

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 mars 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
2 mars	3 mars	4 mars	5 mars	6 mars	7 mars
	<u>PETIT DEJEUNER DES AIDANTS</u> ayant son aidé à domicile de 10h30 à 12h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet			* <u>REFLEXOLOGIE</u> 13h00-14h00-15h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	
9 mars	10 mars	11 mars	12 mars	13 mars	14 mars
* <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>REPAS THERAPEUTIQUE</u> aidant/aidé de 10h00 à 15h00 au Catalpa à Rambouillet
16 mars	17 mars	18 mars	19 mars	20 mars	21 mars
* <u>SOPHROLOGIE/YIN YOGA</u> de 10h30 à 11h30 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	<u>MARCHE DOUCE</u> Aidant seul ou aidant et son aidé de 14h00 à 15h00 (lieu à venir)		* <u>MUSICOTHERAPIE</u> de 14h00 à 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	
23 mars	24 mars	25 mars	26 mars	27 mars	28 mars
				* <u>REFLEXOLOGIE</u> 14h00-15h00-16h00 à la Plateforme des Aidants à Rambouillet	
30 mars	31 mars				
	<u>RESTAURANT LE CHENE</u> aidant/aidé De 12h15 à 14h30 à Rambouillet				