



INFORMATION

RETROSPECTIVE

Rétrospective **photos** du **séjour de répit 2022** !

Mercredi 1^{er} Juin
de 14h à 16h30

A la Maison des Aidants de Lille, 117 rue de Condé

Gratuit – **Sur inscription au 03.20.42.50.82**

SOCIO-ESTHETIQUE

Avec Régine, socio-esthéticienne

Soin détente des pieds et beauté des ongles

Lundi 27 Juin
de 14h à 16h

Apportez votre serviette éponge !

Gratuit – **Sur inscription**

SOUTIEN

TEMPS D'INFO

avec une psychologue :

Proposer des activités de **stimulation cognitive** à son proche : comment ? pour quoi faire ?

Vendredi 3 Juin
de 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

TEMPS D'INFO

avec un neuropsychologue :

Mieux connaître les **dégénérescences lobaires fronto-temporales** et leurs aspects neuropsychologiques

Mardi 28 Juin
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**

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

POUR TOUT RENSEIGNEMENT OU INSCRIPTION :

03 20 28 64 49

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.soutenirlesaidants.fr



REPIT

pour les aidants

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 21 Juin
De 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

ECRITURE PARTAGEE

Jeudi 9 Juin
de 14h à 16h
Avec **Xavier**,
«Florilège d'été»

Gratuit - **sur inscription**

ECOUTE MUSICALE

Jeudi 30 Juin
de 14h à 16h
Avec **Xavier**,
« Les musiques du temps de Piaf »

Gratuit - **sur inscription**

QI GONG

Gymnastique chinoise
avec **Christophe**

Tous les mercredis
de 15h15 à 16h15

3€/séance - **sur inscription**

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 14 Juin
de 14h à 16h

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

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



Lundi 13 Juin
de 14h à 16h

Gratuit - **sur inscription**

ART-THERAPIE

*Une expression **libre** et **conviviale**, pour **créer ensemble***

Avec Paul et Mélanie,

Vendredi 17 Juin
de 14h à 15h30



3€/pers - **sur inscription**