

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

*Plateforme d'accompagnement
et de répit pour les aidants*

**117 RUE DE CONDÉ
à LILLE**

**maisondesaidants@
feron-vrau.com**

www.feron-vrau.com

**Les activités collectives
reprennent !**

La Maison des Aidants est heureuse de pouvoir à nouveau vous accueillir **uniquement sur inscription** pour toutes les activités.

Attention : les places sont limitées afin de respecter la distanciation sociale !

FORMATION

! PROCHAINEMENT !

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

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

Les samedis 19, 26 septembre, 3, 10 et 17 octobre de 9h30 à 12h
à la Maison des Aidants

Gratuit – **sur inscription**

SOUTIEN

CAFES PARTAGE

Comment aider sans s'oublier ?

A destination des aidants dont le proche vit en EHPAD

Jeudi 20 août
14h30-16h30

A destination des aidants dont le proche vit à domicile

Samedi 22 août
10h-11h30

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)

Gratuit – sur inscription

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

REPIT

(pour les aidants)

QI GONG

*Gymnastique chinoise avec
Christophe*

**Les mardis 4, 11, 18 et
25 août**
de 15h à 16h

3€ / séance – sur inscription

YOGA

*Pour une détente du corps
et de l'esprit avec Lucie*

Le jeudi 27 août
de 10h30 à 12h

6€ / séance – sur inscription

SOPHROLOGIE

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

Le vendredi 21 août
de 10h à 11h

Gratuit – sur inscription

RELAIS DE L'AIDANT

Le Relais de l'Aidant reprend son fonctionnement habituel !

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.

Les règles d'hygiène sont toujours respectées à chaque relais.



Notre service mandataire à domicile **Bulle d'Air** est opérationnel.
Il vous permet d'avoir du relais à domicile de manière **régulière** sur une durée minimale de 3h sans maximum (plusieurs jours d'affilés possible).

Plus de renseignements au
03 61 76 75 56
et par mail :

repit@feron-vrau.com
ou auprès de l'équipe de la Maison des Aidants

LOISIRS PARTAGES

CHANT CHORAL



Le vendredi 28 août

de 14h30 à 16h30

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

Gratuit – sur inscription

GOÛTER GLACE



Le jeudi 6 août
Venez partager un
moment de convivialité
autour d'une glace !

à la Maison des Aidants

de 14h30 à 16h30

Gratuit – sur inscription

Votre proche peut être accueilli par un membre de l'équipe lors des activités de répit.