

TEMPS FORTS DU MOIS :

TEMPS D'INFORMATION

**Idées reçues sur le vieillissement :
et si elles impactaient notre rôle
d'aidant ?**

Mercredi 16 janvier, de 14h30 à 16h30
Animé par une psychologue

**La psychomotricité
Pour qui ? Pourquoi ?**

Jeudi 10 janvier, de 14h30 à 16h
Animé par une psychomotricienne

**La Scalaa :
nouveau réseau solidaire de
bénévoles pour faciliter la vie des
aidants**

Vendredi 18 janvier, de 14h30 à 16h30
Animé par une psychologue

Gratuit - sur inscription

SOUTIEN EN GROUPE

Café partage pour les aidants :

Maladies de type Alzheimer

Jeudi 17 janvier, de 14h30 à 16h30

Maladie de Parkinson

Mardi 22 janvier, de 14h30 à 16h

Aidants dont le proche réside en EHPAD

Mercredi 30 janvier, de 14h30 à 16h

Sclérose en plaques

Jeudi 31 janvier, de 14h30 à 16h

Gratuit - sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Nouvelle année, nouveaux projets créatifs.
Quels seront les vôtres ?

Mercredi 23 janvier, de 14h30 à 16h30

avec Agnès et Isabelle

Gratuit - sur inscription

TEMPS CONVIVIAL

Galette des Rois
et rétrospective photos de la
Journée Régionale des Aidants

Mercredi 9 janvier, de 14h30 à 16h30

Pour tous
2€/personne - sur inscription

JOURNEE DETENTE

Visite guidée
Musée de la Piscine de Roubaix

Vendredi 25 janvier, de 14h30 à 16h

12€/pers - **inscription validée après
paiement** (places limitées)
Co voiturage possible- 2€

Pour tout renseignement ou inscription : 03 20 42 50 82

Votre proche peut être accueilli par un membre de l'équipe pendant les activités proposées.

ET COMME CHAQUE MOIS :

SOUTIEN

SOUTIEN DANS LES WEPPEES : Vendredi 4 janvier

- Entretiens à la demande sur rendez-vous avec la psychologue à la mairie de Fournes-en-Weppes
- **Goûter partage** de 14h30 à 16h à la mairie de Fournes-en-Weppes

SOUTIEN A SECLIN : Mardi 15 janvier

- Entretiens sur rendez-vous avec la psychologue de 14h à 17h à la MAPS de Seclin

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS à la Maison des aidants ou au plus proche de chez vous avec une professionnelle de l'équipe **du mardi au samedi** à l'horaire qui vous convient le mieux (le jeudi jusque 19h et le samedi jusque 12h).

REPIT

QI GONG : Gymnastique chinoise, avec Christophe. 3€ la séance.

Les **mardis 8, 15, 22 et 29 janvier** de 15h à 16h.

YOGA : Initiation au yoga avec Lucie. 6€ la séance.

Les **jeudis 3, 10, 17, 24 et 31 janvier** de 10h30 à 12h.

INFORMATIQUE : atelier le **samedi 12 janvier** avec Sophie. Inscription obligatoire.

- 9h30 à 10h30 cours particulier

- 10h45 à 12h atelier informatique en groupe « création de cartes de vœux électroniques »

RELAIS DE L'AIDANT : Une assistante de soins en gérontologie peut vous relayer à domicile en accompagnant votre proche pour une durée de 4h minimum à 10h maximum.

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

LOISIRS PARTAGES

WELLO.FR/SCALAA : Des bénévoles pour vous rendre des petits services. Informez-vous...

CHANT CHORAL : le **vendredi 11 janvier** de 14h30 à 16h30 avec Martin à destination des aidants et de leurs proches.

ACCUEIL LIBRE : le **vendredi 18 janvier** de 14h30 à 16h30 : Jeux de cartes ou jeux de société à la Maison des Aidants de Lille.

LOISIRS CREATIFS : le **mercredi 23 janvier** de 14h30 à 16h30 à la Maison des Aidants de Lille.

ATELIER CUISINE : le **jeudi 24 janvier** de 14h30 à 16h30 à destination des aidants et de leurs proches, 3€/pers. Au menu de ce mois : « blanquette de dinde, gâteau surprenant ».

Votre proche peut être accueilli par un membre de l'équipe pendant les activités proposées.

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 30

Le jeudi de 9h à 19h et le samedi de 9h à 12h