**Programme des actions du Trèfle en faveur des proches aidants !**

***Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous !***

*Le Trèfle*, plateforme d’accompagnement et de répit du Centre Hospitalier Départemental de Bischwiller propose des actions gratuites à destination des aidants familiaux de personnes atteintes de maladies neurodégénératives (Alzheimer, Parkinson, Sclérose en Plaque, etc.) et de personnes de plus de 60 ans, dépendantes et vivant à domicile).

 *Le Trèfle* organise aussi des rencontres dans l’objectif d’accompagner et de soutenir l’aidant, de favoriser le maintien à domicile de la personne malade dans les meilleures conditions de vie possible.

***Parole d’aidant : «j’ai souvent pas besoin de grandes choses, juste besoin d’être en groupe et d’en ressentir la force »***

**POUR NOUS CONTACTER ET VOUS INSCRIRE AUX ACTIONS/ATELIERS**

***Le Trèfle* : 06.72.01.76.82 ou par mail** **letrefle@ch-bischwiller.fr**

 **Centre Hospitalier Départemental de Bischwiller, 17 route de Strasbourg - Bâtiment *Les Roseaux***

 **RENCONTRE PROCHE AIDANT**

Groupe de parole : 1 fois par mois sur inscription – **chaque 3ème mardi du mois** dans les locaux du Trèfle.

Relai café des aidants : ouvert le jeudi

**BAIN DE FORÊT**

Répit organisé par l’équipe du ***Trèfle*** - **Gratuit** – **sur inscription** – en après-midi

En été : Prochaine sortie « balade » à Bischwiller AU BORD DE L’EAU sur le chemin des poètes le **24 août 2023.**

Prochains bains de forêt **le 28 septembre et 26 octobre 2023.**

**ATELIER D’HYPNOSE**

**Gratuit** - Réalisé par la Psychologue de l’équipe dans les locaux du *Trèfle* et une table ronde animée par l’ASG

**Jeudi 14 septembre  de 14 à 16H – Gratuit sur inscription.**

**ATELIER DE PRÉVENTION** **ET INFORMATIONS**

 ***journée des aidants du 6 octobre à Brumath – voir programme de la CEA***

Acte 5 viendra présenter sa pièce « L’aidant dans tous ses états ». suivra une table ronde – **participation à la journée** **sur inscription.**

**Matinée porte ouverte du Trèfle le samedi 14 octobre 2023 de 9 h à 12 h** en collaboration de l’accueil de jour la maison bleue ou des ateliers bien-être seront proposés !- accès libre

**ESCAPADE CULTURELLE**

**Gratuit** - Organisée en partenariat avec le service culturel de la Ville De Bischwiller

**2 visites par mois de mars à novembre 2023**

Musée de la Laub / Maison des Arts ou visite guidée de la ville

**Contacter *Le Trèfle* pour inscription et programme. Date en attente.**

**ATELIER PRENDRE SOIN DE SOI** – **CYCLES** **LES ATELIERS DES SENS**

***Ateliers en groupe « se ressourcer, revenir au plaisir des sens, goûter la vie »***

le **5 – 15 et 22 septembre 2023** à BISCHWILLER dans les locaux du trèfle

Le **6 - 13 et 20 novembre** **2023** à INGWILLER salle de la famille.

Le **5-12et 19 décembre** **2023** à GRIES salle communale- GRATUIT ET SUR INSCRIPTION !

**SORTIE RESTAURANT - BINÔME AIDANT-AIDÉ ACCOMPAGNÉ D’UNE ASG**

Sortie récréative à KIRRWILLER le **19 novembre 2023** sur inscription - détail du programme de la journée courant du mois d’octobre.

Sortie restaurant le **14 décembre 2023** à midi sur le secteur de Haguenau/Bischwiller - sur inscription.

**SPORT et SANTE POUR LES PROCHES AIDANTS**

****

les aidants s’entraident

la force du collectif, de l’écoute et l’appui ENTRE PAIRS :

**« Je te cherche si tu n’as pas de voiture,**

**Tu peux me téléphoner si besoin,**

**On peut se retrouver au trèfle pour un café… »**

**Le groupe constitué lors de cycle sport santé 2022/2023 s’unit pour des sorties et participent aux sorties balades en forêt.**

**La plateforme de répit le Trèfle construit des projets avec les proches aidants pour répondre au mieux à leurs besoins – en activant les capacités d’agir !!**

**INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES**

* Sur le secteur Ouest les Babbelstubs sont proposées tous les mois (sur inscription) à :
* SAVERNE 06 84 77 78 57
* WINGEN SUR MODER ET INGWILLER 06.07.82.47.26
* SARRE-UNION ET DRULINGEN 07.63.24.33.23
* et DETTWILLER 03.88.91.40.21
* et maintenant, en 2023 aussi WASSELONNE 03.88.59.12.12

attention cette année 2023 la Plateforme d’accompagnement et de répit le TREFLE fête ses 10 ans le 15 septembre 2023 !

**!! nouveau !!**

**Le Café Relai des proches aidants est ouvert et accessible de 9 h à 11H tous les 1ers jeudis de chaque mois ! sur inscription !**

**C’est dans les bâtiments des Roseaux à l’étage !**

**Lieu de partage de vécu, maintien d’un réseau d’entraide et profiter des capacités d’agir d’autres proches aidants mais aussi l’occasion de déposer vos questions, demandes via la boîte à idée.**

**N’hésitez pas à nous consulter pour les informations pratiques et les futures dates,**

 **nous sommes là pour vous !**



