



INFORMATION

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

03 20 28 64 49

Programme susceptible d'être modifié en raison du contexte sanitaire

! A VENIR EN 2022 !

5 réunions d'information:
Pour les proches aidants de personne atteinte par la **maladie de Parkinson**

Les mardis 18, 25 janvier ;
1, 8 et 15 février 2022

Et 5 réunions sur la **maladie d'Alzheimer**
En mars 2022

TEMPS D'INFO

Avec une psychologue et Lucie Malapel, responsable d'accueil de jour

Accueil de jour et autres approches non médicamenteuses

Jeudi 2 Décembre
de 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

MINI-CONFERENCE

Comment améliorer son **bien-être émotionnel** et la **relation** avec son proche par l'hypnose ?

(Présentation de l'étude HYCAL)

Vendredi 10 Décembre
de 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

SOUTIEN

LES TRUCS ET ASTUCES DE L'ASG

avec une psychologue :

Jeudi 9 Décembre
De 14h à 16h

Profitez de l'expérience de relayeuse de Danielle !

Gratuit – **Sur inscription**

TEMPS D'INFO

Avec une psychologue
Comment gérer ses émotions face à la maladie d'un proche ?

Mardi 14 Décembre
de 14h à 16h

A Wervicq-Sud, lieu à préciser

Gratuit – **inscription recommandée**

ENTRETIENS INDIVIDUELS

avec les psychologues ou la coordinatrice

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

- **A la Maison des Aidants de Roubaix**
- **Par téléphone**
- **A domicile**

Au plus près de chez vous :

A la Maison Enfance Familles de **Linselles**
le **Jeudi 9 Décembre**

Les **mardis et mercredis** sur la **Vallée de la Lys**
Avec Ségolène, psychologue,
au 06.71.58.46.65

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
(la 1^{ère} fois : venir à 10h)

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

Gymnastique chinoise avec Christophe

Tous les mercredis
de 15h15 à 16h15

3€/séance
sur inscription

N'oubliez pas : votre proche peut être accueilli par un membre de l'équipe !

ECRITURE PARTAGEE

Lundi 20 Décembre
de 14h à 16h

Avec **Xavier**,
Vrai ou faux ?

Gratuit - **sur inscription**

ECOUTE MUSICALE

Mardi 28 Décembre
de 14h à 16h

Avec **Xavier**, Chœurs et ensembles vocaux

Gratuit - **sur inscription**

INITIATION AU THEATRE

Lundi 6 Décembre
de 14h à 16h

Avec **Céline**, atelier de découverte du théâtre

Gratuit - **sur inscription**

ATELIER UP CYCLING

Avec l'association Interfaces, fabrication de **bouillottes** et de **tawashis** !

Mardi 14 Décembre
De 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

LOTO

Mercredi 15 Décembre
de 14h30 à 16h30

A la Maison des Aidants de Lille
117 Rue de Condé
03.20.42.50.82

Gratuit - **sur inscription**

REPAS DE FIN D'ANNEE

Vendredi 17 Décembre – à partir de 11h30 à Lille
Petit marché de Noël avant de partager un **repas festif** en compagnie de Martin et sa guitare !

22€/pers – sur inscription **avant le 10 décembre**

LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de leurs proches

APRES-MIDI EN CHANSONS

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



Vendredi 3 Décembre
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

TEMPS CONVIVAL

Avec Danielle, pour décorer la Maison des Aidants et faire votre propre sapin de Noël !

Lundi 13 Décembre
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

