

INFORMATION

**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,**

le jeudi jusque 19h

et le samedi de 9h à 12h

Maison des Aidants
Métropole Lille

**117 RUE DE CONDÉ
A LILLE**

**maisondesaidants@
feron-vrau.com**
www.feron-vrau.com

FORMATION

! PROCHAINEMENT !

5 réunions d'information
pour les aidants dont le
proche souffre d'une
Sclérose en plaques

Les **jeudis 07, 14, 21, 28**
novembre, 05 décembre

de 14h à 16h30
à la Maison des Aidants

Gratuit – sur inscription

MINI CONFERENCE

Jeudi 31 octobre
de 14h30 à 16h30

« Les différentes mesures de
protections juridiques »

avec Mme Oudoire

Gratuit – sur inscription

SOUTIEN

TEMPS D'INFORMATION

avec la psychologue

Mercredi 30 octobre de
14h30 à 16h30

**Quelles sont les limites du
maintien à domicile ?**

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

**A destination de tous les
aidants** à la Maison des
Aidants

Samedi 19 octobre
De 10h à 11h30

**Apprendre à gérer les
conflits avec son proche.**

Mises en situation concrètes,
jeux de rôle, exercices en
groupe...

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

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

Mercredi 9 octobre
de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

avec la psychologue

**A la Maison des Aidants ou
au plus proche
de chez vous,**
du mardi au samedi à l'horaire
qui vous convient le mieux
(le jeudi jusque 19h)

SECLIN,
le **mardi 17 septembre**
entre 14h et 17h
à la MAPS 2/2 rue Degeyter

Gratuit

REPIT

QI GONG

Gymnastique chinoise avec
Christophe

Tous les mardis
de 15h à 16h

3€ / séance – sur inscription

YOGA

avec Lucie

Tous les jeudis
de 10h30 à 12h

6€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

Une pratique accessible à tous
pour prendre soin de soi et
faire une pause.

**Les vendredis 11 et 25
octobre**
de 10h à 11h

Gratuit – sur inscription

INFORMATIQUE

Samedi 26 octobre

Cours particulier de 9h30 à
10h30

En groupe de 10h45 à 12h
« l'utilisation de la clé usb et
gestion des photos »

Gratuit – sur inscription

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

GOUTER LOTO

A destination des aidants et
de leurs proches

Vendredi 25 octobre
de 14h30 à 16h30

Venez tenter votre chance !

3€ / pers – sur inscription

JOURNEE REGIONALE DES AIDANTS

Mardi 8 octobre

Journée festive en l'honneur
des aidants et de leurs
proches au Pasino à Saint
Amand Les Eaux

Repas dansant et spectacle
cabaret

**Inscription avant le 24
septembre.**

30€/pers – sur inscription

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

APRES-MIDI EN CHANSONS

Avec Martin et sa guitare
autour des airs d'autrefois

Vendredi 11 octobre
de 14h30 à 16h30

Gratuit – sur inscription

ATELIER CUISINE

Cuisinons ensemble votre
repas du soir !

Jeudi 24 octobre
de 14h30 à 16h30

3€ / pers – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Avec Agnès, bénévole

Mercredi 16 octobre
de 14h30 à 16h30

Venez partager un moment
convivial !

Gratuit – sur inscription