

INFORMATIONS

Scannez moi!



Gratuit

PERMANENCES

FORMATIONS

Lieux des permanences

sans RDV

Centre socio-culturel Tac tic animation Vervins
Jeudi 7 décembre
De 10h à 12h

Centre socio culturel de La Capelle
Jeudi 7 décembre
De 13h30 à 15h30


Utas de Guise
Lundi 11 décembre
De 14h à 16h

France service de Bohain
Mardi 12 décembre
De 14h à 16h

Utas d'Hirson
Lundi 18 décembre
De 14h à 16h

La maison de l'égalité et des droits de St-Quentin
Mercredi 20 décembre
De 13h30 à 15h30

CASOC Fresnoy Le Grand
Vendredi 22 décembre
De 9h30 à 12h


Cyril Floquet,
Coordonnateur de la PFR

L'après-nous : L'avenir de notre proche après nous :

Webinaire sur [inscription](#) qui se déroule :
Le 01/12/2023 de 9:00 à 12:30

<https://www.repairsaidants.com/formations/etre-aidant-a-differentes-etapes-de-la-vie-de-la-personne-aidee-l-apres-nous/>

Les aides et les droits des aidants familiaux :

Webinaire sur [inscription](#) qui se déroule :
Le 13/12/2023 de 14:00 à 17:30
Le 20/12/2023 de 14:00 à 17:30

<https://www.repairsaidants.com/>

Accompagner une personne autiste:

Webinaire sur [inscription](#) :
<https://www.soutenirlesaidants.fr/formations/accompagner-une-personne-avec-troubles-du-spectre-autistique?goBack=search>

SOUTIEN

Nos locaux sont situés au :
10 Avenue Archimède
ZAC Bois de la Chocque
02100 Saint-Quentin

Gratuit




ENTRETIENS INDIVIDUELS

Besoin d'écoute et de soutien avec le psychologue

- Dans les locaux de la Plateforme
- A domicile
- Sur les permanences
- Par téléphone...

Uniquement sur Rendez Vous


Julien Goléo,
Psychologue de la PFR




GROUPES DE PAROLES

Groupes de paroles sur Saint-Quentin

Le vendredi 1er et 15 décembre 2023 de 14h00 à 16h00
A la résidence Aquila 16 rue des fauconniers 02100 St-Quentin

Groupes de paroles sur Hirson

Le samedi 2 et 12 décembre 2023 de 10h00 à 12h00
Au Sessad de la Fondation Savart 1 rue aux loups 02500 Hirson

Gratuit

REPIT

D'autres solutions pour vous relayer ponctuellement auprès de votre proche aidé peuvent être étudiées!



UN TEMPS POUR SOI

 <p>Aquagym Lundi 4 décembre De 18h15 à 19h00</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 01/12/23</p>	 <p>Atelier création bois Mardi 5 décembre De 18h à 19h00</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 01/12/23</p>	 <p>Pilates Jeudi 7 décembre De 15h30 à 16h15</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 04/12/23</p>	 <p>Sophrologie Mardi 12 décembre de 18h à 19h</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 7/12/23</p>
 <p>Sophrologie Mercredi 13 décembre De 14h00 à 15h15</p> <p>61 ham Cambron, 02140 Fontaine Lès Vervins sur inscription avant le 08/12/23</p>	 <p>Aquagym Jeudi 14 décembre De 18h15 à 19h00</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 10/12/23</p>	 <p>Atelier floral Vendredi 15 décembre De 18h00 à 19h00</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 10/12/23</p>	 <p>Yoga Mardi 19 décembre De 18h à 19h</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 17/12/23</p>
 <p>Pilate Jeudi 21 décembre De 15h30 à 16h15</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 18/12/23</p>	 <p>Aquagym Jeudi 21 décembre De 18h15 à 19h00</p> <p><i>Résidence Aquila</i> 16 rue des faucons 02100 St Quentin Sur inscription avant le 18/12/23</p>	 <p> Retrouvez-nous sur notre page Facebook PFR Saint-Quentin/Vervins</p>	

Gratuit

TEMPS LOISIRS



Scannez moi !

TEMPS DE LOISIRS PARTAGES

**Apéro dinatoire
Aidants
Vendredi 8 décembre
De 18h à 20h**

Résidence Aquila
16 rue des faucons
02100 saint Quentin
Sur inscription avant le 01/12/2023

**Bowling
Aidant/aidé/fratrie
Mercredi 20 décembre
De 14h à 16h**

La Bulle
02100 Saint-Quentin
Sur inscription avant le 15/12/2023

D'autres solutions
pour vous relayer
ponctuellement auprès de votre
proche aidé
peuvent être étudiées!



Retrouvez-nous
sur notre page Facebook
PFR Saint-Quentin/Vervins !

HALTE ITINERANTE A DESTINATION DES AIDES

Un temps de répit rien que pour vous

 **Piscine**
Mercredi 6 décembre
De 10h à 12h

La bulle
Rue lamartine
02100 saint Quentin
Sur inscription avant le 04/12/23

 **Ludothèque !**
Mercredi 20 décembre
De 10h à 12h

Ludothèque
Rue Charles Gomart
02100 St-Quentin
Sur inscription avant le 16/12/23

 **Kidoom**
Mercredi 27 décembre
De 14h à 16h

Kidoom
Rue de La Fère
02100 Neuville St Amand
Sur inscription avant le 22/12/23

L'équipe est à votre écoute
et à votre disposition
pour vos inscriptions
du lundi au vendredi
De 9h00 à 17h00