



Centre hospitalier départemental de Bischwiller

NOS MISSIONS auprès des aidants

- accompagner,
- écouter,
- aider à l'orientation,
- rechercher de solutions,
- favoriser des temps de répit.



Les rendez-vous réguliers



- le 3ème mardi de chaque mois: **Groupe de parole avec la psychologue du Trèfle**
- Le 1er jeudi de chaque mois :
« café relais des aidants » pour se renseigner et rencontrer ses pairs...

NOUS CONTACTER *informations et inscriptions*

17 route de Strasbourg - BISCHWILLER
Au sein du Centre Hospitalier
03 88 80 22 22
csinger@ch-bischwiller.fr

NOS TEMPS FORTS A VENIR...

pour des aidants

- **A partir du 05 octobre 2023** : atelier bien-être par le sport tous les jeudis de 14h à 15h à la PFR LE TREFLE
- **Samedi 14 octobre 2023** : portes ouvertes de la PFR le Trèfle et Ajour MB de 9h à 12h. Accès libre
- **A partir du 17 octobre 2023** : cycle de 3 séances de marche, avec la Coach Solène MOSSER (1 par mois) les mardis de 13h30 à 16h30
- **Jeudi 26 octobre 2023** : sortie bain de Forêt "encrage et lâcher prise" de 13h30 à 16h
- **21/22 octobre 2023** : participation de la PFR au salon "sénior et alors" salle des corporations à Haguenau avec un temps de "bien être-massage des mains" sur le stand. Accès libre
- **Jeudi 16 novembre 2023** : après-midi bien-être (hypnose et groupe de discussion)
- **Les lundis 6-13 et 20 novembre 2023** : cycle de 3 ateliers des sens à la Maison de la Famille à INGWILLER. Thème : "se poser, se faire du bien, se ressourcer de manière légère et ludique. Pouvoir s'exprimer entre pairs, rompre l'isolement"
- **Dimanche le 19 novembre 2023** sortie récréative à Kirrwiller : déjeuner et spectacle "grand amour" au Royal Palace, voyage/ramassage en bus
- **Jeudi 23 novembre 2023** : "le Kaffekrenzel des aidants" à 14h salle de réunion attenante à la mairie à FORSTHEIM. Moment de partage, d'écoute, d'information et d'échange animé par des professionnels de la PFR le Trèfle.
- **Lundi 4 décembre 2023** : atelier aidant/aidé avec la médiation animale.
- **Jeudi le 14 décembre 2023** : "un déjeuner au Restaurant avec mon proche" (sortie en binôme aidant-aidé)
- **Les mardi 5-12-19 décembre 2023** : cycle de 3 ateliers des sens à la maison communale de GRIES. Thème : "se poser, se faire du bien, se ressourcer de manière légère et ludique, pouvoir s'exprimer entre pairs, rompre l'isolement"