

# Plateforme d'Accompagnement et d'Aide au Répit des Aidants

La plateforme de répit des aidants Part'age vous propose des séances de 'Bien-être' dans la limite de 3 séances offertes par an :

- des formations-informations
- de l'écoute attentive avec une psychologue
  - des ateliers aidants-aidés
  - des heures de répit
- des séances d'esthéticienne

Sur inscription et pour plus d'informations

Par mail : [plateforme.aidants@icsy.fr](mailto:plateforme.aidants@icsy.fr)

Par téléphone : 01.61.08.66.61 - 06.07.11.84.47



# Planning du mois d'octobre 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1 <sup>ER</sup> Octobre	2 Octobre	3 Octobre	4 Octobre
					REPAS THERAPEUTIQUE aidant/aidé de 10h00 à 15h00 au Catalpa à Rambouillet
6 Octobre	7 Octobre	8 Octobre	9 Octobre	10 Octobre	11 Octobre
* MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	• SOPHROLOGIE/YIN YOGA de 10h30 à 11h30 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet		MINI - FORUM DES AIDANTS de 10h00 à 12h00 5 rue de l'Eglise au Perray en Yvelines	• REFLEXOLOGIE 13h00-14h00-15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	
13 Octobre	14 Octobre	15 Octobre	16 Octobre	17 Octobre	18 Octobre
	ATELIER - Expérimenter les troubles cognitifs, les ressentir pour mieux accompagner son proche de 14h00 à 16h00 ou de 18h00 à 20h00 (pour les aidants salariés) à la Plateforme des Aidants à Rambouillet		SOPHROLOGIE/YIN YOGA de 17h00 à 18h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	CAFE DES AIDANTS de 14h15 à 15h45 Au Mérinos Café à la Bergerie Nationale de Rambouillet	
20 Octobre	21 Octobre	22 Octobre	23 Octobre	24 Octobre	25 Octobre
• MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	SOPHROLOGIE/YIN YOGA de 10h30 à 11h30 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet		FORMATION DES AIDANTS 1 <sup>er</sup> Atelier sur 6 de 13h30 à 16h30 à la Plateforme des Aidants	• REFLEXOLOGIE 13h00-14h00-15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	
27 Octobre	28 Octobre	29 Octobre	30 Octobre	31 Octobre	