

## INFORMATION

### MINI CONFÉRENCE

Venez découvrir  
**la SCALAA**  
*Un réseau numérique pour partager un temps d'échange, être accompagné pour une sortie, avoir un coup de main pour utiliser votre tablette...*

**Lundi 9 Novembre**  
**De 14h à 16h**

Avec Bernadette  
**Possibilité de participer en visio**

Gratuit – **sur inscription**

### MINI CONFERENCE

Les mesures de protection  
juridique : curatelle, tutelle...

**Lundi 30 Novembre**  
**De 14h à 16h**

Avec Mme Bail, du Service  
d'Information et de Soutien aux Tuteurs  
Familiaux

**Possibilité de participer en visio**

Gratuit – **sur inscription**

## PLACES LIMITEES ! Pensez à vous inscrire

*Les activités sont assurées dans le respect strict des gestes  
barrières.*

### MINI CONFÉRENCE

Des **maisons partagées** pour  
personnes atteintes de la  
maladie d'Alzheimer : vous  
voulez en savoir plus ?

**Mardi 24 Novembre**  
**De 14h à 16h**

Venez rencontrer l'association  
Ama Vitae

**Possibilité de participer en visio**

Gratuit – **sur inscription**

### MINI CONFERENCE

**Préparer l'entrée en EHPAD de  
son proche :**  
quelles aides financières ?  
comment préparer le dossier ?

**Mardi 17 Novembre de 14h à  
16h**

Avec Mme Hurbain, assistante  
sociale  
**Possibilité de participer en visio**

Gratuit – **sur inscription**

### CAFE PARTAGE

*avec une psychologue :*

Prendre soin de soi pour  
prendre soin de son proche

**Mardi 10 Novembre**  
**De 14h à 16h**

Gratuit – **sur inscription**

### TEMPS D'INFO

*avec une psychologue :*

Quelles sont les limites du  
maintien à domicile ?

**Lundi 2 Novembre**  
**De 14h à 16h**

**Possibilité de participer en  
visio**

Gratuit – **sur inscription**

*Durant les temps d'information  
et de soutien,  
votre proche peut être accueilli  
par un membre de l'équipe.*

## SOUTIEN

### SOUTIEN INDIVIDUEL A LINSSELLES

*avec une psychologue :*

**Jeudi 12 Novembre**  
**entre 14h et 17h**

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

Gratuit – **sur rendez-vous**

### ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

*avec les psychologues  
ou la coordinatrice*

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

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

Gratuit – **sur rendez-vous**

## REPIT

pour les aidants

### SOPHROLOGIE

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

**Tous les jeudis**  
de 10h15 à 11h15  
**Possibilité de participer en  
visio**

Gratuit - **sur inscription**

### QI GONG

*Gymnastique chinoise  
avec Christophe*

**Tous les mercredis**  
de 15h15 à 16h15

3€ / séance - **sur inscription**

### 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  
auprès de l'équipe

## LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de leurs proches

### TEMPS CONVIVIAL ET CULTUREL

**Vendredi 13 Novembre**  
**De 14h à 16h**

Croyances et superstitions en  
France et dans le monde :  
savez-vous d'où viennent-elles  
?



Moment ludique et instructif  
animé par Fariza

Gratuit - **sur inscription**

### APRES-MIDI EN CHANSONS

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

**Vendredi 6 Novembre**  
**de 14h à 16h**

Gratuit - **sur inscription**

### LOISIRS CREATIFS

Avec Chantal, bénévole

**Vendredi 20 Novembre**  
**de 14h à 16h**

Venez partager un moment  
convivial !

Gratuit - **sur inscription**

**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, le lundi jusque 19h**  
1 PLACE DE LA GARE A ROUBAIX

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

***Votre proche peut être  
accueilli par un membre de  
l'équipe lors des activités  
de repit.***