

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, pour plus d'informations nous contacter

Par mail : plateforme.aidants@icsy.fr

Par téléphone : 01.61.08.66.61 - 06.07.11.84.47



Planning du mois de janvier 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
5 janvier	6 janvier	7 janvier	8 janvier	9 janvier	10 janvier
* <u>MUSICOTHERAPIE</u> de 14h00 à 15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	<u>GROUPE DE PAROLE</u> de 14h30 à 16h00 à Saint Rémy les Chevreuse <u>APERITIF DES JEUNES AIDANTS</u> de 19h00 à 21h00 à Dolce Vita à Rambouillet		* <u>SOPHROLOGIE/YIN YOGA</u> de 10h30 à 11h30 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	* <u>REFLEXOLOGIE</u> 13h00-14h00-15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	
12 janvier	13 janvier	14 janvier	15 janvier	16 janvier	17 janvier
* <u>SOPHROLOGIE/YIN YOGA</u> de 14h00 à 15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	<u>DANSE COUNTRY</u> Aidant seul ou aidant et son aidé de 14h30 à 15h30 à la plateforme des aidants à Rambouillet				
19 janvier	20 janvier	21 janvier	22 janvier	23 janvier	24 janvier
* <u>MUSICOTHERAPIE</u> de 14h00 à 15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	<u>RENCONTRE INFORMATION NOTAIRE</u> de 14h00 à 16h00 à la plateforme des aidants à Rambouillet			* <u>REFLEXOLOGIE</u> 13h00-14h00-15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet <u>CAFE DES AIDANTS</u> de 14h15 à 15h45 Au Mérinos Café à la Bergerie Nationale de Rambouillet	
26 janvier	27 janvier	28 janvier	29 janvier	30 janvier	31 janvier
					<u>REPAS THERAPEUTIQUE</u> aidant/aidé de 10h00 à 15h00 au Catalpa à Rambouillet