

envie de bouger

ACTIVITES&SERVICES
pour les retraités et les seniors

Découvrir

RENCONTRER

PARTICIPER



-> avec des contacts utiles !

activités sportives

Badminton

Westhalten:

"LASC'ART": vendredi, 20h-22h

-> Alexandre Rost - alexandre.rost@laposte.net - 06 08 26 88 73

Course à pied

Eguisheim:

"EXA'Dépote": dimanche matin

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23 - Fb: Exa'Dépote

Rouffach:

"CCAR Athlétisme": mardi, 18h30-20h

-> Romain Siry - romain.siry@orange.fr - 03 89 49 64 05

Voegtlinshoffen:

"MJC 3 Châteaux": dimanche matin

-> Olivier Stoffel - mjc3chateaux@gmail.com - 06 07 06 57 79 - Fb: mjc3chateaux

Football

Hattstatt:

"A.S.H": mercredi, vendredi, 19h-21h

-> Laurent Ritzenthaler - ritzenthalerl68@gmail.com - 07 61 73 79 35

Golf

Rouffach:

"Alsace Golf Links": dimanche, 10h: initiation seniors

-> www.alsacegolflinks.com - 03 89 78 52 12

Gym seniors

Husseren-les-Châteaux:

"MJC 3 Châteaux": jeudi, 14h

-> Olivier Stoffel - mjc3chateaux@gmail.com - 06 07 06 57 79 - Fb: mjc3chateaux

Osenbach:

"MJC Osenbach": mercredi, 8h30-9h30

-> Alexandre Derozier - mjc.osenbach@gmail.com - Fb: MJC Osenbach

Pfaffenheim:

"Azzur 2000": mercredi, 18h

-> Séverine Stankovic - sevi99@free.fr - 06 88 01 03 23



Marche nordique

Eguisheim:

“EXA’Dépote”: mardi, jeudi, 19h-21h

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23 - Fb: Exa’Dépote

Rouffach:

“Club Vosgien”: lundi soir, 2h

-> Jean-Marc Fischer

club.vosgien.rouffach@outlook.fr

06 32 37 41 42 - clubvosgienrouffach.org

Gueberschwihr:

“ASL”: mercredi, 19h

-> Jean-Michel Doppler -

jean-michel.doppler@wanadoo.fr - 06 83 31 15 81



Pêche

Rouffach:

“AAPPMA Rouffach”: toute l’année en journée

-> Pierre Muller - mp67140@yahoo.fr - 06 19 04 01 45 - Fb: aappma.rouffach

Pétanque

Rouffach:

“Amicale des boulistes”: tous les jours!

-> Boualem Oudni - abr1@sfr.fr - 03 89 78 52 90

Pickleball

Westhalten:

“LASC’ART”: jeudi, 19h-22h

-> Alexandre Rost - alexandre.rost@laposte.net - 06 08 26 88 73

Pilates/Step

Osenbach:

“MJC Osenbach”: mardi, 18h45-20h

-> Alexandre Derozier - mjc.osenbach@gmail.com - Fb: MJC Osenbach

Voegtlinshoffen:

“MJC 3 Châteaux”: Step - vendredi, 18h15 / Bodysculpt - jeudi, 19h

-> Olivier Stoffel - mjc3chateaux@gmail.com - 06 07 06 57 79 - Fb: mjc3chateaux

Quilles

Rouffach:

“Quilles Avenir Rouffach”: lundi, jeudi, 19h30

-> Nadine Bolli - quilles.rouffach@orange.fr - 06 82 82 30 78 - Fb: quilles avenir Rouffach

Voegtlinshoffen:

“Jeu de quilles St-Gall”: mercredi, 20h-22h

-> Jacques Fix - jacques.fix@orange.fr - 06 65 44 96 67

Randonnée

Rouffach:

“Club Vosgien”: mardi, jeudi, journée ou 1/2 journée

-> Jean-Marc Fischer - club.vosgien.rouffach@outlook.fr - 06 32 37 41 42 - clubvosgienrouffach.org

“Randonneurs du Pays de Rouffach”: mardi, 8h

-> Jean-Paul Baehr - jean-paul.baehr@wanadoo.fr - 03 89 52 75 71 - www.randorouffach.fr

Tennis

Rouffach:

“CCAR Tennis”: lundi, 14h-16h

-> Boris Richard - ccarouffachtennis.boris@gmail.com - 06 84 05 51 46 - www.tennisrouffach.fr

Utt

Voegtlinshoffen:

“MJC 3 Châteaux”: dimanche matin

-> Olivier Stoffel - mjc3chateaux@gmail.com - 06 07 06 57 79 - Fb: mjc3chateaux

activités culturelles

Chorale

Eguisheim:

“Exa'Dépote”: 1er vendredi/3ème mercredi du mois, 20h30

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23

Couture

Osenbach:

“MJC Osenbach”: jeudi, 19h-21h

-> Alexandre Derozier - mjc.osenbach@gmail.com - Fb: MJC Osenbach

Marqueteurs

Westhalten:

“Rencontre des marqueteurs”: les mardis de novembre à juin, 18h30

-> François Naffzger - françois.naffzger@wanadoo.fr - 06 85 78 78 17

Musique

Westhalten:

savoir jouer d'un instrument d'harmonie.

"Musique Echo du Strangenberg": samedi, 18h-20h

-> Guy Fariez - fariez.guy@orange.fr - 06 72 21 11 62



Peinture

Rouffach:

"Rouff' Art": jeudi, 13h30-19h30

-> Anne-Marie Deroussent- annemariederou@gmail.com - 06 08 82 97 10

Soirées jeux

Gueberschwihr:

"ASL": mercredi, 19h

-> Jean-Michel Doppler - jean-michel.doppler@wanadoo.fr - 06 83 31 15 81

Eguisheim:

"Exa'Dépote": 2ième vendredi du mois, 20h

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23

Théâtre

Rouffach:

"Théâtre Alsacien Rouffach": août à décembre

-> Fernand Unterfinger - <http://theatrealsacienrouffach.blogspot.com/theatre> - 03 89 78 51 77

Eguisheim:

"Exa'Dépote": mardi, 20h-21h30

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23

Tricot/crochet

Eguisheim:

"Exa'Dépote": mardi, 19h-20h30

-> Virginie Keller - exadepote@gmail.com - 06 36 09 08 23

activités natures

Associations natures

"Amis des cigognes": Rouffach - nourrissage tous les jours, 12h

-> Charles Freiburger - charles.freiburger@gmail.com - 06 66 35 80 56

"Syndicat des apiculteurs": Rouffach - formation pour débutants en apiculture

-> François Naffzger - françois.naffzger@wanadoo.fr - 06 85 78 78 17

activités solidarités - entraide

Atelier réparations

Pfaffenheim :

"Pfaff Valor Repair Café": 2nd mercredi du mois, 14h-18h

-> François Zink - pfaff.valor@gmail.com

Associations solidaires

"Croix-Rouge Française": Westhalten - formation secourisme - samedi, 13h30-18h

-> Gilbert Brun - gilbert-brun@wanadoo.fr - 06 82 16 21 61

"Bénévoles lutte contre le cancer": Rouffach - organisation de manifestations

-> Huguette Voegtlin - hvoegtlin@hotmail.com - 06 32 17 83 21 - Fb: bénévoles cancer Rouffach

"Terre des Hommes Alsace": Osenbach

-> Gérard Tarli - 03 89 47 07 71

"Amis de la Maison Saint-Jacques": Rouffach - animations avec les résidents de la maison de retraite St-Jacques.

-> Jean-Claude Vuillemin - 06 99 48 47 57

Se retrouver autour d'un café, discuter, jouer aux cartes ou organiser son anniversaire...les associations sont à l'écoute des besoins des seniors.

Eguisheim: "Club de l'Age d'Or"

-> Marie-Jo Lehmann - mariejosephine.lehmann@gmail.com - 06 36 89 86 93

Gundolsheim: "Club seniors"

-> Marie-Louise Ritter - rittercl@orange.fr - 03 89 49 71 67

Hattstatt: "Club Age d'Or"

rencontres les 2ième jeudi du mois

-> Joëlle Syda - joellesyda@gmail.com - 06 50 53 18 00

Obermorschwihr: "Les Aigles d'Or"

-> Roland Higele - roland.higele@orange.fr - 03 89 49 35 41

Pfaffenheim: "Club de l'Amitié St-Martin"

rencontres les 1er jeudi du mois - 14h - caveau St-Martin

-> Bernadette Moltes - bmoltes68@yahoo.fr - 03 89 78 51 62

Rouffach: "Club Lefebvre-3è Age"

rencontres les 3 premiers jeudi du mois - 14h - 02, rue des écoles

-> Suzanne Bloch - 03 89 49 53 09

Westhalten: "Club rencontre"

-> Marguerite Burger - 06 42 28 30 25

Portage de repas, soins à domicile, accueil de jour... les différents partenaires présents sur le territoire intercommunal proposent des services en direction des seniors et des aidants familiaux.

Besoin d'aide?

Espace Solidarité Senior:

intervention d'une professionnelle auprès des personnes retraitées ou en perte d'autonomie (plus de 60 ans) vivant à domicile, ainsi qu'à leurs familles et aidants. Recherche de solutions, aide administrative, préconisation d'intervention.

-> Isabelle Debruyne - Assistante Sociale seniors - CeA - Antenne GUEBWILLER - 03-89-49-67-20

Structures d'accueil

Rouffach:

Maison St-Jacques - Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes proposant 105 lits (37 chambres individuelles et 34 chambres doubles) - 03 89 78 74 56

Accueil de jour: pour les seniors en perte d'autonomie et/ou présentant des troubles cognitifs.

-> Amaelles - Nathalie Thomas - 03 89 49 08 37

Résidence seniors: pour les seniors qui ont conservé leur autonomie.

-> Domial - 03 89 30 80 80

Westhalten:

Villa Accueil Familial: structure d'accueil à taille humaine pour les seniors.

-> Denis Schubnel - 06 07 90 36 23

Intervention à domicile / aide au quotidien

Les Services d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD) sont spécialisés dans le maintien à domicile des seniors et personnes fragiles. Ils proposent une large palette d'interventions: toilette, ménage, courses, repassage, aide au repas, bricolage, jardinage...

ADMR : agence Colmar - 03 89 35 19 60 - admr-alsace.com

AMAEELLES : agence Mulhouse - 03 89 32 78 78 - amaelles.org

AIDHOM: agence Colmar - 03 90 40 28 00 - aidhom.fr

AZAE : agence Colmar - 03 89 24 20 52- azae.com

O2 Colmar : agence Colmar - 03 89 24 20 52- azae.com

VITTALLIANCE : agence Colmar - 03 89 30 68 68 - vitalliance.fr

YAKA-MILLEPATTE : agence Guebwiller - 03 89 62 15 10 - millepatte.com

Portage de repas

Boucherie Kolifrath Yann :

-> 01, rue des oignons, Rouffach - www.maisonkolifrath.fr - 03 68 61 19 89

Boucherie Bieth Dominique :

-> 46, rue de la Vallée, Soultzmatt- 03 89 47 00 11

Amaelles :

-> 75, allée Gluck, Mulhouse - www.amaelles.org - 03 89 32 78 78

Adomicile 68 :

-> 30, rue d'Agén, Colmar - www.adomicile68.org - 03 89 41 01 01

Soutien aux aidants

Week-end de répit:

à destination des aidants/aidés de seniors atteints d'une maladie longue durée, en perte d'autonomie, de lien social...

-> PEP Alsace - 03 89 21 20 84

Nouveau service: transport solidaire

La Communauté de Communes et la Fédération des Foyers Clubs d'Alsace proposent aux aînés un service de transport en mini-bus.

Des bénévoles vous cherchent et vous ramènent pour effectuer vos courses dans la zone d'activités à Rouffach (Intermarché, pharmacie, salon de thé...).

Tous les mardis matin, démarrage à 9h.

- vous appelez la Ccparovic,
- vous réservez une place,
- le chauffeur:
 - vous confirme l'horaire de départ,
 - organise les retours quand les courses sont finies,
 - s'arrête et vous ramène devant chez vous,
- véhicule non adapté pour les personnes à mobilité réduite.

-> renseignements/inscription:

Ccparovic - 06 22 04 14 02

