

### Prévention

A travers son programme de prévention, la Communauté de Communes souhaite favoriser le bien vieillir sur le territoire de Hanau-La Petite Pierre.

→ A partir de 60 ans

#### « Du Peps pour ma mémoire »

Les lundis du 20 septembre au 08 novembre de 14h à 16h (Suite des séances débutées en septembre 2020 et suspendues en raison de la situation sanitaire)

Proposé par ATOUT AGE ALSACE

Salle polyvalente, Route de Mulhausen – Schillersdorf

#### « Plaisir, sécurité, sérénité au volant »

Les mardis du 28 septembre au 19 octobre de 10h à 12h

Proposé par BRAIN UP

Mairie, 22 Rue Principale - La Petite Pierre

#### « C'est bon pour le moral »

Les jeudis du 30 septembre au 04 novembre de 14h à 16h

Proposé par BRAIN UP

Foyer Bosco, Rue du Gué - Neuwiller-lès-Saverne

### Soutien aux aidants

La Communauté de Communes poursuit son action de soutien aux aidants familiaux avec la reprise des groupes de paroles « Babelstubs » à Ingwiller.

Rencontres animées par Madame Martine Haby, psychologue.

→ Ouvert à tous les aidants auprès de personnes âgées et/ou handicapées

#### Babelstubs : groupe de parole

#### « Le retentissement des troubles sur la vie quotidienne »

Vendredi 24 septembre 2021 de 14h à 16h

Maison France Services, 4 Place du Marché – Ingwiller

### Animations

Sorties culturelles, activités créatives, rencontres intergénérationnelles (...) : un programme varié ou le partage et la convivialité sont mis à l'honneur.

→ A partir de 55 ans

#### « La Santé dans l'assiette »

Le mercredi 22 septembre 2021 de 14h à 16h

Un atelier animé par une diététicienne du REDOM qui vous permettra de découvrir les clefs d'une alimentation saine et équilibrée.

Maison de l'Intercommunalité, 10 Route d'Obermodern – Bouxwiller

ATELIERS  
GRATUITS

Maison de la Famille  
3b, rue du Fossé  
67340 INGWILLER

Contact et réservation :  
Ludivine Frering - 06 07 82 47 26  
l.frering@hanau-lapetitepierre.alsace