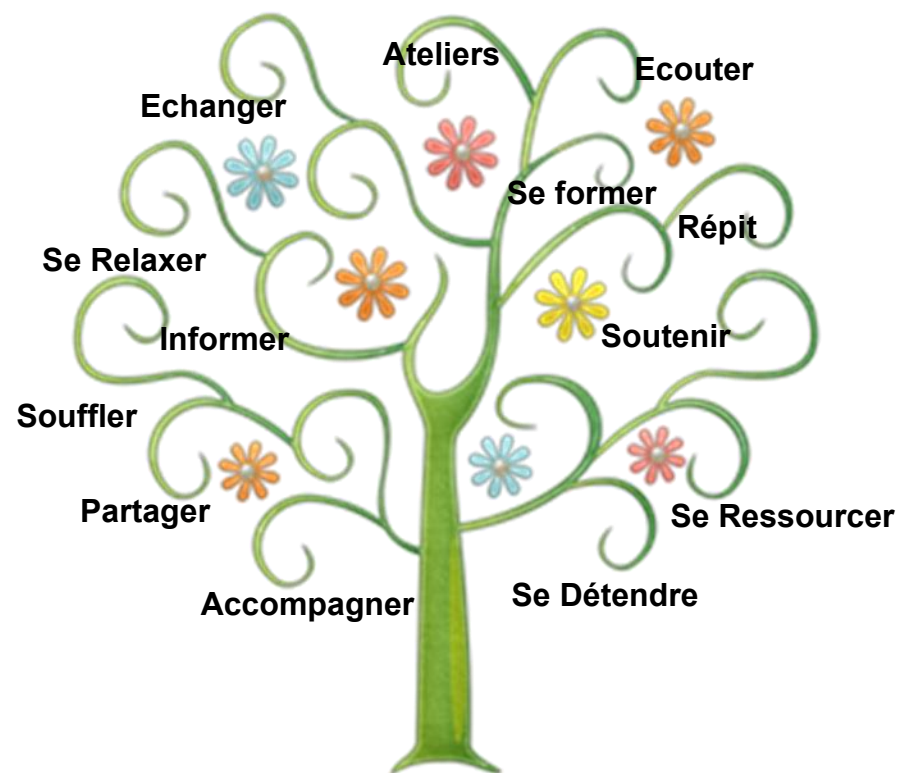


Janvier 2026		Février 2026	
Créadiaz	5 janvier Sémalens et 19 janvier Bout du Pont de l'Arn 14h30	Créadiaz	2 février Sémalens et 9 février Bout du Pont de l'Arn 14h30
Jeudi 8	Rendez-vous des Aidants avec la Psychologue : 14h maison des association de Saïx, place Jean Jaurès	Mardi 3	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Maison Guy Viala Saïx
Vendredi 9	Groupe endeuillé avec la psychologue : 22 rue Mérigonde Sérénitarn Castres au 2 <sup>ème</sup> étage à 14h	Jeudi 5	Rendez-vous des Aidants avec la Psychologue : 14h maison des association de Saïx, place Jean Jaurès
Mardi 13	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h Moment de détente. Maison Guy Viala salle n°5 Saïx	Jeudi 12	Temps de convivialité à partir de 14h chandeleur couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon
Jeudi 15	Temps de convivialité à partir de 14h Galette et diaporama couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon	Vendredi 13	Groupe endeuillé avec la psychologue : 22 rue Mérigonde Sérénitarn Castres au 2 <sup>ème</sup> étage à 14h
Mardi 20	Entre aidants (groupe d'échnage): suite formation de Castres. 22 rue mérigonde, Sérénitarn, salle Créa à 14h	Mardi 17	Entre aidants (groupe d'échnage): suite formation de Castres. 22 rue mérigonde, Sérénitarn, salle Créa à 14h
Jeudi 22	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h 1330 avenue de Toulouse Aussillon	Jeudi 19	Relaxation- atelier mobilité pour les aidants à 14h 1330 avenue de Toulouse Aussillon
Jeudi 29	Temps de convivialité à partir de 14h couple aidant /aidé 1330 avenue de Toulouse à Aussillon	Jeudi 26	Activité physique adaptée : 14h 22 rue Mérigonde Sérénitarn Castres, salle Créa

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 Janvier / Février 2026



### INSCRIPTIONS :

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