

PFR68
Au fil de la Vie



Le Mois des Aidant·e·s

de personnes en situation de handicap*

Octobre 2025 - 2^{ème} édition

HAUT-RHIN

**Bulle
évasion :**
détente, relaxation et
ressources bien-être
TAGOLSHEIM
Jeudi 2 octobre
de 19h30 à 21h30
€

**Une
soirée pour
découvrir nos
dispositifs de répit**
MULHOUSE
Jeudi 2 octobre
de 18h à 20h30

**Cycles
10 séances de
sophrologie
relaxation**
OTTMARSHEIM
Vendredi 3 octobre
à 9h00

**Cycles
10 séances
de sophrologie-
relaxation**
GUEBWILLER
Samedi 4 octobre
à 9h00

**Rencontre
poétique
pour les aidants**
FELLERING
Samedi 4 octobre
de 9h00 à 12h00

« Before-
week », espace de
rencontre consacré
aux aidants actifs
ANDOLSHEIM
Lundi 6 octobre
de 9h00 à 11h00

**Activité
physique
pour le binôme
aidant/aidé**
MULHOUSE
Le 7 octobre
de 10h30
à 11h30

**Journée
Bien-être
pour les Aidants**
BARTENHEIM
Jeudi 9 octobre
de 09h30 à 16h00

**Café
des Aidants :**
MULHOUSE
Jeudi 9 octobre
de 9h00 à 16h00

**Petit-
déjeuner
convivial**
CERNAY
Jeudi 9 octobre
à 9h30

**Conf'échange
« Être parent d'un
enfant extraordinaire :
comprendre,
accompagner,
s'entourer »**
RAEDERSHEIM
10 octobre
de 19h00 à 21h00
€

**Ateliers
Parent enfant
« Découvertes
sensorielles »**
MULHOUSE
Mercredi
15 octobre
de 14h30
à 16h00

Relaxation
MUNCHHOUSE
Vendredi 17 octobre
de 9h00 à 11h30

**Soirée
d'information
et d'échange
dédiée aux parents
d'enfants ou
d'adultes avec TSA**
ROUFFACH.
Vendredi
17 octobre
à 19h45

**Après midi
pour rêver et
échanger pour les
aidants de proches en
situation de handicap**
– Moulin Nature
LUTTERBACH
Dimanche 19 octobre
de 14h00
à 17h00

**Ma Colo
de Répit –
Respi'Mouv !
(12 à 17 ans)**
ORBEY
Du 19 au 26
octobre
€

**Jouer
pour se
vider la tête
(brain ball)**
TAGOLSHEIM
Dimanche
19 octobre
9h00 à 11h30
€

**Mini
Séjour de
répit « Je suis
jeune aidant »
– (8-12ans)**
Au Rimlishof
BUHL
Du 20 au 22
octobre

**Activité
physique
pour le binôme
aidant/aidé**
MULHOUSE
Le 21 octobre
de 10h30
à 11h30

**Ateliers
Parent enfant
« Découvertes
sensorielles » -
Médiathèque**
THANN Jeudi 23
octobre de 9h30
à 11h00

**CAP
Aidants :
3 programmes
de psycho-
éducation pour les
aidants**
WINTZENHEIM
23 octobre
de 13h30
à 14h30

**Votre
bulle de
détente : Massage
sur lit hydromassant**
MULHOUSE
Jeudi 23 octobre
entre 8h30 et 17h00
(sessions de
20 mn
environ)

« Séance
snoezelen »
BANTZENHEIM
Mercredi
22 octobre



Pour découvrir
le programme complet
flashez le QR Code.

Pour tout renseignement
contactez le 03 89 82 19 19
ou par mail : pfr68@aufildelavie.fr

Imprimé par nos soins



* Cette affiche, conçue par la PFR68 pour la Journée Nationale des Aidants en octobre, invite à consulter la page « Être aidant » sur le site de l'UDAF68 - www.udaf68.fr/etre-aidant/ pour connaître les actions à destination des aidants tout au long de l'année.