

INFORMATION

JOURNEE MONDIALE ALZHEIMER

Mieux comprendre la réhabilitation cognitive et ses effets dans la maladie d'Alzheimer

pourquoi faire ? quels intérêts ? quelques pistes d'activités à proposer

avec l'Equipe Spécialisée Alzheimer à Domicile

le mardi 21 septembre
de 14h à 16h

Gratuit – sur inscription

A VENIR

5 réunions d'information pour les aidants dont le proche souffre d'une **maladie de type Alzheimer les samedis 2, 9 16, 23 et 30 octobre 2021**

MINIS CONFERENCES

le mardi 14 septembre
de 14h30 à 16h
Présentation de l'association **LES RECOUPETTES**
Recycllette créative

le mercredi 22 septembre
de 14h30 à 16h
Tout ce que vous aimeriez savoir sur l'**APA** (allocation personnalisée à l'autonomie) pour les personnes au domicile

Gratuit – sur inscription

TEMPS D'INFO

Les Trucs et Astuces de l'ASG

le mercredi 29 septembre
de 14h30 à 16h30
Profitez de l'expérience de relayeuse de Michelle !

Elle vous donnera ses conseils pour accompagner votre proche durant les différents moments de la journée.

Gratuit – sur inscription

SOUTIEN

ACCUEIL DELOCALISE

la Maison des Aidants est présente sur le secteur des **WEPPEES** pour **des rencontres individuelles**

le vendredi 3 septembre
de 14h à 15h30
à FOURNES EN WEPPEES
(à la mairie rue Faidherbe)

le vendredi 17 septembre
de 14h à 16h30
à LA BASSEE
(22 rue des cerisiers)

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

A destination de tous les aidants
« Comment aider sans s'oublier ? »

le samedi 11 septembre
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

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

Entretiens sur rendez-vous

avec une psychologue
A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous,

Gratuit – sur inscription

REPIT (pour les aidants)

QI GONG

*Gymnastique chinoise avec
Christophe*

**tous les mardis
sauf le 21 septembre**
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
de 10h à 11h
(la 1^{ère} fois : venir à 9h45)

Gratuit – sur inscription

MEDITATION PLEINE CONSCIENCE

**Venez découvrir et
participer à des séances
de méditation pleine
conscience**



le mardi 14 septembre
de 10h à 12h

Avec Etienne De Boisredon
(instructeur en méditation)

Gratuit – sur inscription

QUESTIONS/REPONSES INFORMATIQUE

le samedi 11 septembre
de 9h30 à 11h30



Atelier informatique
avec Sophie

Gratuit – sur inscription

LOISIRS PARTAGES

(à destination des aidants et de leurs proches)

APRES MIDI CONVIVIALE

le mercredi 1^{er} septembre
de 14h30 à 16h30



Avec Agnès et Isabelle

Gratuit – sur inscription

LOTO

Super Loto de rentrée !

le vendredi 24 septembre
de 14h30 à 16h30



Animé par Jeanine et Chantal

Sur inscription

APRES-MIDI EN CHANSONS

le vendredi 10 septembre
de 14h30 à 16h30



Martin et sa guitare
Autour des airs d'autrefois

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

le mercredi 15 septembre
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.