

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

# Planning Arrageois et Ternois OCTOBRE 2023



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.



 <b>mercredi</b> 4	 <b>et</b>	 <b>vendredi</b> 6	 <b>samedi</b> 7	 <b>mardi</b> 10
 <b>mercredi</b> 11	 <b>mercredi</b> 11	 <b>vendredi</b> 13	 <b>mardi</b> 17	
 <b>vendredi</b> 20	 <b>samedi</b> 21	 <b>samedi</b> 21	 <b>samedi</b> 28	

*Le mois de la parentalité*

**Samedi 7**

**LA JOURNÉE DE LA PARENTALITÉ**

UN MOIS POUR ALLIÉS FAMILIAUX ET ÉLUS LE 7 OCTOBRE 2023

**AN PROGRAMME**

- 10H-12H : DÉJEUNER ET DÉBATS
- 14H-16H : CONFÉRENCE
- 16H-18H : DÉJEUNER ET DÉBATS
- 18H-20H : SPECTACLE

Partners: Mairie de Valenciennes, APEI, Aquatis, etc.



Consultez également notre calendrier  
Spécial vacances de la Toussaint!!



mercredi  
4



**Moment de détente couple aidant/aidé  
Massages Amma-assis par Maryline  
et atelier cosmétique**

mercredi 4 octobre de 14h00 à 17h00  
à la Bergerie

7 rue Albert Derbecourt, Avesnes-le-Comte

vendredi  
6



**Sophrologie**

Vendredi 6 octobre de 14h00 à 16h00  
à la Maison des Aidants de l'Arrageois

38 rue Aristide Briand, Saint-Nicolas-Les-Arras

samedi  
7



**Atelier Poterie couple Aidant/aidé**

dans l'atelier de Nathalie, céramiste  
samedi 07 octobre de 14h00 à 16h00  
au 10 rue Philiber Cléret, Agny

mardi  
10



**Sortie cinéma pour les Aidants**

mardi 10 octobre  
Rendez vous devant le Megarama à 13h30  
48 Grand'Place, Arras

mercredi  
11



**Aquatis couple aidant/aidé**

Mercredi 11 octobre de 14h30 à 16h30  
ZA, rue Jean Monnet, Vitry-en-Artois  
Transport possible au départ de la plateforme

mercredi  
11



**Atelier créatif couple aidant/aidé  
par Sandra Chéry**

mercredi 11 octobre de 14h30 à 16h30  
A la Plateforme de Répit  
rue d'Hesdin, Gauchin Verloingt

vendredi  
13



**Gym cognitive**

Vendredi 13 octobre de 14h30 à 15h30  
à la Maison des Aidants de l'Arrageois  
38 rue Aristide Briand, Saint Nicolas Les Arras

mardi  
17



**Séance d'équitation pour les Aidants**

mardi 17 octobre de 14h00 à 15h00  
Rendez-vous aux Ecuries de charmes,  
13 rue de la Chapelle, Duisans  
Départ de la plateforme possible

vendredi  
20



**Séances de socio esthétique pour les Aidants  
par Karine**

vendredi 20 octobre 9h30-11h30  
A l'Art du Bien-être  
3 Ter Avenue Philippe Lebas, Frévent

samedi  
21



**Randonnée pédestre pour les aidants**

Sentier des templiers - 9,5km  
samedi 21 octobre de 10h00 à 12h00  
Rdv à l'église de Haute-Avesnes  
Départ possible de la plateforme

samedi  
21



**Atelier Poterie couple Aidant/aidé**

dans l'atelier de Nathalie, céramiste  
samedi 21 octobre de 14h00 à 16h00  
au 10 rue Philiber Cléret, Agny

samedi  
28



**Stéphanie, socio esthéticienne vous cocoonne  
pendant une heure**

Pensez à prendre votre serviette!  
samedi 28 octobre : 14h00 - 17h00  
Au SAJ le Picotin – 2 bis rue Gay Lussac, Dainville

62 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 vivre