

PLACES LIMITEES ! Pensez à vous inscrire !

Les activités sont assurées dans le respect strict des gestes barrières.

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,
le lundi jusque 19h,
le mardi jusque 18h

1 PLACE DE LA GARE A ROUBAIX

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

A VENIR !

5 réunions d'information:
Pour les proches aidants de
personne atteinte par la
maladie d'Alzheimer
Les jeudis 4, 11, 18, 25
mars et 1^{er} avril

TEMPS D'INFO

**Les Trucs et Astuces de
l'ASG**

**Vendredi 26 Février
De 14h à 16h**

Profitez de l'expérience de
relayeuse de Danielle !

Elle vous donnera ses
conseils pour accompagner
votre proche durant les
différents moments de la
journée.

Vous pourrez lui poser toutes
vos questions.

Gratuit – **Sur inscription**

CAFE PARTAGE

**Les troubles du
comportement :
parlons-en !**
En deux temps :

Les troubles du
comportement : de quoi
parle-t-on?

**Lundi 1^{er} février
14h à 16h**

Réagir face aux troubles du
comportement d'un proche

**Lundi 15 février
14h à 16h**

Gratuit – **sur inscription**
(requis sur les 2 dates)

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

SOUTIEN

ENTRETIENS INDIVIDUELS

avec les psychologues
ou la coordinatrice

**Du lundi au vendredi à
l'horaire qui vous
convient le mieux,**

- Dans nos locaux
- Par téléphone
- A domicile

Au plus près de chez vous :

A la Maison Enfance
Familles de **Linselles**
le **Jeudi 11 Février**

Gratuit - **sur rendez-vous**

*Programme susceptible d'être modifié
pour raisons sanitaires*

REPIT

pour les aidants

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.

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

SOPHROLOGIE

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

**Tous les jeudis
sauf le 25 février**

de 10h15 à 11h15

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

*Gymnastique chinoise
avec Christophe*

Tous les mercredis

de 15h15 à 16h15

3€ / séance - **sur inscription**

LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de leurs proches

ACCUEIL LIBRE

Mardi 23 Février
De 14h à 16h

Autour d'un café, de jeux de société, de quizz, venez passer un agréable moment de détente

Avec Chantal

Gratuit - **sur inscription**

APRES-MIDI EN CHANSONS

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

Vendredi 5 Février
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

Pour les activités de répit, votre proche peut être accueilli par un membre de l'équipe