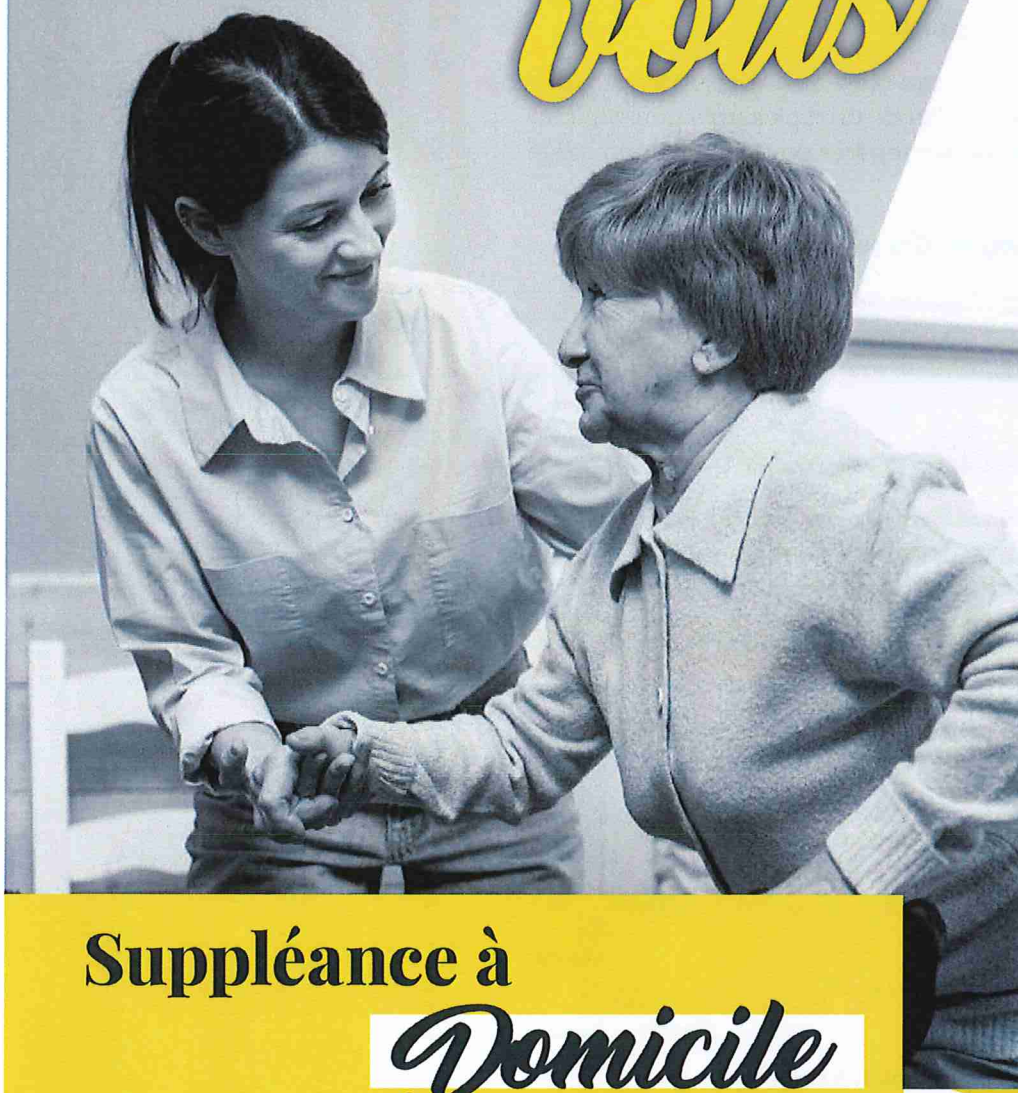




Du
temps
pour
vous



Suppléance à *Domicile*

**AVEC LES PLATEFORMES DE RÉPIT AUX AIDANTS
AMAEELLES DANS LE HAUT-RHIN**

Contactez-nous

 03 89 32 47 87

amaelles.org

créons
ensemble
des jours
heureux.



Suppléance à domicile

- Intervention **à domicile** pour relayer l'aidant
- **Equipe pluridisciplinaire** à votre écoute
- **Accompagnement personnalisé** avec la famille et le relayeur

Nos missions



- **Préserver** votre bien-être et celui de votre proche
- **Assurer** un temps de répit serein pour l'aidant
- **Conserver** les repères pour la personne aidée

Un temps de répit dédié



- De **jour** et/ou de **nuit**
- Allant **de 3h jusqu'à 36h**
- Grâce à l'aide d'un **professionnel relayeur**

Les conditions d'accès



- Être **aidant** d'un proche à domicile
- Nécessiter un **temps de répit**
- Résider dans le **Haut-Rhin**

 Accessible sans notification de la CeA !

Comment ça marche ?

- **ETAPE 1**
 - Prendre contact avec une Plateforme de Répit Amaelles proche de chez vous
- **ETAPE 2**
 - Formuler vos attentes
- **ETAPE 3**
 - Préparer une évaluation à domicile avant toute intervention
- **ETAPE 4**
 - Bénéficier d'un répit avec des échanges réguliers pour s'adapter aux besoins évolutifs de l'aidant / de l'aidé



TOUT SIMPLEMENT !

Contactez-nous dès à présent !

 **03 89 32 47 87**

 **pfr@apa.asso.fr**

**créons
ensemble
des jours
heureux.**

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

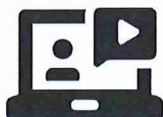
Pour les personnes accompagnant **un proche âgé et/ou atteint de la maladie d'Alzheimer ou apparentée, Parkinson ou Sclérose en plaques.**

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**

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme

des nouvelles activités !

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT SUD : 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.**

Escapades

Journée de répit pour l'aidant organisée par l'aide-médico-psychologique de l'équipe - 25 € de participation - Possibilité de prise en charge gratuite de votre proche sur cette journée selon disponibilité du partenaire

- **11 février** – Séance de cinéma à Gérard Philipe – « Un p'tit truc en plus » à Wittenheim
- **29 avril** – Visite guidée « La Grange à Bécanes » à Bantzenheim
- **24 juin** – Guinguette aidants/aidés réunissant les 3 plateformes d'accompagnement et de répit à Colmar
- **1^{er} juillet** – Visite guidée de DMC (Entreprise textile Alsacienne) à Mulhouse

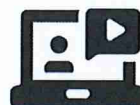
Ateliers Prévention Santé

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 selon disponibilité du partenaire

Cernay – Le lundi de 14h à 16h – Centre Hospitalier – 7 rue Georges Risler – Salle d'animation

- **17 février** – Yoga avec Nathalie PIERREL (en présence de Samia VANDELLE)
- **24 mars** – J'aide mon proche à se déplacer, avec tendresse
- **28 avril** – Répondre à ses propres besoins d'aidant
- **26 mai** – Gym douce

Ateliers et Rencontre visio



Accessibles en visio.
Un lien ZOOM sera
envoyé par mail.

Atelier prévention Santé animés par l'ergothérapeute de la plateforme Sud - gratuit

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

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 une assistante sociale)

Suite au dos →

Vous êtes aidants ?

Découvrez le programme

des nouvelles activités !

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT SUD : 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

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

Wittenheim – le mardi de 10h à 12h – Accueil de jour AMAELLES – 7 rue d'Ensisheim

- **4 février** – Point sur les différentes solutions de répit qui existent
- **1^{er} avril** – Comment gérer l'agressivité de mon proche ?
- **3 juin** – Comment choisir un EHPAD ?

Hirsingue – le vendredi de 9h30 à 11h30 – Association Georges Allimann Zwiller Doppelsburg – déjeuner sur place au tarif de 7€ pour l'aidant

- **7 mars** – Avec moi son comportement est différent, pourquoi ?
- **4 avril** – Les limites du rôle d'aidant
- **6 juin** – Repérer les signes pour prévenir l'épuisement

Riedisheim – le samedi de 9h30 à 11h30 – Résidence seniors Bois gentil – 15 rue du Collège
Relaxation Yoga avec Eve HOLDER

- **29 mars**
- **26 avril**
- **24 mai**
- **14 juin**

Journée pour soi

Offrez-vous une journée de déconnexion. Rencontre conviviale ponctuée par des mobilisations douces, d'exercices divers, de la détente, un repas partagé ensemble, de la méditation...

- **13 juin** – de 9h30 à 16h30 : lieu à définir

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