**APF**

Association des Paralysés de France

Délégation Départementale

~()rrl :

Prénom:**Numéro de téléphone :****Adresse email:****Coupon réponses (à renvoyer)
Juillet / août / septembre 2015**

<p><i>Sortie poropente</i> <u>Dimanche 13 septembre 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p> <p>Prix: 2€</p> <p><input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p>	<p><i>Char à voile</i> <u>Jeudi 23 juillet 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p> <p>Prix: 25€</p> <p><input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p>	<p><i>Paris</i> <u>Jeudi 30 juillet 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p> <p>Prix: 23,50€</p> <p><input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p>
<p><i>Villers sur Mer</i> <u>Jeudi 6 août 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p> <p>Prix: 5€</p> <p><input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p>	<p><i>Château de Crèvecœur</i> <u>Jeudi 13 août 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p> <p>Prix: 10,50€</p> <p><input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p>	<p><i>Vide grenier</i> <u>Samedi 5 septembre 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p>
<p><i>Festival Energie</i> <u>19 et 20 septembre 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <u>Samedi</u> <input type="radio"/> <u>Dimanche</u> <input type="radio"/></p> <p><input type="radio"/> Ne participera pas</p>	<p><i>Accessibilité, il est urgent d'agir!</i> <u>Du 28 septembre au 2 octobre 2015</u></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p>	<p><i>Equithérapie, balades en calèche</i> <u>septembre 2015 à juin 2016</u></p> <p><input type="radio"/> Intéressé <input type="radio"/> Pas intéressé</p>
<p><i>Bowling</i> <u>Samedi: 26 septembre</u> <input type="radio"/></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas <input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p> <p>Prix: 4€ (à régler à la délégation)</p>	<p><i>Activité piscine</i> <u>Vendredi: 11 septembre</u> <input type="radio"/> <u>2 octobre</u> <input type="radio"/></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas <input type="radio"/> Bénévole <input type="radio"/> Participant</p> <p>Prix: 3,55€ à régler sur place</p>	<p><i>Repas Convivial</i> <u>Lundi: 28 septembre</u> <input type="radio"/> <u>12 octobre</u> <input type="radio"/></p> <p><input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas</p>



APF Délégation Départementale

Association des Paralysés de France

Atelier « Récré de Monet »	Atelier Informatique	Case à idées
<i>Lundi:</i> 70 140 210 28 0 septembre 50 120 octobre	<i>Samedi:</i> 120 26 0 septembre 100 octobre	- - - - -
<input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas	<input type="radio"/> Participera <input type="radio"/> Ne participera pas	

Activité Piscine

Les vendredis 11 septembre et 2 octobre 2015

N'hésitez pas à venir découvrir cette activité. Il n'est pas nécessaire de savoir nager pour participer .

- / Horaires: **16h45 à 18h30**
- / Lieu de RDV : **piscine Eurocéane - 1 rue du Professeur Fleury - 76130 Mont Saint Aignan**
- / Participation: **3,55€ (A régler sur place)**

& NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES &

Repas Convivial

Le dernier lundi de chaque mois (hors vacances scolaires) : 28 septembre, 12 octobre 2015

Qu'est-ce qu'on mange ??

- / Horaires: **12h à 14h**
- / Lieu de RDV : **à la MJC Rive Gauche - place des Faïenciers -76100 Rouen**
- / Participation: **une partie du repas**

Atelier « La récré de Monet»

Tous les lundis (sauf vacances scolaires) : 7, 14, 21 et 28 septembre: 5 et 12 octobre 2015

Vous pourrez aiguiser vos talents d'artistes .

- / Horaires: **14h à 16h**
- / Lieu de RDV : **à la MJC Rive Gauche - place des Faïenciers - 76100 Rouen**
- / **Pensez à prendre vos pinceaux**



Atelier informatique

Les samedis matins: 12 et 26 septembre, 10 octobre 2015

Atelier d'initiation et de perfectionnement à l'informatique .

- / Horaires: **de 10h à 12h**
- / Lieu de RDV : **à la délégation, 3 rue Linus Carl Pauling - 76130 Mont Saint Aignan**

& PLACES LIMITEES &

Villers sur Mer

Jeudi 6 août 2015

Au programme pique nique et baignade sur la belle plage de Villers sur Mer .

- / Horaires: RDV 8h30 à la délégation - retour à domicile (agglo de Rouen)
- / Lieu de l'activité: Villers sur Mer
- / Participation: 5€ de transport (prévoir son pique nique)

LI~NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES CHAUFFEURS ET ACCOMPAGNATEURS

Château de Crèvecœur

Jeudi 13 août 2015

Plongez au cœur de la Normandie médiévale en visitant le château de Crèvecœur. Grâce à votre guide, la ferme, le colombier, la grange et la chapelle vous livreront tous leurs secrets .

- / Horaires: RDV 8h30 à la délégation - retour à domicile (agglo de Rouen)
- / Lieu de l'activité: Crèvecœur en Auge
- / Participation: 10,50€ (visite guidée et transport) - prévoir son pique nique

L~NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES CHAUFFEURS ET ACCOMPAGNATEURS

Sorties du ça me dit

Réunion de rentrée

Samedi 5 septembre 2015

Le groupe se réunit à la délégation pour réfléchir au programme de sorties .

- / Horaires: RDV 14h30 à la délégation - chacun doit prévoir son retour pour 16h30
- / Lieu: délégation APF - 3 rue Linus Carl Pauling - 76130 Mont Saint Aignan
- / Participation: aucune

Actions

Vide grenier

Samedi 5 septembre 2015

*Nous vous proposons de tenir un stand pour récolter des fonds pour l'APF.
N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements .*

- / Horaires: de 6h à 18h (des créneaux matin ou après midi sont possibles)
- / Lieu de RDV : parking de l'Université - Mont Saint Aignan

A NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES &

Nous sommes à la recherche d'objets à vendre (articles de puériculture, livres pour enfants, jouets ...) à déposer à la délégation aux horaires d'ouverture.

Nous nous réservons le droit de refuser tout article que nous jugerions trop difficile à vendre.

t

Festival Energie Haut Normand

Samedi 19 et dimanche 20 septembre 2015

L'entreprise ERDForganise le festival Energie Haut Normand les 19 et 20 septembre. Cefestival à destination des agents d'ERDFproposera des animations et des concerts pour toute lafamille. La délégation proposera aux visiteurs de tester son parcours accessibilité. Nous recherchons des bénévoles pour monter, démonter et animer le parcours .

- ./ Horaires: **à définir**
- ./ Lieux: **Centre de loisirs du Bois Renard - 27120 Le Cormier (5km d'Evreux)**
- ./ Transport: **pris en charge au départ de la délégation - repas pris en charge par la délégation**

& NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES &

Accessibilité, il est urgent d'agir!

Semaine 40 (entre le 28 septembre et le 2 octobre) 2015

Cette année, nos équipes testeront l'accessibilité des bars du centre ville de Rouen. Envie d'aller boire un verre et de rencontrer de nouvelles personnes? Nos équipes vous diront tout sur les meilleurs endroits!

- ./ Horaires: **fin de journée**
- ./ Lieux: **Rouen**

& NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES &

Equithérapie

Dates à définir

Depuis avril 2015, la délégation vous propose des balades en calèche adaptée avec le centre équestre Cheval et espérance. Nous pensions pouvoir vous proposer des séances « cavalier» (où l'on monte à cheval) à partir de septembre mais cela ne sera pas possible. Nous vous proposons donc de nouveau des séances de calèche.

L'activité sera maintenue sous réserves d'un nombre suffisant de participants.

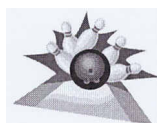
Contactez la délégation si vous êtes intéressé.

- ./ Horaires: **le jeudi de 10h à 12h**
- ./ Lieu: **centre équestre Cheval et espérance - 76230 Bois Guillaume**
- ./ Participation: **7€ par séance**

Programme Activités

Groupe Accessibilité Le Havre

Vous habitez le secteur du Havre et vous rencontrez des soucis d'accessibilité, de transport, vous pouvez contacter le groupe à l'adresse suivante: groupe-acces-lehavre@apf-dd76.fr



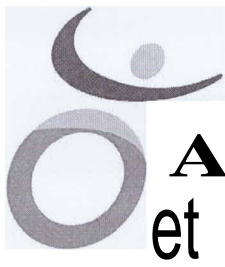
Bowling

Le samedi 26 septembre 2015

Vous avez envie de passer un moment convivial et de faire quelques Strikes ?

- ./ Horaires: **14h à 16h30**
- ./ Lieu: **RDV Plaza Bowling - 22, Boulevard Pierre Brossolette- 76120 LEGRAND QUEVILLY**
- ./ Participation: **4,00€la partie (à régler à la délégation, impératif !)**

&NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES&



APF

et

Association des Paralysés de France

Délégation Départementale

Société RESEAU SEP
38 RUE GRAND PONT
76000 ROUEN

Information aux adhérents

Pour des raisons pratiques, nous vous demandons de respecter les consignes suivantes.

Il est vraiment important pour la délégation de savoir QUI est inscrit - PARTICIPANTS ET BENEVOLES - et à QUELLE ACTIVITE.
Merci de votre compréhension et de votre investissement

Règlement des activités

- Le règlement peut être fait par courrier (sous forme de chèque) ou auprès de la délégation
- Toutes les activités doivent être réglées en amont pour valider votre inscription et organiser l'accompagnement adéquat. N'hésitez pas à nous appeler en cas de problème ou pour plus d'informations: 02 35 73 2501

Votre inscription

- Signalez vos inscriptions par écrit avec les coupons réponses du programme d'activités. Aucune inscription ne sera enregistrée par oral ou suite à un message.
- Remplissez UN CHEQUE POUR CHAQUE ACTIVITE joint à vos coupons d'inscription afin de faciliter la gestion (remboursement en cas d'annulation par exemple). Aucune inscription ne sera validée sans règlement ou acompte.
- Signalez vos désistements par écrit. En cas d'annulation tardive ou d'absence (sauf justification médicale ou cas exceptionnel), une somme forfaitaire correspondante aux frais de transport et/ou d'accompagnement sera retenue sur votre versement.

Les bénévoles donnent de leur temps pour vous, merci de les respecter en signalant vos absences.

- Notez votre numéro de téléphone sur le coupon sinon nous ne pourrions pas vous prévenir en cas d'annulation ou de changement de programme.
- Répondez aux coupons dans les plus brefs délais. Les premiers à répondre seront les premiers inscrits.

En sorties

- Emportez avec vous les coordonnées de votre chauffeur ainsi que vos coordonnées personnelles en cas de soucis. La délégation ne sera pas responsable de votre transport en cas d'oubli.

Juillet 1 août 1 septembre 2015

Inscription pour toutes les activités avec le coupon réponse à renvoyer à la DO

**Les places seront limitées par nos véhicules
Les premiers inscrits par retour de ce coupon seront les premiers servis**

AJfl.el à témoins

Pour l'Assemblée Départementale 2015, dont le thème sera « l'aide humaine dans tous ses états », nous recherchons le témoignage de personnes ayant une auxiliaire de vie afin de nous transmettre leurs ressentis tant sur ce qui se passe bien que sur ce qui manque (soit en temps, soit horaire d'intervention).

Si vous souhaitez témoigner le jour de l'Assemblée Départementale ou déposer votre témoignage qui sera lu par un membre du Conseil APF de Département, veuillez contacter la Délégation Départementale 02 35 73 25 01.

Sortie

Sortie parapente

Dimanche 13 septembre 2015

Avec l'association Normandie Vol Libre, venez profiter d'un baptême de parapente adapté .

- / Horaires: rdv 10h à la délégation - retour à domicile (agglomération de Rouen)
- / Lieu de l'activité: Bosquerard de Marcouville (27)
- / Participation: 2€ de transport (prévoir son pique nique)

1 NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES CHAUFFEURS ET ACCOMPAGNATEURS

Sorties d'été

Char à voile

Jeudi 23 juillet 2015

Découvrez des sensations inédites avec un baptême de char à voile sur la magnifique plage de Quend en Baie de Somme.

*Attention cette activité ne convient pas aux personnes souffrant de pathologie du dos ou des vertèbres.
Prévoir une tenue bien chaude, des bottes et des gants .*

- / Horaires: rdv à 8h30 à la délégation - retour à domicile (agglomération de Rouen)
- / Lieu de l'activité: Quend plage
- / Participation: 25€ transport compris (prévoir son pique nique)

NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES CHAUFFEURS ET ACCOMPAGNATEURS

Paris

Jeudi 30 juillet 2015

Nous vous proposons le temps d'une journée de découvrir ou redécouvrir notre belle capitale. Au programme, croisière en bateau mouche et promenade sur les Champs Elysées.

- / Horaires: rdv à 8h30 à la délégation - retour à domicile (agglomération de Rouen)
- / Lieu de l'activité: Paris
- / Participation: 23,50€ transport compris (prévoir son pique-nique)

NOUS RECHERCHONS DES BENEVOLES CHAUFFEURS ET ACCOMPAGNATEURS