

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.