

INFORMATION

**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

FORMATION

! PROCHAINEMENT !

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

avec l'intervention de
neurologue, kinésithérapeute,
assistante sociale et
psychologues.

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

Les **lundis 18, 25 novembre,
2, 9 et 16 décembre**

de 14h à 16h30
à la Maison des Aidants

Possibilité d'accueillir
votre proche

Gratuit – sur inscription

SOUTIEN

TEMPS D'INFORMATION

avec la psychologue :

**Mardi 22 Octobre
de 14h à 16h**

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

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

Comment aider sans s'oublier?

**A destination de
tous les aidants**

**Mardi 29 Octobre
de 14h à 16h**

Gratuit – sur inscription

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

SOUTIEN INDIVIDUEL A LINSELLES

avec la psychologue :

**Jeudi 10 Octobre
entre 14h et 17h**

A la Maison Enfance Familles,
5 avenue Robert Descamps
à Linselles

Gratuit – sur rendez-vous

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

avec la psychologue ou
l'infirmière coordinatrice

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

A la Maison des Aidants ou au
plus proche de chez vous

Gratuit – sur rendez-vous

REPIT

QI GONG

*Gymnastique chinoise
avec Christophe*

Tous les mercredis
de 15h15 à 16h15

3€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

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

Tous les lundis
de 10h15 à 11h30

Gratuit – sur inscription

DETENTE ET BIEN-ÊTRE

*Un temps pour soi grâce à un
soin des mains*

Jeudi 17 Octobre
de 13h30 à 14h30
ou de 15h à 16h

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

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

LOISIRS PARTAGES

JOURNEE REGIONALE DES AIDANTS DES HAUTS DE FRANCE

En l'honneur des aidants et de
leurs proches

Mardi 8 Octobre
Départ 10h de Roubaix
Retour vers 18h

Venez partager un repas-
spectacle festif au Pasino de
Saint-Amand-les-Eaux !!!

30€ / pers – inscriptions avant
le 24 septembre

GOUTER LOTO

A destination des aidants et
de leurs proches

Vendredi 25 octobre
de 14h30 à 16h30
À la Maison des Aidants de
Lille 117 rue de Condé

3€ / pers – sur inscription

APRES-MIDI EN CHANSONS

Avec Martin et sa guitare,
autour des airs d'autrefois

de 14h à 16h

• **Vendredi 4 Octobre**
à la Maison des Aidants de
Roubaix

• **Lundi 28 Octobre**
à la Maison des Aidants de
Roubaix
(Maison Enfance Famille de
Linselles fermée)

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CREATIFS

Avec Chantal, bénévole

Jeudi 24 Octobre
de 14h à 16h

Venez partager un moment
convivial !

Gratuit – sur inscription