



**INFORMATION**

**Pass sanitaire obligatoire**

**SOUTIEN**

**FORMATION**

**5 réunions d'information**

pour les aidants dont le proche souffre d'une

**maladie d'Alzheimer ou apparentée**

avec l'intervention de professionnels spécialisés

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

Les **Judis 24 Février, 3, 10, 17 et 24 Mars**

de 14h à 16h30 à la Maison des Aidants

Gratuit – **sur inscription**

**Le prochain séjour de répit aura lieu du 28 mars au 1<sup>er</sup> avril 2022 à Huby-Saint-Leu (62)**

Plus d'infos auprès de l'équipe

**MINI-CONFERENCE**

**Les mesures de protection juridique : curatelle, tutelle...**

**Mardi 1<sup>er</sup> Février**  
De 14h à 16h

Avec Mme Bail, du Service d'Information et de Soutien aux Tuteurs Familiaux

Gratuit – **sur inscription**

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :**

**03 20 28 64 49**

**TEMPS D'INFORMATION**

*avec une psychologue et une ASG :*

**Judi 3 Février**  
de 14h à 16h

**Partir en vacances avec son proche malade :**  
présentation du **séjour de répit** de la Maison des Aidants

Gratuit – **sur inscription**

**TEMPS D'INFO**

*Avec une psychologue*

Quelles sont les limites du maintien à domicile ?

**Vendredi 18 Février**  
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

- **A la Maison des Aidants de Roubaix**
- **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**

*Programme susceptible  
d'être modifié pour  
raisons sanitaires*

### 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.

**POUR TOUT  
RENSEIGNEMENT :  
07.88.44.79.80**

**N'hésitez pas à appeler  
pour connaître les tarifs et  
les modalités !**



## REPIT

pour les aidants

### QI GONG

Gymnastique chinoise  
avec Christophe

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

3€/séance - **sur inscription**

### ECRITURE PARTAGEE

**Mardi 22 Février**  
de 14h à 16h

Avec **Xavier**,  
« Et si... »

Gratuit - **sur inscription**

### ECOUTE MUSICALE

**Lundi 28 Février**  
de 14h à 16h

Avec **Xavier**,  
« L'amour dans la musique  
et la chanson »

Gratuit - **sur inscription**

### SOPHROLOGIE

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

**Tous les jeudis**  
de 10h15 à 11h15

(la 1<sup>ère</sup> fois : venir à 10h)

Gratuit - **sur inscription**

### INITIATION AU THEATRE

**Jeudi 10 Février**  
de 14h à 16h

Avec **Céline**, atelier de  
découverte du théâtre

Gratuit - **sur inscription**

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

## 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 4 Février**  
de 14h à 16h



Gratuit - **sur inscription**

### TEMPS CONVIVIAL

Avec Danielle, venez  
**partager** un moment de  
**bonne humeur** autour d'un  
**café** et d'un jeu sur les  
**inventions**

**Lundi 7 Février**  
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**