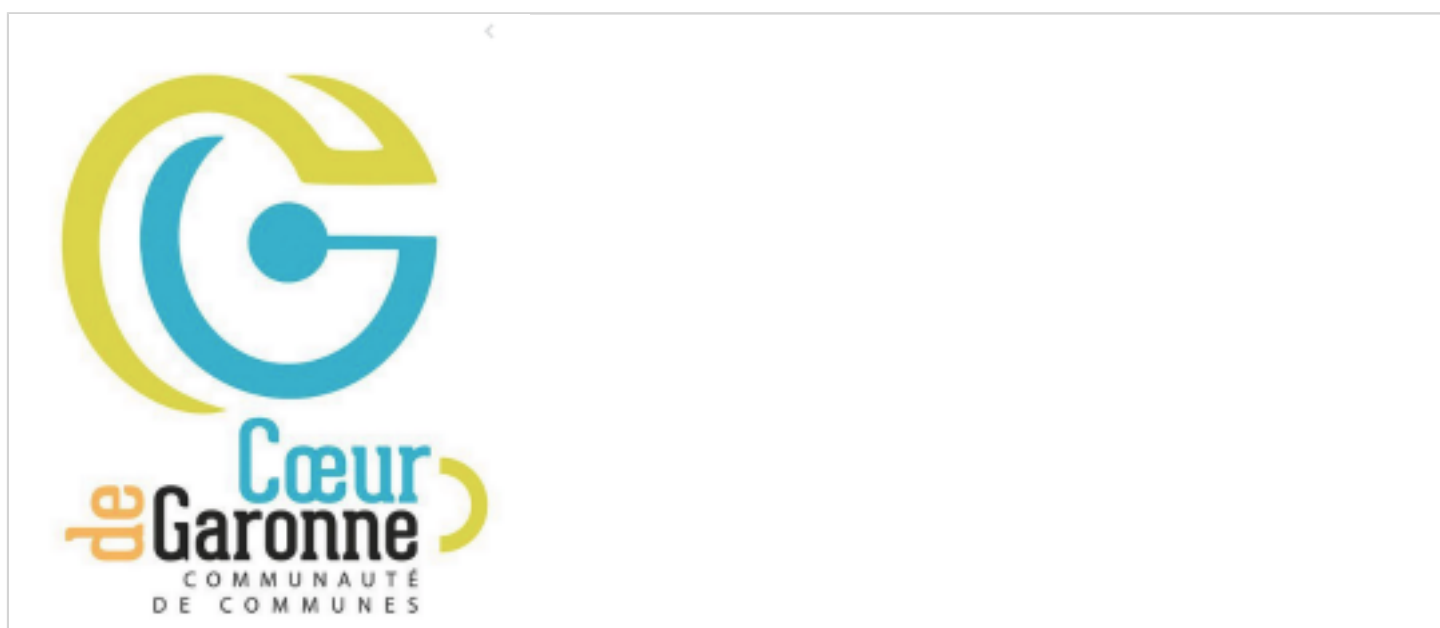


Relais du bien être - Séjour pour les aidants



Relais du Bien-être et la Communauté de communes Cœur de Garonne sont partenaires pour l'organisation d'un **séjour aidants au mois de mai 2025**.

Ce séjour de 3 jours s'inscrit dans le cadre de la politique de santé publique « Bien vieillir », **il est à ce titre pris en charge par, l'ANCV (association nationale des chèques vacances) et les aides individuelles de l'AGIRC ARRCO**. Il est donc **entièrement gratuit** pour vous (logement, restauration, animation).

Le dispositif peut accueillir 5 personnes dont les critères de prise en charge sont les suivants :

1. Être un proche aidant habitant en Haute-Garonne,
2. Être ressortissant (vous ou votre proche) d'une caisse de retraite de l'AGIRC-ARRCO.

L'objectif de ce séjour est de vous permettre un temps de répit et de détente, pour retrouver un équilibre physique et émotionnel. Un parcours spécialement élaboré autour des enjeux de santé relatifs à votre situation rythmera le séjour : ateliers sophrologie, soins naturels par



des praticiens qualifiés, moments de convivialité, développement du lien social avec d'autres proches aidants ...

Vous trouverez en pièce jointe le flyer du séjour :

1. Dates : **du dimanche 18 mai en fin d'après-midi au mercredi 21 mai 2025 en fin d'après-midi**
2. Lieu : **Domaine du Bel-Air à Eaunes (31)**
3. **Transport A/R assuré en minibus** au départ de Cazères et/ou Bérat par Izabel JEGAT

Profitez de cette belle occasion unique de vous déconnecter de votre quotidien en allant vous ressourcer durant 3 journées.

Renseignements et inscription auprès d'Izabel JEGAT au 06 14 80 15 33 / 05 61 91 94 96

N'hésitez pas à transmettre ce message aux aidants que vous connaissez. Merci.

<https://www.cc-coeurdegaronne.fr/programme-des-activites-2025/>