

A vos agendas :

**SOUTIEN**

Avec la psychologue

**CAFE PARTAGE  
pour les aidants dont le  
proche réside en EHPAD**

**Vendredi 19 juillet  
de 14h à 16h**

Gratuit - sur inscription

**SOUTIEN**

**TEMPS D'INFORMATION**

Avec la psychologue

**Jeudi 25 juillet  
de 14h à 16h**

Mieux comprendre les  
changements de comportement  
d'une personne souffrant de  
troubles cognitifs.

Gratuit - sur inscription

**SOPHROLOGIE**

A destination des aidants

**Tous les lundis matins  
de 10h15 à 11h30**

Gratuit - sur inscription

**SOUTIEN**

Avec la psychologue

**CAFE PARTAGE  
pour les aidants concernés par  
les maladies de type Alzheimer**

**Mardi 2 juillet  
de 14h à 16h**

Gratuit - sur inscription

**DETENTE ET BIEN-ÊTRE**

A destination des aidants

**Mardi 9 juillet  
de 13h30 à 14h30 ou de 15h à 16h**

Un temps pour soi  
grâce à un soin des mains

Gratuit - sur inscription

**APRES-MIDI DETENTE**

**Vendredi 26 juillet**

**De 14h à 17h**

**A destination des aidants et de leurs proches**

Goûter festif en chansons, dégustation de glaces à  
la Maison des Aidants de Lille



Inscription obligatoire - 3€ / personne  
Covoiturage possible

**RETROSPECTIVE PHOTOS**

Retour en photos sur le séjour de  
répit d'Avril 2019 autour d'un café

**Mardi 23 juillet  
de 14h à 16h**

Gratuit - sur inscription

ET COMME CHAQUE MOIS :

**SOUTIEN**

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

**SOUTIEN A LINSELLES : jeudi 11 juillet** entre 14h et 17h

Entretiens **sur rendez-vous** avec la psychologue à la Maison Enfance Famille, 5 avenue Robert Descamps à Linselles.

**ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS A LA MAISON DES AIDANTS ou AU PLUS PROCHE DE CHEZ VOUS** avec une professionnelle de l'équipe (infirmière coordinatrice, psychologue).

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

---

## REPIT

Pour les aidants

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

**Tous les mercredis** de 15h15 à 16h15, sur inscription.

**SOPHROLOGIE** : Une pratique accessible à tous, pour prendre soin de soi et faire une pause.

**Tous les lundis** de 10h15 à 11h30, sur inscription. (cf recto)

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

**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, y compris les jours fériés.

Plus de renseignements au **07 86 00 26 88** ou auprès de l'équipe de la Maison des Aidants.

---

## LOISIRS PARTAGES

A destination des aidants et de leurs proches

**CHANT CHORAL** : autour des airs d'autrefois, avec Martin et sa guitare

- **vendredi 5 juillet de 14h à 16h** à la Maison des Aidants de **Roubaix**, gratuit et sur inscription.

- **lundi 22 juillet de 14h à 16h** à la Maison Enfance Famille, 5 Avenue Robert Descamps à **Linselles**, gratuit et sur inscription.

**LOISIRS CREATIFS** : **jeudi 18 juillet** de 14h à 16h avec Chantal, bénévole - gratuit et sur inscription.

**LASCALAA.FR** : N'hésitez pas à faire des demandes !

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