

INFORMATION

SOUTIEN

**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

**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 mardis 15, 22, 29  
septembre, 6 et 13 octobre  
de 14h à 16h30**

à la Maison des Aidants

Gratuit – **sur inscription**

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

**Opportunité  
exceptionnelle**

**Jeudi 20 août**  
de 14h30 à 16h30

Rencontre, projection et débat autour d'un film de témoignages d'aidants  
**« J'existe encore »**

Animé par  
Carl CORDONNIER,  
Réalisateur du film

« Quand le corps ralentit, quand la mémoire s'efface, la photographie, la musique, le chant et la voix entretiennent le désir d'*exister encore*. »

La projection est suivie de deux ateliers :

**jeudi 27 août et  
jeudi 3 septembre  
de 14h30 à 16h30**

En présence d'une psychologue

Gratuit – **sur inscription**

**TEMPS D'INFORMATION**

avec une psychologue :

**Mardi 25 août**

de 14h à 16h

**Comprendre les  
mécanismes du stress  
pour mieux le gérer**

Gratuit – **sur inscription**

**ENTRETIENS  
SUR RENDEZ-VOUS**

avec les psychologues  
ou la coordinatrice

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

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

Gratuit – **sur rendez-vous**

## REPIT

(pour les aidants)

### SOPHROLOGIE

**Les lundis  
17 et 24 août**  
de 10h15 à 11h15

! À partir de **septembre**,  
changement de jour :  
groupe le jeudi matin !

Gratuit  
**sur inscription**

### QI GONG

Gymnastique chinoise  
avec Christophe

**Tous les mercredis**  
de 15h15 à 16h15

3€ / séance  
**sur inscription**

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

### RELAIS DE L'AIDANT

Une assistante de soins en  
gériatrie 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.

Notre service mandataire à  
domicile **Bulle d'Air** 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

### GOUTER CONVIVAL

A destination des aidants et  
de leurs proches

**Mardi 18 Août**  
**de 14h à 16h**

Un goûter glacé et ses  
douceurs, à partager tous  
ensemble !



3€ / pers – **sur inscription**

### APRES-MIDI EN CHANSONS

A destination des aidants et  
de leurs proches

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

**de 14h à 16h**

**Vendredi 7 Août**  
à la Maison des Aidants de  
**Roubaix**

Gratuit – **sur inscription**

### LOISIRS CREATIFS

Avec Chantal, bénévole

**Jeudi 13 Août**  
**de 14h à 16h**

Venez partager un moment  
convivial !

Gratuit – **sur inscription**