

TEMPS FORTS DU MOIS :

SOUTIEN EN GROUPE

Groupe de soutien pour tous les aidants.

« **Concilier vie de famille, vie professionnelle et rôle d'aidant** »

samedi 2 février de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

SOUTIEN EN GROUPE

Café partage pour les aidants :

dont le proche réside en EHPAD
Mercredi 20 février de 14h30 à 16h

Maladies de type Alzheimer
Jeudi 21 février de 14h30 à 16h30

Sclérose en plaques
Mardi 26 février de 14h30 à 16h

Maladie de Parkinson
Jeudi 28 février de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

**TEMPS D'INFORMATION
pour les aidants**

Intervention d'un ergothérapeute

Jeudi 7 février de 14h30 à 16h30

Aménager son domicile pour compenser la perte d'autonomie : équipements et conseils en manutention

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

A destination des aidants et de leurs proches

**Venez partager vos talents créatifs,
Couture, tricot, peinture...**

Mercredi 6 février, de 14h30 à 16h30

avec Agnès et Isabelle
Gratuit – sur inscription

**Présentation du séjour de répit
(du 1^{er} au 5 avril 2019)**

Vendredi 15 février
de 14h30 à 16h30

Venez retirer les dossiers d'inscription et poser vos questions !

sur inscription

JOURNEE DETENTE

Repas et parties de **BOURLE**
Vendredi 22 février de 12h à 17h
La Bourloire « **la concorde** »
2 rue de Seclin à Tourcoing

24€/pers – **inscription validée après paiement**

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.

SOUTIEN DANS LES WEPPEES : Vendredi 1 février

- 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 19 février

- 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 5, 12, 19 et 26 février** de 15h à 16h.

YOGA : Séances de yoga avec Lucie. 6€ la séance.

Les **jeudis 7, 14 et 28 février** de 10h30 à 12h (attention pas de séance le 21 février)

INFORMATIQUE : atelier le **samedi 23 février** avec Sophie. Inscription obligatoire.

- 9h30 à 10h30 cours particulier
- 10h45 à 12h atelier informatique en groupe « sauvegarder des photos sur une clé USB et/ou sur son ordinateur »

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 8 février** de 14h30 à 16h30 avec Martin à destination des aidants et de leurs proches.

ATELIER CUISINE : le **mercredi 13 février** de 14h30 à 16h30 à destination des aidants et de leurs proches, 3€/pers. Au menu de ce mois : « Chili con carné et en dessert des pancakes sucrés ».

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

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