

Ma Semaine en 7 Vallées Ternois !

L'échappée verte en Hauts-de-France

Du lundi 3 au dimanche 9 mai 2021



Ronald Piclin ©

Coups de ♥

Nouveautés

Expositions

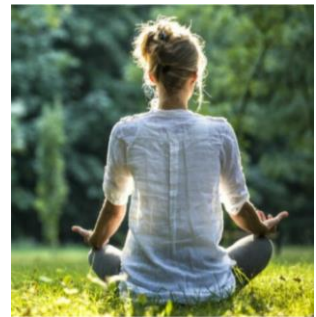
Animations

Zoom sur

Notre coup de ♥ animation !

19 nouveaux ateliers à l'Abbaye de Belval !

Bien-être, artistiques, culinaires, ces ateliers sont mis en place pour vous apporter calme, sérénité, lâcher-prise ou exprimer votre créativité... A s'offrir pour un moment à soi, ils peuvent aussi faire l'objet de bon-cadeau pour la fête des Mères, des Pères ou toute autre occasion... Pensez-y ! Ils sont dispensés par des praticiens professionnels reconnus dans leur discipline ou amateurs capables de transmettre leur passion. Les prix des ateliers sont différents car ils peuvent nécessiter des fournitures supplémentaires. Infos résa +33 (0)6 43 57 36 44 communication@abbayedebelval.fr



Retrouvez l'agenda des sorties, expositions sur
<https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/bouger/agenda/>

Notre coup de ♥ restauration !

La Baladine, le foodtruck crêperie !

Dégustez les crêpes au froment (sucre, pâte à tartiner, confiture, vergeoise brune, sirop d'érable, caramel beurre salé, pommes rôties caramel beurre salé, etc) et les galettes de sarrasin (jambon, fromage œuf / pomme de terre, lardons, fromage / saucisse, sauce moutarde, pomme de terre / béchamel, jambon, champignons, fromage, etc...)

Menu enfant. Le soir en semaine paire : en balade le mercredi à Sempy, le jeudi à Flers, le vendredi sur le marché de Wambercourt. Le soir en semaine impaire : en balade le mercredi à Heuchin, le vendredi à Hesmond. Retrouvez la Baladine également sur les marchés de Beaurainville le mercredi matin. Voir sur fb pour les autres communes.

Infos résa 06 78 56 29 42 <https://www.facebook.com/LaBaladine62/>



Retrouvez les menus à emporter de nos restaurateurs mis à jour au quotidien, sur
<https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/services-partenaires/producteurs-et-restaurateurs/>

Notre coup de ♥ artiste !

Marie Hélène Yernaux vous accueille sur les routes du pastel...

Marie Hélène Yernaux est une artiste Peintre Pastelliste et Galeriste. Venez découvrir sa galerie, ses pastels et illustrations, son exposition permanente ainsi que son espace beaux arts consacré aux techniques du dessin et du pastel.

24, rue Jacquemont 62140 Hesdin

+33 (0)6 42 79 29 36 www.lesroutesdupastel.com



Retrouvez nos artistes et artisans sur <https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/local/>

Notre coup de ♥ producteur !

La CaseBio à Marconne,
un projet éco responsable qui a besoin de vous !

Rendez-vous prochainement au distributeur automatique de produits 100% bio. La quasi totalité des produits (en dehors de certains fruits & légumes) est produite dans un rayon de 30km alentour. Pour vendre des produits locaux, Claire a choisi de faire construire son chalet en faisant appel à des artisans... locaux ! Forcément, ça coûte plus cher qu'un kit acheté sur Internet alors si vous voulez faire partie de cette aventure éco responsable et solidaire, faites un don sur la campagne de financement participatif <https://urlr.me/8B6SL>. Les petits ruisseaux faisant les grandes rivières, Claire compte sur vous ! Parking de l'air de covoiturage / Bretelle insertion RD939 / Proche de Pôle Emploi <https://www.facebook.com/Lacasebio7vallees/>



Retrouvez nos métiers de bouche sur

<https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/services-partenaires/producteurs-et-restaurateurs/>

Notre coup de ♥ commerçant !

Aux Herbes Sauvages à Hesdin se diversifie avec le chocolat !

Spécialiste de la torréfaction de café et des produits bio et naturels depuis 1987, Philippe Coache se lance aujourd'hui, dans la vente de chocolats avec 42 références : un large choix de pralinés, ganache et truffe, liqueur...

16, rue d'Arras 62140 Hesdin +33 (0)3 21 86 88 71

<https://www.facebook.com/Aux-Herbes-Sauvages-102974434849135>



Retrouvez nos commerçants sur

<https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/services-partenaires/commerçants/>

Notre coup de ♥ hébergement !

Les chambres de l'hôtel restaurant « les 3 Fontaines » à Marconne

C'est un charmant hôtel à la campagne, situé à 10 minutes à pied du centre ville d'Hesdin. Labellisé Logis de France 2 cheminées et disposant de 16 chambres, une partie de l'hôtel propose des chambres de style scandinave et disposent toutes d'un accès direct au jardin champêtre, bordé de pommiers sous lesquels vous pourrez prendre votre déjeuner en été. Car les 3 Fontaines, c'est aussi un restaurant labellisé Logis de France 2 cocottes. Dernier équipement en date pour satisfaire au mieux les clients : l'installation d'une station de rechargement de votre véhicule électrique !

Hôtel-restaurant Les 3 Fontaines 16, route d'Abbeville 62140 Marconne

+33 (0)3 21 86 81 65 <https://www.hotel-les3fontaines.com/fr/>



Retrouvez nos hébergements sur

<https://www.7valleesternoistourisme.com/fr/sejourner/>

Animations

Lundi 3 mai

Brimeux

MARCHÉ

Marché communal tous les lundis, de mai à septembre (à partir du 10 mai), de 14h à 19h. Rendez-vous place de la gare.

Maresquel Ecquemicourt

MARCHÉ

Marché artisanal et créateurs, de 9h à 12h30, place des Tilleuls. Infos résa mairie +33 (0)3 21 90 30 48

Saint Pol sur Ternoise

MARCHÉ

De 8h à 12h. Rue du Général de Gaulle - rue Oscar Ricque - place Pompidou - rue Bâcler d'Albe. Infos +33 (0)3 21 47 00 10

Mardi 4 mai

Frévent

MARCHÉ

Le matin, fruits, légumes, viandes, poissons, textiles, bijoux, artisanat d'art... place du Marché aux bestiaux. Infos +33 (0)3 21 03 60 21 mairie@villedefrevent.fr

Mercredi 5 mai

Beaurainville

MARCHÉ

De 9h à 12h, Fruits, légumes, viandes, poissons, textiles, bijoux, artisanat d'art... retrouvez François de la ferme aux Légumes d'Antan d'Offin. Rendez-vous sur la place de la Liberté. Infos +33 (0)3 21 90 30 63

Jeudi 6 mai

Aix en Issart

MARCHÉ SEMI NOCTURNE

De 16h à 19h, sur la place des Marronniers. Remplissez votre panier de saveurs locales.

Hesdin

MARCHÉ

De 9h à 12h. Fruits, légumes, viandes, poissons, textiles, bijoux, artisanat d'art... Place d'Armes, Rues Daniel Lereuil, Charles Quint, de la Paroisse, d'Arras, Marché aux Poissons.

Vendredi 7 mai

Floringhem

MARCHÉ ARTISANAL

Retrouvez chaque vendredi après-midi, de 15h à 18h (horaires de fin selon dispositions gouvernementales), sur la place de l'Arbre de la Liberté, le marché du village avec des producteurs de poissons, crustacés, volailles, fromageries, crémeries, maraîchers et produits issus de la ruche. Infos +33 (0)3 21 04 71 39 www.floringhem.fr

Wambercourt

MARCHÉ ARTISANAL

Rendez-vous de 16h30 à 19h, face à l'école (dans la salle polyvalente si intempéries). Produits frais et fermiers, bio, légumes, fruits, miel, pain, viande, fromages, glaces, pizzas, jus de pommes. Retrouvez François de la ferme aux Légumes d'Antan d'Offin. Infos +33 (0)6 99 41 64 47

Samedi 8 mai

Auxi le Château

MARCHÉ

De 9h à 12h. Rue du Général Leclerc. Infos +33 (0)3 21 04 02 03.

Le Touquet

SORTIE VTT avec Ternois E-Bike

Découvrir la Côte d'Opale sous son plus bel angle. 2 départs : 9h30 ou 14h30. Un parcours guidé et tracé. Environ 1h30 de VTT à assistance électrique (accessible à tous). Prêt du casque et gilet fluo. Possibilité d'être accompagné de vos enfants dans la remorque tractée par le VTT. Inscription indispensable (dès lors de votre inscription, nous vous communiquerons le lieu de RDV). Tarifs pour une sortie VTT organisée : 30€/pers pour un VTT à assistance électrique. 15€ pour une remorque tractée par le VTT. 15€/pers souhaitant prendre son propre VTT. Infos résa <https://www.facebook.com/events/790849851859751/> +33 (0)6 08 61 66 73

Troisvaux

ATELIERS SOPHROLOGIE / YOGA & HYPNOSE à l'abbaye de Belval

Sophrologie : Hélène Ardoin vous initie à la ballade ou à la peinture méditative (suivant météo). Cette séance aide à prendre conscience de ses sensations par le biais entre autres, de la relaxation. La personne apprend à se détendre, à relâcher les tensions musculaires pour faire baisser le niveau d'anxiété. Yoga et hypnose : Mathilde Delaby et Marie Van Den Neucker : Chacune leur tour, par l'hypnose et le yoga, elles vous apprendront à vous centrer, à vous détacher de vos propres peurs et blocages grâce à des techniques simples d'auto-hypnose et de yoga tout en présence à soi. Apporter votre tapis de sol et une serviette de bain.

A 14h30, rendez-vous à la boutique (15mn avant). Les animateurs viennent vous accueillir pour se rendre sur le lieu de l'atelier. 30€/pers/atelier. Programme des ateliers <https://www.abbayedebelval.fr/ateliers.html> Réservation en ligne <https://www.abbayedebelval.fr/ateliers.html> +33 (0)6 43 57 36 44 communication@abbayedebelval.fr

Dimanche 9 mai

Bouin Plumoison

MARCHÉ

Retrouvez tous les dimanches matin, une rôtisserie, une poissonnerie, un maraicher, fruits et légumes, salaison, pâtisserie, pain. De 7h à 13h, parking de la salle des Fêtes (rue du Mont de Kersuin). Infos +33(0)6 89 36 78 96

Hesdin

LA 7 VALLEES'RACE virtuelle

Course caritative pour les animaux et la SPA Canche-Authie. La 7 Vallées'Race lance son édition virtuelle suite au report en septembre 2021 de son véritable événement ! Il s'agit d'une course connectée. Les participants auront le choix entre 5, 10 ou 15km à parcourir seul ou avec leurs proches. Une médaille unique aux couleurs de la 7 Vallées'Race sera envoyée à chaque participant et 2€ par inscription seront reversés à la SPA Canche-Authie. Contact contact@sportbusinessconsulting.fr +33 (0)6 07 46 46 63 <https://www.7valleesrace.com>

Troisvaux

ATELIERS LITHOTHERAPIE / METHODE TRAGER à l'abbaye de Belval

Lithothérapie : Odile Gachère : Les cristaux (cristal de roche, améthyste, citrine, aigue-marine, rubis, turquoise, etc.) émettent naturellement une « résonance » ou une « vibration » singulière qui serait capable d'améliorer le bien-être de la personne à son contact ou à proximité. Odile vous propose une découverte ou un soin.

Méthode Trager : Alain Derat : Une thérapie psychocorporelle mise en place dans les années 70 par le docteur Milton Trager qui vise à aider le patient à se libérer des tensions physiques et mentales qui l'handicapent au quotidien. Rendez-vous 14h30 à la boutique (15mn avant). Tarif : 30€/pers/atelier. Programme des ateliers <https://www.abbayedebelval.fr/ateliers.html> Réservation en ligne <https://www.abbayedebelval.fr/ateliers.html> +33 (0)6 43 57 36 44 communication@abbayedebelval.fr

L'Office de Tourisme 7 Vallées Ternois vous accueille



A HESDIN

21, Place d'Armes 62140 Hesdin

+33 (0)3 21 86 19 19

accueil@7valleesternoistourisme.com

du lundi au vendredi de 9h30 à 13h et de 14h30 à 18h



A SAINT POL SUR TERNOISE

Place de l'Hôtel de Ville 62130 St Pol sur Ternoise

+33 (0)3 21 47 08 08

accueilstpol@7valleesternoistourisme.com

du lundi au vendredi, de 10h à 12h et de 14h à 17h30

Retrouvez toutes les animations en 7 Vallées Ternois sur notre site web

www.7valleesternoistourisme.com et sur notre page

Facebook

<https://www.facebook.com/7valleesternoistourisme>

Pour recevoir chaque semaine ce programme, envoyez « recevoir Ma Semaine en 7 Vallées Ternois » à amelie@7valleesternoistourisme.com