CALENDRIER D'ACCOMPAGNEMENT DES AIDANTS

Décembre 2026

ÉCOUTE, SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT

- **18 DECEMBRE** — Groupe d'échange
  Animé par Camille, psychologie
  Thème : "Je ne suis pas d'humeur festive, est-ce qu'on peut en parler ?"
  10h00 - 11h30 — Maison des Aidants
  Aidants — GRATUIT

RÉPIT ET RELAYAGE

- **Chaque mercredi après-midi**
  Bénéficier d'un temps de répit - relayage collectif
  14h00 - 17h00
  Aidés — 2€ / heure
- **Du lundi au vendredi**
  Relayage individuel à domicile
  A la demi-journée
  A l'heure
  A votre domicile ou à l'extérieur
  Aidés — 3€50 / heure

LIEN SOCIAL PAIR-AIDANCE ET RÉPIT RELATIONNEL

- **8 DECEMBRE** — Atelier pair-aidance
  Tricot
  10h00 - 12h00 — Maison des aidants
  Aidants — GRATUIT
- **9 DECEMBRE**
  Marché de Noël à Arras
  Départ 10h00 — Drive Leclerc
  Aidants / Aidés — 10€ / pers
  Réservation avant le 01/12
- **10 DECEMBRE**
  Marché de Noël des associations
  10h00 - 17h00 — Hôpital
  Libres — GRATUIT
- **14 DECEMBRE** — Atelier pair-aidance
  Couture
  10h00 - 14h00 — Maison des Aidants
  Aidants — GRATUIT
  Auberge espagnole
- **16 DECEMBRE**
  Goûter de Noël
  15h00 - 16h30 — Maison des Aidants
  Aidants / Aidés — GRATUIT
- **22 DECEMBRE** — Atelier pair-aidance
  Peinture
  14h00 - 15h30 — Maison des Aidants
  Aidants — GRATUIT

PRÉVENTION DE L'ÉPUISEMENT ET PRÉSERVATION DE SOI

- **1 DECEMBRE** — Atelier Danse Bien-être
  Avec Victorine Druelle
  14h00- 15h00 — Maison des Aidants
  Aidants — 10€ / personne
  Réservation avant le 25/11
- **4 DECEMBRE et 18 DECEMBRE** — Atelier Bien-être
  Avec Amélie - Créneau individuel d'une heure
  09h30- 16h00 — Maison des Aidants
  Aidants — 5€ / personne

FORMATION

- **3 DECEMBRE**
  Atelier informatique (création diaporama, retouche photos)
  10h00 - 12h00 — Médiathèque Sandettie
  Aidants — GRATUIT
- **8 DECEMBRE**
  Présentation association "Tombée du nid"
  14h00 - 15h00 — Maison des aidants
  Aidants — GRATUIT
- **21 DECEMBRE**
  Sensibilisation Vie intime, affective et sexuelle
  10h00 - 12h00 — Maison des aidants
  Aidants — GRATUIT

SOUTENIR LES AIDANTS FÉDÉRATION PFR

INSCRIPTIONS : pfrph@appsh-boulogne.fr
06 77 29 30 12 - 03.21.83.92.80

APPSH Association Parentale pour Personnes en Situation de Handicap CÔTE D'OPALE