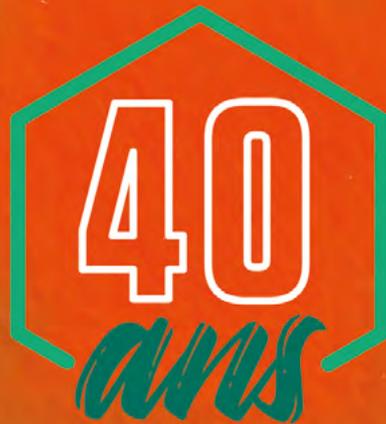


LE LIEN

LE MAGAZINE D'INFORMATION
DE FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT

Septembre 2025

JOURNÉE MONDIALE *Alzheimer*



1985
2025

Rendre visible, ensemble

le 21 septembre à Pérols ● **Spectacle équestre**

le 28 septembre à Alignan-du-Vent ● **Repas festif**

le 14 novembre à Béziers ● **Théâtre**



FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES

34 HÉRAULT

3 rue Pagézy - 34000 Montpellier

Tél : 04 67 06 56 10

Séjours vacances départementaux

Mai 2025

Au Village Miléade de La Grande-Motte

Témoignage

Bonjour,
Suite à notre séjour à La-Grande-Motte, nous vous exprimons notre satisfaction.

L'accueil et l'encadrement des bénévoles est particulièrement dévoué, bienveillant, compréhensif... Nous vous en sommes infiniment reconnaissants. Nous nous sommes réjouis de la qualité du logement, des repas ainsi que de toutes les excursions proposées.

À tous, sans oublier le personnel de Miléade, nous disons merci.

Gérard & Arlette



En **2026**, nous vous proposerons de nouveau des **SÉJOURS VACANCES DÉPARTEMENTAUX** nous vous en dirons plus dans le prochain Lien !

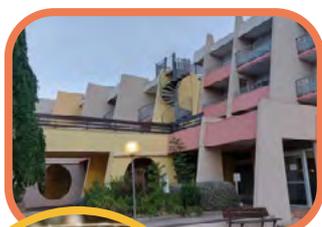
Village CCAS du Cap d'Agde

Juin 2025

En juin, six couples aidants-aidés se sont retrouvés au village CCAS du Cap-d'Agde. Accompagnés par quatre de nos bénévoles spécialement formés, ils ont partagé d'agréables moments de détente et de découvertes.

Les matinées étaient dédiées à des activités pour les aidés, permettant ainsi aux aidants de profiter de temps libre.

Les après-midis étaient rythmés par diverses excursions : tour du Cap en petit train, visite guidée de Noilly-Prat avec dégustation, exploration du Musée Georges Brassens, à Sète et balade en bateau pour admirer la côte jusqu'au Cap-d'Agde.



CONTACT

France Alzheimer Hérault - Montpellier
3 rue Pagézy - Tél : 04 67 06 56 10
Accueil téléphonique : du lundi au vendredi de 9h à 13h
et de 14h à 17h. Mail : contact34@francealzheimer.org

France Alzheimer Hérault - Béziers
46 avenue Georges Clémenceau
Tél : 04 67 11 43 12
Accueil téléphonique : mardi - mercredi - jeudi :
9h-12h30 et 13h30-17h // vendredi : 13h30-17h

Date de parution : septembre 2025
Dépôt légal n° ISSN 2680-1302
Directeur de la publication : Gérard DESPESSE
Edition réalisée par : France Alzheimer Hérault
communication34@francealzheimer.org
Imprimeur : IMP'ACT imprimerie (1 500 exemplaires)

Crédits photos : FAH : France Alzheimer Hérault
Couverture : ©France Alzheimer
p 2 : ©FAH ©kotkoa-Freepik
p 3 : ©FAH © ©kjpargeter-Freepik ©DR ©Manade LAFON ©FA
p 4 : ©FAH
p 5 : ©FAH
p 6 : ©FAH
p 7 : ©Baptiste Renaudin ©FAH ©DR
p 8-9 : ©FAH
p 10-11 : ©kjpargeter-Freepik ©FAH ©DR
p 12-13 : ©FAH ©Manade LAFON ©Djegano Gipsy's ©Cie Baudracco
p 15-19 : ©FAH ©FA ©France Alzheimer ©Jemastock-Freepik ©brgfx-Freepik ©Freepik ©Nikita-Golubev
Site web : www.francealzheimer.org/herault



LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers adhérents et partenaires,

Il y a quarante ans, face à une réponse publique inexistante aux questions soulevées par la maladie d'Alzheimer, une poignée de proches aidants et de professionnels se sont mobilisés : ainsi France Alzheimer (association de familles) est née et a progressivement essaimé dans les 101 départements français.

Au fil des années, notre expérience de soutien des malades et de leurs familles nous a légitimés (reconnaissance d'utilité publique) comme partenaires des professionnels de santé et médico-sociaux.

Cela se traduit par de nombreuses interventions non médicamenteuses ralentissant les pertes cognitives du malade et par du soutien psychologique et physique de l'aidant (bien-être, détente, activités physiques adaptées, convivialité...).

Ne restez pas seul(e) pour affronter les difficultés à vivre avec ou près de la maladie, et pour surmonter les difficiles moments de fatigue qui surviendront inévitablement. Comme toujours, nos équipes de bénévoles et nos professionnels de santé seront à votre écoute et à vos côtés.

Lors de la **Journée mondiale Alzheimer du 21 septembre 2025**, nous marquerons **nos 40 ans** et vous invitons à partager des moments sympatiques et ressourçants :

- aux arènes de Pérols autour d'un spectacle de jeux gardians, les arlésiennes et les Djegano Gipsy's (voir p. 12) ;
- puis le 28 septembre à Alignan-du-Vent (voir p. 13) ;
- et enfin le 14 octobre au Palais des Congrès de Béziers où sera donnée la pièce de théâtre « Marius » de Marcel Pagnol, par la Compagnie Baudracco (voir p. 13).

Nous vous attendons nombreux. Laissez-vous surprendre.

Votre dévoué président,

Gérard DESPESSE

SOMMAIRE



ÇA S'EST PASSÉ
P. 4-7



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
P. 8-9



GRAND ANGLE
P. 10



AGENDA
P. 11



JOURNÉE MONDIALE
P. 12-13



PERMANENCES
P. 14



ACTIVITÉS
P. 15-19

Visite de l'ancienne abbaye d'Aniane



Dans le cadre du programme « Art, culture et Alzheimer », nos adhérents ont découvert l'ancienne abbaye d'Aniane, un site au passé riche et mouvementé, aujourd'hui en cours de réhabilitation.

La visite guidée a permis de comprendre l'évolution du lieu à travers les siècles, de sa fondation au VIII^e siècle par Saint Benoît d'Aniane jusqu'à sa transformation en filature puis en maison centrale, qui deviendra ensuite une colonie

pénitentiaire pour mineurs. Dans les anciens bâtiments du couvent, nos visiteurs ont pu apprécier une exposition de *street-art*.

Un goûter et des rafraîchissements sur l'herbe et à l'ombre, ont été appréciés. Un temps fort pour se préserver de l'isolement social et se détendre.

D'autres sorties culturelles seront programmées à partir de septembre dans tout le département (voir p. 18).

Balade d'Aloïs en mer *Cap d'Agde*

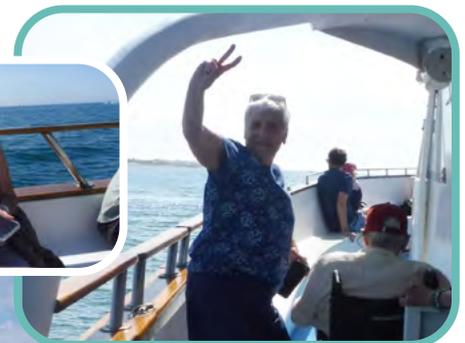
Croisière en mer avec les bateaux agathois

Pour cette nouvelle Balade d'Aloïs, le RDV a été donné au Grau-d'Agde, quai du Commandant Méric. Nos adhérents accompagnés de nos bénévoles, Jany, Agnès et Catherine, ont embarqué pour une croisière d'une heure trente environ sous un soleil radieux et par une mer calme.

Le bateau est entré en mer dans le Golfe du Lion, puis a suivi la côte jusqu'au Cap-d'Agde. Ce qui a permis de découvrir son patrimoine maritime : l'île du Fort Brescou et ses phares, la grande Conque et son incroyable plage volcanique au sable noir (unique en métropole), sans oublier la pointe du Cap qui a donné le nom à la station.

Cette croisière a été suivie d'un repas fort apprécié au restaurant « L'Amiral », sur pontons flottants, à Agde.

Devant le succès remporté par cette sortie, nous n'hésiterons pas à vous la proposer de nouveau.





Balade d'Aloïs *Ambrussum* Site et musée archéologique gallo-romain à Villetelle

Chaque année, nos bénévoles du secteur de Lunel, Marie et Suzanne, organisent une sortie au musée Ambrussum à Villetelle.

Plusieurs thématiques sont proposées pour les ateliers découverte et cette fois-ci nos adhérents ont pu s'immerger le temps de la visite dans l'un des divertissements le plus appréciés des Romains : le théâtre.

Cette présentation a été suivie d'un atelier de fabrication de masques

en argile avec comme consigne de modeler l'expression du visage la plus loufoque possible. Nous vous laissons apprécier le splendide résultat !

Consultez l'agenda (p. 18), pour y découvrir d'autres sorties culturelles.



Équithérapie *Lattes*



En l'absence de traitement curatif, les Interventions Non Médicamenteuses (INM), dont la médiation animale fait partie, concourent à atténuer les troubles du comportement des personnes malades et à ralentir le déclin de leurs fonctions cognitives.

Passer du temps avec un cheval diminue l'intensité des symptômes de la maladie. Le cheval ne juge pas et il échappe à nos modes habituels de communication. La discipline valorise la personne malade



et lui permet de gérer ses émotions, de reprendre confiance en elle, d'éveiller ses sens, de tester de nouveaux modes de communication et de socialisation mais aussi d'oser prendre des initiatives.

Nous proposons aux binômes aidant/aidé, des séances d'équithérapie encadrée par Laetitia RENAUD, à Lattes, au centre hippique Saint-Pierre et aussi d'autres séances animées par Florence PRADIER, au Domaine Mas Les Jasses, à Ferrière-les-Verreries.

Retrouvez les détails de cette activité p. 16.



NOUVEAU

Nous vous proposons à partir de septembre, à Lattes, des séances bi-mensuelles, le lundi après-midi.

Inscrivez-vous vite !

Musicothérapie *Mauguio*

Il n'y a pas d'âge pour jouer de la musique, chanter et danser !

Un atelier de musicothérapie est proposé, à Mauguio, aux personnes touchées par la maladie



d'Alzheimer et à leurs aidants, en partenariat avec l'association Montpelliéraine « MusCaris ».

Animé par Rémy RODRIGUEZ, musicothérapeute clinicien, cet atelier a lieu une fois par semaine à la MJC.

De nombreuses études démontrent que la musique a un impact bénéfique sur le système cognitif des malades. Les séances sont dispensées sous forme collective, en petit groupe pour favoriser la qualité d'écoute et de relation, dans une ambiance détendue et conviviale.



Nos adhérents musiciens n'ont pas hésité à apporter leurs instruments favoris (accordéon et harmonica) pour nous offrir un concert improvisé !

La musicothérapie est proposée à Mauguio (les vendredis après-midi) et à Montpellier (les jeudis matin). Retrouvez les détails de cette activité p. 15.

Le Poisson rouge *Frontignan*

Sortie conviviale du mois de mai

Tout comme l'année dernière au Cabaret de Sète, plus de 100 personnes (les malades, leurs proches aidants et nos bénévoles) se sont retrouvées pour partager un moment de bien-être et de lien social lors de cette sortie conviviale au restaurant « Le Poisson rouge » à Frontignan.

Le cadre enchanteur, au bord de la plage, et l'ambiance musicale créée par Dounia d'ARSSI et Bernadette ont été fort appréciés. Une tombola a fait de nombreux heureux.

Nous aurons bien sûr l'occasion de renouveler ces moments de partage et de convivialité en 2025.



La Marisma *Béziers*



Lors de l'AG de l'association La Marisma, le 26 juin 2025, un don d'un montant de 500 € a été remis à nos bénévoles au profit de FAH. Nous tenons à les en remercier chaleureusement. Ces dons nous sont infiniment précieux pour la poursuite de nos actions en faveur des personnes malades et de leurs familles.

Marche santé *Montpellier*

La marche santé que nous proposons depuis le début de l'année, permet à nos adhérents de faire de l'exercice tout en découvrant de nouveaux parcs/espaces nature à Montpellier et dans ses environs.

Chaque semaine, vous découvrez (ou redécouvrez) un lieu comme Le Peyrou, le Jardin des Plantes, le parc Méric, le Parc Montcalm, le lac du Crès,

la Maison de la nature, le domaine de Restinclières, le bois de Montmaur ...

Ces séances respectent le rythme de tous les participants.

Animée par Baptiste RENAUDIN de l'association JOUVENCE (APA), elle s'adresse à des binômes aidants/aidés ou des aidants.

La marche santé est proposée à Montpellier tous les vendredis après-midi, de 14h à 16h (voir p. 16).



Témoignage

Danse à St-Gély-du-Fesc

« La DMT à St-Gély, quelle bonne idée de l'amener à domicile !

Je n'avais pas eu le courage d'aller à celle de Montpellier proposée l'année dernière.



Adaptée à tout un chacun, il ne s'agit pas « d'apprendre » des pas ou une chorégraphie mais, en étant guidée par Paula, avec la musique, de tenter de se libérer, d'utiliser des mouvements que son corps va faire, sans réfléchir, sans intellectualiser, comme exutoire à toutes mes tensions, à prendre de la distance, à s'autoriser à penser à soi, à ne pas se sentir coupable.

C'est aller se faire du bien pour supporter « l'insupportable ». Ce n'est pas une faiblesse que de se faire aider nous aussi « les aidants ». C'est un moyen pour continuer à pouvoir accompagner son proche, avant d'être totalement épuisé.

C'est aussi le moyen de ne pas se sentir seule, en groupe des échanges naturels verbaux et non verbaux se tissent. Cela m'a permis de mieux analyser ma souffrance et de la relativiser.

Merci de continuer cette activité à notre service.»

Mireille - Aidante

Atelier floral *Valras-Plage*

Un atelier d'art floral est organisé, tous les 3 mois, à l'Espace Guy Combes de Valras-Plage. Une fleuriste professionnelle, assistée de notre bénévole Josy, anime chaque séance.

Nous pouvons admirer la qualité des réalisations des participantes et l'imagination dont elles ont fait preuve.

Retrouvez les détails de cette activité p. 19.



NOUVEAU Un lieu dédié à la préservation de l'autonomie

Inauguration du nouveau Pôle Autonomie Santé «L'ÉTAPE» *Lattes*



Le nouveau bâtiment du Pôle Autonomie Santé a été inauguré lundi 7 juillet 2025.



Le Pôle Autonomie Santé, service public gratuit, est unique en France. Vous y trouverez des conseils et informations sur les aides techniques adaptées à l'état du malade et des réponses à toutes vos questions.

Sur RDV du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 17h

S'y rendre : 1581 av. Georges Frêche à Lattes
(en face Carrefour - TRAM 3 : arrêt Boirargues)

Tel : 04 67 22 47 40 Site : www.pole-autonomie-sante.fr

Assemblée Générale du 30 avril 2025

Conformément à nos statuts, notre assemblée générale s'est tenue le 30 avril 2025.

Ci-dessous, une synthèse des décisions votées à l'unanimité.

EXTRAIT DU RAPPORT MORAL EXERCICE 2024

Neuf axes guident notre action

1. Informer, sensibiliser le grand public, les familles et les professionnels de santé et du secteur médico-social.
2. Être partenaires du parcours de soins, dès l'annonce du diagnostic et développer les interventions non médicamenteuses.
3. Accompagner le malade et l'aidant dans leur lutte contre le déni, le repli sur soi et l'isolement social.
4. Préserver l'aidant de l'épuisement physique et psychique et l'aider à construire un nouveau projet de vie malgré la maladie.
5. Développer le maillage avec les structures de soin (établissements hospitaliers, les maisons de santé) et les acteurs du maintien à domicile.
6. Améliorer la mise en œuvre des activités au plus près des familles en s'appuyant sur un découpage du département en 8 territoires regroupant des intercommunalités et/ou pays.
7. Garantir la pérennité du fonctionnement de l'association grâce à une gouvernance décentralisée : 2 vice-présidents et 8 délégués territoriaux (tous administrateurs) animant une équipe de bénévoles.
8. Consolider la recherche de financements nécessaires à la mise en œuvre de nos actions de soutien et de convivialité.
9. Garantir une gestion financière et administrative « en bon père de famille ».

Les faits marquants de l'année 2024

- Toujours plus d'adhérents : 882 (+ 68 % depuis 2020).
- Consolidation de notre réseau Villes aidantes Alzheimer® et développement des partenariats.
- 11 616 heures de bénévolat (en progression de 34 % depuis 2023).
- 257 familles reçues dans nos 29 permanences (en progression de 84 % depuis 2023).
- 86 campagnes d'information grand public et 35 500 courriels.
- Une Journée mondiale Alzheimer 2024 réussie avec animations d'activité physique adaptée et repas convivial.
- La création de deux séjours de vacances départementaux.
- Mise en place d'une halte répit-détente Alzheimer en coopération avec la Croix-Rouge.
- Évolution de notre gouvernance territoriale.
- Et, toujours plus d'échanges et de partages, avec une forte progression de participation à nos ateliers et activités :
- 2 212 participations aux activités concourant au ralentissement de déclin cognitif (+ 28,8 %),
- 1 393 participations aux activités et ateliers de prévention du repli sur soi et de l'isolement social (+ 24,7 %),
- 3 090 participations à nos ateliers et activités de bien-être et de prévention de l'épuisement de l'aidant (+ 8,4 %).



Notre pérennité fonctionnelle est garantie grâce à vos adhésions, aux dons et legs, et au soutien de notre association nationale qui, rappelons-le, nous finance à hauteur de 52 % (194 000 €) de notre budget.

EXTRAIT DU RAPPORT D'ACTIVITÉ EXERCICE 2024

Nos activités et actions sur le département

Elles ne sont possibles que grâce à l'aide financière de notre association nationale (UNFA) reconnue d'utilité publique, de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA), de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie (CFPPA 34), de la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM), des subventions des Villes aidantes Alzheimer® héraultaises et d'autres partenaires, du Département de l'Hérault, de la Caisse d'Épargne de l'Hérault, ainsi que des cotisations de nos adhérents, des dons et des legs.

**Nous serons toujours
à vos côtés**

L'activité générale du siège de Montpellier et de l'antenne de Béziers

- Traitement de 17 720 appels téléphoniques.
- Traitement de 47 712 courriels.
- Accueil physique de 257 familles dans nos permanences.
- Organisation mensuelle de toutes les activités : 19 ateliers pour les personnes malades, 20 pour le soutien des aidants, 11 partage et de répit et 20 de convivialité.
- Suivi des interventions des professionnels de santé.
- Suivi et soutien de l'activité des bénévoles (140 journées de formation).

Ci-dessous, le détail des participations à nos activités principales :

Ateliers de prévention de la perte des acquis et du ralentissement du déclin cognitif :

- les ateliers de mobilisation cognitive : 864 → 1 057
- les ateliers de musicothérapie : 692 → 873
- l'équithérapie : 147 → 114
- les ateliers cuisine : 18 → 74
- les jardins adaptés (hortithérapie) : 15 → 34
- le suivi personnalisé des malades jeunes : 8 → 32
- les haltes-relais : 102

Ateliers de prévention du repli sur soi :

- les permanences d'accueil, écoute, orientation : 140 → 257

- les cafés-rencontres : 71 → 88
- les groupes de parole : 435 → 574
- les actions de convivialité : 459 → 450
- le séjour départemental de vacances : 12 → 24

Prévention de l'épuisement physique et psychique de l'aidant

- la formation des aidants : 155 → 239
- les groupes de parole : 435 → 574
- la relaxation : 169 → 485
- la sophrologie : 277 → 328
- le shiatsu : 58 → 59
- le soutien psychologique individuel ou collectif : 847 → 811
- les entretiens individuels : 909 → 862
- le Qi Gong : 28.

En conclusion

C'est grâce au travail d'équipe avec le Bureau, les administrateurs, les salariées, les bénévoles, les professionnels de santé et nos partenaires que nous avons pu consolider les acquis et développer de nouvelles activités sur les territoires ainsi que le travail en réseau.

Qu'ils trouvent ici toute ma gratitude.

Nous serons toujours à l'écoute de vos besoins. Soyez assurés du dévouement de tous.

Cordialement vôtre.

Gérard DESPESE

PERSPECTIVES ET ORIENTATIONS STRATEGIQUES POUR 2025 (huit axes prioritaires)

1. Se doter de deux nouvelles boussoles (voir Le Lien d'avril 2025, p. 8)
 - Un nouveau projet associatif 2025-2028.
 - Une démarche qualité de maîtrise de la mise en œuvre de nos activités et d'amélioration continue de la satisfaction des participants.
2. Aller vers les familles dans le cadre du nouveau découpage territorial et de la gouvernance décentralisée sur ces territoires
3. Poursuivre la dynamique de partenariat avec les acteurs du soin et du médico-social
4. Consolider notre offre de soutien des familles en nous adaptant à leurs besoins et à leur disponibilité
5. Animer, soutenir les équipes de bénévoles et les délégués territoriaux
6. Faire vivre le réseau Villes aidantes Alzheimer et les partenariats institutionnels
7. Développer les signes de reconnaissance vis-à-vis des bénévoles, de nos salariées et des intervenants.
8. Poursuivre la bonne gestion administrative et financière « en bon père de famille » de l'association.



Le CA de FAH lors de l'AG au Gazette Café

Engagez-vous, soutenons la recherche pour nos enfants et petits-enfants !

En dehors du soutien par l'Union nationale France Alzheimer de 17 projets de recherche médicale en 2024 à hauteur de 2 millions d'euros, il est de notre devoir de vous encourager à participer à deux études du CHU de Montpellier.

Il s'agit d'examiner :

- l'association entre les troubles du sommeil et le déclin cognitif (étude ALZ-OREX) ;
- et l'efficacité et la tolérance du médicament DARIDOREXANT (dosé à 50 mg) dans le traitement de l'insomnie chez les patients atteints d'une maladie d'Alzheimer légère à modérée (étude DARIDO-Alz).

Pour l'étude ALZ-OREX

Une première visite pour vérifier l'éligibilité de la personne.

Une polysomnographie tous les trois mois (hospitalisation de 24h à l'Unité du sommeil avec bilan et examens complémentaires).

À domicile, sur une période de 14 jours, la nuit, enregistrement pour évaluer votre sommeil.

Une deuxième visite à un an, puis une troisième à deux ans.

La durée totale de participation est de deux ans.

Pour l'étude DARIDO-Alz

Une première visite pour vérifier l'éligibilité de la personne.

Une polysomnographie tous les trois mois (hospitalisation de 24 h à l'Unité du sommeil avec bilan et examens complémentaires).

Durant le premier mois, les patients prennent tous les soirs, 30 mn avant le coucher, soit le médicament DARIDOREXANT, soit le placebo.

Au cours du deuxième mois, traitement inverse de celui du premier mois.

Nouvelle hospitalisation pour bilan.

Enfin, un suivi téléphonique de 4 à 9 mois et un nouveau bilan.



Pour toute information complémentaire et engagement, contacter :

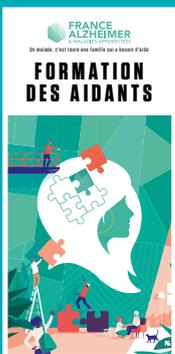
Mme Lily GUIRAUD

au 04 67 33 90 35 ou

l-guiraud@chu-montpellier.fr

ou M. le Pr Yves DAUVILLIERS
y-dauvilliers@chu-montpellier.fr

La formation des aidants essentielle pour mieux vivre avec la maladie



Ce **PARCOURS D'ACCOMPAGNEMENT des AIDANTS (PAA)** est composé de **5 MODULES** de 3 heures chacun, animé par un(e) neuropsychologue et un(e) bénévole de l'association, tous deux formés spécifiquement pour cette action.

Ce parcours gratuit est ouvert à tous les aidants qui accompagnent leur proche malade diagnostiqué et peut être renouvelé chaque année.

Un moment précieux pour obtenir des réponses à toutes vos interrogations.

CALENDRIER DES FORMATIONS PRÉVUES EN 2025 :

- **Montpellier**, les samedis matin (à partir du 04/10) et les mardis après-midi (à partir du 07/10).
- **Saint-Clément-de-Rivière**, les mardis matin (à partir du 07/10).
- **Frontignan**, les vendredis après-midi (à partir du 24/10).
- **Béziers**, les samedis matin (à partir du 25/10).

Renseignements et inscription : au **04 67 06 56 10**
ou par email : secretariat34@francealzheimer.org

Fêtes des associations

France Alzheimer Hérault sera présent dans plusieurs villes du département. Nos bénévoles vous rencontreront, vous informeront et vous conseilleront.

◆ **Vendredi 5 septembre**
PÉZENAS

◆ **Samedi 6 septembre**
ALIGNAN-DU-VENT
CAZILHAC
CLERMONT L'HÉRAULT
GIGNAC
JACOU
LODÈVE
LUNEL

MARSEILLAN
MÈZE
PÉROLS
SÉRIGNAN
ST-CLÉMENT-DE-RIVIÈRE
THÉZAN-LÈS-BÉZIERS



◆ **Dimanche 7 septembre**
MONTPELLIER (Pl. du Millénaire)
SAUVIAN

◆ **Samedi 13 septembre**
BÉDARIEUX
BÉZIERS

◆ **Dimanche 14 septembre**
VALRAS

Manifestations



Forum santé à Frontignan

◆ Samedi 20 septembre de 9h à 13h / Square de la Liberté, av. du Général de Gaulle (si mauvais temps à la salle de l'Aire).

Forum santé à Lunel

◆ Samedi 20 septembre de 14h à 18h30 / Quartier de la Roquette

Salon des aidants à Nissan-lez-Ensérunes

◆ Jeudi 25 septembre de 10h à 16h / Salle Galabru

Stand d'information et vide-dressing à Boujan-sur-Libron (au profit de FAH)

◆ Lundi 6 octobre de 8h à 15h / Parc Castelbon

Semaine active des séniors à Castries

◆ Lundi 6 octobre de 13h30 à 17h / Centre Socio-culturel

Semaine du bien vieillir à Villeneuve-les-Maguelone

◆ Mercredi 8 octobre à 16h / Salle Mandela : conférence et présentation atelier mémoire

1^{er} Forum « Perte d'autonomie et handicap » à Montpellier - CLCPH

◆ Mardi 16 octobre de 9h30 à 17h30 / Salle des rencontres de la mairie

Journée des aidants à Montpellier

◆ Jeudi 30 octobre / Salle des rencontres de la mairie

Conférences Tout savoir sur la maladie, les bonnes attitudes à adopter pour bien vivre avec.

◆ **Lundi 15 septembre à 14h30 à Béziers**
Korian Lo Solelh, 46 av. Enseigne Albertini (3^e étage).

◆ **Mercredi 17 septembre à 14h30 à Colombiers** Salle du Temps libre, 15 av. de Béziers.

Ciné débat Rendez-vous au Cinéma pour la projection d'un film qui sera suivi d'un débat animé par nos intervenants.

Les esprits libres

◆ Mardi 18 septembre à Mèze
Cinéma le TAURUS



JOURNÉE MONDIALE *Alzheimer*

1985
2025
40
ans
**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
Rendre visible, ensemble

Journée mondiale Alzheimer 2025

Forts du succès des précédentes éditions, nous vous proposons des événements festifs et inclusifs dans l'espace public, où le plaisir du vivre-ensemble et la solidarité nous permettront encore de prendre la maladie à contre-pied !



Spectacle camarguais aux arènes de Pérols Dimanche 21 septembre 2025

En partenariat
avec la ville de

Pérols
et le CCAS

En partenariat avec la ville de **Pérols** et le **CCAS**,
retrouvons-nous aux **arènes à 16h** pour un spectacle, ouvert à tous, tout public.

- à **15h30** **Ouverture des portes** (placement et entrée libre)
- à **16h** **Les mots du Président avec son équipe de bénévoles**
- à **16h15** **Spectacle des JEUX GARDIANS et ARLÉSIENNES avec la manade Lafon** (jeu de l'orange, jeu du bouquet, jeu de l'aiguillette, etc)
- à **17h45** **Bodega aux arènes** (tapas, boissons) **et animation musicale avec DJEGANO & GIPSY'S**

**Spectacle
gratuit**

En cas d'intempéries l'événement sera reporté le **5 octobre à 16h**.



ADRESSE : Pl. Fanfonne Guillierme, 34470 Pérols **POUR S'Y RENDRE :** accès **en voiture** : suivre les panneaux « **Arènes** » dans Pérols (parking à proximité) **Tram** : ligne 3/ arrêt Pérols centre (10 mn à pied)

Organisé par
l'association



Repas festif à Alignan-du-Vent

Dimanche 28 septembre 2025

En partenariat
avec



Nous vous invitons à venir partager un repas festif au centre socio-culturel d'Alignan-du-Vent.

→ à partir de 11h30 **Apéritif** avec les **Pom-Pom Girlettes**

→ à partir de 12h30 **REPAS FESTIF*** Ouvert à tous
Salade Périgourdine, moules farcies à la viande accompagnées de
linguines, fromage, salade, boules de glace avec éventail, vin et café

→ **Spectacle musical** avec les **Cat Moiselles**

***Repas** : 20€ pour les adhérents et 25€ pour les non-adhérents

Inscriptions : ALIGNAN SOLIDARITÉ : 06.15.39.14.40
alignansolidarite34@gmail.com

Invitation jointe à ce magazine à retourner
avant le **lundi 15 septembre 2025**.



Nombre
de places
limitées

ADRESSE : place de la Liberté,
34290 Alignan-du-Vent **POUR S'Y RENDRE** :
accès **en voiture**, parking à proximité.

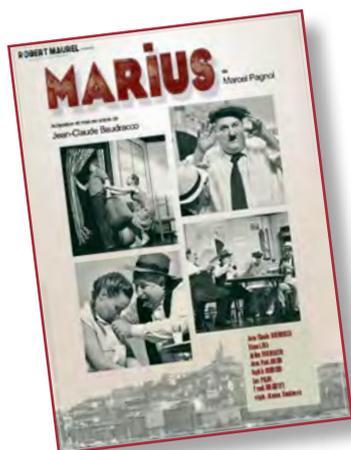


« Marius » de Marcel Pagnol

au palais des congrès de Béziers

Vendredi 14 novembre 2025

En partenariat
avec



Durée du
spectacle : 2h15

ADRESSE : 29 av. Saint-Saëns, 34500 Béziers
POUR S'Y RENDRE : accès **en voiture**, parking
Jean-Jaurès (à 200m)

Billet : 15 € (placement libre)
Billetterie HelloAsso : lien sur la
page d'accueil de notre site
www.francealzheimer.org/herault

Scannez-moi !



→ à 18h **Ouverture des portes**
→ à 19h **Les mots du président
avec son équipe de bénévoles**
→ à 19h30 **Début de la pièce de
théâtre "MARIUS" de Marcel
Pagnol**

par la **Compagnie Baudracco**

À force d'observer les grands voiliers qui font escale
dans le Vieux-Port, en face du bar de son père César,
Marius n'a plus qu'une obsession : partir.

Cette envie est si forte qu'elle l'empêche de voir
l'amour que lui porte Fanny, la petite marchande de
coquillages qui tient éventaire sur la terrasse du Bar
de la Marine.

Ce n'est que lorsqu'un des clients, Maître Panisse,
la serrera d'un peu trop près qu'il en prendra
conscience.

Pour garder Marius, Fanny se donnera à lui, mais
en vain. La mer restera la plus forte et Marius
embarquera sur «La Malaisie».

NOS PERMANENCES

30 lieux sur le département

Où rencontrer les bénévoles de France Alzheimer Hérault ?

Permanences	Lieux	Horaires sur rendez-vous
SECTEUR DE BÉZIERES		
46 avenue Georges Clémenceau - contact.beziers@francealzheimer.org		Sur RDV uniquement
Tél : 04 67 11 43 12 - Mardi, mercredi, jeudi (de 9h-12h30 et 13h30-17h), vendredi (13h30-17h)		
AGDE	La Calade - av. du 8 Mai	1 ^{er} vendredi du mois de 14h à 17h
ALIGNAN-du-VENT	Centre socio-culturel	Sur RDV
BÉDARIEUX	Centre Hospitalier - av. Noémie Berthomieu (entrée côté maison de retraite)	1 ^{er} mercredi du mois de 14h à 17h
BÉZIERES	46 av. Georges Clemenceau	Les lundis de 14h à 17h
LAMALOU-les-BAINS	Mairie - Salle des Permanences	4 ^e mardi du mois de 13h30 à 16h30
PÉZENAS	Centre Social Abroise Crozat 10 rue Massillon	2 ^e jeudi du mois de 14h à 17h
SÉRIGNAN	CCAS - 146 av. de la Plage	1 ^{er} mercredi du mois de 10h à 12h
VALRAS-PLAGE	CCAS - 1 bd. Roger Audoux	1 ^{er} mardi du mois de 10h à 12h
SECTEUR DE MONTPELLIER		
3 rue Pagézy - contact34@francealzheimer.org - Tél : 04 67 06 56 10 (de 9h à 13h)		Sur RDV uniquement
CASTELNAU-le-LEZ	Maison des Proximités Devois 315 av. du Devois (bureau 1er étage)	Sur RDV
CASTRIES	Centre Lino Ventura - 50 av. de la gare	Sur RDV
CLERMONT-L'HÉRAULT	Agence départementale de la solidarité Pl. Jean Jaurès (bureau n°6)	2 ^e mercredi du mois de 9h30 à 11h30
FRONTIGNAN	Maison des Séniors Vincent Giner 30 rue Anatole France	2 ^e mercredi du mois de 14h à 17h
GANGES	Maison des Services - av. du Mont Aigoual	2 ^e lundi du mois de 14h à 17h
GIGNAC	Salle de l'ancien couvent - pl. du Général Claparède (à côté de la gare routière)	1 ^{er} lundi du mois de 14h30 à 17h
GRABELS	CCAS de Grabels - Maison Commune 1 pl. Jean Jaurès	3 ^e mardi du mois de 9h à 11h
JACOU	Mairie - 9, pl. Frédéric Mistral	Sur RDV
LA GRANDE-MOTTE	Antenne de l'Agglomération du Pays de l'Or Pl. du 1 ^{er} octobre 1974	1 ^{er} vendredi du mois de 10h à 12h
LATTES	CCAS - 615 av. de Montpellier	2 ^e mardi du mois de 10h à 12h
LE CRÈS NOUVEAU	CCAS - 19 av. des Cévennes	Sur RDV
LODÈVE	3 rue Eugène Taly	Sur RDV
LUNEL	Espace Vauban, bâtiment de la CPTS (anciennement Croix Rouge) - av. Général de Gaulle	Le vendredi de 14h à 17h
MAUGUIO	Espace France Service - bl. de la Démocratie	3 ^e vendredi du mois de 10h à 12h
MÈZE	La Cavalerie n°3 - 3 impasse Nègre	3 ^e lundi du mois de 14h à 17h
MONTPELLIER	3 rue Pagézy	→ Tous les lundis de 14h à 17h → Tous les jeudis de 10h à 12h
MONTPELLIER-CMRR RDV : 04 67 33 60 29	Centre Mémoire Ressources Recherche Hôpital Gui de Chauiac 80 av. Augustin Fliche	→ Les mardis de 9h30 à 12h30 : 07/10, 04/11 et 02/12 → Les jeudis de 13h30 à 17h : 23/10, 20/11 et 18/12
PALAVAS-lès-FLOTS	CCAS - Hôtel de Ville 16 bl. Maréchal Joffre	1 ^{er} mercredi du mois de 14h à 16h
PÉROLS	CCAS Mairie Annexe - rue G. Barnoyer	1 ^{er} mercredi du mois de 10h à 12h
ST-CLÉMENT-de-RIVIÈRE NOUVEAU	Mairie - av. de Bouzenac	3 ^e mardi du mois de 9h à 12h
SÈTE	Espace Victor Hugo - 20-22 av. Victor Hugo	3 ^e mercredi du mois de 9h à 12h
VILLENEUVE-lès-MAGUELONE	CCAS - 101 bl. des Ecoles	2 ^e lundi du mois de 14h à 17h

NOS ACTIVITÉS

18 activités et des ateliers pour les personnes malades

Calendrier susceptible d'évoluer, téléphoner pour vous inscrire

Inscription
obligatoire



ATELIER DE MOBILISATION COGNITIVE

Des activités adaptées mobilisant les capacités cognitives préservées et favorisant la vie sociale.

BÉZIERS GROUPE 1	Tous les mardis de 10h à 12h du 02/09 au 16/12	Elodie CASCALES Neuropsychologue
BÉZIERS GROUPE 2	Le mardi, bi-mensuel, de 14h à 16h du 02/09 au 16/12	Elodie CASCALES Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 1	Tous les mercredis de 10h à 12h du 27/08 au 17/12	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 2	Tous les mardis de 10h à 12h du 26/08 au 16/12	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
ST-GÉLY-DU-FESC	Tous les lundis de 10h à 12h du 25/08 au 15/12	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue Salle de réunion Maurice Bousquet
ST-JEAN-DE-VÉDAS	Tous les lundis de 10h à 12h, du 08/09 au 15/12	Antoine FRUQUIERE, Neuropsychologue Salle des Granges, Place du Puits de Gaud, (2e étage avec ascenseur)
TOURBES	Les mardis de 14h30 à 16h30, les 27/10, 03/11, 17/11, 08/12 et 16/12	Ophélie MAIRET, Psychologue Salle de la bibliothèque du Foyer rural, 5 rue du Verdier



ATELIER À MÉDIATION ARTISTIQUE

Ateliers de musicothérapie et d'activités artistiques adaptées à chacun qui s'appuie sur des processus créatifs et porte vers la relation à l'autre.

BÉZIERS (Musicothérapie)	Tous les jeudis de 14h à 15h30 du 11/09 au 18/12	Aline ALGUDO, Musicothérapeute
BÉZIERS (Ateliers créatifs)	Le mardi, bi-mensuel, de 14h à 16h du 09/09 au 09/12	Bénévoles
BÉDARIEUX (Musicothérapie)	Le vendredi, bi-mensuel, de 14h à 15h30 les 05/09, 10/10, 31/10, 14/11, 28/11, 05/12 et 19/12	Dominique CHAPUIS, Musicothérapeute Salle de la paroisse, 4 rue F. Fabre
MONTPELLIER (Musicothérapie)	Tous les jeudis de 10h à 11h30 du 04/09 au 18/12	Marine DAURE, Musicothérapeute Association "MusCaris"
MAUGUIO (Musicothérapie)	Tous les vendredis de 14h30 à 16h du 05/09 au 19/12	Rémy RODRIGUEZ, Musicothérapeute clinicien, Association "MusCaris" à la MJC, 527 Av. du 8 Mai 1945



ATELIER "APA" : Activité Physique Adaptée

Permet de pratiquer une activité physique bénéfique à la santé, de garder des liens sociaux et favorise le maintien de l'autonomie.

Inscription obligatoire

BÉZIERS (Gym douce)	Tous les vendredis de 14h à 15h30 du 05/09 au 19/12	Françoise POUVATCHY, coach sportif diplômée, association Gym'Agine
LUNEL (APA - Gym douce et ludique)	Le lundi, bi-mensuel, de 16h à 17h les 15/09, 29/09, 13/10, 10/11, 24/11, au 08/12 (13/10 à confirmer)	Léa VERDIER, enseignante APA Salle de la cafeteria, EHPAD C.H. Lunel, rue Bruno Brunel
MONTPELLIER (APA - Gym douce et ludique)	Tous les mercredis de 14h30 à 16h du 03/09 au 17/12 (sauf les 24/10 et 31/10)	Baptiste RENAUDIN, enseignant APA Association Jouvence
MONTPELLIER (Marche santé)	Tous les vendredis de 14h à 16h du 05/09 au 19/12 (sauf les 22/10 et 29/10)	Baptiste RENAUDIN, enseignant APA Association Jouvence Divers parcs et espaces nature de l'agglomération de Montpellier



MÉDIATION ANIMALE

L'équithérapie. Permet de gérer les émotions, reprendre confiance en soi, éveiller les sens, éprouver du bien-être en contact avec le cheval.

FERRIÈRES-LÈS- VERRERIES	Le jeudi bi-mensuel tous les 15 jours de 14h à 15h30 : • <u>Groupe 1</u> : à partir du 11/09 • <u>Groupe 2</u> : à partir du 18/09	Florence PRADIER, équithérapeute Domaine Mas Les Jasses
LATTES	NOUVEAU • Les lundis après-midi, bi-mensuel : Planning à venir • Les jeudis, bi-mensuel, de 14h30 à 16h, les 04/09, 18/09, 02/10, 16/10, 06/11, 20/11, 04/12 et 18/12	Laetitia RENAUD, équithérapeute Centre hippique Saint-Pierre Route de Palavas

15 solutions adaptées pour les aidants

Calendrier susceptible d'évoluer, téléphoner pour vous inscrire



ATELIER DE RELAXATION

Atelier de relaxation, sophrologie ou shiatsu (technique de massothérapie) pour la gestion du stress et des émotions.

Inscription obligatoire

BÉZIERS (Sophrologie)	Le mercredi de 10h à 11h30, du 27/08 au 17/12	Céline BORNOT Sophrologue
LODÈVE (Relaxation)	Le lundi, bi-mensuel, de 10h à 11h30 les 08/09, 22/09, 06/10, 13/10, 10/11, 24/11, 01/12 et 15/12	Cécile NOPRE, relaxologue Salle St Martin, en face du 73 rue Jacques Prévert
MONTPELLIER (Shiatsu)	Le lundi, bi-mensuel, séance de 1h. Sur RDV uniquement, nous contacter.	Céline BOUSSIER Praticienne de Shiatsu
MONTPELLIER (Qi Gong)	Chaque lundi, de 11h à 12h, à partir du 08/09	Céline BOUSSIER Praticienne de Qi Gong
MONTPELLIER (Sophrologie)	Le vendredi de 9h30 à 11h du 29/08 au 20/12 (sauf les 24/10 et 31/12)	Aurore SATGÉ Sophrologue
ST-ANDRÉ-DE-SANGONIS (Qi Gong)	Le mercredi, bi-mensuel, de 10h à 11h30 les 01/10, 08/10, 05/11, 12/11, 03/12 et 10/12	Françoise NAVEL, Praticienne de Qi Gong Maison intergénérationnelle Paulette Ayot



GRUPE DE PAROLE (ouvert à tous : adhérents et non-adhérents)

Espace de soutien et d'écoute, animé par un psychologue, qui permet à chacun de s'exprimer et de partager son vécu et ses ressentis.

Ouvert à
tous sur
inscription

BÉZIERS	<u>Groupe spécial aidants</u> : 1 fois par mois le lundi de 10h à 12h les 22/09, 20/10, 24/11 et 22/12 <u>Groupe spécial malades</u> : le lundi de 10h à 12h le 01/09	Nathalie BELLAMY, Psychologue Maison de la vie associative "Daniel Cordier", 2 rue Jeanne Jugan Élodie CASCALES Neuropsychologue FAH, 46 av. Clémenceau
BÉDARIEUX	1 fois par mois le mardi de 15h à 17h les 09/09, 07/10, 04/11, 02/12 et 06/01	Marie GERMA, Psychologue La Talvera, 6 rue du Temple ou Cabinet de Marie GERMA
CLERMONT L'HÉRAULT	1 fois par mois le jeudi de 17h30 à 19h30 les 18/09, 16/10, 20/11 et 18/12	Élodie CASCALES, Neuropsychologue Pavillon Blum, 16 bd. Paul Bert (derrière le cinéma Alain Resnais)
LUNEL	1 fois par mois le jeudi de 14h30 à 16h30 les 18/09, 02/10, 06/11 et 04/12	Manon REQUENA, Neuropsychologue Maison de santé, 391 bd St Claire (salle de réunion au-dessus de la pharmacie, entrée porte grise, ascenseur)
MONTFERRIER-SUR-LEZ	1 fois par mois le mercredi de 17h45 à 19h45 les 24/09, 22/10, 19/11 et 17/12	Aurore MILLET, Neuropsychologue Espace culturel Le Devevou (salle 2)
MONTPELLIER	<u>Groupe spécial conjoints aidants</u> : 1 fois par mois le mardi, de 14h30-16h30 les 23/09, 21/10, 18/11 et 16/12 <u>Groupe spécial enfants aidants</u> : 1 fois par mois le mardi, de 17h-19h les 23/09, 21/10, 18/11 et 16/12	Guillaume BENES Psychologue clinicien Neuropsychologue
PÉZENAS	1 fois par mois le mardi de 15h à 17h les 04/11 et 02/12	Ophélie MAIRET, Psychologue 9 rue Louis Blanc (petite salle n°2)
SÈTE	1 fois par mois le mercredi de 14h30 à 16h les 03/09, 01/10, 05/11 et 03/12	Gaëlle GUÉNAN, Psychologue Maison de la Vie Associative Espace Victor Meyer - 11 rue du Moulin à Vent (petite salle de réunion)
THÉZAN-LÈS-BÉZIERS	1 fois par mois le vendredi de 10h à 12h et 13h30 à 15h30, les 19/09, 17/10, 21/11 et 19/12	Nathalie BELLAMY, Psychologue Au centre Yvan Marty Ancienne école communale

UNE NOUVELLE OFFRE ADAPTÉE AUX BESOINS DES FAMILLES

Halte Répit Détente Alzheimer

En partenariat avec la
 CROIX-ROUGE
FRANÇAISE
Montpellier

Prise de RDV et 1^{er} entretien
les mercredis après-midi
à la HRDA

☎ 06 10 55 97 50

✉ hrda.dt34@croix-rouge.fr

Les **jeudis après-midi**, sur inscription. Cette **halte-répit** d'accueil non médicalisé propose aux malades des activités ludiques et stimulantes, axées sur l'échange, la convivialité, dans un lieu sécurisé, encadré par des bénévoles formés par France Alzheimer Hérault.



2 rue Xavier DEZEUZE
34070 MONTPELLIER

Bus ligne 11 : arrêt Cité Créative

14 moments de partage et de répit pour les familles

Calendrier susceptible d'évoluer, téléphoner pour vous inscrire

Ouvert à tous sur inscription



CAFÉ RENCONTRE (ouvert à tous : adhérents et non-adhérents)

Espace convivial d'informations, de rencontre, d'échange et de soutien, dans une atmosphère détendue et peu formelle. Débats en lien avec la maladie, animés par un psychologue.

AGDE	Le mercredi de 15h à 17h le 18/11	Ophélie MAIRET, Psychologue Le Voilis, 27 Bd Front de Mer
BÉDARIEUX	Le mardi de 15h à 17h Planning à venir, nous consulter.	Marie GERMA, Psychologue La Talvera, 6 rue du Temple
PÉZENAS	Le mardi de 15h à 17h le 20/10	Ophélie MAIRET, Psychologue Brasserie du soleil, 30 av. de Verdun (Carrefour Market - Galerie marchande)

Inscription obligatoire



HALTE-RELAIS

Espace convivial d'informations, de rencontre, d'échange et de soutien, dans une atmosphère détendue et peu formelle. Débats en lien avec la maladie, animés par un psychologue.

THÉZAN-LES-BÉZIERS	Le mercredi, 1 fois par mois, de 14h à 17h, les 17/09, 15/10, 19/11 et 17/12	Nathalie BELLAMY, Psychologue et Bénévoles - INSTANT T Salle Yvan Marty
--------------------	--	---



ART, CULTURE ET ALZHEIMER

« Balade d'Alois » : sortie adaptée mêlant visite guidée et atelier, encadrés par nos bénévoles.

Visites organisées dans tout le département de L'HÉRAULT	Visites guidées de 14h à 16h : → 06/10 : visite guidée de l'église Saint-Sauveur (Aniane) Autres visites prévues : Halle du Verre (Claret), Château Laurens (Agde), Miellerie (Paulhan), Musée Georges Brassens (Sète) ...	Bénévoles D'autres visites seront programmées durant l'année, nous contacter pour le planning.
--	--	---

NOUVEAU



DANSE Mouvement THÉRAPIE

Basé sur la danse et le mouvement, cet atelier est un excellent moyen de se dépenser, de se relaxer et de s'amuser. Animé par une psychothérapeute de DMT (Danse Mouvement Thérapie)

LUNEL	Tous les jeudis de 14h30 à 16h30, du 18/09 au 18/12	Paula GRECH, psychothérapeute DMT - association "MusCaris" Salle Vauban, av. du G ^{al} de Gaulle
MONTPELLIER	Tous les vendredis de 14h15 à 16h15, du 05/09 au 19/12 (sauf le 12/09)	Paula GRECH, psychothérapeute DMT - association "MusCaris"
SAINT-GÉLY-DU-FESC	Tous les lundis de 10h30 à 12h30, du 08/09 au 15/12 (sauf le 15/09)	Paula GRECH, psychothérapeute DMT - association "MusCaris" Salle de sports du Baptistou Rue du Bosc de la Plaine

Les activités indiquées en vert sont ouvertes à tous : adhérents et non-adhérents
Celles en bleu sont réservées à nos adhérents à jour de leur cotisation.

**ACTION DE CONVIVIALITÉ****Temps convivial encadré par nos bénévoles** : jeux de société, chant, coloriage (mandala), promenade...

GIGNAC

Le 1^{er} lundi de chaque mois, de 14h30 à 17h, sur inscription. Les 01/09, 03/11 et 01/12Bénévoles
Salle de l'ancien couvent
Place du Général Claparède

LUNEL

Le lundi, bi-mensuel, de 14h30 à 17h, sur inscription. Les 08/09, 22/09, 06/10, 20/10, 03/11, 17/11, 01/12 et 15/12

Bénévoles
Salle de la cafeteria, EHPAD
C.H. Lunel, rue Bruno Brunel**Atelier rencontre & cuisine** : encadré par un chef et nos bénévoles. Réalisation de plats et dégustation.

ALIGNAN-DU-VENT

Le jeudi, 1 fois par mois, de 10h à 16h
Planning à venir, nous consulter.Bénévoles
Salle des jeunes, centre socio-culturel**Atelier « Lecture d'Aloïs »** : atelier convivial autour de la lecture qui favorise le bien-être et les interactions sociales et offre aux malades un moyen d'exprimer leurs émotions

BÉDARIEUX

Le vendredi, 1 fois par mois, de 14h à 16h. Les 12/09, 24/10, 21/11 et 12/12

Suzy GOBIN, Psychologue
Médiathèque de Bédarieux,
19 bis av. Abbé Tarroux**Atelier floral** : atelier de composition florale encadré par des bénévoles.

VALRAS-PLAGE

Le lundi, 1 séance tous les 3 mois,
de 10h à 12h. Nous consulter.Bénévoles. Résidence senior
de Valras-plage, Archipel Bât. C**Atelier jardin thérapeutique, nature et santé et sortie botanique** : Pour stimuler les mécanismes cognitifs, ainsi que la mémoire affective et sensorielle.MONTPELLIER
et alentours

- Ateliers 2^e et 4^e lundis du mois, de 14h30 à 16h :
- 08/09 à MOSAÏQUE : Atelier JARDINS « Comment réussir son potager à l'automne : salades, choux, navets, radis, petits pois ... »
 - 22/09 à MOSAÏQUE : SORTIE BOTANIQUE : visite des jardins de l'association « découverte de notre jardin comestible, floral, exotique et sensoriel »
 - 23/09 à MOSAÏQUE : GYMNASTIQUE EN PLEIN AIR découverte des arts martiaux adaptée au Seniors (équilibre, coordination et renforcement musculaire en douceur)
 - 06/10 au Domaine Enclos de Lacroix (Lansargues 34) : SORTIE AGRICOLE ET DEGUSTATIONS « Visite guidée du vignoble BIO : dégustation de vins et autres produits locaux » (participation à prévoir pour la dégustation 12€)
 - 20/10 à MOSAÏQUE : Atelier DECOUVERTE ET CONFECTION « Connaître les vertus des plantes aromatiques et médicinales avec confection de baumes et tisanes »
 - 21/10 à MOSAÏQUE : Atelier CONFECTION « Venez confectionner des SOUPES aux recettes originales avec des légumes particulièrement bons pour la santé »
 - 03/11 à MOSAÏQUE : Atelier JARDINS « Comment améliorer la qualité de son sol et préparer l'hiver »
 - 17/11 à FAH : Atelier CONFECTION « Venez confectionner des SOUPES aux recettes originales avec des légumes particulièrement bons pour la santé »

Sonia TRINQUIER,
Ingénieur agronome
Association "Mosaïque
des Hommes et des
Jardins"Dans nos locaux et aux
alentours de Montpellier**Et venez mettre en pratique lors
des ATELIERS JARDINS DE
L'ASSOCIATION MOSAÏQUE
de MARS à NOVEMBRE 2025**Information/Inscription :
06 10 30 85 47

- Les mardis matin au jardin de Mosaïque (LEMASSON) de 10h à 11h30
- Les jeudis matin au jardin partagé des GRISSETTES de 10h à 11h30
- Les vendredis matin au jardin de Mosaïque (LEMASSON) de 10h à 11h30



Villes, clubs et partenaires aidants Alzheimer



**VOUS RENSEIGNER
VOUS ÉCOUTER
VOUS SOUTENIR**



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
34 HÉRAULT



France Alzheimer Montpellier - 3 rue Pagézy - Tél : 04 67 06 56 10

France Alzheimer Béziers - 46 avenue Georges Clemenceau - Tél : 04 67 11 43 12
contact34@francealzheimer.org

www.francealzheimer.org/herault

[instagram/france.alzheimer34](https://www.instagram.com/france.alzheimer34)

www.linkedin.com/company/france-alzheimer-herault/

[facebook.com/francealzheimer34](https://www.facebook.com/francealzheimer34)