



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 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.

Novembre	Activités	Décembre	Activités
Mercredi 6 Atelier Conduite 1ère séance	Maison des association, Place du 1^{er} Mai Castres. Salle 102 1^{er} étage Début à 14h (4 séances) Inscription avant le 1^{er} novembre	Jeudi 12 Fête de Noël Accueil de Jour	Goûter de Noël et animation Au Centre d'Accueil de Jour d'Aussillon, à partir de 15h30 Inscription avant le 6 décembre
Jeudi 7 Journée Nationale des Aidants	Journée festive autour des aidants de 10h à 16h30. 10h balade dans le parc de Gourjade, 14h stand et spectacle « Lo Fernand ». 15h30 Chorale, 16h goûter	Jeudi 19 Atelier Aidants /Aidés	Loto d'hiver à 14h ADAR 102 avenue de Toulouse Aussillon Inscription avant le 10 décembre
Mardi 12 Ciné Débat	Projection du film « La Finale » de 13h30 à 15h45 au Cinéma le Lido de Castres. 5.50€ la séance. Débat avec l'association France Alzheimer		
Mercredi 13 Atelier conduite 2ed séance	Maison des association, Place du 1^{er} Mai Castres. Salle 102 1^{er} étage Début à 14h (4 séances)		
Mercredi 20 Atelier conduite 3 ^{ème} séance	Maison des association, Place du 1^{er} Mai Castres. Salle 102 1^{er} étage Début à 14h (4 séances)		
Samedi 23 Ateliers Aidants	Organisé par le Pôle santé de la Montagne Noire. Atelier sur la dénutrition et les troubles de la déglutition de 9h30 à 11h30 Maison des Association de Mazamet, 41 rue Galibert Pons		
Mercredi 27 Atelier Conduite 4 ^{ème} séance	Maison des association, Place du 1^{er} Mai Castres. Salle 102 1^{er} étage Début à 14h (dernière séance)		
Jeudi 28 Atelier Aidants /Aidés	Atelier Numérique, à 14h à l'ADAR au 102 avenue de Toulouse. Apporter vos appareils Inscription avant le 18 novembre		