

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT DES AIDANTS DU DOUAISIS

MAI 2023



LUNDI	MARDI 14h30-16h30	MERCREDI 14h30-16h30	JEUDI 14h30-16h30	VENDREDI 14h30-16h	SAMEDI
1 FERIE	2 ANIMATION Institut Pasteur de Lille « Tous autonomes – pour vivre mieux plus longtemps » 14h à 16h A SOMAIN	3 GYMNASTIQUE SIEL BLEU ⚠ Voir horaires au verso	4 BALADE DES AIDANTS De 14h30 à 16h A DOUAI	5 YOGA COMPLET Avec Mélanie A DOUAI	6 ATELIER MODELAGE Avec Dominique A partir de 9h30 Jusqu'à 11h30
8 FERIE	9 ANIMATION Institut Pasteur Lille 14h à 16h A SOMAIN « LIBEREZ VOTRE CREATIVITE » Avec Méline A DOUAI	10 GYMNASTIQUE SIEL BLEU ⚠ Voir horaires au verso	11 APRES-MIDI « Enchantée » Avec Martin A DOUAI	12 YOGA COMPLET Avec Mélanie A DOUAI	13 PAUSE CAF'AIDANT De 9h30 à 11h30
15 ANIMATION Institut Pasteur Lille 14h à 16h A DECHY TEMPS D'ECHANGES « Mon proche vit à l'EHPAD » Avec Clémence A DOUAI	16 ANIMATION Institut Pasteur de Lille 14h à 16h A SOMAIN « Tous autonomes – pour vivre mieux plus longtemps »	17 GYMNASTIQUE SIEL BLEU ⚠ Voir horaires au verso	18 FERIE	19 YOGA COMPLET Avec Mélanie A DOUAI	20 ATELIER MODELAGE Avec Dominique A partir de 9h30 Jusqu'à 11h30
22 ANIMATION Institut Pasteur de Lille « Tous autonomes – pour vivre mieux plus longtemps » 14h à 16h A DECHY	23 ANIMATION Institut Pasteur Lille 14h à 16h A SOMAIN « LIBEREZ VOTRE CREATIVITE » Avec Méline A DOUAI	24 GYMNASTIQUE SIEL BLEU ⚠ Voir horaires au verso	25 TEMPS D'ECHANGES Avec Clémence A SOMAIN	26 YOGA COMPLET Avec Mélanie A DOUAI	27 PAUSE CAF'AIDANT De 9h30 à 11h30
29 FERIE	30 ANIMATION Institut Pasteur de Lille « Tous autonomes – pour vivre mieux plus longtemps » 14h à 16h A SOMAIN	31 GYMNASTIQUE SIEL BLEU ⚠ Voir horaires au verso			

Activités « AIDANT » : Informations Soutien Répit
 Loisirs partagés avec ou sans le proche aidé

PARTICIPATION AUX ACTIVITES UNIQUEMENT SUR INSCRIPTION

☎ : 03 27 93 77 85 @ : pfr.douaisis@fondationpartageetvie.org

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT DES AIDANTS DU DOUAISIS

Chers Aidants,

Retrouvez nos activités mensuelles du mois **de MAI 2023**.



SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT :

SOUTIEN

Entretiens sur rendez-vous : Avec une professionnelle de l'équipe du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h, le vendredi jusque 17h et le samedi de 9h à 12h.

Temps d'échanges « Mon proche vit à l'EHPAD » : Le 15, avec Clémence à Douai.
Venez partager votre vécu et vos expériences entre proches-aidants.

Temps d'échanges : Le 25, avec Clémence, à la Maison des Usagers du Centre Hospitalier de Somain.

REPIT

Libérez votre créativité : Les mardis 9 et 23, Melinda propose d'élargir l'atelier dessin à d'autres activités comme le coloriage, le collage... A vous de choisir et de tester !

Balade des Aidants : le 4 mai de 14h 30 à 16h le long des berges de la Scarpe.
Rendez-vous à la plateforme à 14h 30

Yoga : Les vendredis 5, 12, 19 et 26, avec Mélanie, de 14h30 à 16h.

Atelier modelage : Les samedis 6 et 20, de 9h30 à 11h30, avec Dominique.



Avec le soutien de la



LOISIRS PARTAGES

Animation santé et bien-être : « *Tous autonomes - pour vivre mieux plus longtemps* »

Venez participer aux animations santé/bien-être avec l'Institut Pasteur de Lille.

Les lundis 15 et 22 de 14h à 16h au Centre socio-culturel Henri Martel, rue Saint Venant à DECHY

Les mardis 2, 9, 16, 23 et 30 de 14h à 16h au Centre socio-culturel Largiller, rue de Salernes à SOMAIN

Gymnastique : Les mercredis 3, 10, 17, 24 et 31 à Douai, avec Hugo de l'association Siel Bleu.
Accueil groupe 1 à 14h, Groupe 2 à 15h.

Après-midi « En Chantée » : Le 11, animée par Martin guitariste, à Douai.

Pause Caf'Aidant : Les 13 et 27 à Douai.



Avec le soutien de la



Au plaisir de partager ces moments en votre compagnie
L'Equipe de la Plateforme d'Accompagnement et de Répit.