



PLACES LIMITEES ! Pensez à vous inscrire !

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

INFORMATION

SOUTIEN

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, le mardi jusque 18h.

1 PLACE DE LA GARE A ROUBAIX

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

FORMATION FACILOTAB

Venez apprendre à utiliser nos tablettes !
(Jeux, internet, mail...)

Lundi 17 Mai
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

MINI CONFERENCE

Venez découvrir la **Maison de l'Initiative et de l'Emploi**
Ses missions, son accompagnement !

Lundi 31 Mai
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

MINI CONFERENCE

Relayage à domicile, comment le financer ?

Vendredi 14 Mai
De 14h à 16h

Par l'équipe de Bulle d'Air

Gratuit – **sur inscription**

PARTAGE D'EXPERIENCE

Avec une psychologue

Votre proche refuse d'être aidé ?

Parlons-en !

Mardi 25 Mai
De 14h à 16h

Groupe de 6 personnes

Gratuit – **sur inscription**

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

ENTRETIENS INDIVIDUELS

avec les psychologues ou la coordinatrice

Du lundi au vendredi à l'horaire qui vous convient le mieux

- **Dans nos locaux**
- **Par téléphone**
- **A domicile**

Au plus près de chez vous :

A la Maison Enfance Familles de **Linselles** le **Jeudi 6 Mai**

Gratuit - **sur rendez-vous**

*Programme susceptible d'être
modifié pour raisons sanitaires*



REPIT

pour les aidants

LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de
leurs proches

ECRITURE PARTAGEE

Vendredi 21 Mai
de 14h à 16h

Sur des thèmes choisis et
variés proposés par **Xavier**,
on échange nos **mots**, nos
lignes avec humour et
sensibilité

Gratuit - **sur inscription**

SOPHROLOGIE

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

Tous les jeudis

de 10h15 à 11h15
(la 1^{ère} fois : venir à 10h)

Gratuit - **sur inscription**

RELAIS DE L'AIDANT

Le Relais de l'Aidant
se transforme !

Arrivée de Hélène et
Sophie



Renseignez-vous sur notre
Information
Partenaires ou
directement auprès de
l'équipe de la Maison des
Aidants.

*Pour les activités de répit, votre
proche peut être accueilli par un
membre de l'équipe*

APRES-MIDI EN CHANSONS

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

Vendredi 7 Mai
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

ECOUTE MUSICALE

Vendredi 28 Mai
de 14h à 16h

Partage des ressentis suite à
l'écoute de **musiques** très
variées qui nous font tous
voyager si différemment !
Animé par **Xavier**

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

*Gymnastique chinoise
avec Christophe*

Tous les mercredis

de 15h15 à 16h15

3€/séance
sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Lundi 10 Mai
De 14h à 16h

Venez fabriquer et décorer vos
bouquets de fleurs en papier !

Gratuit - **sur inscription**