

INFORMATION

SOUTIEN

JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER

Samedi 21 Septembre de 9h à 17h

Au Théâtre Pierre de Roubaix, 78 Boulevard Belfort

Avec la présence de l'équipe de la Maison des Aidants

**Renseignements
03 20 27 03 97**

**POUR TOUT RENSEIGNEMENT OU INSCRIPTION :
03 20 28 64 49**

Permanence téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Maison des Aidants Métropole Roubaix Tourcoing
Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants
1 PLACE DE LA GARE
A ROUBAIX

maisondesaidants@feron-vrau.com
www.feron-vrau.com

FORMATION

5 réunions d'information pour les aidants dont le proche souffre d'une **maladie de type Alzheimer**

avec l'intervention de gériatre, ergothérapeute, assistante sociale et psychologue.

Comprendre la maladie, connaître les aides existantes, les trucs et astuces pour mieux accompagner son proche, pour prendre soin de soi...

Les **lundis 16, 23, 30 septembre, 7 et 14 octobre,**

de 14h à 16h30 à la Maison des Aidants

Possibilité d'accueillir votre proche

Gratuit – sur inscription

TEMPS D'INFORMATION

avec la psychologue :

Jeudi 5 Septembre de 14h à 16h

Mieux comprendre les mécanismes du stress pour mieux le gérer

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

Comment aider sans s'oublier?

A destination de tous les aidants

Mardi 24 Septembre de 14h à 16h

Gratuit – sur inscription

Votre proche peut toujours être accueilli par un membre de l'équipe.

SOUTIEN INDIVIDUEL A LINSELLES

avec la psychologue :

Jeudi 12 Septembre entre 14h et 17h

A la Maison Enfance Familles, 5 avenue Robert Descamps à Linselles

Gratuit – sur rendez-vous

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

avec la psychologue ou l'infirmière coordinatrice

Du lundi au vendredi à l'horaire qui vous convient le mieux, le lundi jusque 19h avec la psychologue

A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous

Gratuit – sur rendez-vous

REPIT

QI GONG

Gymnastique chinoise
avec Christophe

Tous les mercredis
de 15h15 à 16h15

3€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

Une pratique accessible à tous
pour prendre soin de soi et
faire une pause.

Tous les lundis
de 10h15 à 11h30

Gratuit – sur inscription

Votre proche peut toujours
être accueilli par
un membre de l'équipe.

RELAIS DE L'AIDANT

Une assistante de soins en
gérontologie peut **vous**
relayer ponctuellement à
domicile en accompagnant
votre proche pour une
durée de 4h minimum à
10h maximum, du lundi au
dimanche, y compris les
jours fériés.

Plus de renseignements au
07 86 00 26 88
ou auprès de l'équipe de la
Maison des Aidants

LOISIRS PARTAGES

GOUTER CONVIVIAL

A destination des aidants et
de leurs proches

Vendredi 20 septembre
de 14h à 16h

Dégustons des crêpes !

2 € / pers – sur inscription

LASCALAA.FR

Petit service, aide au
numérique, visite à domicile,...

N'hésitez pas à faire vos
demandes !

Plus de renseignements au
03 20 42 50 82

APRES-MIDI EN CHANSONS

Avec Martin et sa guitare,
autour des airs d'autrefois

de 14h à 16h

• **Vendredi 6 septembre**
à la Maison des Aidants de
Roubaix

• **Lundi 23 septembre**
à la Maison Enfance Familles
de **Linselles**, 5 avenue Robert
Descamps

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Avec Chantal, bénévole

Jeudi 26 Septembre
de 14h à 16h

Venez partager un moment
convivial !

Gratuit – sur inscription