


















2026

AVRIL

PLATEFORME DE REPIT BULLE D'AIR

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
30	31	01  ATELIER THEATRE TENCE 10 h - 12 h	02  INTERCAFE DES AIDANTS MJC MONISTROL 14 h	03	04	05
06	07	08	09  MASSAGE (groupe) TENCE 10 h - 11 h 30	10	11	12
13	14	15	16  MUSICOTHERAPIE DUNIERES 10 h - 12 h  CAFE PARTAGE <i>Mieux comprendre la maladie</i> TENCE 14 h 30 - 16 h	17  SPA (jacuzzi, sauna...) + REFLEXOLOGIE YSSINGEAUX 9h30 - 11 h  PAUSE DES AIDANTS <i>"Et moi dans tout cela"</i> YSSINGEAUX 15 h	18  CAFE DES AIDANTS <i>"Mes forces et mes limites"</i> L'épopée vieux zèbre - DUNIERES 9 h 30 - 11 h	19
20  AQUASOPHRO DUNIERES 16 H 15 - 17 H 15	21  MARCHE AVEC BÂTONS Espace remise en forme TENCE (stade Jo Maso) 14 h 30	22	23  PAUSE DES AIDANTS MJC du Monteil - MONISTROL 14 h 30  CONFERENCE SOINS  PALLIATIFS (suivie d'un apéritif dinatoire) HÔPITAL YSSINGEAUX 18 h - 20 h	24  AQUAGYM / SPA MONISTROL 9 h 45 - 12 h  CAFÉ DES AIDANTS <i>"les aides sociales et financières"</i> Centre socio culturel ST AGREVE 18 h 30 - 20 h 30	25	26
27	28 CONSEILLERE SOCIALE Déclaration impôts TENCE 10 h - 12 h Sur RDV auprès de la plateforme	29	30  JOURNEE PRINTANIERE Départ de TENCE 9 h 30 - 16 h 30 Participation 10 € / pers. 	01	02	03



Aidants



Aidés

Activités réservées aux aidants adhérant à la Plateforme (Inscription, au minimum, une semaine avant). Avant toute activité et pour plus de renseignements, merci de nous appeler au 07 84 89 15 72