

# 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 de décembre 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
2 décembre	3 décembre	4 décembre	5 décembre	6 décembre	7 décembre
* SOPHROLOGIE 10h00 / 11h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet  * MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	APERITIF DES JEUNES AIDANTS 19h00 à 20h30 Dolce vita à Rambouillet		*MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à St Rémy les Chevreuse  MARCHE DOUCE à 13h30 RDV parking du Château de Rambouillet		
9 décembre	10 décembre	11 décembre	12 décembre	13 décembre	14 décembre
	PRESENTATION INNODOM 14h00 à 15h00 Salle de la Croix Rouge à Rambouillet			* REFLEXOLOGIE 14h30 / 15h30 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	
16 décembre	17 décembre	18 décembre	19 décembre	20 décembre	21 décembre
PERMANENCE AIDE REMPLIASSAGE DOSSIERS APA / MDPH + RENSEIGNEMENTS SUR RDV le matin Salle de la Croix Rouge à Rambouillet * SOPHROLOGIE 10h00 / 11h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet  * MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	BRUNCH AIDANT/AIDE 11h30 à 14h30 Salle de la Croix Rouge à Rambouillet		*MUSICOTHERAPIE de 14h00 à 15h00 à St Rémy les Chevreuse	CAFE DES AIDANTS De 14h15 à 15h45 Mérinos Café - Bergerie Nationale de Rambouillet  * REFLEXOLOGIE 14h30 / 15h30 salle de la Croix Rouge à Rambouillet	REPAS THERAPEUTIQUE aidant/aidé 10h00 à 15h00 au catalpa Rambouillet
23 décembre	24 décembre	25 décembre	26 décembre	27 décembre	28 décembre
		NOEL			
* Limité à 3 séances offertes par an et par aidant			+ RDV une esthéticienne à votre domicile		