

# LE CALENDRIER DES ACTIONS RIVAGE

Premier  
semestre

2020

de février 2020 à juillet 2020

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 SUD - 75 allée Glück - BP 2147 68060 MULHOUSE Cedex  
Tél. 03 89 32 47 87 - [jandrzejewska@apa.asso.fr](mailto:jandrzejewska@apa.asso.fr)

Ces actions sont proposées 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 Glück BP 2147 - 68 060 Mulhouse Cedex



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

27

28

29

30

31

1

2

3

4

5

6

7

8

9

**Atelier Prévention Santé**

*Le vieillissement et le bien vieillir, que faire exactement ?*

Altkirch  
14h15-16h15



10

**Atelier Information Discussion**

*Quand et comment prendre du repit ? Les limites de l'aidant*

Hirsingue  
10h-12h



11

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



13

**Atelier Information Discussion**

*Caractère ou maladie : comment faire la part des choses ?*

Saint Louis  
10h-12h



20

17

18

19

21

22

23

24

25

26

27

28

29

FEVRIER 2020

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

24

25

26

27

28

29

1

2

3

4

5

6

7

8

**Atelier  
Prévention Santé**

Le vieillissement  
et le bien vieillir, que faire  
exactement ?

Cernay  
14h15-16h15



9

10



11

12

13

14

15

16

17

**Escapade**  
Théâtre de la Sinn  
39 Rue de la Sinne  
Mulhouse  
Sur la journée



23

24

18

19

**Atelier Information  
Discussion**

A l'intention des miens :  
un document pour exprimer  
ses volontés et souhaits de  
fin de vie  
Intervention de Sözel Pailhes  
Mulhouse  
10h-12h



20

21

22

30

31

25

26

27

28

29

MARS 2020

Lundi



Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

30

31

1

2

3

4

5

**Atelier  
Prévention Santé**

Prendre soin  
de mes articulations  
Altkirch  
14h15-16h15



6

**Atelier Information  
Discussion**

A l'intention des miens :  
un document pour exprimer  
ses volontés et souhaits de  
fin de vie

Intervention de Sûzel Pailhes



Hirsingue  
10h-12h

7

8

9

10

11

12

13

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



14

15

16

17

18

19

20

**Escapade**

Musée des Amoureux  
2 Rue de Ferrette  
Werentzhouse  
Sur la journée



21

22

**Atelier Information  
Discussion**

« Je ne reconnais plus  
mon proche » :  
la question du deuil blanc

Saint Louis  
10h-12h



23

24

25

26

27

28

29

**FORMATION  
PARKINSON**

Saint Louis  
9h30-12h30



30

AVRIL 2020

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

27

28

29

30

1

2

3

4

5

6



7

8

9

10

**Atelier  
Prévention Santé**  
*Prendre soin  
de mes articulations*  
Cernay  
14h15-16h15



11

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



12

13

**FORMATION  
PARKINSON**  
Saint Louis  
9h30-12h30



14

**Atelier Information  
Discussion**  
*Quand et comment  
prendre du repit ?  
Les limites de l'aidant*  
Mulhouse  
10h-12h



15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

**Escapade**  
*Petite randonnée  
et sortie restaurant  
«Ferme des moines»  
Route de Thierenbach  
Jungholtz  
Sur la journée*



26

27

**FORMATION  
PARKINSON**  
Saint Louis  
9h30-12h30



28

29

30

MAI 2020

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

1



2

3

4

5

6

7

**FORMATION  
PARKINSON**

Saint Louis  
9h30-12h30

**Atelier Information  
Discussion**

Intervention ergothérapeute  
Hirsingue  
10h-12h



8

9

10

11

12

13

14

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



15

16

17

**Atelier Information  
Discussion**

« J'ai l'impression d'être le  
parent de mon proche » :  
la question de la  
parentification.

Saint Louis  
10h-12h



18

**Atelier Information  
Discussion**

Intervention d'un pompier :  
quand appeler les secours ?  
(intervention à confirmer)

Mulhouse  
10h-12h



19

20

21

**Escapade**

Le Jardin de la Tuilerie  
38 quartier des tuileries  
Pfostatt  
Sur la journée



22

23

24

25

26

27

28

29

30

JUIN 2020

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

30

31

1

2

3

4

5

6

7

8

9

**Atelier Information Discussion**  
*Intervention ergothérapeute  
Mulhouse  
10h-12h*



10

11

12

13

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



14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

JUILLET 2020

# 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 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).

- Mulhouse - Maison du Temps Libre, 16 rue Engel Dollfus
- Hirsingue - Domaine du Doppelsburg, 1 route Départementale 432 (possibilité de réserver un repas)
- Saint-Louis - Ehpad Maison du Lertzbach, 6 rue St Damien

**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.

**Atelier Prévention Santé :** Possibilité de prise en charge de votre proche (financée par Rivage)

- Altkirch - Maison de la MSA, Bâtiment 6, Quartier Plessier, 39 Avenue du 8E Régiment de Hussards
- Hôpital de Cernay - 7 rue Georges Risler

**Formation :** EHPAD Maison du Lertzbach, 6 rue St Damien - Saint-Louis

Cycle de formation animé par une équipe professionnelle. Un engagement sur les 5 séances est demandé. Inscription obligatoire. Cycle gratuit avec possibilité de prise en charge de votre proche.



« Après le verbe aimer, aider est le plus beau verbe du monde. » Baronne Bertha Von Suttner

