

INFORMATION

(Un professionnel peut assurer le relai pendant les permanences)

TEMPS D'INFORMATION

Venez rencontrer la PFR Un Temps pour Soi au marché estival



Lundi 10 Juillet de 8h00 à 12h30

Camiers-Ste Cécile

Permanence délocalisée le 4^{ème} vendredi de chaque mois au



Vendredi 28 Juillet 10h00 à 12h00

9 Bis rue de la Longeville, 62650 Hucqueliers

La PFR Un Temps pour Soi et ses partenaires présents au VILLAGE SANTE SOLIDARITE-CLOS ST VICTOR-ETAPLES-

MERCREDI 5 JUILLET 2023
DE 13H30 À 17H30

VILLAGE SANTÉ ET SOLIDARITÉ

ANIMATIONS SPORTIVES, ATELIERS DO IT, ATELIERS CUISINE JEUX GONFLABLES, ET DE NOMBREUSES SURPRISES

CLOS SAINT VICTOR ÉTAPLES-SUR MER

ENTRÉE LIBRE !

1 BOUCHON EN PLASTIQUE DONNÉ
1 ACCÈS À UNE ACTIVITÉ AU PROFIT DE BOUCHONS D'AMOUR

CGBM **cgct** **Étapes** **Pas de Calais** Le Département

les bobos à la ferme Un temps pour soi Être soutenu pour mieux soutenir

L'AIDE AUX AIDANTS DU MONTREUILLOIS

RÉPIT INFORMATION ENTRAIDE LOISIRS PARTAGES
SOUTIEN ORIENTATION ÉCOUTE SOUTIEN À LA PARENTALITÉ

CONTACTEZ-NOUS

POLE PARENTS AIDANTS
UN LIEU RESSOURCES POUR LES PARENTS D'ENFANTS MALADES OU EN SITUATION DE HANDICAP
06 07 99 79 89
www.pasdescalais.com

ATTENTE ACTIVE
06 19 69 47 33

PFR "UN TEMPS POUR SOI"
06 73 67 46 81
www.apel-gam.com

SOUTIEN

RELAYAGE

Besoin d'un créneau en vue d'un relayage ponctuel à domicile ou hors domicile ?

N'hésitez à nous contacter !

SOUTIEN INDIVIDUEL

Sur rendez-vous ou à domicile. L'équipe est disponible pour répondre à vos besoins

Contactez-le :

06.73.67.46.81



SOUTIEN COLLECTIF



Envie de se retrouver et d'échanger ensemble ?

👉 « Café rencontres »

Mardi 04 juillet de 14h00 à 16h00

Salle de réunion au Foyer de Vie

« La Balouette »

Étaples-sur-Mer

Possibilité d'un relayage par un professionnel de la PFR

ACTIVITES PARTAGEES

(Couple aidant/aidé)

Loisirs pour enfants/ados



Atelier culinaire

👉 **Brochette délicieuse aux fruits d'été**

Samedi 8 Juillet de 10h15 à 12h00-Sur inscription- SAJ La Roseraie à Fruges

Loisirs pour adultes



Rdv cré'Actif

👉 **Atelier peinture sur galets suivi d'une collation**

Jeudi 27 Juillet de 14h30 à 16h30-Sur inscription- FH La Chaloupe à Berck-sur-Mer-



Après-midi détente

👉 **Rando'ÂNES** -en partenariat avec **A Petits Pas** – Sur inscription- **Mercredi 19 Juillet de 14h00 à 17h00**- Ruisseauville-Possibilité d'un transport-



RDV Intergé

👉 **Suspension « fleurs et coquillages »**

Samedi 22 Juillet de 10h00 à 12h00-Sur inscription-
Maison des Habitants du Frugeois



👉 **Sortie à la Plage**

Samedi 29 Juillet de 14h00 à 17h00-Sur inscription-Possibilité d'un transport

Berck-sur-Mer



NOUVEAUTE !

REPIT

(Un professionnel peut assurer le relais à votre domicile)

Activités dédiées aux Aidants



Sophrologie avec Bertrand

Lundis 03, 24 et 31 juillet dès 13h45

👉 **Sophro'Balade** 17 juillet dès 13h45

RDV devant le FH « La Chaloupe » Berck



👉 **RDV Culinaire Brunch estival pour fêter l'été !**

Vendredi 21 Juillet de 10h30 à 12h30

FH La Chaloupe-Berck-sur-Mer



Un pique-nique au vert, ça vous dit ?

👉 **Découverte et promenade autour du Château d'Hardelot**

Jeudi 13 Juillet de 11h00 à 16h00

Départ depuis la PFR-Sur inscription-



Relaxation sonore avec Béatrice

Vendredi 28 Juillet de 10h00 à 11h00

FH « La Chaloupe » Berck-sur-Mer

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



N'hésitez pas à découvrir les activités du Pôle Parents Aidants du Montreuillois
Pour tout renseignement ou inscription contactez le 06 07 99 79 89 ou par mail :

cpd@parents-aidants.fr

Atelier Temps libre « Tous au jardin » à la Chartreuse de Neuville



Jeudi 20 Juillet de 14h00 à 16h00

Besoin d'un renseignement ?
Contactez-nous au :

06.73.67.46.81 ou par mail à
l'adresse suivante :

pfr-ph.untempspoursoi@apei-gam.fr

