






# DECEMBRE 2017 MAISON DES AIDANTS METROPOLE ROUBAIX TOURCOING

				VENDEDI 1er
 <p>L'ensemble de l'équipe vous souhaite de très belles fêtes de fin d'année ! N'oubliez pas de faire vos demandes de relais pour la fin de l'année dès que possible.</p>				<p><b>14h – 16h</b> <b>CHANT CHORAL</b></p> <p>Après-midi musicale en compagnie de Martin, guitariste (aidants et aidés)</p>  <p>Gratuit – sur inscription</p>
LUNDI 4	MARDI 5	MERCREDI 6	JEUDI 7	VENDEDI 8
<p><b>10h30 – 11h30</b> <b>SOPHROLOGIE pour les aidants</b> Avec Emilie Lepczynski 3€/séance – sur inscription</p> <hr/> <p><b>14h - 16h</b> <b>TEMPS D'INFORMATION</b> Venez découvrir le dispositif « <b>Un toit à partager</b> »</p>  <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>14h – 16h30</b> <b>INFORMATION 5/5</b></p> <p>Dernière réunion pour les aidants dont le proche souffre d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée</p> <p>Avec l'intervention de professionnels spécialisés</p> <p>Gratuit</p>	<p><b>15h15 - 16h15</b> <b>QI GONG pour les aidants</b></p> <p>Gymnastique chinoise</p> <p>Renforcement musculaire et détente</p> <p>3€/séance- sur inscription</p>	<p><b>14h – 17h</b> <b>ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS</b></p> <p><b>4 rue des Poilus à Wattrelos</b></p> <p>Dans les locaux du Relais Autonomie CLIC Riv'âge</p> <p>Gratuit</p>	<p><b>14h - 16h</b> <b>TEMPS CONVIVAL</b></p> <p><b>La Maison des Aidants se met dans l'ambiance de Noël avec votre soutien !</b></p>  <p>Gratuit – sur inscription</p>
LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENDEDI 15
<p><b>10h30 – 11h30</b> <b>SOPHROLOGIE pour les aidants</b></p> <p>Avec Emilie Lepczynski sophrologue</p> <p>3€/séance – sur inscription</p>	 <p><b>14h - 16h</b> <b>ATELIER CUISINE</b></p> <p>Cuisinons ensemble votre repas du soir ! (aidants et aidés)</p> <p>« <b>Bouchée à la Reine et Sablés de Noël</b> »</p> <p>3€/pers – sur inscription</p>	<p><b>15h15 - 16h15</b> <b>QI GONG pour les aidants</b></p> <p>Gymnastique chinoise</p> <p>Renforcement musculaire et détente</p> <p>3€/séance- sur inscription</p>	<p><b>14h – 16h</b> <b>ATELIER CREATIF</b></p> <p><b>Création de décorations de Noël</b></p> <p>Avec Danielle, ASG</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>14h - 16h</b> <b>QUESTIONS/REPONSES EN INFORMATIQUE pour les aidants</b></p>  <p>Avec Mélanie Foudi Gratuit – sur inscription</p>

LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENREDI 22
<p><b>10h30 – 11h30</b> <b>SOPHROLOGIE</b> <b>pour les aidants</b> Avec Emilie Lepczynski 3€/séance – sur inscription</p> <p><b>14h – 16h</b> <b>CHANT CHORAL</b> (aidants et aidés)</p> <p><b>A la Maison Enfance Famille</b> <b>5 avenue Robert Descamps</b> <b>A Linselles</b> Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>14h - 16h</b> <b>TEMPS D'INFORMATION</b></p> <p><b>Dire ou ne pas dire</b> <b>la vérité à la</b> <b>personne malade ?</b></p> <p>Avec la psychologue</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p> <b>12h – 17h</b> <b>REPAS DE NOEL</b> <i>A la Résidence</i> <i>Saint Antoine de Padoue</i> 329 bd Victor Hugo à Lille</p> <p>Avec Martin, sa guitare et son harmonica, ambiance garantie !</p> <p>Participation 22€/pers Sur inscription</p>	<p><b>14h – 16h</b> <b>ENTRETIENS SUR</b> <b>RENDEZ-VOUS</b></p> <p>Avec la psychologue</p> <p><b>A la Maison Enfance Famille</b> <b>5 avenue Robert Descamps</b> <b>A Linselles</b></p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>14h - 16h</b> <b>CAFE PARTAGE</b></p> <p></p> <p>Avec la psychologue</p> <p>Gratuit- sur inscription</p>
LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENREDI 29
<p> <i>Joyeux</i> <b>NOËL</b></p>	<p><b>14h – 16h</b> <b>ACCUEIL LIBRE</b> (aidants et aidés)</p> <p></p> <p><i>Jeux de societe, tricot,</i> <i>ou autre activité au choix :</i> <i>venez passer un moment</i> <i>convivial en notre</i> <i>compagnie !</i></p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>9h - 17h</b> <b>ENTRETIENS</b> <b>SUR RENDEZ-VOUS</b></p> <p><b>ET PERMANENCE</b> <b>TELEPHONIQUE</b></p> <p>Gratuit</p>	<p><b>14h – 16h</b> <b>ACCUEIL LIBRE</b> (aidants et aidés)</p> <p></p> <p><i>Jeux de societe, tricot,</i> <i>ou autre activité au choix :</i> <i>venez passer un moment</i> <i>convivial en notre</i> <i>compagnie !</i></p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p><b>9h - 17h</b> <b>ENTRETIENS</b> <b>SUR RENDEZ-VOUS</b></p> <p><b>ET PERMANENCE</b> <b>TELEPHONIQUE</b></p> <p>Gratuit</p>

**Entretiens sur rendez-vous** avec l'infirmière coordinatrice et la psychologue du lundi au vendredi à l'horaire qui vous convient le mieux (le lundi jusque 19h).

Une assistante de soins en gérontologie sera présente pour accueillir et divertir votre proche lorsque vous bénéficierez d'activités spécifiques aux aidants. Elle peut également prendre le **relais à domicile** auprès de votre proche pour une durée de 4h minimum à 10h maximum.

**Pour tout renseignement ou inscription : 03 20 28 64 49**