Renseignements et inscriptions par téléphone au 03.21.23.48.88
ou par mail PFR-PH.arras@apei-gam.fr

2023
Planning Arrageois
MARS

PLATEFORME DES AIDANTS DE L'ARRAGEOIS ET DU TERNOIS
8 rue de Grigny 62000 ARRAS-03.21.23.48.88

L'équipe vous accueille du lundi au samedi sur rendez-vous.

Venez nous rencontrer!

La permanence délocalisée

Vitry en Artois

mercredi 1er mars
de 10h00 à 12h00
en mairie de Vitry-en-Artois
3 Rue de la Mairie,
Vitry-en-Artois

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		01/03 Vitry en Artois	02/03 Gratuit sur rendez-vous	03/03 MAISON DES AIDANTS SOPHROLOGIE	04/03 UNISSONS	05/03 DIMANCHE
06/03	07/03 Activité possible dans le Ternois Sophro Ternois - Thierry Loiseau sophrologue (voir calendrier)	08/03 CINEMA	09/03 Gratuit sur rendez-vous	10/03 MAISON DES AIDANTS GYM COGNITIVE	11/03	12/03 DIMANCHE
13/03	14/03 Gratuit sur rendez-vous	15/03 Atelier Cuisine	16/03 Activité possible dans le Ternois (voir calendrier) Café des aidants	17/03 Gratuit sur rendez-vous	18/03	19/03 DIMANCHE
20/03	21/03 Gratuit sur rendez-vous	22/03	23/03 Activité possible dans le Ternois (voir calendrier)	24/02	25/03 SAMEDI	26/03 DIMANCHE
27/03 Gratuit sur rendez-vous	28/03	29/03	30/03 Gratuit sur rendez-vous	31/03 Gratuit sur rendez-vous		

SOPHROLOGIE

vendredi 3 mars de 14h00 à 16h00
à la Maison des Aidants de l'Arrageois
38 rue Aristide Briand, Saint Nicolas Les Arras

UNISSONS

Atelier créatif pour les aidés

"création de masques de Carnaval"
samedi 4 mars de 10h00 à 12h00
Rendez-vous au 8 rue de Grigny, Arras
inscription au 03.21.23.65.66

Evasion virtuelle pour les aidants

lundi 6 mars
de 14h00 à 16h00
Rendez-vous au 8 rue de Grigny, Arras

Sortie cinéma pour les Aidants

mercredi 8 mars,
Rendez-vous à l'entrée du cinéma à 13h45
MEGARAMA, 48 Grand'Place, Arras

Après-midi jeux vidéo pour les aidés

mercredi 8 mars de 13h30 à 16h00
Rendez-vous au 8 rue de Grigny, Arras

GYM COGNITIVE

vendredi 10 mars de 14h30 à 15h30
à la Maison des Aidants de l'Arrageois
38 rue Aristide Briand, Saint Nicolas Les Arras

Jennifer, socio esthéticienne vous cocoone pendant une heure

Pensez à prendre votre serviette!
samedi 11 mars 14h00 - 17h00
Au SAJ le Picotin – 2 bis rue Gay Lussac, Dainville

Atelier Poterie couple aidant/aidé

dans l'atelier de Nathalie, céramiste
samedi 11 mars de 14h00 à 16h00
au 10 rue Philibert Cléret, Agny

Randonnée pédestre entre aidants

Au départ de l'église d' Étaing
lundi 13 mars à 14h30
Départ possible de la plateforme, 8 rue de Grigny,Arras

Atelier culinaire couple aidant/aidé

"Tarte aux pommes gourmande"
mercredi 15 mars de 14h00 à 17h00
chez *DOWN UP* 21 Rue Paul Adam, Arras

Le café des Aidants

jeudi 16 mars de 17h30 à 19h00
"Les mesures de protection.."
Domaine des Cascades
43 rue d'Artois, Wancourt

Stéphanie, socio esthéticienne vous cocoone pendant une heure

Pensez à prendre votre serviette!
samedi 18 mars 14h00 - 17h00
Au SAJ le Picotin – 2 bis rue Gay Lussac, Dainville

Atelier Poterie couple aidant/aidé

dans l'atelier de Nathalie, céramiste
samedi 18 mars de 14h00 à 16h00
au 10 rue Philibert Cléret, Agny

Initiation à la relaxation

avec Cindy Pavy
lundi 20 mars de 14h30 à 15h30
Centre Équilibre
15 bis rue Sadi Carnot, Anzin-Saint Aubin

Atelier créatif couple aidant/aidé/fratries

"création d'une mangeoire à oiseaux"
mercredi 22 mars de 14h00 à 16h30
Rendez-vous au au 8 rue de Grigny, Arras

Sortie couple aidant/aidé(+16 ans)

Venez découvrir d'innombrables jeux de société!
vendredi 24 mars de 17h00 à 18H30
Rendez-vous chez 20000 jeux sous les bières!
66 Grand'Place,Arras

Atelier créatif pour les aidants

"Cercles de fleurs séchées"
mardi 28 mars de 14h00 à 16h00
Dans les locaux de Générations Seniors
7 Rue des Capucins, Arras,

Atelier de Pâques couple aidant/aidé

à la Bergerie
mercredi 29 mars de 14h30 à 16h00
7 rue Albert Derbecourt, Avesnes-le-Comte
Départ possible de la plateforme, 8 rue de Grigny,Arras

Pas-de-Calais
Le Département

ENTRETIENS INDIVIDUELS

Au 8 rue de Grigny ou à votre domicile

Du lundi au samedi à l'horaire qui vous convient le mieux.

Gratuit sur rendez-vous

SOLUTIONS DE REPIT

Nous vous proposons des solutions afin de vous relayer ponctuellement auprès de votre proche à domicile.

Pour toutes les activités de répit, un professionnel peut vous relayer sur place ou à votre domicile

RETROUVEZ NOUS SUR FACEBOOK

Plateforme des Aidants de l'Arrageois et du Ternois
Être soutenu pour mieux soutenir