






LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENREDI 6
FERIE	14h – 16h30 INFORMATION 4/5 5 réunions pour les aidants dont le proche souffre de la Maladie d’Alzheimer ou d’une maladie apparentée Avec l’intervention de professionnels spécialisés Gratuit-sur inscription	15h15 - 16h15 QI GONG pour les aidants Gymnastique chinoise Renforcement musculaire et détente 3€/séance- sur inscription	14h - 17h ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous Gratuit – sur inscription	14h – 16h CHANT CHORAL Après-midi musicale en compagnie de Martin, guitariste (aidants et aidés)  Gratuit – sur inscription
	LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12
<p>SEJOUR DE REPIT AIDANTS – AIDES</p> <p>AU MANOIR DE LA CANCHE A HUBY-SAINT-LEU</p> <p>Pas d’accueil dans les locaux de la Maison des Aidants au cours de cette semaine mais une permanence téléphonique est maintenue.</p>				
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENREDI 20
14h – 16h CHANT CHORAL En compagnie de Martin, guitariste (aidants et aidés) A la Maison Enfance Famille 5 avenue Robert Descamps à Linselles Gratuit – sur inscription	14h - 16h30 INFORMATION 5/5 5 réunions pour les aidants dont le proche souffre de la Maladie d’Alzheimer ou d’une maladie apparentée Gratuit- sur inscription	15h15 - 16h15 QI GONG pour les aidants Gymnastique chinoise Renforcement musculaire et détente 3€/séance- sur inscription	14h - 17h ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS A la Maison des Aidants ou au plus proche de chez vous Gratuit – sur inscription	14h – 16h ACCUEIL LIBRE Jeux de cartes ou autre  <i>Venez taper le carton en toute convivialité !</i> Gratuit – sur inscription

LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
 <p>14h - 16h ATELIER CUISINE</p> <p>Cuisinons ensemble votre repas du soir ! (aidants et aidés)</p> <p>« Tajine de poulet aux pêches et verrines de mousse de citron »</p> <p>3€/repas – sur inscription</p>	<p>14h - 17h 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>14h – 16h MINI-CONFERENCE</p> <p>Informations sur les différentes maladies oculaires & jeux d'optique (aidants et aidés)</p> <p>Avec Mylène, opticienne à domicile</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>14h – 16h TEMPS D'INFORMATION</p> <p>Colère, anxiété,... Reconnaître et mieux gérer ses émotions au quotidien</p> <p>Avec la psychologue et la psychologue stagiaire</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>	<p>12h - 17h JOURNEE DETENTE</p> <p>Repas suivi de parties de Bourle 2 rue de Seclin à Tourcoing</p>  <p>Participation 25€/pers Co-voiturage 2€/pers Inscription obligatoire</p>
LUNDI 30				
<p>14h - 16h MINI CONFERENCE</p> <p>Sommeil et alimentation: ce qu'il faut savoir pour prendre soin de sa santé</p> <p>Avec le Dr Tirloy</p> <p>Gratuit – sur inscription</p>				

Entretiens sur rendez-vous avec l'infirmière coordinatrice Mélanie Foudi et la psychologue Marie-Elisabeth Piussan 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