

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



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

SOUTIEN

ACCUEIL DELOCALISE

La Maison des Aidants est présente sur le secteur des WEPPEs pour un groupe de soutien

le vendredi 6 août
de 14h à 16h

à FOURNES EN WEPPEs
(à la mairie rue Faidherbe)

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

A destination des aidants dont le proche vit en EHPAD

le jeudi 19 août
de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

A destination de tous les aidants

« Comment aider sans s'oublier ? »

le samedi 21 août
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

Entretiens sur rendez-vous

avec une 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 mardi et le jeudi
jusque 19h)

Gratuit – sur inscription

REPIT (pour les aidants)

QI GONG

*Gymnastique chinoise avec
Christophe*

**les mardis
3, 24 et 31 août**
de 15h à 16h

3€ / séance – sur inscription

YOGA

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

**tous les jeudis
sauf le 19 août**
de 10h30 à 12h

6€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

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

**les vendredis
20 et 27 août**
de 10h à 11h
(la 1^{ère} fois : venir à 9h45)

Gratuit – sur inscription

QUESTIONS/REPONSES INFORMATIQUE

**le cours reprendra en
septembre**



Atelier informatique
avec *Sophie*

Gratuit – sur inscription

RELAIS DE L'AIDANT

Une assistante de soins en
gérontologie peut vous relayer
punctuellement auprès de
votre proche.

Ces prestations sont d'une durée
minimale de **4 heures**
et maximale de **10 heures**.

**Pour plus de renseignements
sur les tarifs et les modalités,**

**Rapprochez-vous de l'équipe !
07 88 44 79 80**

LOISIRS PARTAGES

SUPER LOTO

suivi d'un goûter

le vendredi 13 août
de 14h30 à 16h30



Avec *Jeanine et Chantal*

Gratuit – sur inscription

APRES-MIDI COUPE DE GLACE

Venez vous rafraichir et
déguster une bonne glace !

le mercredi 18 août
de 14h30 à 16h30



Gratuit – sur inscription

APRES-MIDI EN CHANSONS

**ATTENTION
exceptionnellement
le jeudi 5 août**
de 14h30 à 16h30



Martin et sa guitare
Autour des airs d'autrefois

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

le mercredi 25 août
de 14h30 à 16h30

Après-midi créatif
Avec *Agnès et Isabelle*

Gratuit – sur inscription

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