

Mai 2025

MAISON DES AIDANTS METROPOLE ROUBAIX TOURCOING



INFORMATION



SOUTIEN



PRESENTATION

Avec l'infirmière coordinatrice de la Maison des aidants de Lille)

Présentation du Séjour de Répit de septembre !

Pour 5 jours d'activités avec (ou sans) votre proche

Lundi 12 mai
De 14h à 16h

Gratuit – **Sur inscription**

CONFERENCE

Avec Séverine Masurel, Coopérative Funéraire de Lille

Mieux comprendre le parcours de funérailles

Prendre connaissance de ce qui est obligatoire ou non, comment l'anticiper ?

vendredi 16 mai
De 15h à 17h

Gratuit – **Sur inscription**

PARTAGE D'EXPERIENCE

Avec un psychologue :

«Quand mon proche ne sera plus là... j'y pense, je me questionne »

Temps d'échange entre aidants

Jeudi 15 mai
De 17h à 19h

Gratuit – **sur inscription**

PARTAGE D'EXPERIENCE

Avec une psychologue :

«Je m'épuise à aider tout le monde ! »

Choisir ses combats
Temps d'échange entre aidants

Mercredi 14 mai
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

CONFERENCE

Découvrir les bienfaits du massage

Temps théorique et pratique !

Danielle vient vous présenter et vous faire expérimenter des techniques de massage bien-être

Mardi 27 mai
De 10h30 à 11h30

Gratuit – **sur inscription**

CONFERENCE

Avec Mme Bail, du Service d'Information et de Soutien aux Tuteurs Familiaux

Les mesures de protection juridiques :

Habilitation familiale, tutelle, curatelle...

Mardi 13 mai
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

CONFERENCE

Avec l'équipe du département du Nord

Tout savoir sur l'APA

Allocation personnalisée à l'autonomie

Mardi 27 mai
De 14h à 16h

Gratuit – **sur inscription**

ATELIER CONNECT' AIDANTS

«Casquette professionnelle et aidant, Concilier ces rôles en préservant mon identité »

Echange anonyme entre aidants téléphonique avec un psychologue et un écoutant

Mardi 20 et jeudi 22 mai
De 19h à 20h

Les ateliers Connect'Aidants ont été imaginés par



Gratuit – **sur inscription**
Priorité aux aidants salariés

REPIT

pour les aidants

LOISIRS PARTAGES

À destination des aidants et de leur proche ou des aidants seuls



SOPHROLOGIE

Avec **Céline Picherot**,
sophrologue

Tous les lundis
de 10h à 11h

4€/séance - **sur inscription**

QI GONG

Gymnastique chinoise
avec **Christophe**

Tous les mardis
de 10h30 à 11h30

4€/séance - **sur inscription**

CHANT CHORAL

Avec Martin et sa guitare,
autour des airs d'autrefois

Lundi 5 mai
de 14h à 16h



Gratuit - **sur inscription**

ART THERAPIE

Avec Paul et Mélanie,

Lundi 26 mai
de 14h à 16h

4€/séance - **sur inscription**

Activités avec Gonzague

Mercredi 14 mai
Atelier **Théâtre**
de 10h à 11h30

Lundi 19 mai
Atelier **Peinture**
de 14-15h30

Mercredi 28 mai
Atelier Georges Delerue
« De Roubaix à Hollywood »
de 10-11h30

Gratuit - **sur inscription**

ENTRETIENS INDIVIDUELS

Du lundi au vendredi :
Chez nos partenaires dans
les communes de
Linselles, Halluin, Comines

**POUR RENSEIGNEMENT
OU INSCRIPTION :**

Appelez-nous !
03 20 28 64 49

www.soutenirlesaidants.fr

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Gymnastique douce,
avec **Kévin**

Tous les jeudis
De 10h30 à 11h30

4€/séance - **sur inscription**

VISITE AU MUSEE

Avec Gonzague, notre
infirmier bénévole !

Venez visiter le musée de
la Piscine de Roubaix

RDV directement au Musée
à 13h50

Mercredi 21 mai

gratuit - **sur inscription**