

LE CALENDRIER DES ACTIONS RIVAGE

Premier
semestre
2019

de février 2019 à juillet 2019

Aider un proche dépendant est une expérience particulière qui demande de l'énergie.
Rivage accompagne les aidants et propose un soutien personnalisé,
en apportant du répit et des solutions adaptées à chaque besoin.

RIVAGE CENTRE - 28 rue des Vosges 68000 Colmar
03 89 80 93 71 - ahenninger@apa.asso.fr

Avec le soutien d'Ag2r la Mondiale et de l'ARS Grand Est.

Rivage est un service non-lucratif d'accompagnement et de répit, géré par l'association APAMAD
et financé par l'Agence Régionale de Santé Grand EST.
Siège : 75 allée Gluck BP 2147 - 68 060 Mulhouse Cedex



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

28

29

30

31

1

2

3

4



5

6



7



8

9

10

11



12

13

14

15



16

17

18

19

20



21

22

23

24

25

26

27

28

Atelier Bricolage
*Activité manuelle et
partage entre aidants*
Rouffach
14h30 - 16h30

**Atelier Information
Discussion**
*Les huiles essentielles et les
plantes : actrices de notre
bien-être ?*
Beblenheim
9h30 - 11h30

**Atelier Information
Discussion**
*Etre aidant :
qu'est- ce que c'est ?*
Wihr-Au-Val
14h - 16h

**Je pense à m'inscrire
aux différentes
actions du mois
de mars**

**Atelier Information
Discussion**
*Explication des divers
troubles du comportement*
Colmar
9h30 - 11h30

**Atelier Information
Discussion**
*Préserver l'autonomie de
son proche*
Liepvre
9h30 - 11h30

FEVRIER 2019

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

25

26

27

28

1

2

3

4

5

6



7

8

9

10

**Café Détente
entre aidants**

Temps convivial, de
partage et d'échange
Colmar
14h - 16h



11

**Je pense à m'inscrire
aux différentes
actions du mois
d'avril**

12

13

14

15

**Atelier Information
Discussion**

La communication :
la comprendre pour mieux
s'en servir.
Colmar
9h30 - 11h30



16

17

18

Groupe d'échange
Temps d'information
et de réflexion
sur la thématique :
« Accompagner la
vieillesse de ses proches »
Colmar
18h30 - 20h30



19

20

**Atelier Information
Discussion**

Loisirs, occupations,
évasions : penser à soi
quand on est aidant
Ensisheim
9h30 - 11h30



21

**Atelier Information
Discussion**

Les compétences
émotionnelles
Wihr-Au-Val
14h - 16h



22

23

24

25

Groupe d'échange
Temps d'information
et de réflexion
sur la thématique :
« Accompagner la
vieillesse de ses proches »
Colmar
18h30 - 20h30



26

27

Escapade
A définir
Sur la journée



28

29

30

31

MARS 2019

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

1

Groupe d'échange
Temps d'information
et de réflexion
sur la thématique :
« Accompagner la
vieillesse de ses proches »
Colmar
18h30 - 20h30



2

3



**Atelier Information
Discussion**
Préserver l'intimité et la vie
affective de son proche
malade
Beblenheim
9h30 - 11h30

4

5

6

7

**Café Détente
entre aidants**
Temps convivial, de
partage et d'échange
Colmar
14h - 16h



8

Groupe d'échange
Temps d'information
et de réflexion
sur la thématique :
« Accompagner la
vieillesse de ses proches »
Colmar
18h30 - 20h30



9

10

11

12

13

14

15

**Je pense à m'inscrire
aux différentes
actions du mois
de mai**



16

17



**Atelier Information
Discussion**
Epuisement et stress
chez l'aidant
Liepvre
9h30 - 11h30

18

19

20

21

22

Atelier Bricolage
Activité manuelle et
partage entre aidants
Rouffach
14h30 - 16h30



23

24

25

26



**Atelier Information
Discussion**
Perte identitaire
dans la maladie
Colmar
9h30 - 11h30

27

28

29

30

AVRIL 2019

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

29

30

1

Atelier Information Discussion
 La transition vers l'institution
 (accueil de jour, hôpital de jour
 et hébergement temporaire)
 Beblenheim
 9h30 - 11h30



2

3

4

5

6

7

8

9

Atelier Information Discussion
 «Je perds la mémoire :
 suis-je malade ?»
 Wihr-Au-Val
 14h - 16h



10

11

12

Café Détente entre aidants
 Temps convivial, de
 partage et d'échange
 Colmar
 14h - 16h



13

**Je pense à m'inscrire
 aux différentes
 actions du mois
 de juin**



14

15

Atelier Information Discussion
 Présentation des
 différentes pathologies
 neurodégénératives
 Ensisheim
 9h30 - 11h30



16

17

Atelier Information Discussion
 Crises et ruptures
 dans la relation d'aide
 Colmar
 9h30 - 11h30



18

19

20

21

22

Escapade
 A définir
 Sur la journée



23

24

25

26

27

28

29

30

31

MAI 2019

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

27

28

29

30

31

1

2

Atelier Bricolage
*Activité manuelle et
partage entre aidants*
Rouffach
14h30 - 16h30



**Atelier Information
Discussion**
*Aider :
est-ce un acte d'amour ?*
Beblenheim
9h30 - 11h30



**Atelier Information
Discussion**
*Si nous pensions à vous :
comment allez vous ?*
Colmar
9h30 - 11h30



**Je pense à m'inscrire
aux différentes
actions du mois
de juillet**



**Atelier Information
Discussion**
*Le corps dans la maladie :
perception et troubles*
Liepvre
9h30 - 11h30



**Atelier Information
Discussion**
*Le poids de la
responsabilité :
choisir pour l'autre*
Wihr-Au-Val
14h - 16h



JUIN 2019

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

Je pense à m'inscrire
aux différentes
actions du mois
d'août



16

17

**Atelier Information
Discussion**

*La colère, la culpabilité,
la crainte : les trois «C»
de la discorde*

Ensisheim
9h30 - 11h30



18

19

**Atelier Information
Discussion**

*Comprendre le cerveau
pour mieux comprendre
la maladie*

Colmar
9h30 - 11h30



20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

JUILLET 2019

INFOS PRATIQUES

Ci-dessous, veuillez trouver plus de précisions quant à nos actions. Pour toutes les actions, pensez à vous inscrire au préalable et au maximum 15 jours avant l'action concernée afin d'en faciliter l'organisation. Attention le nombre de places par action est limité.

Atelier Bricolage : Animé par une bénévole - 6 places maximum - Atelier gratuit - Possibilité de prise en charge de votre proche en accueil de jour. (financée par Rivage).

- Rouffach – Club Lefebvre, 2 rue des écoles. En face de l'Accueil De Jour de l'APAMAD

Atelier Infomation Discussion : 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 ou à votre domicile (financée par Rivage).

- Beblenheim - EHPAD Petit Château, 32 rue du Petit Château
- Ensisheim - Hôpital Intercommunal, 7 rue Colbert
- Lièpvre - Résidence le Relais de Poste, 64 rue Clémenceau
- Colmar - CDRS salle des Platanes 40 rue Stauffen
- Wihr-Au-Val - Mairie, 9 Grand' rue

Café Détente entre aidants : Rencontre entre aidants et animé par une bénévole autour d'une thématique définie le jour même - tous les 2èmes lundis de chaque mois - 10 places maximum - Atelier gratuit - Possibilité de prise en charge de votre proche à votre domicile (financée par Rivage) - hors période de juin à août inclus.

- Colmar - Bureau Apamad 197 avenue d'Alsace - Salle Laraise

Groupe d'échange et d'information : Animé par deux bénévoles professionnelles à votre écoute, ce cycle de 4 séances portera sur la thématique « Accompagner la vieillesse de ses proches » et a pour objectif de construire une réflexion sur son rôle d'aidant, sur les besoins de chacun et les aides possibles. L'inscription est obligatoire et un engagement sur les 4 séances est demandé. Cycle gratuit, mais sans possibilité de prise en charge de votre proche.

- Colmar - Résidence Bartholdi, 17 rue Etroite

Escapade : Sortie à destination des aidants suivi d'un repas - Coût 20€ - Possibilité de prise en charge de votre proche en accueil de jour ou à domicile (financée par Rivage) - Mise en place d'un covoiturage.