

# LE LIEN

LE MAGAZINE D'INFORMATION  
DE FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT

Septembre 2024

Journée mondiale Alzheimer



**Bouger ensemble ...**

**pour entretenir la flamme**



3 rue Pagezy - 34000 Montpellier  
Tél : 04 67 06 56 10

# Ensemble, nous allons plus loin !

## Signature de la charte - *Frontignan*



### Frontignan rejoint le réseau départemental et national « VILLE AIDANTE ALZHEIMER »

Mardi 14 mai, Michel ARROUY, Maire de Frontignan La Peyrade, et Gérard DESPESSE, président de France Alzheimer Hérault, se sont retrouvés en salle d'honneur de l'Hôtel de ville, pour la signature de la charte d'engagements réciproques «VILLE AIDANTE ALZHEIMER» en présence des élus et de la direction du CCAS.

## Signature de la charte - *Castries*

### Castries devient la 23<sup>e</sup> « VILLE AIDANTE ALZHEIMER » de l'Hérault

Mardi 4 juin, Madame le Maire, Claudine VASSAS MEJRI, et le Président de France Alzheimer Hérault, Gérard DESPESSE, ont signé la charte de partenariat «VILLE AIDANTE ALZHEIMER». Une permanence mensuelle est déjà mise en place à la mairie avec nos bénévoles (voir page 14).



## Assemblée générale France Alzheimer Hérault 2024

Conformément à la réglementation et à nos statuts, notre assemblée générale ordinaire de l'exercice 2023 s'est tenue le 27 avril 2024.

Le président a souligné les atouts de notre association : des administrateurs créatifs, un bureau actif, compétent et impliqué, des bénévoles engagés auprès de chaque intercommunalité, un maillage territorial croissant grâce à notre réseau « VILLES AIDANTES

ALZHEIMER» et un Département engagé à nos côtés, le soutien de notre Union nationale France Alzheimer (UNFA), ainsi que la confiance de nos financeurs et donateurs pour l'utilisation pertinente des fonds attribués.

Par ailleurs l'effectif d'adhérents (837), en hausse de 12 % par rapport à l'année précédente, nous conforte dans nos missions de soutien aux familles grâce notamment à nos bénévoles (8 682 heures) en hausse de 26 %.

On note une activité croissante particulièrement en ce qui concerne le bien-être, la convivialité, les relations sociales... soutenant les aidants.

Enfin, nous avons accueilli deux nouveaux administrateurs et renouvelé un mandat.

Les comptes de l'exercice 2023 ont été certifiés par le commissaire aux comptes. Le quitus a été donné au trésorier.

Toutes les résolutions ont été adoptées à l'unanimité des présents et représentés.

En conclusion, une gestion en bon père de famille, rigoureuse, protectrice et bienveillante, garantissant la pérennité de notre association et donc la poursuite du développement d'activités nouvelles qui répondent aux besoins des malades et de leurs aidants.

**SOYEZ ASSURÉS DE NOTRE ENGAGEMENT**



# CONTACT

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

France Alzheimer Hérault à Béziers  
46 avenue Georges Clémenceau  
Tél : 04 67 11 43 12  
Accueil téléphonique : mardi et jeudi de 9h-12h et  
13h-16h30 // mercredi 9h-12h // vendredi 13h30-17h

Date de parution : septembre 2024  
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 (1 200 exemplaires)

**Crédits photos :** FAH : France Alzheimer Hérault  
**Couverture :** ©France Alzheimer - Illustration F. Gilbert  
**p 2 :** ©FAH **p 3 :** ©FAH ©France Alzheimer - Illustration  
F. Gilbert ©Rawpixel Freepik ©brgfx Freepik **p 4 :** ©FAH  
**p 5 :** ©FAH ©CH vector Freepik **p 6 :** ©l'armoire aux  
herbes ©FAH **p 7 :** ©FAH **p 8 :** ©CH vector Freepik  
©Rawpixel Freepik ©Pikisuperstar Freepik ©brgfx Freepik  
**p 9 :** ©pch.verctor Freepik ©FAH **p 10-11 :** ©France  
Alzheimer - Illustration F. Gilbert ©JaruekChairak CanvaPro  
©FAH ©sydaproductions CanvaPro ©Cabiron Traiteur  
©JaruekChairak-CanvaPro illustration **p 12-13 :** ©FAH  
**p 15-19 :** ©FAH ©Jemastock sur Freepik ©Nikita-Golubev  
©brgfx Freepik ©Freepik ©Nikita-Golubev **p 20 :** France  
Alzheimer - Illustration Fabien Gilbert

Retrouvez-nous sur Facebook et Instagram :

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

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

Site web : [www.francealzheimer.org/herault](http://www.francealzheimer.org/herault)



# LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers adhérents et partenaires,

Chaque 21 septembre, la Journée mondiale Alzheimer est l'occasion de se focaliser sur la maladie et de faire connaître au grand public de nouvelles possibilités de la prendre à revers et de continuer à vivre dans les meilleures conditions possibles.

C'est notre ambition et l'objectif des actions et activités de soutien aux familles que nous mettons en place depuis 35 ans.

Toutes ces activités sont sécurisées, bienveillantes et encadrées par des bénévoles formés et par des professionnels de la santé et du sport.

Cette année olympique nous donne l'occasion de souligner les bienfaits de l'activité physique adaptée : cardio-vasculaires, respiratoires, musculaires, mais aussi d'équilibre, de bien-être, de confiance en soi, de relations sociales, de convivialité, d'inclusivité...

Cela ne doit pas se limiter à un jour ou un mois, mais se poursuivre tout au long de l'année.

Les dates à retenir :

- Les **14 et 15 septembre 2024** à **Alignan-du-Vent**, autour d'un concours de pétanque (le 14 septembre) et d'un repas festif avec animation musicale et mini-olympiades (le 15 septembre).

- Le **20 septembre 2024** au **Domaine d'Ô de Montpellier** autour du buffet champêtre de Cabiron-Traiteur.

Excellente occasion de découvrir et pratiquer de nombreuses activités physiques recommandées.

À bientôt pour profiter de ces moments de détente et partage.

**NE RESTEZ PAS DANS LES STARTING-BLOCKS !**

Votre dévoué président,

Gérard DESPESSE

# SOMMAIRE



**ÇA S'EST PASSÉ**  
P. 4-7



**NOUVEAUTÉ**  
P. 8-9



**ACTUS**  
P. 10-11



**AGENDA**  
P. 12-13



**PERMANENCES**  
P. 14



**ACTIVITÉS**  
P. 15-19

## Visite de l'Abbaye de Gellone

### *Saint-Guilhem-le-Désert*

Organisée dans le cadre du programme « Art, culture et Alzheimer », la visite de L'Abbaye de Gellone, joyau de l'art roman languedocien, a passionné nos adhérents et bénévoles.

L'Office de Tourisme Intercommunal Saint-Guilhem-le-Désert / Vallée de l'Hérault, avait mis gracieusement à leur disposition une guide passionnante et érudite qui a été fort appréciée de tous.

L'après-midi c'est ensuite poursuivi par une promenade dans les rues pittoresques du village, classé parmi les plus

beaux villages de France.

Après cette marche dynamique, le groupe s'est retrouvé pour un goûter convivial dans le cadre magnifique du petit théâtre de verdure ouvert pour l'occasion par la Mairie de Saint-Guilhem.

Nous tenions d'ailleurs à la remercier pour l'accueil fort sympathique qui a été réservé à notre groupe.



## Visite de la Maison Noilly Prat - *Marseillan*

Organisée par les bénévoles du secteur de Béziers, cette nouvelle « Balade d'Aloïs » a conduit nos adhérents à la découverte du centre-ville de Marseillan. Elle a été suivie d'un repas au bord de la plage, temps

d'échanges très apprécié par le groupe.

L'après-midi a été consacré à la visite de la cave de la Maison Noilly Prat, lieu de renommée mondiale où est élaboré, depuis

près de 200 ans, dans le plus grand secret, l'un des premiers Vermouths français.



## Visite du site d'Ambrussum *Villetelle*

Le 22 mai, nos bénévoles du secteur de Lunel ont organisé une visite du site d'Ambrussum, site Gallo-romain remarquable.

Une dizaine de personnes ont participé à cette sortie. Elles ont, dans un premier temps, découvert le parcours archéologique, ponctué de panneaux d'explications qui donnent un aperçu de l'histoire de l'ancienne ville gallo-romaine et de ses monuments. Ce fut une marche active dans un parc ombragé d'oliviers.

Dans un second temps, visite du musée qui présente du mobilier archéologique contemporain de l'occupation romaine et gauloise d'Ambrussum.

Nos adhérents ont été particulièrement enchantés par l'atelier qui a suivi. Ils ont réalisé des fibules en métal et assisté à une présentation de la mode Gallo-romaine, avec mise en pratique de portée de toges romaines : fou rire assuré !

D'autres sorties culturelles seront programmées à partir de septembre dans tout le département.



## Ateliers créatifs - *Béziers*

Depuis plusieurs années, le mardi, tous les 15 jours, nos bénévoles de Béziers accueillent des adhérents pour un atelier créatif.

Lors de ces séances, une thématique est donnée et différentes techniques sont proposées. Découpages, collages, coloriations, peintures, pliages, permettent de créer différents objets.

Les bienfaits de l'activité manuelle ne sont plus à prouver, que ce soit pour l'aidant ou pour l'aider.

La dextérité fine, la logique, la concentration, l'imagination sont mises en action. Une photo, un dessin, une couleur, une texture peuvent rappeler des souvenirs que l'on croyait disparus.

Les échanges autour de la table sont nombreux. On discute, on rit souvent, on passe un bon moment.

Si vous souhaitez tester cette activité, les ateliers reprennent le mardi 3 septembre de 14h30 à 16h.



## ÇA S'EST PASSÉ



### Aromathérapie - Montpellier

l'aromathérapie, la phytothérapie, les produits (huiles essentielles, huiles végétales, hydrolats, plantes sèches...) et leurs bienfaits au quotidien.

**SÉANCE DÉCOUVERTE**  
**mercredi 11 septembre**  
**de 14h30 à 16h**  
sur inscription



Nous connaissons tous les bienfaits des plantes et des huiles essentielles sur la relaxation, la digestion... De plus, les résultats d'une étude récente démontrent aussi que l'aromathérapie pourrait préserver les fonctions cognitives.

Certains de nos adhérents ont assisté, en juin, à une séance découverte d'un atelier d'aromathérapie. Animé par Judith de «L'armoire aux herbes», cet atelier a permis de découvrir

Nous allons proposer une nouvelle séance découverte le mercredi 11 septembre à 14h30, ouverte aux aidants et aux aidés, suivie par plusieurs ateliers qui auront les thématiques suivantes :

- «Maison nature» (entretien, hygiène de la maison)
- «À fleur de peau» (cosméto)
- «Automne-Hiver» (se préparer à la saison froide et à ses petits désagréments pour la peau, le moral, la santé...)
- «Aïe bobos» (petits maux du quotidien)



### Art thérapie - Montpellier

Les ateliers d'art thérapie se sont achevés fin juin par la création d'une toile colorée, mixant le collage et la peinture, exposée dans la grande salle de nos locaux.

Venez testez cette activité, ouverte à tous, aidants et aidés.

**SÉANCE DÉCOUVERTE**  
**jeudi 19 septembre**  
**de 15h à 16h30**  
sur inscription



A partir du mois de septembre, nous proposons un nouvel **atelier créatif**, animé par Jacqueline Echaniz, art thérapeute.

### Musicothérapie - Mauguio

France Alzheimer Hérault propose un atelier de musicothérapie 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, il a lieu une fois par semaine à la MJC de Mauguio.

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 joyeuse et sont réservées aux adhérents.



**SÉANCE DÉCOUVERTE**  
**vendredi 6 septembre**  
**de 15h à 16h30**  
sur inscription

## Tennis de table : une activité physique adaptée ludique, bénéfique aux malades et aidants - Montpellier



Après la signature avec le Montpellier Tennis de table, de la charte de partenariat « CLUB SPORTIF AIDANT ALZHEIMER », lors du Championnat de France, une séance découverte a été programmée.

Elle a connu un grand succès : malades et aidants reprendront le chemin de la salle dès octobre (voir programmation p. 17)  
Le tennis de table n'est

pas un sport comme les autres. Ses bienfaits sur le ralentissement de l'évolution de la maladie d'Alzheimer sont reconnus : il optimise le fonctionnement du système cognitif et contribue à consolider l'hippocampe fragilisé par la maladie. Par ailleurs, on note des bénéfices sur la concentration, la coordination motrice, les réflexes, le tout dans une dynamique ludique diminuant le stress et favorisant le lien social.

Merci au Club, à sa présidente, aux entraîneurs et moniteurs qui participent à la réussite de ce partenariat.

De plus, les Jeux olympiques mettent en lumière le Club grâce aux frères LEBRUN, récemment médaillés et porte-drapeau du Montpellier Tennis de table.

### SÉANCE DÉCOUVERTE

jeudi 3 octobre  
de 14h30 à 15h30  
sur inscription



**NE VOUS PRIVEZ PAS DE CETTE ACTIVITÉ ACCESSIBLE À TOUS**

## Séjour vacances détente départemental

### La Grande Motte

Suite au succès remporté par le 1<sup>er</sup> séjour détente organisé par nos soins, en juin 2023, nous avons décidé de renouveler l'expérience.

Six couples aidants-aidés ainsi que quatre bénévoles formées, se sont retrouvés au Village Miléade.

De nombreuses sorties et activités ont été organisées, telles que les

visites guidées de La Grande Motte et d'Aigues-Mortes, des Salins du midi en petit train et du parc ornithologique du Pont de Gau ainsi que des jeux, des chants et des ateliers de créations artistiques.

Les matinées étaient libres pour les aidants qui ont profité d'un peu de répit. Pendant ce temps là, les

malades étaient pris en charge par les bénévoles.

Tous les participants ont été ravis du séjour et sont repartis avec de beaux souvenirs.

Nous organisons un autre séjour détente départemental au Cap d'Agde en septembre 2024.



du lundi 23  
au vendredi 27  
septembre 2024

Séjour  
vacances  
départemental  
au Cap d'Agde



## La pratique du vélo électrique en prévention de la perte d'autonomie

Nous proposons aux malades en début de maladie et aux aidants d'intégrer le projet «Vélo électrique pour un vieillissement actif réussi (VEVAR)», en partenariat



avec UFR STAPS, le Pôle gérontologique du CHU de Montpellier et l'association FEPCAS.

La pratique du vélo électrique, en groupe de 4, encadrée par des professionnels permet d'optimiser les capacités fonctionnelles, plus particulièrement le cardiovasculaire (bénéfique aux fonctions cognitives), tout en renforçant le lien social.

Une présentation/information/découverte aura lieu lors de la Journée mondiale Alzheimer du 20 septembre après-midi au Domaine d'O de Montpellier, espace Pinède Sud.

### SAISSONS CETTE OPPORTUNITÉ

(vélo fourni, activité gratuite pour nos adhérents) développée par le professeur Pierrick Bernard, gérontologue (MCU HDR, UNIV. Montpellier, UFR Staps, EUROMOV DHM, NPIS).

## Les entretiens de soutien psychologique



Depuis de nombreuses années, France Alzheimer a mis en place un soutien psychologique des proches aidants, dans un cadre défini par la CNSA (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie) qui le finance.

Ces entretiens sont proposés aux aidants en grande souffrance, face à des situations très difficiles engendrées par la maladie de leurs proches, dans l'optique de mieux la vivre.

La demande initiale de soutien doit être faite auprès du secrétariat qui orientera vers un entretien préalable, soit lors d'une permanence soit auprès d'un psychologue pour comprendre la problématique, l'évaluer et orienter l'aidant vers la meilleure solution.

Ce soutien aura obligatoirement un début et une fin : il n'est pas question d'engager une psychothérapie.

Ces entretiens viennent d'être redéfinis par la CNSA et se limiteront à **5 heures tout au long de la maladie du proche** (et non 3 heures par an).

Au cours de ces entretiens, le psychologue doit orienter l'aidant vers d'autres actions de soutien proposées par l'association : formation des aidants, groupe de parole, convivialité, détente, sophrologie...

Ou encore vers un suivi plus approfondi (à financer soi-même) auprès de professionnels de santé.

**UN SOUTIEN INDIVIDUEL PSYCHOLOGIQUE ADAPTÉ.**



## Formation aux gestes de 1<sup>er</sup> secours

### UN SAVOIR-FAIRE DE PROTECTION À ACQUÉRIR !

Un jour ou l'autre, nous pouvons être confrontés à des situations nécessitant des gestes de premier secours. Or, la plupart d'entre nous, notamment les aidants, sont démunis.

C'est pourquoi, dans le cadre de notre partenariat avec **la Croix-Rouge** (délégation de l'Hérault), nous programmons des formations à ces gestes (PSC1).

Vous connaîtrez notamment les comportements à adopter face à des situations d'évanouissement de saignement, de brûlure, d'étouffement, d'arrêt cardiaque...

Cette formation sera proposée au 4<sup>e</sup> trimestre 2024.

## Nouveau guide pratique d'information



Depuis 2005, nous publions un **Guide Pratique d'Information** spécial Hérault à l'intention des familles mais aussi des professionnels de l'accompagnement de personnes touchées par la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée.

La version 2024 de ce **Guide Pratique d'Information** va paraître en septembre et sera téléchargeable sur notre site internet (lien sur la page d'accueil). Enrichie et mise à jour en tenant compte notamment des dernières mesures législatives, elle fourmille de précieux renseignements et s'avère indispensable pour un accompagnement quotidien, serein et efficace.

Vous y trouverez des informations utiles et pertinentes, rigoureusement vérifiées, sur le diagnostic, les soins médicaux, les organismes à contacter pour les démarches administratives, les aides pour le maintien à domicile, les aides pour les malades de moins de 60 ans, les actions de soutien que nous proposons, les limites du maintien à domicile, la fiscalité liée à la dépendance, anticiper et prévoir l'incapacité, représenter une personne et la protéger, le droit des malades en fin de vie, la liste des structures d'hébergement collectif...

Financement par la Caisse d'Épargne LR.

## Halte Répit Détente Alzheimer (HRDA)

Montpellier

UNE NOUVELLE OFFRE ADAPTÉE AUX BESOINS DES FAMILLES

La demande de répit des aidants est de plus en plus importante.

Sa satisfaction conditionne la capacité du proche à pouvoir prendre en charge le malade, à domicile, le plus longtemps possible.

L'insuffisance d'offres de places d'hospitalisation de jour et d'accueil de jour nous oblige à développer d'autres solutions de répit.

En plus de nos séjours nationaux et départementaux de vacances (La Grande-Motte, Agde), ainsi que notre Halte-relais à Thézan-lès-Béziers, nous organisons en partenariat avec **la Croix-Rouge** (délégation de l'Hérault) une Halte répit-détente Croix-Rouge / France Alzheimer Hérault.

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.

Ses équipes mixtes (Croix-Rouge et France Alzheimer Hérault) accueilleront des adhérents des deux associations.

Dans un premier temps, une demi-journée par semaine. Développement ultérieur en fonction des besoins.

Renseignements auprès du secrétariat de **FAH** :  
Tel. : **04 67 06 56 10**  
et de la **HRDA** :  
Tel. : **06 10 55 97 50**  
Mail : [hrda.dt34@croix-rouge.fr](mailto:hrda.dt34@croix-rouge.fr)



Signature de la convention le 27 juin entre Clément MARRAGOU, (président de la délégation de l'Hérault) et Gérard DESPESE (président France-Alzheimer Hérault).

Prise de RDV et 1<sup>er</sup> entretien les mercredis après-midi à la **HRDA**  
2 rue Xavier Dezeuse  
34070 Montpellier  
Bus ligne 11 : arrêt Gouara



# Journée mondiale alzheimer 2024

## Bouger ensemble ... pour entretenir la flamme

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 !

Cette année la thématique est l'**ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)**.

L'**activité physique adaptée** aide les personnes malades à conserver le plus longtemps possible des capacités motrices et d'orientation, contribuant ainsi à leur maintien à domicile. Elle leur permet également de se sentir bien et de conserver des liens sociaux. Quant aux aidants, cela leur offre une occasion de se défouler ensemble aussi et/ou d'avoir un moment de répit.

### Alignan-du-Vent

Samedi 14 septembre

→ à 14h **Concours de pétanque** (32 doublettes)  
**Pétanc'Alignanaise**

Sur le terrain du centre social, place de la Liberté.

Inscription (5€/personne) sur place dès 14h (Prix 100€ de bon d'achat)

Buvette, jeux de fléchettes - Ouvert à tous.

Dimanche 15 septembre

Dans le cadre de la Journée Mondiale Alzheimer, nous vous invitons à venir bouger ensemble au centre socio-culturel d'Alignan-du-Vent.

→ à partir de 11h Danses folkloriques avec **Lou Pouli**  
le poulain d'Alignan

→ à partir de 12h **Repas festif\*** Apéritif, tapas, macaronade sétoise, glaces, café et vins locaux

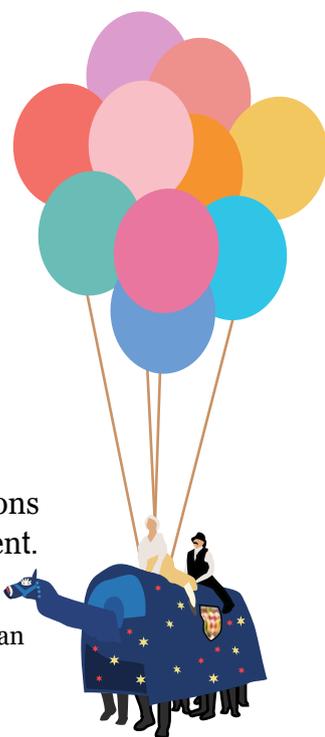
→ **Animation musicale** et initiation à la danse avec **Dounia Arssi**

→ jusqu'à 16h **Mini-Olympiades** : fléchettes, chamboule-tout, jeux de cerceaux, quilles ...

En partenariat avec



\*Ouvert à tous (inscription : 15€/adhérent et 25€/non-adhérent)  
Invitation jointe au magazine à retourner avant le lundi 9 septembre)



Signature de la **charte «VILLE AIDANTE ALZHEIMER»**  
**dimanche 15 septembre**  
en présence de Monsieur  
Christophe PASTOR,  
Maire d'Alignan-du-Vent

## Montpellier

Vendredi 20 septembre

Retrouvons nous au **Domaine du Château d'Ô (Pinède sud)** pour une journée placée sous le thème de l'**activité physique adaptée**.

Avec la présence de Madame WEBER, Vice-présidente aux solidarités et à l'autonomie, du Conseil départemental de l'Hérault

### → à 10h Marche découverte du domaine d'Ô

Grâce à l'appli\* « Hérault aventure », partez, à votre rythme, à la découverte du Domaine d'Ô. Ce jeu de piste interactif et géolocalisé, sera encadré par une enseignante APA et nos bénévoles

### → de 12h à 14h Buffet champêtre\* (manger main)

Traiteur CABIRON : apéritif, pièces froides salées, pièces chaudes salées, pièces sucrées & café (\*Ouvert à tous : invitation ci-jointe à retourner avant le 9 septembre, 15€/adhérent et 30€/non-adhérent)

### → de 14h à 16h Ateliers avec animation sportive

animés par des enseignants APA, une équithérapeute et nos bénévoles

- Tennis de table
- Pétanque
- Équithérapie
- Lancer de javelot Vortex
- Parcours d'agilité
- Jeux du parachute
- Chamboule-tout
- Vélo électrique
- Sensibilisation aux gestes de 1er secours en partenariat avec la Croix-Rouge.



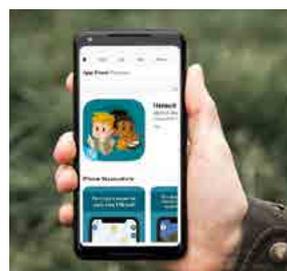
*S'y rendre*

Pour l'accès à la **pinède sud** :

**Entrée sud** : dans le rond-Point du Château d'Ô

Parking de 150 places - **Tram** : ligne 1 / arrêt

Château d'Ô - **Bus** : Lignes 6 et 7 / arrêt château d'Ô



**Cet événement se déroule avec le soutien du département de l'Hérault, Hérault Sport et la Croix-Rouge française.**



## Béziers

Samedi 21 septembre

Nos bénévoles de Béziers vous proposent le programme suivant :

### → à 11h Visite du centre ville en petit train

(RDV devant la Mairie à 10h - Départ 11h - Ouvert à tous sur inscription)

### → à 13h Repas au restaurant Le Petit Ju.

(Ouvert à tous, sur réservation avant le 18 septembre : menu 25€)

### → à 15h Marche découverte de la ville de Béziers

(Ouvert à tous sur inscription)



## Fêtes des associations

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



• **Vendredi 6 septembre**  
**PÉZENAS**

**LODÈVE**  
**MAUGUIO**  
**MÈZE**

• **Samedi 7 septembre**

**ALIGNAN-DU-VENT**  
**BEDARIEUX**  
**CLERMONT L'HÉRAULT**  
**GIGNAC**  
**JACOU**

**SERIGNAN**  
**PÉROLS**  
**THÉZAN-LES-BÉZIERS**  
**VALRAS**

• **Dimanche 8 septembre**  
**MONTPELLIER**  
(Stand 330 - Place du Millénaire)  
**LUNEL**

• **Samedi 14 septembre**  
**BÉZIERS**

• **Dimanche 15 septembre**  
**SÈTE**

## Séances découverte à Mauguio & Montpellier

**Vendredi 13 septembre**  
**MUSICOTHÉRAPIE**  
de 14h30 à 16h  
MJC, Mauguio

**Mercredi 11 septembre**  
**AROMATHÉRAPIE**  
de 14h30 à 16h  
dans nos locaux de Montpellier

**Lundi 16 septembre**  
**QI GONG**  
de 11h à 12h  
dans nos locaux de Montpellier

**Jeudi 19 septembre**  
**ATELIER CRÉATIF**  
de 15h à 16h30  
dans nos locaux  
de Montpellier

Inscription au **04 67 06 56 10**  
ou par mail  
**secretariat34@francealzheimer.org**  
(nombre de places limitées,  
réservé à nos adhérents)

**Jeudi 3 octobre**  
**TENNIS de TABLE ADAPTÉ**  
de 14h30 à 15h30  
**Gymnase Alain ACHILLE,**  
Place Marcel GODECHOT

## Ciné débat



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

• **Samedi 21 septembre à 15h :**  
**PÉROLS** à la médiathèque **JEAN GIONO**,  
projection d'un film (entrée gratuite, ouvert à tous)

• **Samedi 28 septembre à 18h :**  
**«Colocs de choc»**  
**PÉZENAS** au cinéma

• **Lundi 30 septembre**  
**à 14h : «Colocs de choc»**  
**FRONTIGNAN**  
au cinéma **LE MISTRAL**  
(Ouverture de la semaine  
bleue, cette séance sera suivie  
d'une collation)



• **Jeudi 3 octobre à 20h30 : «Colocs de choc»**  
**MÈZE** au cinéma le **TAURUS**

• **14 ou le 16 novembre : «Colocs de choc»**  
**LODÈVE** au cinéma le **LUTEVA**  
(date et horaire à déterminer)



## La semaine bleue du 30 septembre au 6 octobre

Semaine nationale des retraités et des personnes âgées, la Semaine Bleue a pour vocation de valoriser la place des aînés dans notre société et l'importance des liens entre les générations.

## La journée nationale des aidants le 6 octobre

Cette journée est l'occasion de rendre visibles les 11 millions d'aidant-es en France, c'est-à-dire l'ensemble des personnes qui accompagnent au quotidien des personnes en perte d'autonomie, malades ou en situation de handicap.



### Nos bénévoles seront présents pour vous renseigner :

- **Jeudi 26 septembre de 10h à 17h : Salon des aidants, de l'autonomie et du maintien à domicile** Organisé par le CCAS de la Ville de **MÈZE**, ce salon est à destination des seniors et de leurs familles, au Carré d'Art Louis-JeanJean (21 Rue Sadi Carnot) et dans le parc du Château de Girard (16 rue Victor Hugo). De nombreux ateliers gratuits sont proposés (Gestes de 1er secours, simulateur de vieillissement et de conduite, APA, sophrologie, ateliers dépistage ICOPE, dépistage auditif, présentation de matériels, sensibilisation diététique).



- **Samedi 28 septembre de 10h à 16h : dans le cadre de la journée nationale des aidants** Salle des rencontres de l'hôtel de ville de **MONTPELLIER** (Tram : Ligne 1, 3, Arrêt Moularès - Ligne 4, Arrêt Georges Frêche) «Journée festive bien-être» en partenariat avec le Collectif AIDANTS 34. De nombreuses activités bien-être seront proposées (réflexologie, Qi Gong, sophrologie, shiatsu, art-thérapie) et autres animations.

- **Lundi 30 septembre de 13h30 à 17h : Semaine active des seniors**

**CASTRIES** au Forum santé (501 avenue de la Royale). Le centre socioculturel municipal (CSM) de Castries propose aux seniors une semaine active avec des ateliers et la présence de nombreux partenaires qui répondront aux questions des visiteurs, les informeront de leurs droits ou démarches à effectuer et les orienteront.

- **Mercredi 2 octobre de 10h à 12h : Conférence sur la maladie d'Alzheimer dans le cadre de la semaine bleue** **LOUPIAN** au centre socio-culturel (rue Nelson Mandela).

- **Vendredi 4 octobre de 14h30 à 17h : Autour du Café solidaire de l'EHPAD Anatole France** **FRONTIGNAN** (11 rue Anatole France) Le CCAS en partenariat avec l'accueil de jour L'écoutille et les maisons de retraite publiques, organise une après-midi pour prendre du temps pour soi. Des ateliers gratuits sont proposés (Musicologie, Qwan Ki Do, Qi Gong assis, casques virtuels «une invitation au voyage»).

## Semaine nationale de la dénutrition

- **Du 7 au 19 novembre : MONTPELLIER** (ateliers, conférences...).

- **Mardi 13 novembre : VALRAS** avec Cyril DUVET, naturopathe Programmes en cours d'élaboration, consultez notre site début octobre pour plus d'informations.



# NOS PERMANENCES

## 26 lieux sur le département

Où rencontrer les bénévoles de France Alzheimer Hérault ?

Permanences	Lieux	Horaires sur rendez-vous
<b>SECTEUR DE BÉZIERS</b>		
46 avenue Georges Clémenceau - contact.beziers@francealzheimer.org Tél : 04 67 11 43 12 - Mardi et jeudi (de 9h-12h et 13h-16h30), mercredi (9h-12h), vendredi (13h30-17h)		
AGDE	La Calade - avenue du 8 Mai	1 <sup>er</sup> vendredi du mois de 14h à 17h
ALIGNAN-DU-VENT	Centre socio-culturel	Sur RDV
BÉDARIEUX	Centre Hospitalier - avenue Noémie Berthomieu (entrée côté maison de retraite)	1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 14h à 17h
BÉZIERS	46 avenue Georges Clémenceau	Les lundis de 14h à 17h
LAMALOU-LES-BAINS	Mairie - Salle des Permanences	4 <sup>e</sup> mardi du mois de 13h30 à 16h30
MURVIEL-LES-BÉZIERS	CC des Avants-Monts 27 bis rue de la République	2 <sup>e</sup> lundi du mois de 13h30 à 16h30
PÉZENAS	Maison de l'entreprise de Pézenas (CIAS) 4 place Frédéric Mistral	2 <sup>e</sup> jeudi du mois de 14h à 17h
SÉRIGNAN	CCAS - 146 avenue de la Plage	1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 10h à 12h
VALRAS-PLAGE	CCAS - 1 bd. Roger Audoux	1 <sup>er</sup> mardi du mois de 10h à 12h

**Sur RDV uniquement** **SECTEUR DE MONTPELLIER**  
3 rue Pagezy - contact34@francealzheimer.org - Tél : 04 67 06 56 10 (de 9h à 13h)

CASTELNAU-LE-LEZ	Maison des Proximités Devois 315 avenue du Devois (bureau 1er étage)	Sur RDV (possibilité de RDV téléphonique)
CASTRIES	Centre Lino Ventura - 50 avenue de la gare	Sur RDV (possibilité de RDV téléphonique)
CLERMONT-L'HÉRAULT	Agence départementale de la solidarité Place Jean Jaurès (bureau n°6)	2 <sup>e</sup> mercredi du mois de 9h30 à 11h30
GANGES	Maison des Services - av. du Mont Aigoual	2 <sup>e</sup> lundi du mois de 14h à 17h
GIGNAC	Salle de l'ancien couvent - place du Général Claparède (à côté de la gare routière)	1 <sup>er</sup> lundi du mois de 14h30 à 17h
GRABELS	CCAS de Grabels - Maison Commune 1, place Jean Jaurès	3 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 11h
JACOU	<b>NOUVEAU</b> Mairie - 9, place F. Mistral	Sur RDV (possibilité de RDV téléphonique)
LA GRANDE-MOTTE	Antenne de l'Agglomération du Pays de l'Or Place du 1 <sup>er</sup> octobre 1974	1 <sup>er</sup> vendredi du mois de 10h à 12h
LATTES	L'ETAPE - 615 avenue de Montpellier	2 <sup>e</sup> mardi du mois de 10h à 12h
LODÈVE	3 rue Eugène Taly	Sur rendez-vous
LUNEL	Lieu à déterminer avec vous (sur RDV)	1 <sup>er</sup> lundi du mois de 14h à 16h
MAUGUIO	Espace France Service - bl. de la Démocratie	3 <sup>e</sup> vendredi du mois de 10h à 12h
MÈZE	La Cavalerie n°3 - 3 impasse Nègre	3 <sup>e</sup> lundi du mois de 14h à 17h
MONTPELLIER	3 rue Pagezy	Tous les lundis de 14h à 17h Tous les jeudis de 10h à 12h
PALAVAS-LES-FLOTS	CCAS - Hôtel de Ville 16 bl. Maréchal Joffre	1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 14h à 16h
PÉROLS	CCAS Mairie Annexe - rue G. Barnoyer	1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 10h à 12h
SÈTE	Espace Victor Hugo, 20-22 av. Victor Hugo	3 <sup>e</sup> mercredi du mois de 9h à 12h

# NOS ATELIERS

**20** 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 à partir du 27/08	Elodie CASCALES Neuropsychologue
BÉZIERS GROUPE 2	Le lundi tous les 15 jours de 14h à 16h à partir du 09/09	Elodie CASCALES Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 1	Tous les mercredis de 10h à 12h du 21/08 au 18/12 (sauf 25/09)	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 2	Tous les mardis de 10h à 12h du 20/08 au 17/12	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
ST-GÉLY-DU-FESC	Tous les lundis de 10h à 12h, du 19/08 jusqu'au 16/12 (sauf le 11/11)	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue Salle de réunion Maurice Bousquet
ST-JEAN-DE-VÉDAS	Tous les lundis de 10h à 12h, du 02/09 à fin décembre (sauf les 09/09, 16/09, 04/11 et 11/11)	Antoine FRUQUIERE, Neuropsychologue Salle des Granges, Place du Puits de Gaud, (2e étage avec ascenseur)



## 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 vendredis de 14h30 à 16h à partir du 06/09 jusqu'au 21/12	Aline ALGUDO, Musicothérapeute
BÉZIERS (Ateliers créatifs)	Le mardi tous les 15 jours de 14h à 16h à partir du 03/09	Bénévoles
BÉDARIEUX (Musicothérapie)	Le vendredi de 14h à 15h30 les 27/09, 04/10, 18/10, 08/11, 15/11, 29/11 et 13/12	Massimiliano CANGELOSI, Musicothérapeute La Talvera, 6 rue du Temple
MONTPELLIER (Atelier créatif)	Le jeudi 19/09 de 15h à 16h30	Jacqueline ÉCHANIZ, Art thérapeute
MONTPELLIER (Musicothérapie)	Tous les jeudis de 10h à 11h30 à partir du 05/09 au 19/12	Marine DAURE, Musicothérapeute Association "MusCaris"
MAUGUIO (Musicothérapie)	Tous les vendredis de 14h30 à 16h à partir du 13/09 au 20/12 (sauf le 01/11)	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.

BÉZIERS (Gym douce)	Le jeudi tous les 15 jours de 14h30 à 16h à partir du 05/09	Françoise POUVATCHY, Coach sportif diplômée, association Gym'Agine
LUNEL (APA)	<b>NOUVEAU</b> Le mardi tous les 15 jours de 14h15 à 15h15 à partir du 17/09 (sauf le 29/10)	Animé par Léa VERDIER enseignante diplômée en APA - Parc les petits Pins
MONTPELLIER (APA)	Planning à venir, nous contacter	Animé par un enseignant sportif diplômé en APA Association Jouvence
MONTPELLIER (Tennis de table)	<b>NOUVEAU</b> <b>Séance découverte le 03/10</b> Tous les jeudis de 14h30 à 15h30 à partir du 03/10 jusqu'au 05/12	Animé par Nathan ALLEGRET- BOURDON, enseignant APA, Gymnase Alain ACHILLE, Place Marcel GODECHOT (Tram 1 - arrêt: Stade Philippiès)
MONTPELLIER (Vélo électrique)	<b>NOUVEAU</b> <b>Séance découverte le 20/09</b> Séance découverte le 20/09 à 14h au Domaine d'Ô - Pinède sud	Animé par un enseignant sportif diplômé en APA, UFR STAPS Association FEPCAS



## 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.

BÉZIERS	Planning à venir, nous contacter	Centre équestre l'Éperon biterrois
FERRIÈRES-LÈS- VERRERIES	Le jeudi tous les 15 jours de 14h à 15h30 : • <u>Groupe 1</u> : les 05/09, 26/09, 24/10, 07/11, 21/11 et 12/12 • <u>Groupe 2</u> : les 12/09, 03/10, 31/10, 14/11, 05/12 et 19/12	Florence PRADIER Domaine Mas Les Jasses
LA GRANDE-MOTTE	Le mardi tous les 15 jours, de 14h30 à 16h, sur inscription. Les 01/10, 15/10, 29/10, 12/11, 26/11 et 10/12.	Camille MASSE Centre hippique des Pyramides

## 16 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.

BÉZIERS (Sophrologie)	Le mercredi de 10h à 11h30, à partir du 03/09 jusqu'au 18/12	Céline BORNOT Sophrologue
LODÈVE (Relaxation)	Le lundi de 10h à 11h30, bi-mensuel, les 09/09, 23/09, 07/10, 14/10, 04/11, 18/11, 02/12 et 16/12	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)	<b>Séance découverte le 16/09</b> Séance découverte le lundi 16/09 de 11h à 12h	Céline BOUSSIER Praticienne de Qi Gong
MONTPELLIER (Sophrologie)	Le vendredi de 14h30 à 16h à partir du 06/09 jusqu'au 20/12 (sauf les 25/10, 01/11 et 11/11)	Aurore SATGÉ Sophrologue



## GROUPE 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	<p><u>Groupe spécial aidants</u> : 1 fois par mois le lundi de 10h à 12h les 09/09, 14/10, 18/11 et 16/12</p> <p><u>Groupe spécial malades</u> : 1 fois par mois le lundi de 10h à 12h le 09/09, 07/10, 04/11 et 02/12</p>	<p>Nathalie BELLAMY, Psychologue Maison de la vie associative "Daniel Cordier", 2 rue Jeanne Jugan</p> <p>Élodie CASCALES Neuropsychologue FAH 46 av. Clémenceau</p>
BÉDARIEUX	1 fois par mois le mardi de 15h à 17h les 17/09, 15/10 et 26/11	Marie GERMA, Psychologue La Talvera, 6 rue du Temple
CLERMONT L'HÉRAULT	1 fois par mois Planning à venir, nous contacter	Alexandra GUIRAUDIE, Psychologue
LUNEL	1 fois par mois le jeudi de 14h30 à 16h30 26/09, 24/10, 28/11 et 19/12	Manon REQUENA, Neuropsychologue Maison de santé, 391 bd St Claire (salle de réunion)
MONTFERRIER-SUR-LEZ	1 fois par mois le mardi de 17h30 à 19h30 les 25/09, 23/10, 20/11 et 18/12	Aurore MILLET, Neuropsychologue Espace culturel Le Devevou (salle 2)
MONTPELLIER	<p><u>Groupe spécial conjoints de personnes malades</u> : 1 fois par mois le mardi de 14h30-16h30 les 17/09, 22/10, 19/11 et 17/12 :</p> <p><u>Groupe spécial enfants de personnes malades</u> : 1 fois par mois le mardi de 17h-19h les 17/09, 22/10, 19/11 et 17/12 :</p>	Guillaume BENES Psychologue clinicien Neuropsychologue
PÉZENAS	1 fois par mois le lundi de 15h à 17h les 10/09, 01/10, 05/11 et 03/12	Ophélie MAIRET, Psychologue Centre social Ambroise Crozat, 9 rue Louis Blanc (salle 2)
SÈTE	1 fois par mois le mercredi de 14h30 à 16h les 04/09, 02/10, 06/11 et 04/12	Gaëlle GUÉGAN, 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 13/09, 11/10, 22/11 et 13/12	Nathalie BELLAMY, Psychologue Au centre Yvan Marty Ancienne école communale

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.

# 15 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.

BÉDARIEUX	Le mardi de 15h à 17h le 24/09	Marie GERMA, Psychologue La Talvera, 6 rue du Temple
HÉRÉPIAN	Le mardi de 15h à 17h le 12/11	Marie GERMA, Psychologue L'Artichaud, 1 av. de l'Espinouse
PÉZENAS	Le mardi de 15h à 17h le 15/10	Ophélie MAIRET, Psychologue Brasserie du soleil, 30 av. de Verdun (Carrefour Market - Galerie marchande)



## 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 11/09, 09/10, 13/11 et 18/12	Nathalie BELLAMY, Psychologue et Bénévoles - Salle Polyvalente l'instant T 2 rue Antoine de Saint Exupéry
--------------------	--	---



## ART, CULTURE ET ALZHEIMER

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

Visites organisées dans tout le département de L'HÉRAULT	<ul style="list-style-type: none"><li>- 04/09 à 16h30 visite de la ferme de l'Hort (chèvrerie) à Argeliers avec dégustation des produits</li><li>- 21/09 à 11h découverte du centre ville de Béziers en petit train.</li><li>- 11/10 à 14h visite de la Manufacture de la Savonnerie à Lodève</li><li>- 04/11 à 14h visite d'Argileum + atelier modelage à St-Jean-de-Fos</li></ul>	Bénévoles  D'autres visites seront programmées durant le dernier trimestre 2024, nous contacter pour le planning.
--	---	---



## ACTION DE CONVIVIALITÉ

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

GIGNAC	Le 1 <sup>er</sup> lundi de chaque mois, sur inscription, de 14h30 à 17h. Les 02/09, 07/10, 04/11 et 02/12	Bénévoles Salle de l'ancien couvent Place du Général Claparède
LUNEL	Le lundi tous les 15 jours, de 14h30 à 17h, sur inscription. Les 09/09, 23/09, 07/10, 21/10, 04/11, 18/11, 02/12 et 16/12	Bénévoles Salle de la cafeteria, EHPAD C.H. Lunel, rue Bruno Brunel



« **Les petites mains d'Aloïse** » : atelier de couture et création textile encadré par nos bénévoles.

BÉZIERS	Le jeudi tous les 15 jours, de 14h à 16h, à partir du 10/09	Bénévoles Dans nos locaux de Béziers
---------	--	---



**Atelier de cuisine** : encadré par un animateur-cuisinier et nos bénévoles.  
Réalisation de plats et dégustation.

VALRAS-PLAGE

Le 20/11 de 10h à 15h

Bénévoles, Espace Guy Combes,  
bd Commdt L'Herminier

ALIGNAN-DU-VENT

Les 26/09, 24/10, 26/11 de 10h à 15h

Bénévoles  
Salle des jeunes, centre socio-culturel



**Atelier « Lecture d'Aloïs »** : atelier conviviale 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 :  
- les 20/09 et 25/10 de 9h30 à 11h30  
- les 22/11 et 13/12 de 14h à 16h

Suzy GOBIN, Psychologue  
Médiathèque de Bédarieux,  
19 bis av. Abbé Tarroux



**NOUVEAU**

**Atelier floral** : atelier de composition florale encadré par des bénévoles.

VALRAS

Le 04/11 de 10h à 12h

Bénévoles, au CCAS de Valras



**NOUVEAU**

**Atelier aromathérapie** : pour découvrir tous les bienfaits des plantes.

MONTPELLIER

**Séance découverte le 11/09**

Séance découverte le 11/09 à 14h30  
4 séances programmées par la suite

Judith LARGUILLE, Conseillère  
en aromathérapie et phytothérapie



**Atelier jardin thérapeutique** : Pour stimuler les mécanismes cognitifs, ainsi que la mémoire affective et sensorielle.

MONTPELLIER  
Atelier de jardinage

Le lundi de 10h à 11h30  
les 09/09, 23/09 et 07/10

Sonia TRINQUIER,  
Ingénieur agronome  
Dans nos locaux

MONTPELLIER  
Reprise des ateliers  
le 03/09

- Mardi et vendredi de 10h à 11h30 : Quartier LEMASSON (Jardin de Mosaïque) 12 allée du parc tastavin
- Jeudi de 10h à 11h30 : Quartier des GRISETTES (Jardin partagé du Mas Nougquier) 411, Agriparc du Mas Nougquier

Sonia TRINQUIER,  
Ingénieur agronome  
Association "Mosaïque des Hommes et des Jardins"  
Adhésion à l'association en sus (20€/an)  
Inscription : 06 10 30 85 47

France Alzheimer Hérault  
vous souhaite la bienvenue  
contact@francealzheimer34.org | 04 67 86 56 10  
FAIRE UN DON À MON ASSOCIATION

FRANCE ALZHEIMER  
LES MALADES ENSEMBLE  
HERAULT

Qui sommes-nous | Nos activités | Nous accompagner | Agenda/Partenariat | Actus

Téléchargez ce magazine sur notre site  
(lien sur la page d'accueil)  
[www.francealzheimer.org/herault](http://www.francealzheimer.org/herault)

**Suivez-nous sur Facebook, Instagram & LinkedIn**

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

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

[www.linkedin.com/company/france-alzheimer-herault/](https://www.linkedin.com/company/france-alzheimer-herault/)



FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT PROCHE DE VOUS  
**VOUS RENSEIGNER**  
**VOUS ÉCOUTER**  
**VOUS SOUTENIR**



France Alzheimer Montpellier - 3 rue Pagezy - Tél : 04 67 06 56 10  
France Alzheimer Béziers - 46 avenue Georges Clemenceau - Tél : 04 67 11 43 12  
[contact34@francealzheimer.org](mailto:contact34@francealzheimer.org)