

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme
des nouvelles activités !

DE JANVIER À JUILLET 2023

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

Escapades

Journée de répit pour l'aidant organisée par l'aide soignante de l'équipe. 25 € de participation.

- 7 mars - Visite des sources de Soultzmatt
- 23 mai - Centrale hydroélectrique de Kembs
- 4 juillet - Guinguette

Rencontres Thématiques

Rencontre entre aidants, animée par la psychologue de l'équipe autour d'une thématique. 12 places maximum, gratuit (possibilité de prise en charge gratuite de votre proche sur place).

Wittenheim – les mardi de 10h à 12h à l'Accueil de jour – 7 rue d'Ensisheim

- 31 janvier - Et si je ne peux plus l'aider ?
- 21 mars - Je me sens coupable mais de quoi ?
- 16 mai - Trouver sa place auprès des professionnels
- 27 juin - Outils de communication pour rester en relation avec mon proche

Ateliers Prévention Santé

Rencontre entre aidants, animée par l'ergothérapeute de l'équipe autour d'une thématique.

12 places maximum, gratuit (possibilité de prise en charge gratuite de votre proche sur place pour l'atelier de Mulhouse).

Mulhouse – le vendredi de 14h à 16h30 à l'Ehpad la Maison de l'Arc – 25 rue de l'Arc, salle Vivaldi ou Mozart

- 2 juin - Comment aider mon proche à se déplacer lors des activités du quotidien sans me faire mal ?

Cernay – les lundi de 14h à 16h au Centre Hospitalier – 7 rue Georges Risler

- 6 mars - C'est la reprise, je revois les outils de bien-être qui me font du bien au quotidien
- 15 mai - Atelier Yoga avec Nathalie
- 19 juin - Mon corps est un outil de communication bien plus efficace que mes mots (ou comment devenir un expert de la communication avec mon proche)

Ateliers visio au dos →

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme
des nouvelles activités !

DE JANVIER À JUILLET 2023

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

Ateliers visio



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

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

- 17 février - de 13h à 13h45
- 17 mars - de 17h15 à 18h
- 14 avril - de 10h à 10h45
- 12 mai - de 13h à 13h45
- 9 juin - de 17h15 à 18h
- 7 juillet - de 10h à 10h45

**Places limitées, inscription au 03.89.32.47.87 ou
rivage@apa.asso.fr**