

A vos agendas :

SOUTIEN

Lundi 5 novembre
CAFE PARTAGE ENTRE AIDANTS
de 14h à 16h

Lundi 19 novembre
Temps d'information avec la psychologue
« **Aidant : comment être soutenu
et limiter votre fatigue ?** »
de 14h à 16h
Gratuit - sur inscription

MINI CONFERENCE

Lundi 12 novembre
de 14h à 16h

**La médiation familiale,
un outil au service des familles lors
de l'accompagnement d'un proche**

avec Véronique Robert-Degroote,
médiatrice familiale au CIDFF

à destination des aidants

Gratuit - sur inscription

TEMPS CONVIVIAL

Vendredi 16 novembre
de 14h à 16h

Venez déguster la recette d'antan
du **pain perdu**

à destination des aidants et de leurs proches
2€/personne - sur inscription

JOURNEE DETENTE

Vendredi 30 novembre
de 12h à 17h

Repas dansant
Salle de réception
« **Les meules du Moulin** »
1 rue Jean Moulin à Wavrin

A destination des aidants
et de leurs proches

27 € par personne - covoiturage 2€
Sur inscription

INFORMATION

5 réunions d'information pour les aidants
dont le proche souffre de la
maladie de Parkinson

avec l'intervention de neurologue,
kinésithérapeute, infirmier et psychologue
du Centre Expert Parkinson et
une assistante sociale du CLIC.

Comprendre la maladie, connaître les
aides existantes, les trucs et astuces
pour mieux accompagner son proche,
pour prendre soin de soi...

Les jeudis **22 et 29 novembre**
6, 13 et 20 décembre
de 14h à 16h30 à la Maison des Aidants

Gratuit
Inscriptions sur simple appel téléphonique

WELLO.FR/SCALAA

Vendredi 23 novembre
De 14h à 16h

Venez découvrir la
plateforme numérique
d'aide aux aidants sur
ordinateur ou
tablette numérique
avec Bernadette !
Gratuit - sur inscription

QI GONG

pour les aidants

Gymnastique chinoise : renforcement musculaire et détente

Tous les mercredis de 15h15 à 16h15 - 3€ la séance

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

CHANT CHORAL

Avec Martin et sa guitare

Vendredi 2 novembre de 14h à 16h à la Maison des Aidants

Lundi 26 novembre de 14h à 16h à la Maison Enfance
Famille 5 avenue Robert Descamps à **Linselles**

A destination des aidants et de leurs proches - gratuit

SOUTIEN

pour les aidants

ENTRETIENS SUR RDV A LA MAISON DES AIDANTS

**ou AU PLUS PROCHE DE CHEZ VOUS (à Linselles le
2eme jeudi du mois, à Tourcoing, à Wattrelos,...)**

Avec une professionnelle de l'équipe (coordinatrice,
psychologue). Votre proche peut être accueilli par un membre
de l'équipe le temps de l'entretien.

Du lundi au vendredi à l'horaire qui vous convient le mieux
(le lundi jusque 19h)

RELAIS DE L'AIDANT

Une assistante de soins en gérontologie peut vous **relayer
ponctuellement à domicile** en accompagnant votre proche pour une
durée de 4h minimum à 10h maximum, du lundi au dimanche.

Faites vos demandes au **07 86 00 26 88**.

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

Maison des Aidants Métropole Roubaix Tourcoing - Plateforme d'accompagnement et de répit pour les aidants

1 PLACE DE LA GARE A ROUBAIX – maisondesaidants@feron-vrau.com

www.feron-vrau.com