

# LE LIEN

LE MAGAZINE D'INFORMATION  
DE FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT

Septembre 2026

- ◆ **Samedi 19 septembre :**  
tournoi de golf - Béziers
- ◆ **Samedi 19 septembre :**  
kermesse occitane - Castelnau-le-Lez
- ◆ **Lundi 21 septembre :**  
visite en petit train du centre ville de Montpellier
- ◆ **Dimanche 27 septembre :**  
repas convivial à Alignan-du-Vent



# Journée mondiale Alzheimer 2026

**France Alzheimer Hérault**  
avec vous  
sur tous les terrains



**FRANCE  
ALZHEIMER**  
& MALADIES APPARENTÉES  
34 HÉRAULT

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

# Avec nos partenaires, nous allons plus loin !

## Montpellier Handball (MHB) Signature de la charte « Club sportif aidant Alzheimer »

Le samedi 11 avril, au FDI Stadium, Julien DELJARRY, président du MHB, et Gérard DESPESSE, président de France Alzheimer Hérault, ont signé la charte « Club sportif aidant Alzheimer », marquant ainsi l'engagement du club en faveur des personnes touchées par la maladie d'Alzheimer et de leurs proches.

À cette occasion, plusieurs de nos adhérents ont eu le plaisir de bénéficier de places offertes par le MHB pour assister à la rencontre opposant le Montpellier Handball à l'USDK Dunkerque Handball Grand Littoral.

Nous remercions vivement le MHB pour cette généreuse invitation, qui a permis à nos adhérents de vivre un beau moment de convivialité lors de ce match de Ligue européenne.



## Signature de la charte *Juvignac*

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

Mercredi 6 mai 2026, Serge GROS, Maire de Juvignac, et Gérard DESPESSE, président de France Alzheimer Hérault, ont signé la charte «VILLE AIDANTE ALZHEIMER». Ils étaient accompagnés de Régine VELAY, 1<sup>ère</sup> Adjointe, déléguée aux Affaires sociales, aux Solidarités, à la Santé, à l'Inclusion et à l'Accès aux droits et de notre bénévole Alain VAYSSETTE.

Par ailleurs, la signature d'une convention de partenariat avec le CCAS de la ville permettra de développer des actions communes, notamment la mise en place d'activités à destination des familles.

À compter de la rentrée, une permanence mensuelle sera assurée au CCAS par nos bénévoles. Elle offrira un espace d'écoute, d'information et de soutien aux familles confrontées à la maladie (voir p. 14).



## FONDATION D'ENTREPRISE GEORGES TRUFFAUT *Mauguio*

### Campagne d'arrondi de caisse

Du 31 mars au 28 juin 2026, la Fondation Georges TRUFFAUT a renouvelé sa campagne de micro-dons au profit de France Alzheimer dans tous les magasins TRUFFAUT de France. Cette initiative a permis de sensibiliser le public et de soutenir le financement des jardins thérapeutiques.

À cette occasion, les bénévoles de France Alzheimer Hérault ont été présents durant quatre journées au magasin TRUFFAUT de Mauguio pour rencontrer et informer les familles.

France Alzheimer Hérault remercie chaleureusement la Fondation Georges TRUFFAUT et le magasin TRUFFAUT de Mauguio pour leur engagement et leur solidarité auprès des personnes malades et de leurs proches.



# 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](mailto: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 2026  
Dépôt légal n° ISSN 2680-1302  
Directeur de la publication : Gérard DESPESSE  
Edition réalisée par : France Alzheimer Hérault  
[communication34@francealzheimer.org](mailto:communication34@francealzheimer.org)  
Imprimeur : IMP'ACT imprimerie (1 500 exemplaires)

**Crédits photos** : FAH : France Alzheimer Hérault  
**Couverture** : ©Magnific ©FAH  
**p 2** : ©FAH ©Adrien DEROIDE-MHB ©Mairie Juvignac  
©FAH **p 3** : ©FAH ©FA  
**p 4** : ©DSP ©FAH **p5** : ©FAH  
**p 6** : ©DR ©FAH ©O Loup Thau Quai ©FAH ©Alain PIC  
©Gilles CROISSANT **p 7** : ©Midi Libre ©DR ©FAH  
**p 8-9** : ©FAH  
**p 10-11** : ©FAH ©DR  
**p 12-13** : ©FAH ©DR ©CanvaPro ©Phil-Poulenas  
**p 15-19** : ©France Alzheimer ©Freepik ©brgfx-Freepik  
©Jemastock-Freepik ©CanvaPro

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



# LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers adhérents et partenaires,

Malgré toute l'information et la sensibilisation sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées déployées depuis de nombreuses années auprès du grand public (conférences, ciné-débats, presse écrite, radios, réseaux sociaux...), beaucoup de personnes nous déclarent ne pas avoir été informées, ou trop tardivement.

En revanche, notre partenariat avec les structures hospitalières, cliniques, professionnels de santé visant à informer les familles dès le début de la maladie sur nos activités de soutien des malades et aidants porte déjà et portera encore davantage ses fruits : diagnostic et accompagnement précoces.

Nous avons donc décidé d'amplifier cette démarche en nous appuyant sur notre réseau départemental « Villes aidantes Alzheimer ».

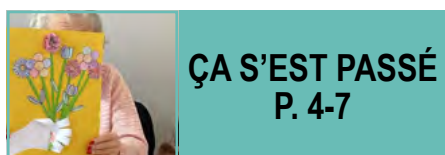
À l'occasion du renouvellement ou de la reconduction des équipes municipales, nous allons resigner la Charte d'engagement « Ville Aidante Alzheimer » qui intégrera notamment la mise en place d'une signalétique permanente aux entrées des axes principaux des villes (p. 9). Ainsi, les administrés ne pourront plus ignorer la réponse de proximité qu'offre leur ville en partenariat avec notre association.

Face au développement de la maladie lié principalement au vieillissement de la société, notre devoir est de gérer ensemble cet enjeu de société et de santé publique.

Votre dévoué président,

Gérard DESPESSE

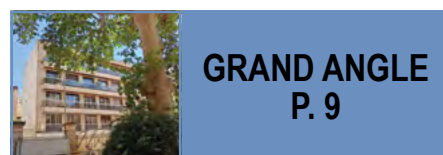
# SOMMAIRE



**ÇA S'EST PASSÉ**  
P. 4-7



**ASSEMBLÉE  
GÉNÉRALE**  
P. 8



**GRAND ANGLE**  
P. 9



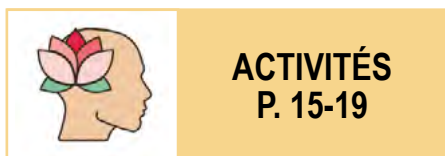
**AGENDA**  
P. 10-11



**JOURNÉE  
MONDIALE**  
P. 12-13



**PERMANENCES**  
P. 14



**ACTIVITÉS**  
P. 15-19



**NOS PARTENAIRES**  
P. 20

## Visite du village de *Bélarga*



Dans le cadre du programme « Art, culture et Alzheimer », nos adhérents ont eu le plaisir de découvrir le charmant village de Bélarga, riche d'un patrimoine et d'une histoire remarquables.

Guidée par Robin BOULOT, de l'Office de Tourisme Intercommunal Saint-Guilhem-le-Désert Vallée de l'Hérault, cette visite, aussi instructive que captivante, a conquis l'ensemble des participants.

Niché sur les rives de l'Hérault, Bélarga séduit par son authenticité et la richesse de son patrimoine préservé. Du bourg médiéval à son château stratégique, en passant par son ancien moulin et son puits éolien restauré, chaque lieu témoigne du rôle essentiel de l'eau, à l'origine même du nom du village, qui évoquerait les « belles eaux » ou le « beau regard ».

Entre histoire, nature et paysages typiquement languedociens, l'après-midi s'est poursuivie dans

une ambiance conviviale autour d'un goûter et de rafraîchissements partagés à l'ombre des arbres, un moment particulièrement apprécié.

Cette sortie a constitué un véritable temps fort, favorisant les échanges, rompant l'isolement social et offrant à chacun une parenthèse de détente et de découverte.

**D'autres sorties culturelles seront programmées à partir de septembre dans tout le département. Consultez l'agenda p. 18.**

## Visite de l'aquarium Planet Ocean *Montpellier*

Le mardi 30 juin, nos adhérents, accompagnés de trois bénévoles, se sont retrouvés pour une visite de l'aquarium Planet Ocean à Odyseum.

Cette agréable parenthèse de fraîcheur a été particulièrement appréciée, alors que les températures extérieures avoisinaient les 35°C. Tout au long du parcours, les participants ont pu observer les manchots du Cap, admirer de magnifiques poissons tropicaux, des requins et même des iguanes. Ils se sont également laissé surprendre

par la spectaculaire reconstitution de la tempête des Quarantièmes rugissants, qui en a décoiffé plus d'un !

Cette immersion fascinante leur a permis de découvrir les richesses des fonds marins et les merveilles de la Planète Bleue, pour le plus grand plaisir de tous.

Pour celles et ceux qui n'ont pas pu participer à cette sortie le 30 juin, une nouvelle visite sera programmée d'ici la fin de l'année.

**Restez attentifs à nos emails pour connaître la prochaine date !**



## Atelier créatif Béziers

Depuis plusieurs années, tous les quinze jours, le mardi, nos bénévoles de Béziers accueillent les adhérents pour partager un moment de convivialité autour d'un atelier créatif.

À chaque séance, un thème est proposé et différentes techniques sont explorées. Découpage, collage,

coloriage, peinture ou encore pliage permettent à chacun de laisser parler sa créativité et de réaliser de jolis objets dans une ambiance chaleureuse.

Les bienfaits des activités manuelles ne sont plus à démontrer, tant pour les aidants que pour les personnes accompagnées.

En sollicitant la motricité fine, la réflexion, la concentration et l'imagination, ces ateliers favorisent le bien-être et stimulent les capacités cognitives de chacun. Une photo, un dessin, une couleur ou une texture peuvent faire ressurgir des souvenirs que l'on croyait oubliés et raviver des émotions précieuses.



Ces moments de créativité sont avant tout des instants de convivialité et de plaisir partagé.

Voir p. 15.



## Atelier bien-être Valras-Plage



« Détente / Bien-être » :  
une parenthèse  
de douceur à Valras

14h ! Tout est prêt !  
Fauteuil relaxant, couvertures  
moelleuses, bougies et fleurs  
parfumées, musique douce,  
semi-pénombre... aucune

attention ne manque à ce « salon bien-être » harmonieusement recréé par Irène (esthéticienne à la retraite) secondée par Laure-Anne (infirmière à la retraite) toutes les deux bénévoles de l'association, formées à l'accompagnement par France Alzheimer.

Tout est en effet soigneusement en place ce mercredi de juin pour accueillir dans une ambiance cocooning les personnes inscrites à la séance détente qui leur est offerte. Car il s'agit bien, dans cet agréable espace de trois pièces, aimablement mis à disposition par le CCAS de Valras, de relaxation, de bienveillance et de beauté.

Au programme : mini soins du visage prodigués par Irène pour les aidants suivis de massages légers des mains et avant-bras assurés par Laure-Anne pour les malades Alzheimer.

Des contacts doux et chaleureux. Une bulle d'écoute et de sourires.

« C'est mieux que la thalasso. Je suis gâtée ! » nous confesse Mady, la mine réjouie.

« Je pourrai revenir la prochaine fois ? » demande Céleste ravie de ce moment « rare ».

Et tandis que jusqu'à 16h30, les séances individuelles d'une demi-heure se succéderont dans les deux salons dédiés, les bénévoles de l'équipe valrassienne proposeront aux autres personnes présentes des échanges ludiques et gourmands à partager en toute convivialité dans un troisième espace.

Organisées pour la deuxième fois ces « pauses douceur » bénéfiques et appréciées rencontrent déjà un vrai succès.

Pour satisfaire le plus grand nombre (aidants/aidés), nous envisageons à partir d'octobre d'animer des ateliers mensuels pour favoriser l'auto-pratique (gestes de bien-être simples à réaliser soi-même).

Toute l'équipe des bénévoles de Valras sera présente pour assurer le relais.

Un grand merci au CCAS de Valras pour cet excellent partenariat.

Voir p. 19.

LE LIEN • 5



## Football américain *Montpellier*

### FRANCE ALZHEIMER HÉRAULT Là où on ne l'attendait pas !

À l'occasion du match de football américain des Hurricanes de Montpellier contre les LIONS DE BORDEAUX (brillamment remporté par les HURRICANES), nous étions présents pour informer les joueurs, les familles et les supporters, sur les risques potentiels de développer plus tard la maladie d'Alzheimer (chocs répétés) que la pratique de ce sport peut entraîner.

Objectif : renforcer les protections.

Un éclairage sur les missions de notre association : informer, prévenir, accompagner et soutenir.



## O Loup Thau'Quai *Frontignan*

### Sortie conviviale du mois de mai

Plus de 100 personnes, malades, aidants, bénévoles, se sont retrouvées le 7 mai à Frontignan pour partager, autour d'un repas gastronomique, une parenthèse de bien-être, animée par Laura.

Ce fut un plaisir de voir, sur des visages épanouis, la joie de chanter et danser.

Michel ARROUY, maire de Frontignan (Ville Aidante Alzheimer), est venu partager l'apéritif et a évoqué, en tant qu'aidant lui-même, l'importance du soutien que nous assurons aux familles.

Un moment convivial qui sera évidemment renouvelé au cours du 2<sup>e</sup> semestre.



## Don *Interact Club* Section du Rotary Club Coeur d'Hérault

Erin CASTAN, Emilie MARTIN-CHRISTOPHE et Clara ROGGENSTEIN sont membres de l'INTERACT CLUB, section du ROTARY CLUB COEUR D'HÉRAULT, destiné aux 12-18 ans. Toutes trois avaient à cœur de collecter des fonds pour la recherche contre la maladie d'Alzheimer.

Tutorées par Laetitia BLANCHER, présidente du Rotary Club Coeur d'Hérault, elles ont organisé une soirée qui a remporté un franc succès puisque 310 jeunes s'y sont retrouvés. À l'issue de cette belle initiative, un chèque de plus de 1 500 € a été remis à notre association lors d'une rencontre organisée le 15 avril.

Nous adressons nos plus sincères remerciements à ces trois jeunes filles de l'Interact Club, ainsi qu'à Laetitia BLANCHER, présidente du ROTARY CLUB COEUR D'HÉRAULT, pour



leur engagement et leur précieux soutien en faveur de la recherche contre la maladie d'Alzheimer.

## Don *Fonds des aidants*



Créé en 2025 sous l'égide de la FONDATION NOTRE DAME, le FONDS DES AIDANTS répond

à un enjeu majeur de notre société : soutenir les 11 millions d'aidants en France.

Sa mission est d'accompagner, de soulager et de valoriser celles et ceux qui, chaque jour, apportent une aide précieuse à un proche en perte d'autonomie.

Dans le cadre de son premier appel à projets national 2025-2026, le FONDS DES AIDANTS a choisi de soutenir des initiatives innovantes, locales ou nationales, apportant des réponses concrètes aux besoins des aidants.

Nous sommes très heureux d'annoncer que, grâce à l'engagement remarquable de

nos bénévoles, nos salariées de notre coordinatrice et de notre trésorière-adjointe, notre association figure parmi les lauréats de cette première édition. Cela s'est traduit par l'attribution d'une subvention de 30 000€.

Nous tenons à exprimer notre vive reconnaissance au FONDS DES AIDANTS pour la confiance qu'il nous accorde et la générosité de son soutien.

Ce financement nous permettra de pérenniser l'accès aux entretiens psychologiques pour les aidants, afin de leur offrir un accompagnement toujours plus adapté à leurs besoins.

## Réunion régionale FA Occitanie

Les présidents des associations départementales France Alzheimer d'Occitanie se sont réunis le 2 juin à Aumont-Aubrac-Terre de Peyre.

Ils ont été accueillis chaleureusement par la présidente de France Alzheimer Lozère, en présence du maire et du président du Conseil départemental.

Ces temps sont précieux, ils permettent de partager des informations :

- descendantes de la part de l'Union nationale France Alzheimer (Joël JAOUEN, son président, était entouré de l'équipe de direction)
- et montantes du vécu des associations départementales.

Nous nous retrouverons en décembre, accueillis cette fois par France Alzheimer Gard.



# Retour sur notre assemblée Générale du 27 avril 2026

Conformément à nos statuts, notre assemblée générale annuelle s'est tenue à la Maison de la Démocratie de Montpellier.

Elle a statué sur l'exercice 2025 et approuvé à l'unanimité toutes les résolutions prévues.

## Extrait du rapport moral : les faits marquants de l'année 2025

- Toujours plus de familles accompagnées : 1 063 adhérents (+ 21 % par rapport à 2024).
- Création d'événements à l'occasion du 40<sup>e</sup> anniversaire de l'UNFA.
- Développement de nos permanences sur tout le département (31 actuellement)
- La consolidation de notre réseau Villes Aidantes Alzheimer® (29 actuellement)
- La consolidation de notre équipe de bénévoles assurant 12 391 heures de bénévolat.
- La mise en place d'une gouvernance décentralisée par un découpage du département en 8 territoires regroupant des communautés de communes et d'agglomérations.
- Une communication performante grâce à notre magazine trimestriel « Le lien », à 91 campagnes d'information sur nos activités, et à notre site web (12 259 pages vues par 8 687 visiteurs).
- Un soutien financier constant de nos différents partenaires.

En conclusion, 2025 a été une année riche durant laquelle toute notre équipe a déployé beaucoup d'énergie et d'engagement auprès des familles touchées par la maladie.

## Extrait du rapport d'activité

Conformément à nos missions, nous avons consolidé les activités de soutien aux malades et aux proches aidants et réalisé 1 443 séances, représentant 6 465 participations sur l'ensemble du département. 19 492 appels téléphoniques et 46 983 mails ont été traités.

## Nos principales activités

- Accueillir les familles dès l'annonce du diagnostic (344 familles ont été reçues).
- Informer le grand public et sensibiliser les acteurs du soin, du social et du médicosocial :
  - 20 Conférences, soit 800 participants et

30 Sensibilisations, soit 300 participants

- 6 Ciné-débats, soit 300 participants et 30 Forums des associations et Forums santé

- Informer le proche aidant sur la maladie d'Alzheimer : 21 formations des aidants, soit 169 participants.

- Développer les interventions non médicamenteuses ralentissant l'évolution de la maladie : 19 activités et ateliers sur le département avec notamment Mobilisation cognitive (1 078 participations), musicothérapie (981), activité physique adaptée (366), équithérapie-médiation animale (263)...

- Soutenir le proche aidant afin de prévenir son épuisement physique et psychique : 16 activités par mois sur le département, avec notamment : soutien par nos psychologues (480 h), activités de bien-être-relaxation (872), participations aux groupes de parole (598), participations aux haltes-répît (140)...

- Maintenir le lien social et partager des moments conviviaux entre familles : 950 participants aux événements proposés.

## Extrait du rapport financier

Bilan : 644 616 € (+ 19 498 € / année 2024)

Distribution de l'emploi des ressources financières : 83,90 % affectés aux missions de soutien, 10,60 % au fonctionnement, 5,5 % à la recherche de fonds

## Perspectives générales 2026

- Maîtriser les dépenses de fonctionnement et d'activités compatibles avec nos ressources
- Pérenniser notre implantation en cœur de ville de Montpellier
- Consolider le maillage avec les Villes Aidantes Alzheimer, centres hospitaliers, professionnels de santé et intervenants à domicile
- Consolider l'information permanente auprès du grand public et des acteurs du maintien à domicile
- Faire vivre le découpage territorial et réaliser les activités de soutien en proximité.



Le président  
Gérard DESPESSE

## Projet signalétique Ville aidante

INFORMER 365 JOURS PAR AN

### Le réseau « Villes Aidantes Alzheimer » mobilisé

Le lancement de la stratégie nationale « Maladies neurodégénératives 2025/2030 » est un signal attendu depuis 2023 qui rappelle que ces pathologies sont la première cause de perte d'autonomie en France.

Cette stratégie en fait un enjeu de société et de santé publique auquel nous devons tous nous associer.

Informez le plus tôt possible les familles dont un membre présente des signes préoccupants, prémices d'une maladie neurodégénérative, est au cœur de nos missions.

Nous avons mis en place un réseau départemental de « Villes Aidantes Alzheimer » (voir 4<sup>e</sup> de couverture) qui, en signant une Charte, s'engagent à nos côtés pour répondre aux besoins de proximité et de soutien des malades et aidants.

Beaucoup de ces derniers, malgré toute notre communication, l'ignorent ou le découvrent tardivement.

Ainsi, dans le cadre de la nouvelle mandature des équipes municipales, nous signerons la Charte qui intègre la mise en place d'une signalétique permanente sur les entrées des principaux axes de chaque ville (voir photo ci-dessous).

Les administrés qui fréquentent régulièrement ces voies pourront se rapprocher de la Ville et de son

CCAS pour avoir accès à des permanences (lieux d'accueil, d'écoute et d'information) ainsi qu'aux activités de soutien proposées aux malades et aidants, afin de pouvoir vivre le plus longtemps à domicile dans les meilleures conditions.

Nous saluons l'engagement des villes à nos côtés pour relever tous ces enjeux.

Le président  
Gérard DESPESSE



3 RUE PAGÉZY



## Achat des locaux *Montpellier*

Depuis plusieurs années, nous louons les locaux du 3 rue Pagézy à la Caisse d'Épargne Languedoc-Roussillon. Cette dernière a décidé de vendre l'immeuble par lots.

Nous étions confrontés au risque de perdre un emplacement rare et pratique, car situé près de la gare SNCF et de plusieurs lignes de Tram. Et nous avons pu négocier un prix d'achat nettement inférieur au marché local.

De ce fait, le conseil d'administration a décidé d'acheter les locaux avec un apport possible grâce à un legs (tout en

préservant des réserves financières pérennisant notre fonctionnement) et avec un emprunt dont le remboursement mensuel est voisin du loyer actuel.

Nous assurons ainsi la continuité de notre présence en cœur de ville et nous profiterons de cette opportunité pour améliorer la distribution de nos locaux, pour que familles, bénévoles et salariées puissent consolider leur condition d'accueil et de travail.

Le président  
Gérard DESPESSE

## Fêtes des associations

◆ **Vendredi 4 septembre**  
PÉZENAS

◆ **Samedi 5 septembre**  
AGDE  
ALIGNAN-DU-VENT  
CLERMONT L'HÉRAULT  
GIGNAC  
JACOU  
LODÈVE  
MÈZE  
MARSEILLAN  
MONTADY  
PÉROLS  
SÉRIGNAN  
ST-GENIES-DE-FONTEDIT  
THÉZAN-LÈS-BÉZIERS  
VALRAS-PLAGE

◆ **Dimanche 6 septembre**  
LUNEL  
**MONTPELLIER** (Pl. du Millénaire)  
SAUVIAN  
VILLENEUVE-LES-BÉZIERS

◆ **Samedi 12 septembre**  
BÉDARIEUX  
**BÉZIERS**  
LAROQUE / GANGES

◆ **Dimanche 13 septembre**  
PALAVAS-LES-FLOS  
SÈTE

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



## Semaine de la dénutrition



◆ **16 au 22 novembre 2026**



Programme à venir, soyez attentif à nos communications.



## Conférences sur la protection juridique

Pour tout savoir sur la protection juridique : mandat de protection future, habilitation familiale, sauvegarde de Justice, curatelle, tutelle...

◆ **Mardi 22 septembre, à 14h30 à Pérols**  
Médiathèque Jean Giono,  
30 rue Gaston Bazille



## Manifestations

### Stand d'information au centre Antonin Balmes à Montpellier

🟡 Mercredi 9 septembre de 14h à 17h  
Hall d'entrée du centre, 39 av. Charles Flahault

### Journée des CMT/CMP/CMRR à Montpellier

🟡 Vendredi 11 septembre de 9h à 16h30  
Genopolys, Campus Arnaud de Villeneuve, 114 rue de la Cardonille.

Cette journée réunira les professionnels des consultations mémoire autour de conférences, de retours d'expérience et d'échanges sur les innovations diagnostiques, les maladies neuro-dégénératives et l'évolution des parcours de soins.

### 3<sup>e</sup> édition du Forum santé à Frontignan

🟡 Samedi 19 septembre de 9h à 13h  
Square de la Liberté, av. du Général de Gaulle  
(en cas d'intempéries à la salle de l'Aire).

### Salon de l'autonomie à Mèze

🟡 Samedi 24 septembre de 9h à 14h  
Parc du Château de Girard, 16 rue Victor Hugo  
Rencontres et ateliers avec les partenaires institutionnels et paramédicaux du CCAS.

### Salon des aidants de La Croix Rouge à Béziers

🟡 Jeudi 24 septembre  
Domaine de Bayssan, route D64

### Semaine du bien vieillir à Castries Forum des partenaires

🟡 Lundi 5 octobre de 13h30 à 17h  
Centre Socio-culturel, Espace Gare, 50 av. de la Gare

### Forum senior de la CPTS à Clermont l'Hérault

🟡 Mercredi 7 octobre de 10h à 17h  
Salle Georges Brassens, 16 bd Paul Bert

### Anniversaire des 5 ans de la signature de la charte à Valras-Plage

🟡 Jeudi 5 novembre  
Palais de la Mer, 11 bd du Commandant l'Herminier (Horaires à venir). En partenariat avec la ville et le CCAS : conférence / Ciné-débat avec la projection du film **Se souvenir des belles choses** réalisé par Zabou BREITMAN.

### Journées scientifiques francophones du CALM (Club Alzheimer de Montpellier)

🟡 Du 18 au 20 novembre (Stand FAH le 20/11)  
Genopolys, Campus Arnaud de Villeneuve, 141 rue de la Cardonille

## Conférences de sensibilisation

En savoir plus sur la maladie, les bonnes attitudes à adopter pour mieux vivre avec.

### 🟡 Mardi 29 septembre, de 14h30 à 16h30 Béziers

à l'EHPAD Lo solelh - Korian  
46 av. Enseigne Albertini

### 🟡 Vendredi 9 octobre, à 15h Villeneuve-lès-Maguelone

Ehpad Mathilde Laurent  
541 av. de Mireval

### 🟡 Samedi 10 octobre, de 10h à 12h Saint-Mathieu-de-Trévières

Médiathèque Jean Arnal,  
330 av. des Coteaux  
de Montferrand



## Ciné-débat

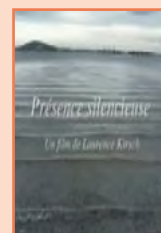
Rendez-vous au Cinéma pour la projection d'un film qui sera suivi d'un débat animé par nos bénévoles.

### Cinéma le Taurus à Mèze en présence de la réalisatrice Laurence KIRSCH

#### Présence silencieuse

film documentaire

🟡 Jeudi 17 septembre à 20h30



### Palais de la Mer à Valras-Plage

#### Se souvenir des belles choses

réalisé par  
Zabou BREITMAN

🟡 Jeudi 5 novembre

21 septembre

# Journée mondiale Alzheimer

France Alzheimer Hérault  
avec vous  
sur tous les terrains

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 !

## Béziers

Samedi 19 septembre

### Tournoi au golf Saint-Thomas

De 9h à 17h Compétition en scramble à deux

→ **Stand** (entre les trous 6 et 15) : boissons fraîches, café, thé, viennoiseries ...

→ **Repas\*** : buffet (30 €)

→ **Remise de prix** en fin de repas en présence de Monsieur le Maire de Béziers (ou son représentant)

**Tournoi & repas - Ouvert à tous, sur inscription :**

**Golf Saint-Thomas** : 04 67 39 03 09 : Droits de jeu 20€ (au bénéfice de notre association) - \*Buffet 30 €

En partenariat avec



**ADRESSE** : route de Bessan, 34500 Béziers

## Castelnau-le-Lez

Samedi 19 septembre

### Kermesse occitane au parc des Berges du Lez

**De 12h à 14h Repas\*** Traiteur : apéritif, pièces salées, pièces sucrées & café

**De 14 à 17h**

#### → Activités ludiques & sportives

Activités ludiques encadrées par des enseignants APA (Activité Physique Adaptée) et nos bénévoles (pétanque, tir à l'arc, Gabaky, jeu de croquet, chamboule tout...)



#### → Animation musicale & chants occitans

Animation musicale et chants en occitan avec le **Duo d'Aqui (Joanda et David)**

**\*Repas - Ouvert à tous, sur inscription : FAH**

Invitation à retourner avant **lundi 14 septembre** 17€ adhérent et 34€ non-adhérent.

**ADRESSE** : 16 rue du Prado, à proximité du rond-point Charles de Gaulle, à Castelnau-le-Lez

**POUR S'Y RENDRE** : **Tram 2** En partenariat avec et **bus** : lignes 13, 15, 16 et 36 : stations *Charles de Gaulle*



Cet événement se déroule avec le soutien du **département de l'Hérault** et **Hérault Sport**.



# Montpellier

**Lundi 21 septembre**

## Visite en petit train\* du centre historique de Montpellier

De la place de la Comédie aux Jardins du Peyrou, en passant par les quartiers St Anne, St Roch, l'Arc de Triomphe, ses places de quartier...

**De 15h à 16h Partez à la découverte de l'Écusson**, le cœur historique de Montpellier !

Installez-vous confortablement à bord du petit train électrique et laissez-vous guider à travers les ruelles emblématiques de la ville. Vous découvrirez son histoire fascinante ainsi que la richesse exceptionnelle de son patrimoine architectural. Impossible de recenser ici tous les hôtels particuliers, monuments et édifices



classés qui jalonnent l'Écusson. Cette visite commentée d'une heure vous fera parcourir les sites incontournables de Montpellier dans une ambiance conviviale.

**\*Gratuit - Ouvert à tous, sur inscription, places limitées : FAH**  
contact34@francealzheimer.org  
04 67 06 56 10

**POINT DE DÉPART :** place de la Comédie (à côté de l'Office de Tourisme)

**POUR S'Y RENDRE :** Tram 1 & 2 : arrêt Comédie **voiture** : parking de la Comédie ou du Polygone

# Alignan-du-Vent

**Dimanche 27 septembre**

## Repas festif avec animation musicale

**A partir de 11h30** Apéritif et sortie de **Lou Pouli**, le poulain d'Alignan

**A partir de 12h30 Repas\* festif** avec au menu : Oeuf Mimosa, Poulet basquaise et son riz blanc, salade fromage, coupe de fruits avec boule de glace, vin et café.

➔ **Animation musicale** avec la chanteuse **Dounia ARSSI**

**\*Repas - Ouvert à tous, sur inscription : Alignan Solidarité**  
06 15 39 14 40 (alignansolidarite34@gmail.com). Invitation à retourner avant **mardi 15 septembre 2026**. (chèque à l'ordre de l'association ALIGNAN SOLIDARITÉ). 20€ adhérents et 25€ non-adhérents

Organisé par  
l'association



En partenariat avec



**ADRESSE :** SALLE DES FÊTES, rue des Aires, 34290 Alignan-du-Vent

**PARKING :** à proximité.

**NOS PERMANENCES** Accueil, informations, orientations pour tous

| Permanences                                           | Lieux                                                                          | Horaires sur rendez-vous                                                   |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>SECTEUR DE BÉZIERS</b> Tél : <b>04 67 11 43 12</b> |                                                                                | Mardi, mercredi, jeudi (de 9h-12h30 et 13h30-17h),<br>vendredi (13h30-17h) |
| AGDE                                                  | La Calade - av. 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 - av. Noémie Berthomieu<br>(entrée côté maison de retraite) | 1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 14h à 17h                              |
| BÉZIERS                                               | 46 av. Georges Clemenceau                                                      | Sur RDV                                                                    |
| CH de BÉZIERS                                         | Centre hospitalier - rue Valentin Haüy                                         | 1 <sup>er</sup> mardi du mois de 14h à 16h                                 |
| LAMALOU-lès-BAINS                                     | Mairie - Salle des Permanences                                                 | 4 <sup>e</sup> mardi du mois de 13h30 à 16h30                              |
| MURVIEL-lès-BÉZIERS                                   | France Services - 27 bis av. de la République                                  | Sur RDV                                                                    |
| PÉZENAS                                               | Centre Social Ambroise Crozat<br>10 rue Massillon                              | 2 <sup>e</sup> jeudi du mois de 14h à 17h                                  |
| SÉRIGNAN                                              | CCAS - 146 av. de la Plage                                                     | Sur RDV                                                                    |
| VALRAS-PLAGE                                          | CCAS - 1 bd. Roger Audoux                                                      | Sur RDV                                                                    |
| VILLENEUVE-lès-BÉZIERS                                | CCAS - 34 bis bd. Gambetta                                                     | 1 <sup>er</sup> mercredi du mois de 14h à 16h                              |

Sur RDV  
uniquement**SECTEUR DE MONTPELLIER** Tél : **04 67 06 56 10** Lundi à vendredi (de 9h à 13h et de 14h à 17h)

|                          |                                                                                          |                                                                  |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| CASTELNAU-le-LEZ         | Maison des Proximités Devois<br>315 av. du Devois (bureau 1 <sup>er</sup> étage)         | Sur RDV                                                          |
| CASTRIES                 | Centre Lino Ventura - 50 av. de la gare                                                  | Sur RDV                                                          |
| CLERMONT-L'HÉRAULT       | Agence départementale de la solidarité<br>Pl. Jean Jaurès (bureau n°6)                   | 2 <sup>e</sup> mercredi du mois de 9h30 à 11h30                  |
| FRONTIGNAN               | Maison des Séniors Vincent Giner<br>30 rue Anatole France                                | 2 <sup>e</sup> 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<br>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<br>1 pl. Jean Jaurès                                    | 3 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 11h                         |
| JACOU                    | Mairie - 9, pl. Frédéric Mistral                                                         | Sur RDV                                                          |
| JUVIGNAC                 | CCAS - Espace Claude Lévi-Strauss<br>Pl. du Soleil - 533 rue Jupiter                     | 1 <sup>er</sup> lundi du mois de 9h à 12h                        |
| LA GRANDE-MOTTE          | Antenne de l'Agglomération du Pays de l'Or<br>Pl. du 1 <sup>er</sup> octobre 1974        | 1 <sup>er</sup> vendredi du mois de 10h à 12h                    |
| LATTES                   | CCAS - 615 av. de Montpellier                                                            | 2 <sup>e</sup> 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<br>(anciennement Croix Rouge) - av. Général de Gaulle | Le 2 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> vendredi de 14h30 à 17h30    |
| MARSEILLAN               | Bureau (à côté de la salle des mariages) - Mairie                                        | 2 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 12h                         |
| MAUGUIO                  | MJC , 527 Av. du 8 Mai 1945                                                              | 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 Pagézy                                                                             | → Tous les lundis de 14h à 17h<br>→ Tous les jeudis de 10h à 12h |
| PALAVAS-lès-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                    |
| POUSSAN                  | Espace Saint-Roch - 4 Chemin des Frères                                                  | 2 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 12h                         |
| SÈTE                     | Espace Victor Hugo - 20-22 av. Victor Hugo                                               | 3 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 12h                         |
| ST-CLÉMENT-de-RIVIÈRE    | Mairie - av. de Bouzenac                                                                 | 3 <sup>e</sup> mardi du mois de 9h à 12h                         |
| VILLENEUVE-lès-MAGUELONE | CCAS - 101 bl. des Ecoles                                                                | 2 <sup>e</sup> 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<br>GROUPE 1     | Les mardis de 10h à 12h<br>du 01/09 au 22/12                                                                                                             | Elodie CASCALES<br>Neuropsychologue                                                                               |
| BÉZIERS<br>GROUPE 2     | Les mardis, bi-mensuel, de 14h à 16h<br>du 01/09, 15/09, 29/09, 13/10, 27/10,<br>10/11, 24/11, 08/12 et 22/12                                            | Elodie CASCALES<br>Neuropsychologue                                                                               |
| MONTPELLIER<br>GROUPE 1 | Les mercredis de 10h à 12h<br>du 02/09 au 23/12                                                                                                          | Guillaume BENES, Psychologue<br>clinicien - Neuropsychologue                                                      |
| MONTPELLIER<br>GROUPE 2 | Les mardis de 10h à 12h<br>du 01/09 au 22/12                                                                                                             | Guillaume BENES, Psychologue<br>clinicien - Neuropsychologue                                                      |
| MONTPELLIER<br>GROUPE 3 | Les lundis de 14h30 à 16h30<br>du 07/09 au 21/12                                                                                                         | Guillaume BENES, Psychologue<br>clinicien - Neuropsychologue                                                      |
| ST-GÉLY-DU-FESC         | Les lundis de 10h à 12h<br>du 31/08 au 21/12                                                                                                             | Guillaume BENES, Psychologue<br>clinicien - Neuropsychologue<br>Salle de réunion Maurice Bousquet                 |
| ST-JEAN-DE-VÉDAS        | Les lundis de 10h à 12h,<br>du 18/09 au 18/12                                                                                                            | Antoine FRUQUIERE,<br>Neuropsychologue<br>Salle des Granges, Place du Puits<br>de Gaud, (2e étage avec ascenseur) |
| TOURBES                 | Les 1 <sup>er</sup> lundi et 2 <sup>e</sup> mardi de chaque<br>mois de 14h30 à 16h30, les 08/09,<br>14/09, 12/10, 27/10, 09/11, 17/11,<br>07/12 et 14/12 | Ophélie MAIRET, Psychologue<br>Salle de la bibliothèque<br>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<br>(Musicothérapie)     | Les jeudis de 14h à 15h30<br>du 03/09 au 17/12                                                 | Aline ALGUDO, Musicothérapeute                                                                              |
| BÉZIERS<br>(Ateliers créatifs)  | Les mardis, bi-mensuel, de 14h à 16h<br>du 08/09 au 22/12                                      | Bénévoles                                                                                                   |
| BÉDARIEUX<br>(Musicothérapie)   | Les vendredis, bi-mensuel, de 14h à<br>15h30 les 11/09, 02/10, 16/10, 06/11,<br>13/11 et 04/12 | Dominique CHAPUIS, Musicothérapeute<br>Salle de la paroisse, 4 rue F. Fabre                                 |
| MONTPELLIER<br>(Musicothérapie) | Les jeudis de 10h à 11h30<br>du 03/09 au 17/12                                                 | Rémy RODRIGUEZ,<br>Musicothérapeute clinicien,<br>Association "MusCaris"                                    |
| MAUGUIO<br>(Musicothérapie)     | Les vendredis de 14h30 à 16h<br>du 04/09 au 18/12                                              | Rémy RODRIGUEZ,<br>Musicothérapeute clinicien,<br>Association "MusCaris"<br>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

|                                             |                                                                       |                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LUNEL<br>(APA - Gym douce et ludique)       | Nous consulter                                                        | Léa VERDIER, enseignante APA<br>Salle de la cafeteria, EHPAD<br>C.H. Lunel, rue Bruno Brunel                                     |
| MONTPELLIER<br>(APA - Gym douce et ludique) | Les mercredis de 14h30 à 16h<br>du 02/09 au 16/12 (sauf jours fériés) | Baptiste RENAUDIN, enseignant APA<br>Association Jouvence                                                                        |
| MONTPELLIER<br>(Marche santé)               | Les vendredis de 14h à 16h<br>du 04/09 au 18/12 (sauf jours fériés)   | Baptiste RENAUDIN, enseignant APA<br>Association Jouvence<br>Divers parcs et espaces nature<br>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-<br>VERRERIES | <ul style="list-style-type: none"> <li>Les jeudis, bi-mensuel, de 14h à 15h30, les 17/09, 01/10, 15/10, 29/10, 12/11, 26/11, 10/12 et 17/12</li> </ul>                                                                                                               | Florence PRADIER, équithérapeute<br>Domaine Mas Les Jasses                          |
| LATTES                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Les lundis, bi-mensuel, de 15h à 16h30, les 14/09, 28/09, 05/10, 12/10, 02/11, 16/11, 30/11 et 14/12</li> <li>Les jeudis, bi-mensuel, de 14h à 15h30, les 17/09, 24/09, 08/10, 15/10, 05/11, 19/11, 03/12 et 17/12</li> </ul> | Laetitia RENAUD, équithérapeute<br>Centre hippique Saint-Pierre<br>Route de Palavas |

## POUR LES AIDANTS

### 17 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<br>(Sophrologie)          | Les mercredis de 10h à 11h30,<br>du 02/09 au 23/12                           | Céline BORNOT<br>Sophrologue                                                             |
| LODÈVE<br>(Relaxation)            | Les lundis, de 10h à 11h30<br>du 07/09 au 21/12 (sauf vacances<br>scolaires) | Cécile NOPRE, Relaxologue<br>Salle St Martin, en face du<br>73 rue Jacques Prévert       |
| MONTPELLIER<br>(Qi Gong)          | Les lundis de 11h à 12h,<br>à partir du 07/09 au 21/12                       | Céline BOUSSIER<br>Praticienne de Qi Gong                                                |
| MONTPELLIER<br>(Shiatsu)          | Les lundis séance de 1h.<br>Sur RDV uniquement. Nous contacter               | Céline BOUSSIER<br>Praticienne de Shiatsu                                                |
| MONTPELLIER<br>(Sophrologie)      | Les vendredis de 10h à 11h30<br>du 04/09 au 18/12                            | Julia GUTH<br>Sophrologue                                                                |
| SÉRIGNAN<br>(Sophrologie)         | Les lundis de 14h à 15h30<br>du 07/09 au 21/12                               | Céline BORNOT, Sophrologue<br>Espace Joseph Viennet                                      |
| ST-ANDRÉ-DE-SANGONIS<br>(Qi Gong) | Les mercredis de 10h à 11h30.<br>du 09/09 au 16/12 (sauf les 21 et 28/10)    | Françoise NAVEL, Praticienne<br>de Qi Gong. Maison<br>intergénérationnelle Paulette Ayot |

Calendrier susceptible d'évoluer, téléphonez pour vous inscrire



## 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<br>le lundi de 10h à 12h<br>les 21/09, 19/10, 16/11 et 11/12<br><br><u>Groupe spécial malades</u> :<br>le mardi de 14h30 à 16h30<br>les 25/08, 22/09, 20/10 et 01/12                                     | Nathalie BELLAMY, Psychologue<br>Maison de la Vie Associative*<br>—<br>Élodie CASCALES<br>Neuropsychologue<br>*Maison de la Vie Associative<br>Daniel Cordier, 2 rue Jeanne Jugan |
| BÉDARIEUX           | 1 fois par mois le mardi de 15h à 17h<br>les 15/09, 13/10, 10/11 et 08/12                                                                                                                                                                                | Marie GERMA, Psychologue<br>La Talvera, 6 rue du Temple<br>ou Cabinet de Marie GERMA                                                                                              |
| LUNEL               | 1 fois par mois le jeudi de 14h30 à 16h30<br>les 17/09, 15/10 (de 9h30 à 11h30), 05/11<br>et 10/12                                                                                                                                                       | Manon REQUENA, Neuropsychologue<br>Maison de santé, 391 bd St Claire<br>(salle de réunion au-dessus de la<br>pharmacie, entrée porte grise, ascenseur)                            |
| MONTFERRIER-SUR-LEZ | Nous consulter                                                                                                                                                                                                                                           | Aurore MILLET, Neuropsychologue                                                                                                                                                   |
| MONTPELLIER         | <u>Groupe spécial conjoints aidants</u> :<br>1 fois par mois le mardi, de 14h30-16h30<br>les 22/09, 20/10, 24/11 et 22/12<br>—<br><u>Groupe spécial enfants aidants</u> :<br>1 fois par mois le mardi, de 17h à 19h,<br>les 22/09, 20/10, 24/11 et 22/12 | Guillaume BENES<br>Psychologue clinicien<br>Neuropsychologue                                                                                                                      |
| PÉZENAS             | 1 fois par mois le mardi de 15h à 17h<br>les 01/09, 06/10, 03/11 et 01/12                                                                                                                                                                                | Ophélie MAIRET, Psychologue<br>9 rue Louis Blanc (petite salle n°2)                                                                                                               |
| SÈTE                | 1 fois par mois le mercredi de 14h30 à 16h<br>les 02/09, 07/10, 04/11 et 02/12                                                                                                                                                                           | Gaëlle GUÉNAN, Psychologue<br>Maison de la Vie Associative<br>Espace Victor Meyer - 11 rue du<br>Moulin à Vent (petite salle de réunion)                                          |
| THÉZAN-LÈS-BÉZIERS  | 1 fois par mois le vendredi de 10h à 12h<br>de 13h30 à 15h30, les 25/09, 23/10, 20/11<br>et 18/12                                                                                                                                                        | Nathalie BELLAMY, Psychologue<br>Au centre Yvan Marty<br>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.

## Envie de devenir bénévole ? Rejoignez-nous !

Actuellement, nous recherchons plus particulièrement des bénévoles pour les communautés de communes de : Agde, Bassin de Thau, Bédarieux, Clermont l'Hérault, Ganges, Lamalou, Lodève, Lunel, Métropole de Montpellier, Pézenas...



**Vous êtes  
intéressé(e) ?  
Contactez-nous  
au  
04 67 06 56 10**

## POUR LES FAMILLES

### 16 moments pour rompre l'isolement sociale et se détendre



#### 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.

Ouvert à tous sur inscription

|              |                                                                  |                                                                                                                |
|--------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| AGDE         | Le mardi 15/09 de 14h30 à 16h30                                  | Ophélie MAIRET, Psychologue<br>Le Voilis, 27 Bd Front de Mer                                                   |
| PÉZENAS      | Le mardi 20/10 de 14h30 à 16h30<br>et le lundi 7/12 de 10h à 12h | Ophélie MAIRET, Psychologue<br>Brasserie du soleil, 30 av. de Verdun<br>(Carrefour Market - Galerie marchande) |
| LAMALOU      | Le mardi 22 septembre de 15h à 17h                               | Marie GERMA, Psychologue<br>Café Belleville, 1 av. Charcot                                                     |
| VALRAS-PLAGE | Le lundi de 14h30 à 16h30<br>les 14/09, 12/10, 09/11 et 07/12    | Damien DELONCA, Psychologue<br>Café Mira-Mar, Bd Jean Moulin                                                   |



#### 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.

Inscription obligatoire

|                                                        |                                                                                    |                                                                               |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| THÉZAN-LES-BÉZIER                                      | Le mercredi, 1 fois par mois,<br>de 14h à 17h,<br>les 09/09, 07/10, 04/11 et 02/12 | Nathalie BELLAMY, Psychologue et<br>Bénévoles - INSTANT T<br>Salle Yvan Marty |
| MONTPELLIER<br>Halte Répit Détente<br>Alzheimer (HRDA) | Tous les mardis et jeudis de 14h à 17h                                             | Bénévoles Croix-Rouge et FAH<br>2 rue Xavier Dezeuze (TRAM 5)                 |



#### ART, CULTURE ET ALZHEIMER

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

|                                                                |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Visites organisées<br>dans tout le département<br>de L'HÉRAULT | Visites guidées en après-midi :<br>→ Visite du château de Flaujergues<br>→ Visite du musée Paul Valéry et du MIAM à Sète<br>→ Visite du musée Raissac de la faïence<br>→ « Le petit paradis » à Vendargues | Bénévoles<br>D'autres visites seront<br>programmées tout au<br>long de l'année, nous |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|



#### ACTION DE CONVIVIALITÉ

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

|           |                                                                                                                 |                                                                           |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| BÉDARIEUX | Le vendredi, 1 fois par mois à 14h,<br>sur inscription. Du 25/09 au 18/12                                       | Bénévoles<br>Salle de la paroisse, 4 rue F. Fabre                         |
| GIGNAC    | Le 1 <sup>er</sup> lundi de chaque mois de 14h30<br>à 17h, sur inscription.<br>Les 07/09, 05/10, 02/11 et 07/12 | Bénévoles<br>Sorties extérieures                                          |
| LODÈVE    | Le dernier jeudi de chaque mois<br>de 14h à 16h, sur inscription.<br>Les 24/09, 29/10 et le 26/11               | Bénévoles<br>3 rue Eugène Taly                                            |
| LUNEL     | Les lundis, bi-mensuel, de 14h30 à 17h,<br>sur inscription. Du 14/09 au 14/12                                   | Bénévoles<br>Salle de la cafeteria, EHPAD<br>C.H. Lunel, rue Bruno Brunel |



**Atelier rencontre, cuisine** (Réalisation de plats et dégustation)  
**& floral** : encadré par nos bénévoles.

Inscription  
obligatoire

ALIGNAN-DU-VENT

Le jeudi, 1 fois par mois (Cuisine de  
10h à 16h30 - Temps convivial de 14h à  
16h30) les 15/10, 19/11 et 17/12

Association Alignan Solidarité  
Salle des jeunes, centre socio-culturel

SÉRIGNAN

Atelier floral le jeudi 22/10

Bénévoles

VILLENEUVE-LÈS-BÉZIERS

Atelier cuisine le vendredi 18/12

Nous consulter



**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 18/09, 09/10, 20/11 et 11/12

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



**Atelier « Bien être »** : mini soins du visage pour les aidants suivis de massages légers des  
mains et avant-bras pour les aidés.

VALRAS-PLAGE

Le mercredi, 1 fois par mois, de 14h à  
16h30, les 28/10, 18/11 et 09/12

Bénévoles  
Au CCAS



## 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

→ La Grande-Motte : du 21 au 25/09  
→ Balarus-les-Bains : du 12 au 16/10

Bénévoles

## La formation des aidants Essentielle pour mieux vivre avec la maladie

Plus de  
**3000 aidants**  
l'ont déjà  
suivie



### 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.

### Calendrier des formations prévues à la rentrée 2026

- ◆ **Montpellier**, les mardis après-midi  
(à partir du 15/09) et samedis après-midi  
(à partir du 03/10).
- ◆ **Clermont l'Hérault**, calendrier en cours
- ◆ **Frontignan**, les vendredis après-midi  
(à partir du 18/09)
- ◆ **Béziers**, les samedis matin  
(à partir du 26/09).

Renseignements et inscription : au **04 67 06 56 10**  
ou par email : [secretariat34@francealzheimer.org](mailto:secretariat34@francealzheimer.org)

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.

# Villes, clubs et partenaires aidants Alzheimer



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](http://www.francealzheimer.org/herault)

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

Scannez moi



**FRANCE ALZHEIMER**  
& MALADIES APPARENTÉES

34 HÉRAULT