







MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6	SAMEDI 7
<p>15h – 16h QI GONG pour les aidants</p> <p>Gymnastique chinoise</p> <p>Renforcement musculaire et détente</p> <p>3€/séance – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h SEANCE DE YOGA pour les aidants</p>  <p>Avec Nina,</p> <p>6€/séance – sur inscription</p>	<p>14h30 – 18h ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS</p> <p>A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h GROUPE D'ENTRAIDE à Fournes-en-Weppes</p> <p>Partager pour alléger son quotidien</p> <p>dans les salles annexes de la Mairie de Fournes, rue Faidherbe</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>9h30 – 12h INFORMATION 4/5</p> <p>5 réunions pour les aidants dont le proche souffre de la Maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée</p> <p>Possibilité d'accueillir votre proche</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>
MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13	SAMEDI 14

SEJOUR DE REPIT AIDANTS – AIDES AU MANOIR DE LA CANCHE A HUBY-SAINT-LEU

Pas d'accueil dans les locaux de la Maison des Aidants au cours de cette semaine mais une permanence téléphonique est maintenue

MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20	SAMEDI 21
<p>14h – 17h PERMANENCE de la Maison des Aidants à la M.A.P.S. de SECLIN (2/2 rue Degeyter) Gratuit – sur rdv uniquement</p> <hr/> <p>15h – 16h QI GONG pour les aidants</p> <p>3€/séance – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h SEANCE DE YOGA pour les aidants</p>  <p>Avec Nina,</p> <p>6€/séance – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h30 EXPRESSION THEATRALE pour les aidants</p> <p>Venez découvrir un nouvel outil pour libérer votre stress</p>  <p>Avec Xavier Delarochelambert</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h30 CHANT CHORAL (aidants-aidés)</p> <p>Tour de chant avec Martin et sa guitare</p>  <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>9h30 – 12h INFORMATION 5/5</p> <p>5 réunions pour les aidants dont le proche souffre de la Maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée</p> <p>Possibilité d'accueillir votre proche</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>

MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENREDI 27	SAMEDI 28
<p>14h30 – 16h30 CAFE PARTAGE pour les aidants</p>  <p>avec la psychologue</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h30 MINI CONFERENCE pour les aidants</p> <p>Approche CARPE DIEM en France,</p> <p>Venez nous donner votre avis sur ce nouvel hébergement pour personnes avec des troubles cognitifs !</p> <p>avec Sarah Parmentier</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>14h30 – 16h30 ATELIER INFORMATIQUE pour les aidants</p> <p><i>Besoin d'aide pour déclarer vos impôts en ligne ?</i></p> <p>Gratuit – Inscription obligatoire</p> <hr/> <p>14h30 – 16h30 Séance de AMMA pour les aidants</p> <p>Massage assis. Relâchez vos tensions du dos lors d'une séance bien-être !</p> <p>25€/séance – sur inscription</p>	<p>12h – 17h JOURNEE DETENTE à TOURCOING (2 rue de Seclin)</p> <p>Repas suivi de parties de BOURLE (2€ par personne)</p>  <p>Participation 22€/pers Co-voiturage 2€/pers Sur inscription</p>	<p>9h – 12h ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS</p> <p>A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>

Accueil et Entretiens sur rendez-vous du mardi au vendredi de 9h à 17h30 (le jeudi jusque 19h) et le samedi de 9h à 12h. Des assistantes de soins en gérontologie seront présentes pour accueillir et divertir votre proche lorsque vous bénéficierez d'activités spécifiques aux aidants.

Elles peuvent également **vous relayer à domicile** auprès de votre proche pour une durée de 4h minimum à 10h maximum.

Pour tout renseignement ou inscription : 03 20 42 50 82