

Programme des actions de la Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit de Lannemezan



Lundi 26 janvier
à partir de 13h45
Présentation des actions et
des intervenants suivi d'une
séance de sophrologie

Lundi 9 février
à partir de 13h45
Atelier sophrologie animé
par Laurie Blanchard

Lundi 23 mars à
partir de 13h45
Initiation à la poterie et sophrologie
Avec Quitterie et Laurie
Au CCAS de Nestier (65150)
Co-voiturage possible pour s'y rendre
Pensez à prendre un tablier

Lundi 13 avril
à partir de 13h45
Atelier sophrologie animé
par Laurie Blanchard
Aidant-Aidé

Lundi 4 mai
à partir de 13h15
Initiation à la poterie et sophrologie
Avec Quitterie et Laurie
Au CCAS de Nestier (65150)
Co-voiturage possible pour s'y rendre
Pensez à prendre un tablier

Spéleo
Lundi 1er juin
à partir de 13h45
Spéléologie adaptée avec Adrien,
visite des grottes de Troubat
avec séance de sophrologie

Tenue sportive
Pouvoir marcher 500 mètres sans aide
technique ou humaine
Ne pas être claustrophobe



Lieu des ateliers:
Salle de formation

pavillon 7 (escalier-pas d'accès PMR)



Pour toutes informations
et inscriptions
PTAR Lannemezan auprès de
Sandrine:
05 62 99 52 67
sandrine.duboe@ch-lannemezan.fr

Possibilité d'accueillir votre aidé
sur inscription le temps des actions
sauf le jour de la sortie spéleo

