



Lumière sur de **chouettes initiatives** pour les Alsaciens en perte d'autonomie et ceux qui les accompagnent !



Echappées belles : quand nos aînés prennent la route des vacances

Entre escapades à vélo, séjours en montagne et week-end insolite, nos aînés ont vécu des moments inoubliables l'été dernier. On vous raconte ces belles initiatives qui font rimer âge avec liberté.

Grande évasion sur les routes d'Alsace et d'Allemagne



©Ehpad la Roselière

Pour la 2^e édition du périple « Elsass pédal'âge », l'Ehpad La Roselière a fait vibrer ses résidents au rythme des pédales. Six jours, 173 kilomètres, des paysages à couper le souffle... et surtout des sourires à chaque étape. À bord de triporteurs, les résidents ont pris la route, escortés par une vingtaine de cyclistes bénévoles.

« Ce projet, c'est une bouffée d'air frais », confie Muriel Jenny, coordinatrice de l'événement. « Il permet aux résidents de sortir du quotidien, de respirer le grand air et de retrouver ces paysages d'Alsace qu'ils aiment tant. » Un défi rendu possible grâce à l'engagement de la direction, des bénévoles et de l'association À vélo sans âge, qui accompagne chaque semaine les résidents pour des sorties plus courtes. Une belle manière de se préparer avant le grand départ ! Et le succès se lit dans les yeux des participants. Marie, résidente, ne cache pas son enthousiasme : « Moi, le triporteur, je suis fan ! C'est une super idée pour sortir un peu de la Roselière. » Une aventure humaine, solidaire et pleine de liberté... qui donne envie de pédaler vers la prochaine édition !

Envie d'ailleurs ? Cap sur Munster !

Dix résidents de l'Ehpad Mère Alphonse Marie ont savouré un séjour gourmand dans la vallée de Munster. Entre pain d'épice, visite de la Maison du Fromage et spécialités locales, les papilles ont été à la fête !

Et pour digérer ces délices, rien de tel qu'une balade au parc animalier NaturOparC. Ces séjours créent des échanges uniques : « Les conversations avec les résidents sont différentes en vacances qu'au sein de l'Ehpad. C'est un vrai partage. » raconte Morgane Schmitt, qui a participé au projet.

Un week-end hors du temps au Moulin de Courtelevant

C'était le tout premier séjour pour des personnes âgées vivant à domicile et leurs aidants organisé par le Centre de Ressources Territorial des Lys d'Argent. Objectif : sortir du quotidien, souffler et partager des instants précieux. Au programme : visite du moulin, animation musicale et de nombreux ateliers comme la fabrication de farine, les maquettes hydrauliques, le façonnage de pain. Un proche aidant témoigne : « Ce week-end, on a enfin pris le temps pour nous, de rire ensemble et d'oublier un peu les soucis. Une vraie bouffée d'air qui fait du bien. » Parce qu'il n'y a pas d'âge pour s'évader, nos aînés nous prouvent qu'on aime toujours partir à la découverte, respirer le grand air et savourer ces moments qui font du bien... Cap sur la prochaine aventure !



©Ehpad Mère Alphonse Marie

« Sur notre premier séjour, certains avaient peur de quitter l'environnement sécurisé de l'Ehpad. Mais les premiers partis ont rassuré les autres, et maintenant, on a plus de demandes que de places ! », les résidents en redemandant : « On repart quand ? », « On va où l'année prochaine ? »



Lumière sur de **chouettes initiatives** pour les Alsaciens en perte d'autonomie et ceux qui les accompagnent !



Hajime ! Quand le judo

redonne confiance aux seniors

À l'Ehpad Dr Pierre Gilet de Dannemarie, l'atelier **JudoZen** fait des merveilles depuis plus d'un an. Encadrés par Pauline et Gaëlle, avec Julien, enseignant de judo, treize résidents s'initient deux fois par mois à des exercices ludiques pour **travailler l'équilibre, appréhender la chute, se relever**. Dans la salle, le mot d'ordre fuse : « Hajime ! », « On commence » en japonais, et l'énergie est palpable. Hubert rit en jouant le cobaye, Honorina et Fernande s'amusent à rouler au sol, tandis que Julien rassure chacun sans jamais forcer, mais motive avec un ton qui donne envie d'essayer. Résultat ? Une mobilité retrouvée, une confiance renforcée et une culture du mouvement qui s'ancre durablement dans l'ehpad.

Même l'exercice de la chute, qui effrayait au départ, devient un défi que tous veulent recommencer. Ici, le temps passe... mais la vitalité reste !



©EHPAD Dr Pierre GILET

Une finale haute en couleurs

pour le Grand Quizz des Ehpad !

Après des mois de suspense et de joutes intellectuelles, le Grand Quizz Alsacien des Ehpad a livré son verdict le 25 novembre à Châtenois, dans une ambiance électrique ! Les neuf équipes finalistes, venues des quatre coins de l'Alsace, se sont affrontées sur des thèmes aussi variés que l'histoire, le sport, la culture générale et bien sûr... l'alsacien. **Entre éclats de rire et concentration extrême, la compétition fut acharnée** : l'un s'en mord encore les doigts d'avoir raté la question sur Einstein, tandis que sa voisine a brillamment trouvé celle sur Romy Schneider.

Quant à Jean Gabin, tout le monde avait la réponse ! L'enjeu ? Rien de moins que l'honneur ! Au total : 82 Ehpad, 1 567 personnes âgées

participantes, 1 491 questions et l'énergie des personnels, animateurs et bénévoles mobilisés depuis mars. Organisé par le SARA (Service d'Accompagnement Renforcé Autonomie) avec le concours des équipes Culture et Bilinguisme de la Collectivité européenne d'Alsace, ce quizz prouve qu'esprit d'équipe et passion du savoir n'ont pas d'âge !



©CeA

➔ Financement Commission des financeurs : 13 700€

À Saint-Joseph, les rêves prennent leur envol !

En septembre, douze résidents de 85 à 102 ans ont réalisé leur baptême de l'air, survolant la plaine d'Alsace des Vosges au Rhin. Un moment magique

partagé avec les familles et les soignants. « Il n'y a pas d'âge pour avoir des étoiles plein les yeux », sourit le directeur, M. Heitz. Entre frissons et émerveillement, Odile, 86 ans, confie : « C'était parfait ! Nous avons découvert les paysages, et même le Mont Sainte-Odile où je me suis mariée ! ».

Une expérience Extra-ordinaire qui rappelle qu'un Ehpad est bien plus qu'un lieu d'accueil, c'est un lieu de vie.



©Ehpad Maison de retraite St-Joseph -Strasbourg



Lumière sur de **chouettes initiatives** pour les Alsaciens en perte d'autonomie et ceux qui les accompagnent !



« Là où la vie se partage »



Quand on franchit les portes de l'Ehpad Missions Africaines à Saint-Pierre, on oublie vite les clichés. Ici, la fête de l'été a des allures de grande fête de village. Et pour cause : **tout le monde répond présent !** Les résidents, entourés de leurs familles, sont les vedettes du jour. À leurs côtés, les locataires de la résidence autonomie voisine, certains veillant sur le poulailler de l'ehpad, d'autres partageant une lignée de chats avec le personnel. Les familles de la micro-crèche voisine viennent avec leurs petits jardiniers en herbe, tandis que les voisins de la Croix-Rouge et du pôle d'activités et de soins adaptés se mêlent à la fête.

Les seniors du village, habitués à faire leur sport à l'ehpad, croisent les enfants du périscolaire qui déjeunent chaque jour avec les résidents et arpentent le jardin pendant la récréation. L'apiculteur local qui veille sur les ruches de l'ehpad, un chef d'entreprise qui a fait don de son chanvre pour protéger les plantations, et des jeunes adultes en situation de handicap qui entretiennent les espaces verts.

Ajoutez à cela des créateurs qui exposent leurs œuvres et des passionnés de voitures anciennes qui proposent des virées... et vous obtenez un événement où toutes les générations et tous les talents se rencontrent.

Si l'Ehpad est aujourd'hui si ancré dans la vie locale, ce n'est pas un hasard. C'est une philosophie portée par son directeur, Rebel Abi-Kenaar, et par Cécilia Barthel, psychologue investie. « Cela fait partie intégrante du projet d'établissement », souligne Cécilia. Ici, rien n'est fait en vase clos : chaque projet se construit avec les résidents et les partenaires. « L'ouverture crée des opportunités et permet de réaliser de belles choses. Quand on veut tout faire seul, on se limite. Nous, nous cherchons à valoriser toutes les ressources », explique-t-elle. Comme elle aime à le dire « **Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin.** »

Deux projets phares ont donné corps à cette ouverture. Le premier : la création d'un tiers-lieu participatif et intergénérationnel, joliment nommé « **La Place du Village** », où se multiplient les activités et les rencontres. Le second : **un domaine exceptionnel** de 7 hectares pensé autour de la biodiversité. On y trouve un jardin thérapeutique avec serre connectée en aquaponie, un petit plan d'eau avec ses batraciens, un verger généreux, un vaste parc à poules... Un espace vivant qui accueille tous les publics. Ici, chacun peut partager, créer, entretenir, admirer, se ressourcer... **et surtout, vivre ensemble.**

➔ Financement Commission des financeurs
2025 : 11 500€

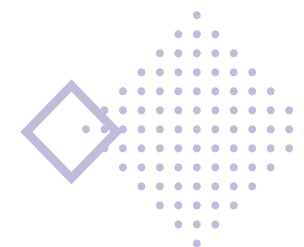
Air & Vie : un souffle d'autonomie

À 20 ans, difficile de se sentir adulte quand on vit encore dans un établissement pour enfants. C'est la réalité de nombreux jeunes en situation de handicap, faute de places dans des structures pour adultes. Pour y remédier, le foyer d'accueil spécialisé Air & Vie, inauguré en septembre à Marmoutier, accueille désormais 24 jeunes adultes déficients intellectuels avec ou sans troubles associés, dans un cadre pensé pour eux. Ici, c'est la maison des jeunes ! Yaniss, salarié, le résume bien : « On vient travailler chez eux. Ils nous accueillent. » L'objectif ? Favoriser autonomie et le pouvoir d'agir. « Plus on stimule la prise d'initiative, plus on développe la confiance et la motivation », explique Sandra, directrice. Alan témoigne : « Cette semaine, pour la première fois, je suis parti tout seul faire des courses. »

Les familles aussi constatent le changement : « **Ici, il est considéré comme un adulte, il s'affirme autrement et ça a changé notre manière d'être avec lui.** », confie la maman de Benjamin. Air & Vie, c'est surtout un tremplin vers la vie adulte.



➔ Dotation globale annuelle CeA dont investissement 1,48M€





Lumière sur de **chouettes initiatives** pour les Alsaciens en perte d'autonomie et ceux qui les accompagnent !



Un duo qui défie

les sommets vosgiens



©Cathy Barthelme

En août dernier, sur l'un des parcours du mythique trail des Crêtes Vosgiennes – 18 km et 600 m de dénivelé positif –, **Antonio et Cathy** franchissaient la dernière descente main dans la main. Antonio, 28 ans, porteur de handicap, et Cathy, son éducatrice au Centre Théodore-Monod (Fondation Sonnenhof), forcent l'admiration.

Depuis trois ans, ce duo soudé s'entraîne chaque semaine, par tous les temps. « Antonio n'a jamais dit non à un entraînement, il est très volontaire », confie Cathy. Sur ces sentiers escarpés jonchés de pierres et de racines, Antonio a appris à gérer son souffle et à dépasser ses peurs. « Il y a trois ans, il avait très peur des descentes. Aujourd'hui, il ne s'arrête plus ! » pour la plus grande fierté du papa d'Antonio, supporter inconditionnel et fier de son fils. Chaque année, ils se fixent un défi plus grand. Prochain objectif : l'Infernal Trail des Vosges. Tout est dit dans le nom !

Ensemble, en couleurs

À Haguenau, l'Espace Solidarité Alsace a imaginé un projet artistique inédit pour décorer le tiers-lieu de sa Maison d'Alsace : réunir les publics qu'elle accompagne autour d'une création commune. Des résidents de quatre Ehpad du Nord Alsace et des adultes en situation de handicap du Centre de Harthouse ont participé à plusieurs ateliers animés par les artistes du Collectif La Lucarne. Une rencontre pleine d'émotion, puisque certains résidents des EHPAD ont été colocataires des résidents du centre Harthouse.

De ces moments partagés sont nées trois fresques colorées, exposées de façon pérenne depuis septembre à la Maison d'Alsace. **Un projet qui mêle art, mémoire et lien social...** À voir et à revoir !

➔ Financement CeA : 5700€



©CeA

Bien-être au

Soultzerland

À l'Ehpad Le Soultzerland, 2025 marque un tournant avec la création d'une Maison des soignants, pensée pour améliorer le quotidien des équipes. Dans une organisation où les amplitudes de travail atteignent 12 heures avec une coupure de

2 heures, il fallait offrir un vrai espace de détente au personnel soignant. « L'ancienne salle de pause ne permettait même pas à tout le monde de s'asseoir », se souvient Alexia, référente qualité. Aujourd'hui, le pari est réussi : un lieu lumineux et convivial accueille les soignants avec un espace repas confortable, un babyfoot, un coin-ordinateur et un espace relaxation avec des

lits-cocons pour se reposer. « C'est un lieu qui change tout. On peut vraiment se poser, échanger, rire. », confie Alexia. Pour Josselin Laumont, nouveau directeur, « c'est un vrai plus pour la cohésion ». Et bientôt, une jolie terrasse viendra compléter ce havre de bien-être pour profiter des premiers rayons de soleil de 2026.



Lumière sur de **chouettes initiatives** pour les Alsaciens en perte d'autonomie et ceux qui les accompagnent !



« Des métiers qui donnent du sens :

l'aide à la personne en lumière »

Essentiel mais souvent méconnu, le secteur de l'aide à la personne fait face à un défi majeur : recruter. « C'est un métier exigeant, physiquement et psychologiquement, et qui manque de reconnaissance », confie Evelyne Lamon, figure incontournable du monde du handicap de par ses nombreuses responsabilités au sein de structures et d'instances institutionnelles. « **Il est pourtant l'un des métiers les plus riches de sens et de lien humain** ».

Virginie, employée chez Fami Emploi en est la preuve : après une reconversion, elle travaille aujourd'hui dans l'aide à domicile et ne regrette rien. « Ce qui est chouette c'est qu'on fait de belles rencontres et c'est très enrichissant. **J'adore mon métier, il compte énormément pour moi** ».

Alors que la demande explose avec le vieillissement de la population, ces professions offrent des opportunités. Elvis Cordier directeur de l'institut Alister Formation nous le confirme : « **C'est un secteur qui offre de belles perspectives d'évolution**. Nous pouvons recruter des personnes motivées, avec l'envie de faire, même sans diplôme. Grâce à la formation continue, chacun peut se professionnaliser, obtenir un diplôme et, pour ceux qui le souhaitent, gravir les échelons. »

Pour faire découvrir ces professions, un dispositif innovant initié par le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie a permis à 100 collégiens d'intégrer un parcours de découverte en explorant le quotidien de plusieurs

établissements accueillant des personnes âgées ou en situation de handicap. Babar nous confie « Ce stage restera gravé dans ma mémoire et m'aidera certainement dans mes choix futurs ». Quant à Samuel « Grâce à ce parcours, **mon projet d'orientation a évolué** ». Une immersion qui casse les idées reçues et suscite des vocations. Et les dirigeants s'engagent : sur Facebook, Frédéric Hirsch, le directeur d'Aux Bons Soins, a relevé un défi original : vivre « Vis ma vie » d'auxiliaire de vie pendant 11 jours. Une **saga authentique, drôle et émouvante** suivie par des centaines d'internautes qui met en lumière la richesse humaine et l'engagement de ces professionnels.

Et si nous changions enfin notre regard sur ces métiers qui prennent soin de nous ?



©Aux Bons Soins

Former pour mieux accompagner :

les bénévoles en première ligne

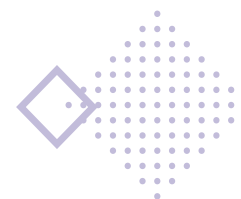
Vous les avez sûrement croisés lors d'une visite en maison de retraite : les bénévoles, véritables piliers du lien social en Ehpad. Sans intervenir dans les soins, ils apportent ce qui compte le plus : du temps, de l'écoute et de la chaleur humaine. Mireille anime des activités, Serge accompagne les sorties...

Un engagement précieux, mais exigeant : comment rester patient, gérer ses émotions, ou faire face à la disparition d'un résident ? Pour les soutenir, Forma'Lys propose désormais des formations dédiées, avec 16 modules pratiques comme Écoute active et empathie, Développement du lien social par le jeu ou Gestes et postures.

Objectif : renforcer les compétences, améliorer la qualité de l'accompagnement et favoriser le bien-vivre ensemble. Ces formations, autrefois assurées par l'AREIPAH, peuvent être sollicitées par les bénévoles eux-mêmes ou par les établissements. Une initiative qui valorise leur rôle essentiel et professionnalise leur engagement.



©Forma'Lys



Retrouvez
le numéro
précédent



Vous souhaitez partager une action ?
Transmettez vos éléments à
communication.mda@alsace.eu