



**MAISON DES AIDANTS**

Lille Roubaix Tourcoing

**Mai 2026**



**LA PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT  
ET DE RÉPIT DES AIDANTS DE  
R O U B A I X - T O U R C O I N G**

**[plateformedesaidants@papillonsblancs-rxtg.org](mailto:plateformedesaidants@papillonsblancs-rxtg.org)**

**06 75 50 82 62**

Votre proche a besoin de vous ?

Et vous, de quoi avez-vous besoin ?

Vous avez une question, besoin d'une aide administrative, d'un soutien psychologique ou juridique ou besoin de répit ?

**La maison des aidants est là pour vous !**

# Planning des activités de mai

Inscription auprès de la Maison des aidants au **07 88 71 27 02** ou sur le site [www.soutenirlesaidants.fr](http://www.soutenirlesaidants.fr)

## Mercredi 6 Médiation animale (aidant / aidé)



coût 4€

à 14h et 15h15  
au DAME du Roitelet,  
105, rue du Roitelet - Tourcoing

## Jeudi 7 Body boxing



coût 2€ 339, rue du Chêne Houpline -Tourcoing

de 12h30 à 13h30  
au foyer Langevin

## Mercredi 20 Médiation animale (aidant / aidé)



coût 4€

à 14h et 15h15  
au DAME du Roitelet,  
105, rue du Roitelet - Tourcoing

## Samedi 23 Atelier chorale



de 11h à 12h  
au foyer Langevin  
339, rue du Chêne Houpline -Tourcoing

coût 3€

## Jeudi 28 Réflexologie et Amma Assis



coût 4€

de 13h30 à 15h30  
au foyer Bruno Harlé  
26 rue de la Montagne - Roncq



 Certains lieux d'activités ne sont pas très bien desservis par les transports en commun, il est donc possible de faire du **covoiturage**.

Départ 30 minutes avant le début de l'activité, du 339 rue du Chêne Houpline, Tourcoing.  
Prévenir lors de l'inscription.

# Formations et informations du mois

## **CAA (Communication Alternative et Améliorée)**

Les Papillons Blancs de Roubaix-Tourcoing ont le plaisir de vous annoncer le lancement de leur campagne dédiée à la CAA (Communication Alternative et Améliorée).

L'objectif est de permettre à chacun – personnes accompagnées, familles et professionnels – de s'exprimer autrement que par les mots et de construire un langage commun.

Depuis deux semaines, chaque mercredi, nous partageons avec vous un nouveau mot à travers deux outils complémentaires :

- Le pictogramme (ARASAAC) : un repère visuel simple et universel.
- Le signe : pour soutenir la parole par le geste.

Où retrouver ces rendez-vous ?

- Sur les réseaux sociaux des Papillons Blancs de Roubaix-Tourcoing (Facebook, Linked In, Youtube) : une vidéo courte chaque semaine pour apprendre un mot.

## **2<sup>ème</sup> para-foulées de Bondues**

Sous l'impulsion des Clubs 41, les Foulées de Bondues vous donnent rendez-vous le **31 mai** ! Que vous soyez en situation de handicap, accompagnateur ou simplement solidaire, venez partager ce moment sportif.

Le programme :

- 9h00 : Marche de 5 km
- 10h15 : Course des Para-Foulées de 9 km (Accessible en fauteuil, joëlette, mono-poussoir...)

Comment s'inscrire ?

Envoyez les informations suivantes à [vcouvreur@papillonsblancs-rxtg.org](mailto:vcouvreur@papillonsblancs-rxtg.org) avant le **15 mai** :

- Nom & Prénom
- Épreuve choisie (9 km course ou 5 km marche)
- Profil (personne accompagnée, famille, pro)
- Besoin d'un fauteuil ou non
- Votre Pass Prévention Santé (<https://pps.athle.fr/>)

Pour plus de détails, filez sur [lesfouleesdebondues.com](http://lesfouleesdebondues.com).

## **Guide du parent aidant**

Parents d'un enfant malade ou en situation de handicap : la CAF et la MSA publient un guide en ligne pour faciliter vos démarches. Ce guide réunit toutes les prestations et tous les dispositifs pour vous accompagner dans votre quotidien.

Ce document, disponible sur les sites de la Caf.fr et de la Msa.fr, regroupe l'ensemble des aides financières et services d'accompagnement proposés par les deux organismes.

Sont présentées :

- l'allocation journalière de présence parentale (AJPP) ;
- l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) ;
- la prestation de compensation du handicap (PCH) ;
- l'allocation journalière du proche aidant (AJPP) ;
- l'aide et l'accompagnement à domicile (AAD).

Pour chaque dispositif, le guide détaille les démarches à effectuer, selon la situation professionnelle du parent et le parcours de l'enfant, pour l'obtenir. En plus des aides, le guide liste les contacts utiles pour accompagner les parents aidants dans leurs démarches : maison départementale des personnes handicapées (MDPH), services hospitaliers, etc.

## **Forum santé des femmes**

Mesdames ! Le **mercredi 28 mai, de 10h à 18h**, le Centre Social 3 Quartiers (19 boulevard d'Halluin à Tourcoing) vous ouvre ses portes pour une journée entièrement dédiée à votre santé et à votre épanouissement.

Parce qu'on prend souvent soin des autres avant de penser à soi, cette journée est l'occasion idéale pour souffler, s'informer et se sentir entourée.

Au programme de votre journée :

- Des stands de prévention
- Bien-être et santé mentale
- Conférences et échanges (l'endométriose, la contraception et la vie après une grossesse ou la dépression post-partum)

L'entrée est libre et gratuite ! N'hésitez pas à y aller accompagnée d'une amie, d'une sœur ou d'une voisine.

## **Aide juridique pour le droit des étrangers**

Des questions sur vos démarches administratives ou votre situation en France ? La Maison de Justice et du Droit de Tourcoing (2 square de l'Abattoir), en partenariat avec le CIDFF, renforce son accompagnement avec une nouvelle permanence spécialisée.

Tous les 15 jours, une juriste du CIDFF intervient pour répondre gratuitement aux questions sur les titres de séjour, la nationalité, le droit d'asile, le regroupement familial...

Sur rendez-vous uniquement : Contactez la Maison de Justice et du Droit au **03 59 69 71 90**.

## **PrévAAD (Prévention et Accompagnement des Aidants à Domicile)**

C'est un programme conçu pour soutenir ceux qui accompagnent un proche en perte d'autonomie (âge, handicap ou maladie), gratuit et personnalisé qui se déroule directement à domicile. L'objectif est de "prendre soin de l'aidant" pour éviter l'épuisement physique et psychologique. Il comprend : une évaluation, un soutien sur mesure et une orientation vers les autres ressources du territoire (plateformes de répit, aides financières, etc.).

Qui peut en bénéficier ?

- Vous devez être un aidant non-professionnel de plus de 18 ans.
- Vous accompagnez régulièrement un proche (parent, conjoint, enfant) vivant à domicile.

Pour intégrer ce parcours ou poser vos questions, Santélyls dispose d'un numéro dédié :

**03 62 28 80 00**

## **Adaptelier, et si les vêtements devenaient plus faciles à enfiler ?**

Avec l'âge, une maladie ou un handicap, s'habiller seul ou accompagné peut devenir compliqué : boutons difficiles à fermer, fermetures éclair trop petites, gestes douloureux...

La bonne nouvelle, c'est qu'il est possible d'adapter les vêtements de la garde-robe pour les rendre plus faciles à enfiler.

C'est ce que propose L'adaptelier, un service de couture spécialisé qui transforme les vêtements classiques en vêtements faciles à porter grâce à des systèmes d'attaches simples comme des aimants, du scratch, des pressions ou encore des fermetures éclair.

Les adaptations sont discrètes et permettent de garder son style tout en facilitant l'habillement.

Où faire adapter ses vêtements dans le secteur ?

Directement dans la boutique Damart de Roubaix, au 160 Boulevard de Fourmies, 59100 Roubaix