

Accueil >> La relaxation, la gestion du stress

La relaxation, la gestion du stress

Présentation

Pour aider les aidants à se détendre, à se relaxer et à se ressourcer, des actions se développent dans le Haut Rhin, par exemple portées par des associations de soutien de personnes malades ou en situation de handicap et leur famille, ou par des associations familiales, ou des dispositifs tels que les plateformes d'accompagnement et de répit dédiées aux aidants de malades Alzheimer (ou maladies apparentées).

D'autres actions se développent par le biais de Centre Communaux d'Action Sociale (CCAS), d'associations d'aide à domicile, ou par le biais d'établissements, d'accueils de jours,...

Des acteurs dans le Haut-Rhin qui peuvent vous aider directement ou vous informer, vous orienter :

> Association France Alzheimer - 57, boulevard de la Marne - 68200 - Mulhouse - 03 89 42 79 36 - francealzheim68@orange.fr -

> Atout Age Alsace - ateliers adaptés aux séniors - - - - 03 89 20 79 43 - -

> Réseau APA - 75 allée Gluck BP 2147 - 68060 - Mulhouse Cedex - 03 89 32 78 78 - info@apa.asso.fr -

> RIVAGE Centre - Plate-forme de répit et d'accompagnement - 28 rue des Vosges - 68000 - Colmar - 03 89 80 93 71 - -

> RIVAGE Sud - Plate-forme de répit et d'accompagnement - 75 allée Gluck BP 217 - 68060 - Mulhouse Cedex - 03 89 32 47 87 - -