

# AGENDA PLATEFORME DE REPIT DES AIDANTS

NOVEMBRE 2024

04

## “Un temps pour Soi”

massages/détente  
14h15-16h15  
Résidence Couserans  
Pyrénées

**Pour Aidants**

15

## “Un temps de paroles ”

Thème: Journée Nationale de  
la Tolérance  
14h30  
Salon de thé  
“aux ateliers de la liberté”  
à Saint giron

**Pour Aidants**

18

## “Découverte de la Boccia”

Sport s'apparentant à la  
pétanque (en intérieur)  
15h  
Résidence Couserans Pyrénées

**Aidants + Aidés**

21

## “Lutte contre la dénutrition”

Thème: enrichissement des  
repas  
et activité physique  
Ateliers+ échanges  
14h30  
Résidence Couserans  
Pyrénées

**Pour Aidants**

25

## “Un temps pour soi”

massages/détente  
14h15-16h15  
Résidence Couserans  
Pyrénées

**Pour Aidants**

## “Entretien Individuel”

avec psychologue  
tous  
les vendredis  
entre  
10h/12h-14h/16h

**info** Vous êtes aidants

**Premier contact  
08.00.96.00.37.**

*vous avez besoin d'informations,  
d'écoute, de temps de répit ?*

**contactez nous**

**info**

**Inscriptions Obligatoires  
pour toutes les  
activités**

**05 61 96 29 00**

