

INFORMATION

**POUR TOUT
RENSEIGNEMENT OU
INSCRIPTION :**
03 20 42 50 82

**Permanence téléphonique
du mardi au vendredi
de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h,
le jeudi jusque 19h
et le samedi de 9h à 12h**
Maison des Aidants
Métropole Lille
**117 RUE DE CONDÉ
à LILLE**

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

JOURNEE FORMATION

**Formation 1^{ers} secours
« Prévention et secours
civiques niveau 1 »**

Mardi 18 février
de 9h à 17h30
à la Maison des Aidants de
Lille
Places limitées

Plus d'info par téléphone

PRESENTATION SEJOUR DE REPIT 2020

Jeudi 13 février
de 14h30 à 16h30

**Nouveau séjour prévu
du 6 au 10 avril 2020**

Venez retirer les dossiers
d'inscription et poser vos
questions !

Gratuit – sur inscription

FORMATION

! PROCHAINEMENT !

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

**Les jeudis 5, 12, 19, 26
mars et 2 avril**

de 14h à 16h30
à la Maison des Aidants

SOUTIEN

CAFE PARTAGE

**A destination de tous les
aidants**

FOURNES-EN-WEPPES
Vendredi 7 février
de 14h30 à 16h

à la **MAISON DES AIDANTS**
Samedi 15 février
de 10h à 11h30

avec la psychologue

Gratuit – sur inscription

TEMPS D'INFORMATION

Avec la psychologue

Jeudi 20 février
de 14h30 à 16h30

Savoir reconnaître et gérer ses
émotions

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

A destination des aidants dont
le proche réside en **EHPAD**

Samedi 29 février
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

avec la psychologue

**A la Maison des Aidants ou
au plus proche
de chez vous,**
du mardi au samedi à l'horaire
qui vous convient le mieux
(le jeudi jusque 19h)

SECLIN,
le **mardi 18 février**
entre 14h et 17h
à la MAPS 2/2 rue Degeyter

Gratuit – sur rendez-vous

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

REPIT

QI GONG

Gymnastique chinoise avec
Christophe

Tous les mardis
de 15h à 16h

3€ / séance – sur inscription

YOGA

Pour une détente du corps
et de l'esprit avec Lucie

Tous les jeudis
de 10h30 à 12h

6€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

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

Tous les vendredis
sauf le 14 et le 21
de 10h à 11h

Gratuit – sur inscription

INFORMATIQUE

Vendredi 21 février

de 14h à 16h

Une question ?

Un conseil ?

Sophie est à votre disposition
pour y répondre

Gratuit – sur inscription

RELAIS DE L'AIDANT

Une assistante de soins en
gériatrie 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 FESTIF

Vendredi 28 février

de 14h30 à 16h30

BIENVENUE au BAL MASQUÉ



Célébrons le carnaval dans vos
plus beaux costumes et autour
de délicieuses crêpes !

A destination des aidants et de
leur proche.

3€/pers – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Mercredi 12 février

de 14h30 à 16h30

Bricolage, mosaïque...
avec Agnès

Gratuit – sur inscription

APRES-MIDI EN CHANSONS

Avec Martin et sa guitare
autour des airs d'autrefois

Vendredi 14 février

de 14h30 à 16h30

Gratuit – sur inscription

ATELIER CUISINE

Venez préparer votre repas
du soir

Mercredi 19 février

de 14h30 à 16h30

3€/pers – sur inscription

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