2026 NOVEMBRE

PLATEFORME DE REPIT BULLE D'AIR

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
26	27	28	29	30	31	01
02	03	04 **AQUASOPHRO** **DUNIERES** 11 h 45 - 12 h 45	05 **SPORT / JEUX D'ADRESSE** **+ Pâtes carbonara** **TENCE** 9 h 30 - 13 h 30 **FORUM** *"Quand la scène raconte nos vies"* **MONISTROL** 14 h - 16 h 30	06	07	08
09 **LOTO GOURMAND** **Salle Maria Bonnet** **TENCE** 14 h - 16 h 30	10	11	12 **SENTEUR, CHALEUR, BONNE HUMEUR**  **départ TENCE** 9 h 30 - 16 h ***Participation 8 €***	13 **CAFE DES AIDANTS** *"Je ne suis pas seul, ensemble c'est plus facile"* **YSSINGEAUX** 10 h	14	15
16	17 **MASSAGE PERSONNALISE** **A DOMICILE** 14 h ***sur rendez-vous***	18 **YOGA SUR CHAISE** **DUNIERES** 11 h 15	19 **THEATRE / FORUM** **Espace culturel MONISTROL** *"La réalité du rôle d'aidant"* 18 h 30 - 21 h	20 **AQUAGYM / SPA** **MONISTROL** 9 h 45 - 12 h **CAFÉ DES AIDANTS** *"Le deuil blanc"* **Centre socio culturel** **ST AGREVE** 10 h - 12 h	21	22
23 **ATELIER CUISINE** **Avec les Insatiables** **TENCE** 10 h - 12 h 30	24 **ATELIER FORAL** *"Composition d'automne"* **YSSINGEAUX** 14 h - 16 H ***Possibilité de covoiturage***	25	26	27	28	29
30 **ATELIER CUISINE** **Avec les Insatiables** **TENCE** 10 h - 12 h 30	01	02	03	04	05	06

Aidants

Aidés

Activités réservées aux aidants adhérant à la Plateforme (Inscription, au minimum, une semaine avant). Avant toute activité et pour plus de renseignements, merci de nous appeler au 07 84 89 15 72