Pour les aidants de personnes en situation de Handicap
Plateforme Handicap Lille

Planning d'activités – **Septembre à décembre 2025**

Ateliers réservés aux aidants

MASSAGES INDIVIDUELS

Afin de favoriser la détente, soulager certaines tensions musculaires, mais aussi diminuer le stress

Mardi 9 septembre
Mardi 7 octobre
Samedi 15 novembre
Mardi 2 décembre

De 10h00 à 12h00

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Avec Ambre BERTOUT, sophrologue

PAPOT'AIDANTS

Echanges entre aidants avec deux professionnelles de la plateforme

Jeudi 4 septembre
Jeudi 2 octobre
Jeudi 6 novembre
Jeudi 4 décembre

de 14h00 à 16h30

The Voice Café
Centre Commercial – Aushopping V2
Boulevard de Valmy
59600 Villeneuve d'Ascq
Avec Marylène KIEKEN et Marie PICAVET

PILATES

Pour pratiquer du renforcement musculaire en profondeur

Tous les vendredis

De 9h30 à 10h30

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Avec Claudie SEYS, Coach sportif

STRETCHING

Pour étirer tous les muscles du corps en douceur

Tous les vendredis

De 10h45 à 11h45

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Avec Claudie SEYS, Coach sportif

Un **relayage** auprès de votre proche peut être organisé pour vous permettre de participer aux ateliers, formation ou rendez-vous (sous réserve de disponibilité)

FORUM VACANCES ADAPTEES, LOISIRS & REPITS

Mercredi 17 décembre
10h00 – 19h00

Organisé par les papillons blancs de Roubaix-Tourcoing
Salle des fêtes de l'Hôtel de ville,
10 place Victor Hassebrouck - Tourcoing

ENTRETIENS SUR RENDEZ-VOUS

Avec une psychologue, un conseiller juridique ou une assistante sociale

A domicile ou dans nos locaux

Ateliers pour les aidants et les aidés

MÉDIATION PAR L'ANIMAL

Faire appel à la présence animale dans une visée relationnelle

Samedi 13 et 27 septembre
Samedi 11 et 25 octobre
Samedi 15 et 29 novembre
Samedi 6 et 20 décembre

de 10h30 à 12h00

6 Allée André Glatigny, 59120 Loos
Avec "à l'évidence", Centre de mediation animale

EVEIL MUSICAL

Découverte d'instruments de musique et reprise de chansons

Mercredi 29 octobre
(14h30/15h30)

Vendredi 31 octobre
(10h30/11h30)

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Julien LEURENT, Intervenant musique

ART-THÉRAPIE

Découverte des arts plastiques

Mercredi 17 septembre
Mercredi 15 octobre
Mercredi 12 novembre
Mercredi 10 décembre

de 14h15 à 15h30

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Pauline MORON, Art-thérapeute

CIRQUE

Découverte des arts du cirque

Vendredi 19 septembre
Vendredi 3 octobre
Vendredi 21 novembre
Vendredi 19 décembre

de 16h00 à 17h00

Par le cirque du bout du monde
2 bis rue Courmont, Lille

Temps d'informations

LES MESURES DE PROTECTION JURIDIQUE

Sur inscription

Samedi 27 septembre
de 10h00 à 12h00
(Accueil à partir de 9h30)

Espace Nadine Pennequin,
2 place de la république, Wattignies
Par Clément Sudry

LA GESTION DU PATRIMOINE

Sur inscription

Jeudi 16 octobre
de 14h00 à 16h00
(Accueil à partir de 13h30)

62/62 bis rue du long pot, Lille Fives
Par Clément Sudry

ACTUALISATION DES DROITS DES AIDANTS

Sur inscription

Samedi 13 décembre
de 10h00 à 12h00
(Accueil à partir de 9h30)

Lieu à déterminer
Par Clément Sudry

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

03 20 34 02 55

aide-aidants@papillonsblancs-lille.org

Activités réservées aux aidants résidant sur le territoire de la plateforme **www.soutenirlesaidants.fr** (Maison des aidants -Plateforme d'accompagnement et de répit handicap Lille)

L'accès aux séances est gratuit, elles sont financées par la Plateforme de soutien aux aidants.