

## INFORMATION



### RENCONTRE

**A destination de tous les aidants dont le proche souffre d'une dégénérescence fronto-temporale**

Avec la présence de Mme Foulon, représentante France DFT  
**le samedi 14 mai**  
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

### TEMPS D'INFO

**Les trucs et astuces de l'ASG**

**le mercredi 25 mai**  
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



### CAFE PARTAGE

**A destination des aidants dont le proche vit en EHPAD**

« Entre la décision et le besoin... »  
Avec un psychologue,

**le mercredi 4 mai**  
de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

### CAFE PARTAGE

**Autour des émotions :**  
« trouver son équilibre »

Avec une psychologue

**le samedi 28 mai**  
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

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



### ACCUEIL DELOCALISE

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

**le vendredi 6 mai**  
de 14h à 16h30

**à FOURNES EN WEPPEES**  
(à la mairie, rue Faidherbe)

Gratuit – sur inscription

### ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

*avec une psychologue*

**A SECLIN**, tous les  
**3èmes mardi du mois**  
entre 14h et 16h

9 rue Jean Jaurès à Seclin (à côté de l'église dans les locaux du CCAS)

**A LA BASSEE**, tous les  
**3èmes vendredi du mois**  
entre 14h et 16h30  
( 2 rue des cerisiers à la maison des services)

Gratuit – sur inscription

## LOISIRS PARTAGES



### LOISIRS CREATIFS

**le mercredi 11 mai**  
de 14h30 à 16h30

Après-midi créatif  
avec Agnès et Isabelle

Gratuit – sur inscription

### APRES-MIDI EN CHANSONS

**le vendredi 13 mai**  
de 14h30 à 16h30



Martin et sa guitare  
Autour des airs d'autrefois

Gratuit – sur inscription

### CUISINE

Cuisinons ensemble  
votre repas du soir

**le vendredi 20 mai**  
de 14h à 16h30

3€/ pers- sur inscription



### QI GONG

*Gymnastique chinoise avec  
Christophe*  
**tous les mardis**  
à l'**EHPAD Saint Antoine  
de Padoue**  
Au 329, Bvd Victor Hugo  
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 26 mai** (férié)  
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<sup>ère</sup> fois : venir à 9h45)

Gratuit – sur inscription



### QUESTIONS/REPONSES INFORMATIQUE

**le samedi 7 mai**  
de 9h30 à 11h30



*Atelier informatique  
avec Sophie*

Gratuit – sur inscription

### INITIATION AU THEATRE

**le mercredi 11 mai**  
de 14h à 16h

avec Céline



Gratuit - sur inscription

### MEDITATION PLEINE CONSCIENCE

**le jeudi 12 mai**  
de 14h à 16h  
**le mardi 17 mai**  
de 10h à 12h  
avec Etienne De Boisredon

Gratuit – sur inscription

**NOUVEAU !**

### ART-THERAPIE

Avec Paul et Mélanie  
**le mercredi 18 mai et**  
**le vendredi 27 mai**  
de 14h à 16h30

3€/ la séance- sur inscription

**NOUVEAU !**

### GYM ADAPTEE

*Séances collectives de  
gymnastique douce, une  
première approche de  
l'**Activité Physique Adaptée**  
avec Kévin*

**tous les jeudis**  
de 14h à 15h  
(aidants avec ou sans le proche)

3€ par aidant/la séance – sur  
inscription



**NOUVEAU !**

### SOPHROLOGIE

*Séances destinées en **priorité**  
aux **aidants salariés** pour  
prendre soin de soi et faire une  
pause.*

animées par Kathy, sophrologue

**les samedis 14 et 28 mai**  
de 10h à 11h

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 18h,  
le jeudi jusque 19h et le  
samedi de 9h à 13h**

**maisondesaidants@feron-  
vrau.com**

[www.feron-vrau.com](http://www.feron-vrau.com)