

## INFORMATION

### TEMPS D'INFORMATION

**Permanence délocalisée le 2<sup>ème</sup>  
vendredi de chaque mois à la**



**Vendredi 8 décembre de 10h30 à 12h30**  
4 rue du four 62310 Fruges

**Permanence délocalisée le 4<sup>ème</sup>  
vendredi de chaque mois au**



**Vendredi 22 décembre de 10h00 à 12h00**  
9 Bis rue de la Longeville 62650 Hucqueliers



Le Collectif je t'Aide organise **6 rendez-vous** pour les Aidant.es sur des thématiques afin de connaître vos droits, des solutions innovantes... N'hésitez à découvrir ce site !

## CONFÉRENCES EN LIGNE SOLUTIONS AIDANTS



Série de 6 conférences en ligne organisée avec le soutien de



<https://associationjetaide.org/conferences-en-ligne/>

## SOUTIEN

### RELAYAGE

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

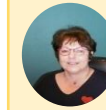
**N'hésitez à nous contacter !**

### 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



#### Café Rencontres

**Les différentes solutions et aides financières aux vacances**

**Jeudi 14 décembre de 14h00 à 16h00**

Salle de réunion au FV « La Balouette »

Etaples-sur-Mer

**ACTIVITES PARTAGEES**

(Couple aidant/aidé)

**Loisirs pour enfants/ados**



**Moment de détente**

👉 **Atelier Noël (activité manuelle, maquillage, musique et chocolat chaud)**

**Samedi 16 décembre de 14h00 à 16h30-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport  
 SAJ « La Roseraie » Fruges

Venez avec votre accessoire de Noël !

Participation 4 euros/famille



👉 **Disco Christmas Party**

**Samedi 23 décembre de 11h30 à 16h00-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport  
 SAJ La Roseraie Fruges

**Loisirs pour adultes**



👉 **Découverte Marché de Noël**

**Vendredi 1 décembre 14h00 à 18h00**  
 FH La Chaloupe



👉 **Confection « Boîtes de Noël solidaires » suivie d'une collation** en lien avec l'Association FIAC

**Mercredi 6 décembre 14h00-16h00-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport  
 FH La Chaloupe



👉 **Délicieux ronds de Saint Nicolas**

**Mercredi 13 décembre 14h00-16h00-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport  
 FH La Chaloupe

\*Repas à la charge de chacun

**REPIT**

(Un professionnel peut assurer le relais à votre domicile)

**Activités dédiées aux Aidants**



**Sophrologie**

👉 **Lundis 11 décembre dès 13h45**

👉 **Lundi 18 décembre de 11h00 à 14h15**  
**Séances sophrologies -repas ensemble\* et bilan de l'année**

Rdv au FH La Chaloupe

\*Participation 3 euros pour le repas



**Venez découvrir les activités du Pôle Parents Aidants du Montreuillois !**

Contactez-le : 06 07 99 79 89 ou par mail :

👉 [cpd@parents-aidants.fr](mailto:cpd@parents-aidants.fr)

**Atelier Temps libre « L'Art du verre »**



**Jeudi 7 décembre 14h00-16h00**

👉 **Sortie restaurant\* entr'Aidant.es ?**

**Vendredi 15 décembre de 12h00 à 14h30-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport  
 Rdv devant la SAJ Le Halloy à Berck



**Balade Entr'Aidant.s**

👉 **Promenade au village de Noël à Merlimont**

**Vendredi 8 décembre de 14h00 à 16h00-**  
 Sur inscription-Possibilité d'un transport-  
 Lieu de rdv à définir

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](mailto:pfr-ph.untempspoursoi@apei-gam.fr)

