

## Calendrier des actions et manifestations en Haut Rhin (mise à jour : 20/01/2020)

### > Région Colmarienne

Conférences, tables rondes, temps d'information, débats

#### Atelier d'information discussion pour les aidants

**Intervenants** : Ateliers animés par une psychologue

**Contenu** : La plateforme de répit Rivage propose des ateliers, de 2 heures qui permettent aux aidants d'échanger sur des thématiques proposées par notre équipe en réponse à leurs besoins, sur les difficultés, mais également les stratégies qu'ils peuvent mettre en place.

8 FEVRIER 9H30-11H30: "J'ai l'impression d'être le parent de mon proche" : La question de la parentification

07 MARS 9H30-11H30 : La mémoire : fonctionnement et stimulation

04 AVRIL 9H30-11H30 : Les liens entre le corps et l'esprit : prendre soin de soi

16 MAI 9H30-11H30 : Je ne reconnais plus mon proche : la question du deuil blanc

13 JUIN 9H30-11H30: Aider, est-ce un acte d'amour ?

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...)** : Possibilité de venir avec son proche qui sera pris en charge par un professionnel.

Inscription obligatoire au 03 89 80 93 71

**Date** : 8 FEVRIER 9H30 -11H30

7 MARS 9H30 -11H30

04 AVRIL 9H30 -11H30

16 MAI 9H30 -11H30

13 JUIN 9H30 -11H30

**Lieu** : CDRS

Salle des Platanes

40 rue du Stauffen

68000 COLMAR

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription** : Inscription 03 89 80 93 71

#### Café Détente Aidants

**Intervenants** : Bénévole

**Contenu** : Temps convivial, de partage et d'échange entre aidants de 2 heures, animé par une bénévole.

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...)** : Votre proche peut être pris en charge gratuitement pendant ce temps, contacter RIVAGE Centre pour en convenir

**Date** : Le 2<sup>o</sup> Lundi du mois  
de 14h à 16h

**Lieu** : Espace LE BEL AGE

14 rue Berthe Molly  
68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Renseignements auprès de l'équipe  
Rivage CENTRE  
03 89 80 93 71

### Atelier d'information discussion pour les aidants

**Intervenants :** Ateliers animés par une psychologue

**Contenu :** La plateforme de répit Rivage propose des ateliers, de 2 heures qui permettent aux aidants d'échanger sur des thématiques proposées par notre équipe en réponse à leurs besoins, sur les difficultés, mais également les stratégies qu'ils peuvent mettre en place.

6 FEVRIER 9H30 - 11H30 : Je n'arrive plus à dormir aussi bien que je voudrais. Ces inquiétudes qui ne me quittent plus....

05 MARS de 9H30 à 11H30: Quoi proposer à mon proche si je devais m'absenter

2 AVRIL 9H30 - 11H30 : Les liens entre le corps et l'esprit : penser à soi quand on est aidant.

7 MAI 9H30 à 11H30 : "Ses troubles-ma honte" : se défaire du regard des autres quand on est aidant.

11 JUIN 9H30 - 11H30 : Prendre du temps pour soi : est-ce abandonner mon proche ?

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :** Possibilité de venir avec son proche qui sera pris en charge par un professionnel.

Inscription obligatoire au 03 89 80 93 71

**Date :** 06 FEVRIER - 09H30 à 11H30

05 MARS - 09H30 à 11H30

02 AVRIL - 09H30 à 11H30

07 MAI - 09H30 à 11H30

11 JUIN - 09H30 à 11H30

**Lieu :** EHPAD Petit Château

Rue du petit Château

68980 BEBLENHEIM

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Plateforme de Répit Rivage  
03 89 80 93 71

### Atelier d'information discussion pour les aidants

**Intervenants :** Ateliers animés par une psychologue

**Contenu :** La plateforme de répit Rivage propose des ateliers, de 2 heures qui permettent aux aidants d'échanger sur des thématiques proposées par notre équipe en réponse à leurs besoins, sur les difficultés, mais également les stratégies qu'ils peuvent mettre en place.

19 MARS 9H30 - 11H30 : Comment faire quand mon proche ne parle plus ?

14 MAI 9H30 - 11H30 : Etre en bonne santé quand on est aidant (intervention d'une naturopathe)

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :** Possibilité de venir avec son proche qui sera pris en charge par un professionnel.

Inscription obligatoire au 03 89 80 93 71

**Date :** 19 MARS 9H30-11H30

14 MAI 9H30-11H30

**Lieu :** Résidence le Relais de Poste

60-64 rue Clémenceau  
68660 LIEPVRE

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Possibilité de venir avec son proche qui sera pris en charge par un professionnel.  
Inscription obligatoire au 03 89 80 93 71

Groupes de parole, soutien psychologique individuel

### Groupes de parole - France Alzheimer

**Intervenants :** Psychologue

**Contenu :** Groupes de paroles de 7 à 10 participants se retrouvant une fois par mois pendant 2 heures et pendant 11 mois avec un psychologue pour pouvoir parler, se confier, échanger, écouter d'autres personnes touchées par la maladie

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** le 1er samedi du mois de 9h à 11h, le 2ème samedi du mois de 9h30 à 11h30 et le 2ème mercredi du mois de 17h à 19h

**Lieu :** Clinique du Diaconat  
68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** 03 89 42 79 36  
alsacealzheimers@wanadoo.fr

### Groupe de soutien - France Alzheimer

**Intervenants :** Psychologue

**Contenu :**

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** 3 groupes d'une séance par mois, le samedi de 9h à 11h ou de 9h30 à 11h30

**Lieu :** Clinique du Diaconat  
18, rue Charles Sandherr  
68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Evelyne BELLEGARD au 03.89.21.22.36

Ateliers bien-être, relaxation, activités de détente

### Pause détente - France Alzheimer

**Intervenants :** Equipe de bénévoles

**Contenu :** - sophrologie (apprendre à se détendre et à se vider la tête, à se déstresser et prendre conscience de sa fatigue et de ses limites)

- repas convivial avec les autres participants (échanges, confidences, dégustation)

- atelier de bricolage, de création d'objets en rapport avec la saison, de bijoux

- atelier de relaxation gymnique adaptée aux aidants et à leurs malades - jeux de société, promenades

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** Le 2e mardi du mois de 10h à 16h

Après-midi récréative le 4e mardi du mois.

**Lieu :**

68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** 03.89.42.79.36

francealzheimer68@orange.fr

Temps d'échanges et de convivialité entre aidants

### Café rencontres France AVC 68

**Intervenants :**

**Contenu :**

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** 3ème vendredi du mois

14H30 - 17H00

**Lieu :** Accueil de Jour Alister

9 Mittler Weg

68000 COLMAR

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** M. Heckly

06 09 30 49 55

michel.heckly@wanadoo.fr

### Association des aveugles et amblyopes d'Alsace et de Lorraine - Club Iris

**Intervenants :** Le responsable de l'association, bénévoles

**Contenu :** Rencontres, cafés, jeux, poteries, couture, tricot

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :** Gratuit et ouvert pour tous

**Date :** 2ème et 4ème vendredi du mois

14h à 17h

**Lieu :** L'espace Bel Age, 14 rue Berthe Molly

68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Mr Henrion Patrice

03 89 41 24 65

patrice-henrion@orange.fr

### Café détente entre aidants

**Intervenants :** Bénévole

**Contenu :** Temps convivial, de partage et d'échange entre aidants de 2 heures, animé par une bénévole.

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :** Atelier gratuit et possibilité de prise en charge de l'aidé à domicile - Contacter Rivage Centre

**Date :** Le 2ème lundi du mois de 14H00 à 16H00

**Lieu :** Salle LARAISE 2ème étage

197 Avenue d'Alsace

COLMAR

68000 COLMAR

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Rivage Centre 03 89 80 93 71

## Halte-Relais - France Alzheimer

**Intervenants :** Psychologue, animatrices et bénévoles

**Contenu :** 1 atelier en faveur des aidants familiaux (avec ou sans la personne aidée) et 1 atelier pour les personnes aidées.

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** Tous les 3e mardis du mois de 14h à 17h

**Lieu :** Salle Saint-Marc

1 rue de la Forge

68000 COLMAR

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** 03.89.42.79.36

francealzheimer68@orange.fr

Permanences d'écoute, d'information

## Permanence AVC

**Intervenants :**

**Contenu :**

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** 2ème jeudi du mois (demander horaires)

**Lieu :** Hôpital de jour de réadaptation fonctionnel (ugecam) 1, rue Bruat

68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** M. Michel Heckly

06 09 30 49 55

michel.heckly@wanadoo.fr

## Permanence AVC

**Intervenants :**

**Contenu :**

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** Tous les derniers jeudi du mois de 14h à 18h

**Lieu :** Hôpital Albert Schweitzer 201, avenue d'Alsace

68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** M. Michel Heckly

06 09 30 49 55

michel.heckly@wanadoo.fr

## FAVEC 68 : Permanence d'accueil et d'écoute

**Intervenants :**

**Contenu :** L'Association Départementale des Conjointes Survivants et Parents d'Orphelins dont le siège se trouve à COLMAR tient une permanence d'accueil et d'écoute et d'aide aux vacances à la Mairie de



Luttenbach tous les premiers mardis du mois de 9 h 30 à 11 h 30.

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** Tous les premiers mardis du mois de 9 h 30 à 11 h 30.

**Lieu :** Mairie de Luttenbach

7 Rue de la Mairie

68140 Luttenbach-Près-Munster

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Pour plus de renseignements vous pouvez appeler le 06 37 02 11 24.

Ateliers santé (mémoire, nutrition, prévention des chutes, art-thérapie...)

## Café Mémoire - France Alzheimer

**Intervenants :** Psychologue et des bénévoles

**Contenu :** Ils sont destinés à stimuler les facultés cognitives au travers de divers ateliers (écriture, photo langage, 5 sens)

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** Le 1<sup>e</sup> mardi du mois de 14h00 à 17h

**Lieu :** Maison Dussourd

19-21 rue des serruriers

68000 Colmar

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** 03.89.42.79.36

francealzheimer68@orange.fr

## Formations

### Formation des aidants -France Alzheimer 68

**Intervenants :** Mme LE BELLEGARD Evelyne Psychologue

**Contenu :**

**Modalités pratiques (tarif, réservation, transport organisé, prise en charge de l'aidé...) :**

**Date :** 25 Janvier 2020 de 9H00 à 12H30

15 Février 2020 de 9H00 à 12H30

29 Février 2020 de 9H00 à 12H30

21 Mars 2020 de 9H00 à 12H30

**Lieu :** Hôpital de Jour du Diaconat

18 rue Charles Sandherr

68000 COLMAR

**A contacter pour plus d'informations, pour l'inscription :** Mme Evelyne LE BELLEGARD 03 89 21 22 36