



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
HANAU LA PETITE PIERRE



L'Agenda SENIOR

Septembre
2024

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Ludivine Frering - Coordinatrice senior

06 07 82 47 26

l.frering@hanau-lapetitepierre.alsace

Maison de la famille

3b, rue du Fossé 67340 INGWILLER

www.hanau-lapetitepierre.alsace



Suivez-nous
sur Citykomi



PREVENTION

SOPHROLOGIE ET RELAXATION

Et si la sophrologie était la solution pour améliorer votre confort de vie ? Découvrez cette méthode efficace et facilement accessible qui vous permettra de vivre plus sereinement les tracas du quotidien (stress, angoisse, sommeil, estime de soi...). Les séances sont animées par Manuela Peschmann.

Les jeudis du 05 septembre au 03 octobre de 9h30 à 11h30

Wingen-sur-Moder - Centre socio-culturel (MJC)

CONFERENCE : LES MYSTERES DE LA MEMOIRE

Comment fonctionne la mémoire ? Comment l'entretenir ? Comment prévenir les pertes de mémoire ? Venez déjouer ses mystères au cours d'une après-midi ludique et décalée animée par l'association Synap's.

Le mardi 24 septembre de 14h à 17h

Bouxwiller - Salle de la Sommellerie

NOUVEAU !

LA VIE, LA MORT, LE DEUIL... ON EN PARLE ?

Programme animé par Delphine Freiss, accompagnante professionnelle de la fin de vie et du deuil.

CONFERENCE : LA MORT, PARLONS-EN !

Pour entamer le programme et apporter des connaissances juridiques concernant l'accompagnement de fin de vie et l'acceptation de ce moment, nous vous proposons une conférence introductive et informative, ouverte à tous.

Le lundi 16 septembre de 18h à 20h

Wingen-sur-Moder - Centre socio-culturel (MJC)

ATELIER : "DANS LA TRAVERSEE DU DEUIL"

Quelle que soit la perte, qu'il s'agisse d'un événement récent ou ancien, traverser un deuil est une étape de vie riche qui peut s'avérer difficile par moments. Durant 4h de partage, de temps d'introspection et d'expressions créatives, nous assurerons les conditions qui vous permettront de rencontrer et d'explorer votre deuil pour le traverser en douceur.

Le lundi 23 septembre de 14h à 18h

Wingen-sur-Moder - Centre socio-culturel (MJC)

SOUTIEN AUX AIDANTS

BABELSTUB

Animé par Martine Haby, psychologue.



Proche aidant : en parler et trouver du soutien

Vendredi 27 septembre de 14h à 16h

Thématique de la séance : Penser l'avenir avec les directives anticipées et les mesures de protection juridique

Wingen-sur-Moder - Mairie, 2 rue du Rocher

LOISIRS

ATELIERS AU JARDIN

Tout public



FEUILLES D'AUTOMNES

Laissons parler notre créativité avec des éléments de la nature !

Mercredi 18 OU 25 septembre de 14h à 17h

Ingwiller - Maison de la Famille, 3b rue du Fossé

Animé par "Les piverts". Activité créative et pédagogique, suivie d'un goûter partagé (chacun amène si il le souhaite de quoi grignoter).

ATELIERS CREATIFS & ART THÉRAPIE

Animé par Sophie Wolf - La Boutique de Sophie

VILLAGE EN AQUARELLE

Initiation à l'aquarelle. Réalisation d'un joli village coloré. Aucun prérequis n'est nécessaire

Jeudi 05 septembre de 14h à 16h

Weinbourg - Salle polyvalente (stade municipal)

Retrouvez toute l'actualité du service solidarité senior de Hanau-La Petite Pierre :



Communauté de Communes de Hanau-La Petite Pierre
Maison de la famille



www.hanau-lapetitepierre.alsace



Citykomi : Hanau-La Petite Pierre



Newsletter mensuelle senior (actualités et agenda senior dans votre boîte mail)

Votre contact :

Ludivine FRERING - Coordinatrice SENIOR

06 07 82 47 26

l.frering@hanau-lapetitepierre.alsace

