

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme
des nouvelles activités !

**PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT CENTRE :
DE JANVIER À AOÛT 2025**

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

Rencontres thématiques

Colmar – le samedi de 9h30 à 11h30 – CDRS – 40 rue Stauffen – Bâtiment les Cèdres – 2ème salle au rez-de-chaussée

Un cycle d'ateliers sur le bien être des aidants : "Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres", animé par Emilie SCHUMANN – 12 places maximum, gratuit

- 15 février
- 1^{er} mars
- 15 mars
- 29 mars
- 12 avril
- 26 avril

Un cycle d'ateliers nutrition, animé par Emilie SCHUMANN – 12 places maximum, gratuit

- 3 mai
- 17 mai
- 31 mai
- 14 juin
- 28 juin

Ensisheim – le vendredi de 14h à 16h - Hôpital Intercommunal, 7 rue Colbert

Rencontre entre aidants et professionnels – 12 places maximum – Atelier gratuit – Possibilité de prise en charge de votre proche sur place selon disponibilité du partenaire

Relaxation Yoga avec Eve HOLDER

- 14 mars
- 4 avril
- 9 mai
- 20 juin

Suite au dos →

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme

des nouvelles activités !

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT CENTRE : DE JANVIER À AOÛT 2025

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

Rencontre thématique visio

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

- **28 février** - de 10h à 12h : L'entrée en EHPAD : quels enjeux (en collaboration avec un travailleur social)

Ateliers visio



Ateliers accessibles en visio.
Un lien ZOOM sera
envoyé par mail.

Atelier prévention Santé animés par l'ergothérapeute de la plateforme Sud - gratuit
45 minutes de bien être

- **21 mars** : de 10h à 10h45
- **25 avril** : de 17h15 à 18h
- **23 mai** : de 10h à 10h45
- **27 juin** : de 17h15 à 18h

Escapades

Journée de répit pour l'aidant organisée par l'aide soignante et l'aide-médico-psychologique de l'équipe - 25 € de participation - possibilité de prise en charge gratuite de votre proche selon disponibilité du partenaire

- **11 février** - Séance de cinéma à Gérard Philipe - « Un p'tit truc en plus » à Wittenheim
- **22 avril** - Visite d'une centrale hydroélectrique à Vogelgrun
- **29 avril** - Découverte de la passe à poissons à Rhinau
- **24 juin** - Guinguette réunissant les 3 plateformes d'accompagnement et de répit à Colmar
- **5 août** - Visite de la ferme « Les escargots de Caro » à Ostheim
- **26 août** - Balade sur barque à fond plat et calèche à Muttersholtz

Places limitées, inscription au 03.89.80.93.71
ou pfr@apa.asso.fr