

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme des nouvelles activités !

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE REPIT SUD : DE JANVIER À JUILLET 2026

Pour toute personne accompagnant un **proche âgé** et/ou **atteint de la maladie d'Alzheimer ou apparentée, Parkinson ou Sclérose en plaques**.

Rencontres thématiques

Wittenheim - le mardi de 10h à 12h - Accueil de jour AMAELLES - 7 rue d'Ensisheim

Rencontre entre aidants et professionnels autour d'une thématique définie - 12 places maximum
- Atelier gratuit - Possibilité de prise en charge de votre proche sur place selon disponibilité du partenaire

- **3 février** : Je ne comprends plus le comportement de mon proche
- **31 mars** : L'EHPAD, une possibilité ? Oui / Non - Quand ? Comment ? Où ?
- **5 mai** : Je suis aidant, quelles sont les limites ?

Riedisheim - le samedi de 9h30 à 11h30 - Résidence seniors AMAELLES - Bois Gentil - 15 rue du Collège

Rencontre entre aidants et professionnels autour d'une thématique définie - 12 places maximum
- Atelier gratuit

Relaxation Yoga avec Eve HOLDER

- **7 février**
- **25 avril**
- **13 juin**

Journée pour soi

Kingersheim - le vendredi de 9h30 à 16h30 - Résidence DOMITYS L'Organdi - 20 Rue du Noyer

Offrez-vous une journée de déconnexion. Une rencontre conviviale ponctuée de mobilisations douces, d'exercices divers, de détente, d'un repas partagé et de méditation - 10 places maximum

- **19 juin**



Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme des nouvelles activités !

Ateliers

Guebwiller - le lundi de 14h à 16h30 - Maison Ritter - 12 rue du Marchal Joffre

Rencontre entre aidants et professionnels autour d'une thématique

- **19 janvier** : Gym douce relaxation (uniquement pour les aidants)
- **16 mars** : Loto musical (aidants et aidés)
- **18 mai** : Atelier floral (uniquement pour les aidants)

Altkirch - le mardi de 9h à 12h - Lieu à définir

Formation de 6 modules permettant de se questionner et d'analyser sa situation et de connaître ses propres ressources et celles de son environnement

Ateliers Comprendre pour agir via l'Association Française des Aidants (AFA) animés par la psychologue Elodie EIBEL

- **7 avril**
- **21 avril**
- **5 mai**
- **19 mai**
- **2 juin**
- **16 juin**

Journée bien-être

Colmar - le lundi - Cercle Saint Joseph - 29 rue Saint-Joseph

- **23 mars** : Journée Cœur à Cœur avec le Lycée St André - Possibilité de prise en charge du proche sur place, places limitées

Places limitées, inscriptions au 03.89.32.47.87 ou pfr@apa.asso.fr

En cas d'empêchement, merci de nous prévenir au plus vite afin de ne pas bloquer une place pour un autre aidant.