

INFORMATIONS



Scannez moi!

SOUTIEN

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

Gratuit



PERMANENCES

FORMATIONS

CAFE RENCONTRE

ENTRETIENS INDIVIDUELS

**sans RDV!**

**Lieux des permanences**

- La maison de l'égalité et des droits de St-Quentin  
Mercredi 2 novembre et mercredi 16 novembre  
De 13h30 à 15h30
- Centre socio-culturel de Vervins  
Jeudi 3 novembre  
De 10h à 12h
- Centre socio culturel de La Capelle  
Jeudi 3 novembre  
De 13h30 à 15h30
- CCAS de Bohain  
Mardi 8 novembre  
De 14h à 16h
- Mairie de Guise  
Mercredi 9 novembre  
De 14h à 16h
- CCAS d'Hirson  
Mardi 15 novembre  
De 10h à 12h
- CASOC Fresnoy Le Grand  
Vendredi 25 novembre  
De 9h30 à 12h



Cyril Floquet,  
Coordonnateur de la PFR

**Mardi 15 novembre 2022**

- Je trouve mon équilibre
- Comment bien s'entourer et se répartir les tâches quand on est aidant(e) ?

Inscrivez-vous gratuitement sur :

<https://associationjetaide.org/2022/05/23/six-rendez-vous-en-ligne-pour-vous-informer-sur-vos-droits/>

**Formation sur les troubles psychiques**  
Session de 14 heures sur 3 jours

**Formation sur les TSA**  
Session de 14 heures sur 3 jours

**Formation santé et accompagnement au domicile**  
Session de 14 heures sur 3 jours

Pour connaître les lieux et vous y inscrire, merci de bien vouloir prendre contact avec la PFR au 03 64 10 99 09 ou [plateforme-repit02@apajh.asso.fr](mailto:plateforme-repit02@apajh.asso.fr)

Inscription avant le 04/11/2022

Un RDV convivial pour échanger, apprendre et se soutenir

Animé par le psychologue

Le Samedi 19 novembre de 10h00 à 11h30

Sur inscription avant le 14 novembre 2022



Julien Goléo,  
Psychologue de la PFR

**Besoin d'écoute et de soutien avec le psychologue**

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

**GROUPES DE PAROLES**

Le 09/11/2022 et le 30/11/2022 à la résidence Aquila de St-Quentin

Le 16/11/2022 et le 07/12/2022 au familistère de Guise

Animés par Leila, psychologue et un pair-aidant, Monsieur DEHELELLE

Gratuit

# REPIT

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



## UN TEMPS POUR SOI

**Aqua-gym**  
Avec Antoine  
Jeudi 3 novembre  
de 17h45 à 18h30

Résidence Aquila  
16 rue des faucons  
02100 St Quentin  
Sur inscription avant le 25/10/2022

**Socio-esthétique**  
Jeudi 10 novembre  
de 18h à 19h30



Résidence Aquila  
16 rue des faucons  
02100 St Quentin  
Sur inscription avant le 02/11/22

**Aqua-gym**  
Avec Antoine  
Jeudi 24 novembre  
de 17h45 à 18h30

Résidence Aquila  
16 rue des faucons  
02100 St Quentin  
Sur inscription avant le 12/11/22



L'équipe est à votre écoute  
et à votre disposition  
pour vos inscriptions  
du lundi au vendredi  
De 9h00 à 17h00  
03 64 10 99 09

**Sophrologie**  
Samedi 26 novembre  
De 10h à 11h30

Résidence Aquila  
16 rue des faucons  
02100 St Quentin  
Sur inscription avant le 20/11/22

**Sophrologie**  
Mercredi 2 novembre  
De 14h à 16h00

61 Rue Ham Cambron  
02140 Fontaine Lès Vervins  
Sur inscription avant le 25/10/22

**Gi Gong**  
Mercredi 16 novembre  
De 18h à 19h30



Samourai club  
63 Chemin d'Harly  
02100 Harly  
sur inscription avant le 02/11/22



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

Activités à destination de  
votre proche aidé afin de  
vous offrir un temps  
rien que pour vous

### Ludothèque !

Mercredi 2 novembre  
De 10h à 12h

Ludothèque  
Rue Charles Gomart  
02100 St-Quentin  
Sur inscription avant le 24/10/22



Mercredi 9 novembre  
De 10h à 12h

Kidoom  
Rue de La Fère  
02100 Neuville St Amand  
Sur inscription avant le 02/11/22



**Piscine**  
Mercredi 23 novembre  
De 14h à 16h

La bulle  
Rue Lamartine  
02100 Saint-Quentin  
Sur inscription avant le 14/11/22

Gratuit

## TEMPS LOISIRS



## TEMPS DE LOISIRS PARTAGES

**Visite de la sous préfecture  
de St-Quentin  
(aidant/aidé)  
Mardi 8 novembre  
De 15h à 16h**

24 rue de la sous-préfecture  
02100 St-Quentin

**Sur inscription avant le 25/10/2022**

L'équipe est à votre écoute  
et à votre disposition  
pour vos inscriptions  
du lundi au vendredi  
De 9h00 à 17h00  
03 64 10 99 09  
[plateforme-repit02@apajh.asso.fr](mailto:plateforme-repit02@apajh.asso.fr)

**Le Roman de  
Monsieur Molière  
(aidant ou aidant/aidé)  
Vendredi 25 novembre  
De 20h à 22h**

Théâtre Jean Vilar  
Place de l'hôtel de ville  
02100 St-Quentin

**Sur inscription avant le 31/10/2022**



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

Plateforme de répit du Nord de l'Aisne

10 Avenue Archimède—ZAC Bois de la Chocque—02100 SAINT-QUENTIN