

Programme susceptible d'être modifié

INFORMATION

MINI-CONFERENCE

Avec l'équipe du Département

Tout savoir sur l'APA :

Allocation Personnalisée d'Autonomie
Le parcours, les démarches, les délais...
et les réponses à toutes vos questions !

Mardi 3 Mai

De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

MINI-CONFERENCE

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

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

Mardi 31 Mai

de 14h à 16h

Hôtel de Ville de Bousbecque, 19 rue
de Wervicq

Gratuit – **Entrée Libre**

SOCIO-ESTHETIQUE

Avec Régine, socio-esthéticienne,

Profitez de trois **séances individuelles de socio-esthétique**, sur le mois de mai !
Rapprochez-vous de l'équipe pour plus de renseignements

Venez avec deux serviettes éponge et un plaid !

Gratuit – **Sur inscription**

POUR RENSEIGNEMENT :

03 20 28 64 49

SOUTIEN

TEMPS D'INFO

avec une psychologue :

Communiquer autrement avec son **entourage** : amis, professionnels, famille...

Jeudi 19 Mai

de 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

TEMPS D'INFO

avec une psychologue stagiaire et une psychologue :

Comment faire face **au refus d'aide** de votre proche ?

Mardi 17 Mai

de 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

ENTRETIENS INDIVIDUELS

avec les psychologues ou la coordinatrice

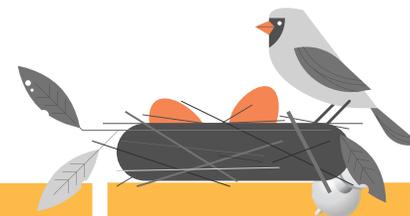
Du lundi au vendredi à l'horaire qui vous convient le mieux

- **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**





C'EST NOUVEAU !

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Des séances collectives de gymnastique douce, avec **Kévin**

Tous les jeudis
De 11h à 12h

3€/séance - **sur inscription**

INFORMATIQUE

Coup de pouce numérique

Ouverts à tous les retraités, débutants ou non

Mardi 24 Mai
De 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

REPIT

pour les aidants

ECRITURE PARTAGEE

Lundi 9 Mai
de 14h à 16h
Avec **Xavier**,
«Aïe Aïe Aïe + quatrains de printemps »

Gratuit - **sur inscription**

ECOUTE MUSICALE

Mardi 31 Mai
de 14h à 16h
Avec **Xavier**,
« Opérettes et comédies musicales épisode 1 »

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

Gymnastique chinoise
avec **Christophe**

Tous les mercredis
de 15h15 à 16h15

3€/séance - **sur inscription**

NOUVEL HORAIRE !

SOPHROLOGIE

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

Tous les jeudis
de 10h à 11h

(la 1^{ère} fois : venir à 9h45)

Gratuit - **sur inscription**

INITIATION AU THEATRE

Mardi 10 Mai
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

CHANGEMENT DE DATE !



Lundi 2 Mai
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

NOUVEAU !

ART-THERAPIE

Avec Paul et Mélanie,

**Vendredi 6 Mai et
Lundi 16 Mai**
de 14h à 15h30



3€/pers - **sur inscription**