

LE LIEN

**LE MAGAZINE D'INFORMATION
DE FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT**

Janvier 2026



 **FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
34 HÉRAULT

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

Avec nos partenaires, nous allons plus loin !



Don *Crédit Agricole*

Dans le cadre d'un challenge RSE (Responsabilité Sociale des Entreprises), organisé par le Crédit Agricole de Lattes-Maurin, l'équipe gagnante a décidé de nous attribuer un don d'un montant de 6 500€. Nous envisageons une collaboration avec les différentes agences pour informer les équipes et la clientèle sur les risques et la prévention de la maladie d'Alzheimer & maladies apparentées et porter à leur connaissance toutes les actions de soutien que nous proposons. Nous les remercions pour cette initiative.



Don *Boujan-sur-Libron*

Nous tenons à remercier chaleureusement Audrey Lacroix, soutenue par Estelle et Carine, organisatrice du Vide-Dressing de Boujan-sur-Libron qui, pour la seconde année, a remis l'intégralité de la recette des emplacements à notre association. Durant la manifestation, Patrick Morice, délégué territorial entouré de bénévoles était venu sensibiliser et renseigner le public.



CPAM *Montpellier*

La caisse primaire d'assurance maladie de l'Hérault a dévoilé le 4 novembre, le nom des associations lauréates de son appel à projets qui permet de reverser près de 500 000 € au tissu associatif. Au total 93 associations seront aidées pour leurs actions de prévention en matière de santé et d'accompagnement des malades. Dans ce contexte la présidence et direction de la CPAM nous ont attribué 7500€. Nous les remercions pour ce soutien qui contribuera à financer la prévention en santé des proches aidants.

LE MHSC Football, un partenaire de longue date

L'opération « 1 but marqué = 250€ » a été renouvelée cette année. Nous saluons la générosité du MHSC et l'habileté des joueuses et joueurs, et remercions le président Laurent Nicollin.

Laurent Nicollin, président du MHSC, et Gérard Despesse, notre président, lors de la remise du chèque « 1 but marqué = 250€ »

Ce partenariat avec le foot professionnel, hommes et femmes, permet de promouvoir l'inclusivité dans le monde sportif. Le MHSC met également à notre disposition 4 à 6 places gratuites tout au long de la saison pour nos malades, aidants et bénévoles.



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 : janvier 2026
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 (1200 exemplaires)

Crédits photos : FAH : France Alzheimer Hérault
Couverture : ©Freepik
p 2 : ©FAH ©FAH ©Midi Libre-GT ©MHSC
p 3 : ©FAH ©Freepik ©Macrovector-Freepik ©FA ©DR
p 4-5 : ©FAH ©DR
p 6-7 : ©FAH ©DR ©CanvaPro ©FAH ©CanvaPro ©DR
©fwstudio-Freepik
p 8-9 : ©Didier ALRIC (Photos Alignan-du-Vent) ©FAH
©Cie Baudracco ©DR ©Upklyak-Freepik ©Freepik
p 10-11 : ©Freepik ©Freepik ©FA-DR ©Macrovector-
Freepik ©FA ©DR
p 12-13 : ©FAH ©DR ©Upklyak-Freepik
p 15-19 : Logos : ©FAH ©FA ©Jemastock-Freepik
©brgfx-Freepik ©Freepik Photo : ©Freepik
Site web : www.francealzheimer.org/herault



LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers adhérents et partenaires,

L'année 2025 a été marquée par de nombreuses satisfactions.

Notre association a franchi la barre des 1 000 adhérents. Cela nous engage et nous oblige, notamment à consolider nos ressources financières et à recruter plus de bénévoles pour répondre aux besoins des malades et de leurs familles.

Notre volonté d'aller encore plus vers vous s'est concrétisée par la mise en place d'une gouvernance décentralisée sur 8 territoires regroupant des communautés de communes, d'agglomérations... Sur chacun d'entre eux, un délégué territorial dispose d'une large délégation et anime une équipe de bénévoles.

Avancer ensemble, avec les acteurs du soin et des prises en charge, se traduit par une reconnaissance de notre association comme partenaire du parcours de soins et de prévention de la santé des proches aidants.

De plus, l'horizon s'éclaircit avec :

- l'adoption par le gouvernement d'une stratégie nationale 2025-2030 pour les maladies neurodégénératives, parmi lesquelles la maladie d'Alzheimer prédomine (225 000 nouveaux cas diagnostiqués par an) ;

- ainsi que la reconnaissance des aidants comme pilier invisible du système de santé.

En 2026, en l'absence de traitement curatif reconnu, nous continuerons à vous informer, vous soutenir, vous distraire et nous veillerons à ce que les bonnes intentions de la stratégie nationale aient un véritable impact sur le terrain.

Je souhaite le meilleur pour vous en 2026.

Votre dévoué président,

Gérard DESPESSE

SOMMAIRE



ÇA S'EST PASSÉ
P. 4-7



GRAND ANGLE
P. 10



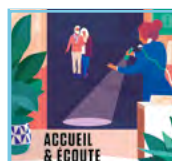
NOUVEAUTÉ
P. 11



FOCUS
P. 12



AGENDA
P. 13



PERMANENCES
P. 14



ACTIVITÉS
P. 15-19

Les événements de la rentrée

La rentrée a été marquée par de nombreux événements : forums des associations, conférences, Journée mondiale Alzheimer, célébration des 40 ans de l'Union à Alignan-du-Vent, Pérols et Béziers, ainsi que la Journée nationale des Aidants, la Semaine Bleue et la Semaine de la dénutrition.

Ces rencontres sont possibles grâce à nos partenaires et bénévoles, qui donnent de leur temps et de leur énergie avec enthousiasme et générosité. Un grand merci à eux pour leur engagement !

Nous étions présents aux forums des associations



Béziers



Montpellier

Antigone des associations



Colombiers



Lunel



Pérols



La-Tour-sur-Orb



Valras

ÇA S'EST PASSÉ

Nous étions partenaires dans tous ces événements
que vous pouvez découvrir dans cette galerie de photos.



Gignac
**Salon
des seniors**



Montpellier

CLCPH

1er salon Handicaps et Accessibilités. Organisé par le Comité de Liaison des Associations Pluriel Handicaps de l'Hérault, ce salon a proposé des ateliers et des tables rondes.



Une 9^e édition placée sous le thème national :
« Vieillir : une force à partager » a réuni à Castries de nombreux partenaires lors du Forum.



Castries

Semaine Bleue 2025

Béziers

Korian Lo Soleh Conférence



Séjour vacances départemental

Balaruc-les-Bains

Au mois de septembre, six couples aidants-aidés se sont retrouvés au village vacances de Balaruc-les-Bains. Encadrés par nos quatre bénévoles formées, ils ont partagé de très agréables moments. Les matins, des activités étaient

proposées aux aidés laissant du temps libre aux aidants. Les après-midi, des visites étaient organisées : panorama du Mont Saint-Loup en petit train, visite guidée de Noilly Prat avec dégustation, visite du Musée



Georges Brassens à Sète, sortie bateau sur le canal du Midi et bassin de Thau...

**Beau succès pour ce moment
de répit et de détente !**



Les sorties culturelles

Ce dernier trimestre, nos bénévoles ont organisé plusieurs sorties culturelles et conviviales qui ont rencontré un vif succès.

Elles ont permis à nos adhérents de découvrir des lieux emblématiques tels que l'église Saint-Sauveur à Aniane, l'ancienne prison de Béziers et les Féeries de Noël à Aniane.

Ces moments privilégiés visent à renforcer le lien social, rompre l'isolement et offrir de véritables parenthèses de bien-être.

De nouvelles destinations à travers tout le département vous seront proposées dès le 1er trimestre 2026 (voir p.18).

Aniane

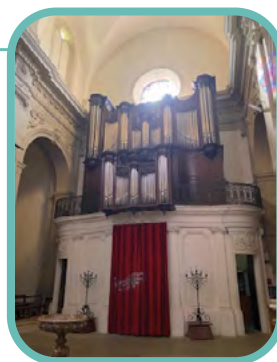
Les Féeries de Noël

Depuis seize ans, chaque hiver, la petite ville d'Aniane se transforme en un véritable écrin féérique, invitant ses visiteurs à vivre une expérience magique.

Nos adhérents ont eu le privilège de découvrir la plus grande crèche de France, où chaque détail, minutieusement travaillé, redonne vie à l'histoire de la Nativité à travers des personnages en taille réelle et des décors authentiques.

La promenade s'est poursuivie entre les chalets du Village et les étals du Marché de Noël, avant de s'achever dans la douceur d'un goûter autour d'un chocolat chaud.

Un temps pour rompre le repli sur soi.



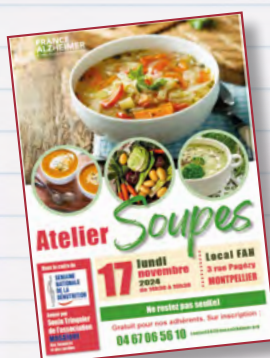
Aniane

Visite guidée de Saint-Sauveur

Nos adhérents ont exploré plus de douze siècles d'histoire en visitant cette abbaye bénédictine fondée en 782 et classée

Monument Historique. Une visite guidée riche en patrimoine et en émotions.

Semaine de la dénutrition



Montpellier

Atelier confection de soupes, animé par Sonia TRINQUIER de l'association Mosaïque.



ÇA S'EST PASSÉ



CELLULES
807-310



Béziers

Visite de l'ancienne prison

Au pied de la cathédrale Saint-Nazaire, l'ancienne prison s'inscrit dans le paysage biterrois. Ce bâtiment du XIX^e siècle, accroché à flanc de colline, a accueilli des détenus jusqu'en 2009. Nos adhérents ont pu découvrir,

lors d'une visite guidée, sa transformation audacieuse en hôtel-restaurant, ouvert en 2023, qui conjugue respect de l'esprit des lieux et modernité. La découverte s'est conclue par un moment convivial autour d'un repas au Bistro « La Prison », offrant une vue imprenable sur la ville et ses environs.

CABARET LE SHOWBIZZ DÎNER SPECTACLE

18 décembre 2025

Déjeuner-spectacle
au cabaret
Le ShowBizz à Magalas



Comme l'année dernière, plus d'une centaine de participants, personnes malades, proches aidants et bénévoles, ont profité d'un moment de bien-être et de convivialité. Cette sortie chaleureuse au cabaret Le ShowBizz a permis de clôturer l'année en beauté. Nous aurons bien sûr le plaisir de renouveler ces instants de partage et d'échange en 2026.

Montpellier

Conférence

« Mieux manger pour protéger sa mémoire : alimentation & maladie d'Alzheimer » animée par Sylvaine ARTERO chercheur épidémiologiste en neuropsychiatrie à l'INSERM de Montpellier.



Valras

En partenariat avec le CCAS de Valras

Atelier à l'éducation au goût
Une dizaine de participantes ont eu l'opportunité de redécouvrir leurs sens et d'échanger avec deux expertes du bien-être et de la nutrition : Françoise Pouvaty, olfactothérapeute, et Anna Miccolis, spécialiste en nutrition.



Retour en images

3 événements lors de la Journée mondiale Alzheimer et 40e anniversaire de l'Union Nationale France Alzheimer



Alignan-du-vent

Dimanche 28 septembre

Repas, animation musicale et danses

À Alignan-du-Vent, plus de 100 personnes se sont retrouvées autour d'une moullade et ont chanté et dansé avec *Les CatMoiselles*.

En partenariat avec la ville aidante et l'association *Alignan Solidarité*, M. le maire nous a honorés de sa présence. Qu'ils en soient remerciés.



Arènes de Pérols

Dimanche 5 octobre



Aux Arènes de Pérols, près de 500 personnes ont assisté à un spectacle camarguais de haute volée avec les Jeux gardians, enjolivés par les danses fougueuses des Arlésiennes et Sévillanes en costumes magnifiques. Tous se sont ensuite réunis à la Bodéga et ont partagé le verre de l'amitié, ainsi que des chants et des danses sur la musique irrésistible de Djegano & Gypsies.

La ville, ville aidante Alzheimer, a mis gratuitement à notre disposition les arènes et M. le Maire et ses équipes nous ont honorés de leur présence.



Béziers Vendredi 14 novembre

Au Palais des congrès de Béziers, environ 200 personnes ont apprécié la pièce « Marius » de la trilogie de Marcel Pagnol par la troupe Baudracco et ont pu déguster des planches de charcuterie et fromage.

M. le Maire, son épouse et son adjoint nous ont honorés de leur présence. La ville, ville aidante Alzheimer, a mis à notre disposition le Palais des congrès et nous soutient financièrement tout au long de l'année. Quelle soit remerciée.



M. le Maire et notre président.



La Cie Baudracco



La partie de cartes



Journée des Bénévoles d'Occitanie à Carcassonne

Les treize associations de France Alzheimer en Occitanie ont fêté les 40 ans de l'association nationale



Le mardi 14 octobre, l'association audoise, présidée par Evelynne Belzunces-Meyern, a organisé, à la cité médiévale de Carcassonne, une journée festive remerciant les bénévoles d'Occitanie pour leur engagement à nos côtés. La présence de plus de 200 bénévoles autour du président national, Joël Jaouen et ses équipes, a confirmé ce lien du réseau et permis des échanges en toute bienveillance.

Une expérience à renouveler annuellement au sein de chaque association ?



L'importance de vos cotisations et dons



Notre association départementale est maintenant composée de plus d'un millier d'adhérents auxquels elle peut proposer les activités que vous connaissez.

Cela ne se fait pas sans ressources et parmi elles figurent de manière importante cotisations et dons.

Les cotisations venant de votre part sont surtout un soutien moral nous motivant s'il en était encore besoin pour que nos bénévoles et professionnels puissent vous aider encore mieux.

Les dons sont un support financier indispensable aujourd'hui pour nous aider à fonctionner.

Si vous pensez que l'action de notre association est utile, alors n'hésitez pas à l'aider. Elle vous le rendra toujours plus efficacement.

Enfin n'oubliez pas que tous vos dons au bénéfice de France Alzheimer Hérault donnent droit à un reçu fiscal représentant 66% du montant donné.

Donnons-nous les moyens pour avancer ensemble.



Pour un virement ponctuel ou périodique
(mensuel) nous contacter pour obtenir notre **RIB**

L'adresse courriel pour nous contacter :

contact34@francealzheimer.org

Dons et Legs, en savoir plus



Léguer à France Alzheimer Hérault, c'est léguer à une association Profondément éthique. Bien sûr, nous garantissons une totale rigueur et transparence dans la gestion des biens. Nous nous engageons aussi à

respecter scrupuleusement les volontés de nos bienfaiteurs.

Donnez du sens à vos biens !

Faire un legs

On pense souvent à tort que le legs est réservé aux patrimoines

importants, ou qu'il implique des démarches compliquées. Pourtant, chacun peut léguer tout ou partie de ses biens, quelle que soit la valeur de son patrimoine, et en toute simplicité!

Tout bien peut faire l'objet d'un legs, et ce sans montant minimum. Pour cela, vous devez rédiger un testament désignant l'association France Alzheimer Hérault comme légataire de tout ou partie de vos biens. Nous vous conseillons de vous rapprocher d'un notaire. Il pourra vous guider afin d'assurer le respect de vos volontés.

Vous restez libre de changer d'avis puisque votre testament est modifiable ou révocable à tout moment de votre vivant, autant de fois que vous le souhaitez.

Souscrire une assurance-vie

Produit d'épargne préféré des Français pour ses nombreux

avantages fiscaux, l'assurance-vie est aussi un outil simple de transmission de votre patrimoine!

Que vous ayez ou non déjà ouvert un contrat, sachez que vous pouvez désigner France Alzheimer Hérault comme bénéficiaire (ou parmi les bénéficiaires) de votre assurance-vie. Cette formalité rapide est totalement gratuite.





Une boussole nationale 2025-2026

Devant la forte progression des maladies neurodégénératives (MND), une stratégie nationale construite avec les associations, les professionnels de santé et les chercheurs vient d'être lancée par le Ministère de la Santé.

C'est une réponse lucide et déterminée qui repose sur 6 axes et 37 mesures visant à prévenir et diagnostiquer plus tôt, lutter contre la stigmatisation, adapter les pratiques, mieux accompagner les aidants, consolider la prise en charge à domicile et moderniser les établissements médicosociaux.

Un focus sur certaines mesures

- Informer et sensibiliser le grand public, ainsi que les acteurs de la prise en charge

- Renforcer le repérage et le diagnostic précoce
- Simplifier l'orientation et l'accès aux droits des personnes grâce au Service public départemental de l'autonomie (SPDA)
- Expérimenter la mise en place d'équipes mobiles hospitalières dédiées
- Développer les interventions non médicamenteuses (INM), l'Activité physique adaptée (APA)...
- Consolider le maintien à domicile grâce au relai de longue durée (6 jours), l'HAD, les soins de fin de vie
- Adapter les EHPAD aux prises en charge des personnes touchées par une MND
- ...

Notre association concourt déjà à certains points visés et espère obtenir des financements adaptés à la réalisation de ces enjeux.

Une gouvernance nouvelle sera mise en place pour le pilotage national de la stratégie MND 2025-2030 avec la création d'un comité stratégique, d'un comité de veille et de suivi technique et d'un comité référent régional (MND/ARS).

Cette stratégie nécessaire et ambitieuse ne se limitera pas à une action de l'État, mais nécessitera la mobilisation de tous les acteurs.

Nous serons au rendez-vous.

Le président de FAH

Voir ce lien : www.francealzheimer.org/une-nouvelle-strategie-nationale-dediee-aux-maladies-neurodegeneratives/

Séjours vacances nationaux

« 40 ans à vos côtés, à faire de chaque séjour une aventure humaine ».

Depuis 1985, France Alzheimer et maladies apparentées accompagne les familles avec une conviction intacte : celle que chaque personne mérite de vivre des instants de bonheur, de répit et de partage, malgré la maladie.

En 2025, nous avons célébré 40 ans d'engagement, de rencontres, de souvenirs. Quarante années à créer des séjours où l'on s'évade, où l'on rit, où l'on se retrouve. Ces escapades ne sont pas de simples vacances : elles sont des parenthèses, des moments suspendus où les liens se tissent et les coeurs s'allègent.

Chaque séjour est pensé pour offrir un cadre sécurisant et chaleureux, où les aidants peuvent s'octroyer du temps pour eux, les personnes malades s'épanouir, et

les bénévoles déployer toute leur générosité. Leur présence, leur écoute et leur énergie sont le socle de cette aventure collective. Nous leur adressons notre gratitude la plus sincère.

Grâce à nos 102 associations, réparties sur l'ensemble du territoire, nous poursuivons notre mission avec passion et proximité.

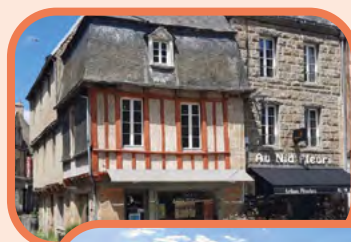
Feuilletez ce catalogue comme on ouvre un carnet de voyage. Laissez-vous guider vers des destinations



apaisantes, des activités enrichissantes, et surtout, vers des instants de vie partagés. Car au fond, ce que nous offrons depuis 40 ans, c'est la possibilité de vivre pleinement, ensemble.

Joël Jaouen

Président de l'association FA



En 2026, de nouvelles destinations sont proposées :

- ◆ Vaison-la-Romaine VAUCLUSE
- ◆ La Palmyre CHARENTE-MARITIME
- ◆ Saint-Brieux CÔTE-D'ARMOR

Dossier d'inscription à demander au service **Séjours Vacances** au **01 42 97 53 51**

ou par mail à l'adresse : sejoursvacances@francealzheimer.org

Accompagner dès l'annonce du diagnostic

FA34 met en place une permanence au sein du CMRR du CHU de Montpellier.



Permanence au CMRR

Une initiative de Gérard DESPESSE, président FA34, favorablement accueillie par le Dr. Karim BENNYS, Neuro-gériatre, responsable du CMRR, l'équipe médicale et l'équipe soignante.



Le Dr. Karim BENNYS, rappelle le contexte, les objectifs et les attendus.

Depuis 20 ans, implanté dans le département de neurologie du CHU Gui de Chauliac, le CMRR

de Montpellier est un centre expert dans le diagnostic et la prise en charge de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées. Le CMRR est re-labellisé en 2023, conformément à l'instruction N° DGOS/R4/2022/217 du 10 octobre 2022 relative au nouveau cahier des charges des CMT* et des CMRR.

Le CMRR s'implique au niveau local, départemental, régional et inter-régional dans le cadre de ses missions orientées selon quatre axes principaux : l'activité de soins, l'enseignement, la recherche clinique et l'animation de réseaux.

L'objectif majeur de la politique nationale portant sur les MND* est de garantir une prise en soin adaptée et un parcours sans rupture en tout point du territoire. C'est dans ce cadre qu'une convention de partenariat entre le CMRR et FA34 vise à assurer la mise en place de l'écoute, l'information et l'accompagnement des malades diagnostiqués et de leurs proches aidants par la mise en place d'une permanence.

Les bénéfices de ce partenariat sont multiples. Il renforce le dispositif de post-annonce diagnostique

mis en place au CMRR en répondant plus spécifiquement aux problématiques personnelles engendrées par cette annonce (personne malade jeune, pathologies rares et précoces, etc.). Il permet de répondre aux besoins et aux attentes des patients et de leurs aidants du département en mettant en place des dispositifs de soins non médicamenteux, de répit et de soutien psychologique. Il renseigne également sur les aides existantes et enfin, favorise l'accompagnement dans le placement en institution.



Gérard DESPESSE nous précise que la permanence a lieu à proximité des consultations et du secrétariat. Elle est coordonnée entre le secrétariat du CMRR et celui de FA34.

Elle a lieu en alternance tous les 15 jours, les mardis matin et jeudis après-midi.

Elle est assurée par 2 bénévoles de l'association formés et expérimentés.

FA34 devient ainsi un partenaire actif dans le parcours de soins et de vie avec la maladie.

Cette initiative, après évaluation, sera étendue en 2026 aux structures privées et publiques assurant des consultations et diagnostics.

* CMT : Centre Mémoire Territoriaux

* MND : Maladie Neuro Dégénérative

En partenariat avec



Conférences : la protection juridique en partenariat avec l'UDAF



GIGNAC : le 3 février, de 14h30 à 16h30, à la salle du stade de foot, avenue Jean BOREL.

GRABELS : le 16 février, de 14h30 à 16h30, à la mairie de Grabels, salle Marianne.

Semaine du cerveau Montpellier / Agde du 16 au 22 mars 2026

Cette manifestation permet au grand public d'aller à la rencontre des chercheurs pour apprendre à mieux connaître le cerveau et s'informer sur la recherche en neurosciences.

Du 16 au 22 mars 2026, des centaines d'événements gratuits auront lieu à travers toute la France sous une multitude de formats : conférences, ciné-débat, spectacles, quiz, escape game ...

Retrouvez le programme en ligne : www.semaineducerveau.fr



Envie de devenir bénévole ?

Rejoignez-nous !

Actuellement, nous recherchons plus particulièrement des bénévoles pour les communautés de communes de :

Agde, Bédarieux, Clermont l'Hérault, Ganges, Lamalou, Lodève, Lunel, Métropole de Montpellier, Pézenas...

Vous êtes intéressé(e) ? Contactez-nous au

04 67 06 56 10



Journée Portes Ouvertes Samedi 24 janvier de 14h30 à 17h

Venez nous rencontrer et visiter les locaux

Avec l'arrivée du **TRAM 5** à la **Cité Créative** la **Halte Répit Détente Alzheimer***

devient maintenant accessible très facilement !

UNE NOUVELLE OFFRE ADAPTÉE AUX BESOINS DES FAMILLES

Sur inscription, cette **halte-répit** d'accueil, à la demi-journée, non médicalisée propose aux malades des activités ludiques et stimulantes, axées sur l'échange, la convivialité, dans un lieu sécurisé, encadré par des bénévoles de nos deux associations formés par France Alzheimer Hérault.

*Gratuit pour nos adhérents

TRAM 5
Arrêt :
Cité Créative
Parc Montcalm
à 200m



En partenariat avec
CROIX-ROUGE FRANÇAISE

Prise de RDV pour un entretien préalable à la HRDA

☎ 06 10 55 97 50

✉ hrda.dt34@croix-rouge.fr



2 rue Xavier DEZEUZE
34070 MONTPELLIER
Tram 5 : Cité Créative – Parc Montcalm

NOS PERMANENCES

Accueil, informations, orientations pour tous

Où rencontrer les bénévoles
de France Alzheimer Hérault ?

Permanences	Lieux	Horaires sur rendez-vous
SECTEUR DE BÉZIER		
46 avenue Georges Clémenceau - contact.beziers@francealzheimer.org		
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
BÉZIER	46 av. Georges Clémenceau	Sur RDV
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

Sur RDV
uniquement

SECTEUR DE MONTPELLIER		
3 rue Pagézy - contact34@francealzheimer.org - Tél : 04 67 06 56 10 (de 9h à 13h)		
CASTELNAU-le-LEZ	Maison des Proximités Devois 315 av. du Devois (bureau 1 ^{er} 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	Sur RDV
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	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
MARSEILLAN	Bureau (à côté de la salle des mariages) - Mairie	2 ^e mardi du mois de 9h à 12h
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	Centre Mémoire Ressources Recherche Hôpital Gui de Chauliac 80 av. Augustin Fliche	→ Les mardis de 9h30 à 12h30 → Les jeudis de 13h30 à 17h
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	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

Sur RDV
uniquement

NOS ACTIVITÉS

Pour les personnes malades

19 activités et des ateliers pour ralentir l'évolution de la maladie

Inscription obligatoire



ATELIER DE MOBILISATION COGNITIVE

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

Cycle de 6 mois

BÉZIERS GROUPE 1	Les mardis de 10h à 12h du 06/01 au 31/03	Elodie CASCALES Neuropsychologue
BÉZIERS GROUPE 2	Les mardis, bi-mensuel, de 14h à 16h du 06/01 au 30/03	Elodie CASCALES Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 1	Les mercredis de 10h à 12h du 07/01 au 01/04	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
MONTPELLIER GROUPE 2	Les mardis de 10h à 12h du 06/01 au 31/03	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue
ST-GÉLY-DU-FESC	Les lundis de 10h à 12h du 05/01 au 30/03	Guillaume BENES, Psychologue clinicien - Neuropsychologue Salle de réunion Maurice Bousquet
ST-JEAN-DE-VÉDAS	Les lundis de 10h à 12h, du 05/01 au 30/03 (sauf les 12/01, 09/02, 02/03 et 16/03)	Antoine FRUQUIERE, Neuropsychologue Salle des Granges, Place du Puits de Gaud, (2e étage avec ascenseur)
TOURBES	Les 1 ^{er} lundi et 2 ^e mardi de chaque mois de 14h30 à 16h30, les 05/01, 13/01, 02/02, 10/02, 02/03 et 10/03	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.

Cycle de 6 mois

BÉZIERS (Musicothérapie)	Les jeudis de 14h à 15h30 du 08/01 au 26/03	Aline ALGUDO, Musicothérapeute
BÉZIERS (Ateliers créatifs)	Les mardis, bi-mensuel, de 14h à 16h du 13/01 au 24/03	Bénévoles
BÉDARIEUX (Musicothérapie)	Les vendredis, bi-mensuel, de 14h à 15h30 du 09/01 au 20/03	Dominique CHAPUIS, Musicothérapeute Salle de la paroisse, 4 rue F. Fabre
MONTPELLIER (Musicothérapie)	Les jeudis de 10h à 11h30 du 15/01 au 26/03	Rémy RODRIGUEZ, Musicothérapeute clinicien, Association "MusCaris"
MAUGUIO (Musicothérapie)	Les vendredis de 14h30 à 16h du 09/01 au 27/03	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

Cycle
de
6 mois

BÉZIERS (Gym douce)	Les vendredis de 14h à 15h30 du 09/01 au 27/03	Françoise POUVATCHY, coach sportif diplômée, association Gym'Agine
LUNEL (APA - Gym douce et ludique)	Les lundis, bi-mensuel, de 16h à 17h du 05/01 au 30/03	Léa VERDIER, enseignante APA Salle de la cafeteria, EHPAD C.H. Lunel, rue Bruno Brunel
MONTPELLIER (APA - Gym douce et ludique)	Les mercredis de 14h30 à 16h du 07/01 au 25/03	Baptiste RENAUDIN, enseignant APA Association Jouvence
MONTPELLIER (Marche santé)	Les vendredis de 14h à 16h du 09/01 au 27/03	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	Les jeudis bi-mensuel tous les 15 jours de 14h à 15h30 : les 05/03 et 19/03	Florence PRADIER, équithérapeute Domaine Mas Les Jasses
LATTES	- Les lundis après-midi, bi-mensuel, de 15h à 16h30, les 12/01, 26/01, 02/02, 16/02, 09/03 et 23/03 - Les jeudis, bi-mensuel, de 14h30 à 16h, les 08/01, 22/01, 05/02, 19/02, 12/03 et 26/03	Laetitia RENAUD, équithérapeute Centre hippique Saint-Pierre Route de Palavas



NOUVEAU

ATELIER "Vivre Avec la Maladie d'Alzheimer" (VAMA)

Permet de s'approprier et mieux comprendre la maladie. Aide à améliorer la qualité de vie, mieux se faire comprendre par son entourage, améliore sa confiance en soi et crée du lien social...

BÉZIERS	Inscription obligatoire	Les mercredis de 14h à 16h les 20/02, 27/02, 13/03, 27/03, 10/04 et 17/04	Élodie CASCALES, psychologue et un bénévole
---------	----------------------------	---	--

Pour les aidants

16 activités pour prévenir l'épuisement psychologique et physique

Inscription
obligatoire



ATELIER DE RELAXATION

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

Cycle
de
6 mois

BÉZIERS (Sophrologie)	Les mercredis de 10h à 11h30, du 07/01 au 25/03	Céline BORNOT Sophrologue
LODÈVE (Relaxation)	Les lundis, de 10h à 11h30 du 05/01 au 30/03	Cécile NOPRE, Relaxologue Salle St Martin, en face du 73 rue Jacques Prévert
MONTPELLIER (Qi Gong)	Les lundis de 11h à 12h, à partir du 05/01 au 30/03	Céline BOUSSIER Praticienne de Qi Gong
MONTPELLIER (Shiatsu)	Les lundis séance de 1h Sur RDV uniquement. Nous contacter	Céline BOUSSIER Praticienne de Shiatsu
MONTPELLIER (Sophrologie)	Les vendredis de 10h à 11h30 du 09/01 au 27/03	Julia GUTH Sophrologue

SÉRIGNAN (Sophrologie)	Les lundis de 14h à 15h30 du 05/01 au 30/03	Céline BORNOT, Sophrologue Espace Joseph Viennet
ST-ANDRÉ-DE-SANGONIS (Qi Gong)	Les mercredis de 10h à 11h30 (sauf les 25/02 et le 03/03)	Françoise NAVEL, Praticienne de Qi Gong. Maison intergénérationnelle Paulette Ayot



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	<u>Groupe spécial aidants</u> : 1 fois par mois le lundi de 10h à 12h les 19/01, 16/02 et 16/03 <u>Groupe spécial malades</u> : le lundi de 10h à 12h le 05/01, 02/02 et 02/03	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 06/01 et 31/03	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 27/01, 24/02 et 24/03	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 08/01, 05/02, 05/03, 02/04, 21/05 et 18/06	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 17h30 à 19h30 les 28/01, 11/02, 11/03, 08/04	Aurore MILLET, Neuropsychologue Espace culturel Le Devezou (salle 2)
MONTPELLIER	<u>Groupe spécial conjoints aidants</u> : 1 fois par mois le mardi, de 14h30-16h30 les 21/01, 24/02 et 24/03 <u>Groupe spécial enfants aidants</u> : 1 fois par mois le mardi, les 21/01, 24/02 et 24/03	Guillaume BENES Psychologue clinicien Neuropsychologue
PÉZENAS	1 fois par mois le mardi de 15h à 17h les 06/01, 03/02, 03/03 et 07/04	Ophélie MAIRET, Psychologue 9 rue Louis Blanc (petite salle n°2)
SÈTE	1 fois par mois le mercredi de 14h30 à 16h les 07/01, 04/02, 04/03, 01/04	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 23/01, 20/02 et 20/03	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.

Pour les familles

10 moments pour rompre l'isolation sociale et se détendre

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

Les mardis de 14h30 à 16h30
les 27/01 et 28/04

Ophélie MAIRET, Psychologue
Le Voilis, 27 Bd Front de Mer

PÉZENAS

Le mardi de 14h30 à 16h30
le 17/02

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

Les mercredis, 1 fois par mois,
de 14h à 17h,
les 14/01, 11/02 et 11/03

Nathalie BELLAMY, Psychologue et
Bénévoles - INSTANT T
Salle Yvan Marty



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

Visites guidées de 14h à 16h :
→ le 30/01/2026 : visite guidée du Musée
de Lodève.
Exposition : « Anatomie comparée des
espèces imaginaires »

Bénévoles

D'autres visites seront
programmées tout au long de
l'année, nous contacter.



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 05/01, 02/02, 02/03 et 13/04.

Bénévoles
Salle de l'ancien couvent
Place du Général Claparède

LUNEL

Les lundis, bi-mensuel, de 14h30 à 17h,
sur inscription. Les 12/01, 26/01, 09/02,
23/02, 09/03 et 23/03.

Bénévoles
Salle de la cafeteria, EHPAD
C.H. Lunel, rue Bruno Brunel



SÉJOUR VACANCES DÉPARTEMENTAUX

Encadré par nos bénévoles spécialement formés : séjours vacances de 5 jours, visites guidées, promenades, jeux... Activités spécifiques pour les aidés le matin.

Dans l'HÉRAULT

Planning à venir.
Nous consulter.

Dans divers lieux touristiques du
département.

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.



Atelier rencontre & cuisine : encadré par un chef et nos bénévoles.
Réalisation de plats et dégustation.

Inscription
obligatoire

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

VALRAS-PLAGE

Le mardi 17/02, de 10h à 15h

Bénévoles
au CCAS de Valras Plage



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 16/01, 13/02 et 13/03

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 16/03, de 10h à 12h.

Bénévoles. Résidence senior
de Valras-plage, Archipel Bât. C

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, 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 et connaître toutes nos activités de soutien des personnes malades et des familles.

Plus de
3000 aidants
l'ont déjà
suivie



Calendrier des formations prévues en 2026 au 1^{er} trimestre

- **Béziers**, les samedis matin (à partir du 17/01).
- **Montpellier**, les jeudis après-midi (à partir du 22/01).
- **Lodève**, les lundis après-midi (à partir du 26/01).
- **Ganges**, les jeudis après-midi (à partir du 19/02).
- En cours de préparation : **Mauguio** et **Jacou**.

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

Villes, clubs et partenaires aidants Alzheimer

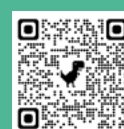


VOUS RENSEIGNER VOUS ÉCOUTER VOUS SOUTENIR

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

FRANCE ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
34 HÉRAULT



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

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

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

www.francealzheimer.org/herault