



PLANNING DES ACTIVITÉS GRATUITES DE LA PLATEFORME DE RÉPIT

(334 rue Casimir Giroud, Appart 303 Bât C Résidence Bois Parallèles à Douai)

SEPTEMBRE 2026



"Pause Croissant"

C'est un lieu de rencontre convivial, de partage d'expériences et d'échanges, autour d'un café et d'un croissant

Le vendredi 4 septembre de 10h00 à 11h30
au BINBIN

38 rue des Ferronniers à DOUAI



Sortie à la Ferme Les Chevrettes du Terril (Aidant)

Profitez d'une journée conviviale avec un repas composé de spécialités et de produits locaux, suivi d'une randonnée avec les biquettes : partez les chercher dans leur pâturage avant de les accompagner pour une balade nature. 🌿

Le 24 septembre de 12h00 à 15h30, Les Chevrettes, rue de l'Espace Terril à Rieulay
(au bout de la rue de la Maison du Terril)



Parenthèse bien-être : "Séance individuelle de massage crânien" (Aidants)



Offrez-vous une pause bien-être ! ✨

Profitez d'une séance individuelle de massage crânien de 30 minutes pour relâcher les tensions, diminuer le stress et prendre un temps pour vous.

Le jeudi 3 septembre entre 09h30 et 16h30, dans les locaux de la plateforme



Atelier : "Réflexologie cranio-faciale" (Aidant)

Venez découvrir une pratique douce et naturelle, qui aide à relâcher les tensions, à diminuer le stress, à favoriser la détente et à retrouver un meilleur équilibre entre le corps et l'esprit. Un moment rien que pour vous, à partager dans une ambiance conviviale.

Le jeudi 17 septembre de 14h00 à 15h30,
Centre Social Antoine Saint-Exupéry, Rue Simone Veil à Sin-le-Noble



Si vous n'avez pas de solution de garde pour votre aidé, ni de moyen de transport pour vous déplacer,

la Plateforme vous propose des solutions de Relayage et de Transports gratuits !

Soutien !

Le psychologue, vous propose un espace de parole et d'échange neutre et bienveillant qui favorise l'expression des vécus émotionnels et la prise de distance, sous forme de rencontre individuelle.

Les entretiens psychologiques sont temporairement suspendus, le temps du recrutement d'un(e) nouveau(elle) psychologue.



Inscription obligatoire au 06 85 44 83 54