

INFORMATION

*Programme susceptible d'être modifié
pour raisons sanitaires*

SOUTIEN

MINI-CONFERENCE

Présentation de
Générations et Cultures
« *La cohabitation
intergénérationnelle, c'est
partager plus qu'un toit !* »

Lundi 30 Août
De 14h à 16h

*Exposition photo à la
Maison des Aidants à partir
du 12 août*

Gratuit – **sur inscription**

MINI-CONFERENCE

Présentation et rencontre de
l'ESAD de Tourcoing

*Equipe Spécialisée
Alzheimer à Domicile, pour
améliorer la qualité de vie
de votre proche à domicile*

Vendredi 20 Août
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

TEMPS D'INFO

Avec une psychologue

Oser demander de
l'aide: les bienfaits

Mardi 17 Août
De 14h à 16h

Gratuit – **Sur inscription**

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 :

Les **mardis et mercredis**
sur la **Vallée de la Lys**
Avec Ségolène, psychologue,
au 06.71.58.46.65

Gratuit - **sur rendez-vous**

***N'oubliez pas : votre
proche peut être
accueilli par un membre
de l'équipe !***

A VENIR !

5 réunions d'information:
Pour les proches aidants de
personne atteinte par la
maladie d'Alzheimer

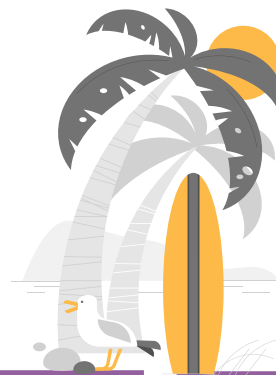
Les jeudis 9, 16, 23, 30
septembre et 7 octobre

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



REPIT

pour les aidants

ECRITURE PARTAGEE ECOUTE MUSICALE

Xavier sera de retour en septembre !

RELAIS DE L'AIDANT

Pour prendre du temps pour vous, pour rendez-vous médical, rendre visite à des amis ou à votre famille, ou simplement pour prendre l'air :

Une assistante de soins en gérontologie peut vous relayer **ponctuellement** auprès de votre proche.

Renseignez-vous auprès de l'équipe ou au 07.88.44.79.80 pour les tarifs et les modalités !

SOPHROLOGIE

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

Les 19 et 26 Août
de 10h15 à 11h15
(la 1^{ère} fois : venir à 10h)

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

Gymnastique chinoise avec Christophe

Les 4 et 25 Août
de 15h15 à 16h15

3€/séance
sur inscription

INFORMATIQUE

Ouverts à tous les retraités, débutants ou non

Jeudi 19 Août
De 14h à 16h

Matériel disponible sur place (ordinateur et tablettes) si vous n'en avez pas !

Gratuit - **sur inscription**

ATELIER UP CYCLING

Avec l'association Interfaces, fabriquez vos propres **tote bag** !
Sacs légers en tissu réutilisables

Mardi 24 Août
De 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

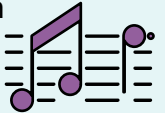
LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de leurs proches

APRES-MIDI EN CHANSONS

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

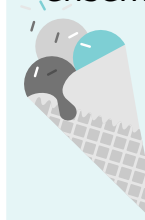
Vendredi 6 Août
de 14h à 16h



Gratuit - **sur inscription**

TEMPS CONVIVAL

Avec Danielle, venez déguster des glaces et participer ensemble à un quizz culturel !



Jeudi 12 Août
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**