



SEPTEMBRE 2025 - MAISON DES AIDANTS METROPOLE LILLE

INFORMATION

SOUTIEN

EVENEMENT

A l'occasion de la Journée Mondiale de la maladie d'Alzheimer

La Maison des Aidants de Lille ouvre ses portes **le mercredi 17 septembre**

de 10h à 12h30 et de 16h à 17h30 : l'équipe propose des ateliers divers et ludiques pour mieux vivre son quotidien avec un proche malade

A 14h : pour une conférence du **DR MACKOWIAK** sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

EVENEMENT « CAFE MORTEL »

Venez passer un moment convivial permettant de s'informer, d'échanger et de débattre sur le thème de la mort

Judi 25 septembre de 17h à 19h

Avec Séverine MASUREL de la Coopérative Funéraire de Lille

MINI CONFERENCE

ESPRAD

Présente ses missions pour l'amélioration de la qualité de vie pour le maintien à domicile

le mercredi 24 septembre de 10h30 à 12h

MINI CONFERENCE

Acteur clé de l'accompagnement d'un proche atteint de troubles cognitifs, venez découvrir les missions méconnus de **l'orthophoniste**

le jeudi 25 septembre 14h à 16h

Virginie BRIEDEN - Orthophoniste

A VENIR CYCLE DE FORMATION EN VISIOCONFERENCE

3 rencontres d'information pour les aidants dont le proche souffre d'une **maladie de type Alzheimer**

les mercredis 1er, 8 et 15 octobre de 18h30 à 21h

CAFE PARTAGE A CYSOING

Venez partager votre vécu avec d'autres aidants

avec une psychologue, **le mardi 16 septembre de 14h à 16h**

A la résidence de La Pévèle, (227 Rue Lucie et Raymond Aubrac)

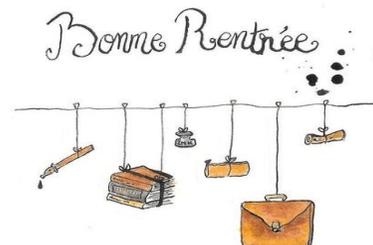
Attention, PAS d'accueil du proche aidé

CAFE PARTAGE

« La fin de vie, et si on en parlait ? »

avec une psychologue,

le samedi 20 septembre de 9h30 à 11h30



CAFE PARTAGE EHPAD

A destination des aidants dont le proche est ou sera concerné par **l'EHPAD**

avec un psychologue,

le jeudi 25 septembre de 10h30 à 12h

ATELIER CONNECT' AIDANTS

«Je m'épuise à aider tout le monde ... Choisir ses combats»

Echange téléphonique anonyme, entre aidants, avec un psychologue

le mardi 16 septembre de 19h à 20h
ou le jeudi 18 septembre de 19h à 20h

Les ateliers Connect'Aidants ont été imaginés par



Gratuit – sur inscription

REPIT (pour les aidants)

QI GONG

Gymnastique chinoise avec
Christophe
tous les mardis

de 14h à 15h

4€/séance

YOGA

Pour une détente du corps
et de l'esprit avec Lucie

**tous les mercredis
sauf le 17**

de 11h à 12h30

6€/séance

SOPHROLOGIE

Une pratique pour prendre
soin de soi et faire une pause
avec Céline

les vendredis

de 10h à 11h

(la 1ère fois : venir à 9h45)

les samedis 6 et 20 sept

de 10h à 11h

Séances destinées en
**priorité aux aidants
salariés**

4€/séance

MEDITATION PLEINE CONSCIENCE

**Venez découvrir la
méditation pleine
conscience**



les jeudis 11 et 18 sept

de 17h à 18h30

avec Etienne De Boisredon,
instructeur en méditation

5€ / séance

INFORMATIQUE

Venez avec votre ordinateur



le samedi 20 septembre

de 9h30 à 11h30

avec Sophie

LOISIRS PARTAGES

GYM ADAPTEE

Séances collectives d'**Activité
Physique Adaptée**
avec Kévin

tous les jeudis
de 14h15 à 15h15

4€ / la séance

ART-THERAPIE

Et si vous veniez découvrir
l'Art-thérapie...
avec Paul et Mélanie

les mercredis 10 et 24 sept
de 14h30 à 16h30

4€ / la séance

APRES-MIDI EN CHANSONS

le vendredi 12 septembre
de 14h30 à 16h30

Martin et sa guitare
Autour des airs d'autrefois

CUISINE

le vendredi 19 septembre
de 14h à 16h30



**Cuisinons ensemble
votre repas du soir**

**N'oubliez pas de venir avec
votre récipient !**
avec Agnès et Isabelle

4€ par personne

**Besoin d'une journée,
d'une journée de répit ?**

Renseignements et demande
de relais au :
07.88.44.79.80



Inscription sur soutenirlesaidants.fr
ou au
03.20.42.50.82