



Le journal des aidants

L'ÉQUIPE DE LA PLATEFORME



Lynda

Fabrice

Françoise

Tel: 07.70.44.04.52

9, avenue des Planes – Le Boucasson
13800 ISTRES

plateforme.lemailon@orange.fr

Les doubles ateliers à ISTRES auront lieu les 2, 9, 16 et 23 Mai de 14H00 à 15H30
Salle Du Clos du Pébro 13800 ISTRES

La halte répit à CHATEAUNEUF aura lieu le 22 Mai de 14H00 à 16H30
Maison des aînés 13320 CHATEAUNEUF

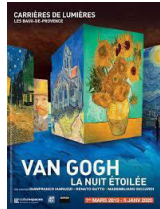
Pour toute participation aux actions proposées par la plateforme
l'inscription est obligatoire en raison du nombre de places limitées

03-04/05	Salon de la Retraite et du Temps Libre	10H00 à 18H00	La Halle de Martigues 13500 MARTIGUES
07/05	Groupe de parole ISTRES	14H00 à 15H30	Maison Régionale de Santé 13800 ISTRES
14/05	Sophrologie SAUSSET LES PINS	10H30 à 12H00	Salle des Arts 13960 SAUSSET LES PINS
14/05	Après Midi Gourmand	14H00 à 16H00	Le Carpe Diem 13720 FOS SUR MER
21/05	Sortie Carrières de Lumières	10H00 à 16H00	Carrières de lumières 13520 LES BAUX DE PROVENCE
29/05	Sophrologie ISTRES	17H00 à 18H00	Accueil de jour le MAILLON 13800 ISTRES

Les Temps de Loisirs

Sortie carrières De Lumières

La plateforme de répit organise le **Mardi 21 Mai** de **10H00 à 16H00** une sortie aux **Carrières de Lumières** des Baux de Provence, suivi d'un repas au restaurant. RDV à **10H00** sur le parking de LECLERC à coté **d'Orange Bleu**. **Tarif: 25 euros. Places limitées, réservation obligatoire. Réponse souhaitée avant le Mardi 14 Mai.**



Après-Midi Gourmand

Prenons le temps de partager un agréable moment autour d'une bonne crêpe ou glace au Café Glacier **LE CARPE DIEM** à Fos sur Mer le **Mardi 14 Mai** de **14H00 à 16H00**. Rdv sur place ou nous contacter pour prévoir le transport **Tarif: 5 euros. Pensez à réserver!!!**



Les temps forts du mois d'Avril

Goûter de Pâques le Mardi 23 Avril



Sortie au Vieux Mas à BEAUCAIRE le jeudi 11 avril



Salon Forum du Bel Age



le Mardi 2 Avril à ROGNAC

Soutien des aidants...

Groupe de Parole



Le groupe de parole aura lieu le **Mardi 7 Mai** de **14H00 à 15H30** à la **Maison Régionale de santé**. Pensez à vous inscrire.

Sophrologie à ISTRES ET SAUSSET



Les séances de Sophrologie auront lieu le **Mardi 14 Mai** de **10H30 à 12H00** à la **salle des Arts** pour **SAUSSET LES PINS** et le **Mercredi 29 Mai** de **17H00 à 18H00** à l'**Accueil de jour** le **MAILLON** pour **ISTRES**. Pensez à vous inscrire.

Rendez-vous des Aidants CARRY LE ROUET



Exceptionnellement le **Rendez-vous des Aidants n'aura pas lieu ce mois-ci**. Nous vous donnons rendez-vous le mois prochain.

Salon Sud Seniors MARTIGUES



Le salon des Seniors de **Martigues** se déroulera les **3 et 4 mai 2019** de **10h à 18h00** à la **Halle de Martigues**.

Vous pourrez ainsi découvrir des produits et **services adaptés à vos besoins** mais également vous divertir dans une **ambiance conviviale** avec de nombreuses **animations**. Au programme, des exposants dans ces domaines: **Gastronomie, Confort et rénovation de l'habitat, Autonomie, Maisons de retraite, Loisirs Détente et Voyages, Santé, Beauté, Droits et Patrimoine, Services à la personne...** **Entrée Libre et Gratuite**