

PLACES LIMITEES ! Pensez à vous inscrire !

INFORMATION *Les activités sont assurées dans le respect strict des gestes barrières*

SOUTIEN

**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

**117 RUE DE CONDÉ
à LILLE**

**maisondesaidants@
feron-vrau.com**

www.feron-vrau.com

TEMPS D'INFORMATION

*Avec une psychologue et
Lucie, responsable d'accueil de
jour*

**Accueil de jour et autres
approches non
médicamenteuses**

Mercredi 3 février
de 14h30 à 16h30

Gratuit – sur inscription

MINI CONFÉRENCE

Venez découvrir **la SCALAA**
Avec Bernadette

***Un réseau numérique** pour un
temps d'échange, une sortie, un
coup de main pour utiliser votre
tablette...*

Vendredi 5 février
de 14h30 à 16h30

Gratuit – sur inscription

Entretiens sur rendez-vous

*avec une psychologue
ou la coordinatrice*

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

Du mardi au samedi à
l'horaire qui vous convient le
mieux

Gratuit – sur inscription

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

CAFE PARTAGE

**A destination de tous
les aidants**

« Comment aider
sans s'oublier ? »

le samedi 20 février
de 10h à 11h30

Gratuit – sur inscription

CAFE PARTAGE

A destination des aidants
dont le proche vit en EHPAD

Jedi 18 février
de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

REPIT

(pour les aidants)

QI GONG

Gymnastique chinoise avec Christophe

tous les mardis
de 15h à 16h

3€ / séance – sur inscription

YOGA

Pour une détente du corps et de l'esprit 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.

tous les vendredis
de 10h à 11h

Gratuit – sur inscription

VENEZ DÉCOUVRIR

Et si vous veniez découvrir L'Art-thérapie...

le mercredi 3 février
le vendredi 19 Février

de 14h30 à 16h

Gratuit – sur inscription

INFORMATIQUE

le samedi 20 février
de 9h30 à 11h30



Atelier informatique
avec Sophie

Gratuit – sur inscription

LOISIRS CRÉATIFS

le mercredi 10 février
de 14h30 à 16h30



Venez partager un moment
convivial

Gratuit – sur inscription

APRES MIDI CRÊPES

le mercredi 24 février
de 14h30 à 16h30

Dégustation crêpes
Avec Agnès et Isabelle

Gratuit – sur inscription

APRES MIDI EN CHANSONS

le vendredi 12 février
de 14h30 à 16h30



Martin et sa guitare
Autour des airs d'autrefois

Gratuit – sur inscription

PETIT BAC

le mercredi 17 février
de 14h30 à 16h30



Venez passer un petit moment de
détente

Gratuit – sur inscription

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