




Le Guide du Senior

Communauté de Communes de Benfeld et environs 

Communauté de Communes du Pays d'Erstein 

Communauté de Communes du Rhin 

Editorial

Etre senior, c'est profiter d'une nouvelle tranche de vie et découvrir d'autres horizons. Cependant, certains doivent aussi faire face à des situations parfois difficiles, marquées par la solitude, les soucis de santé ou les inquiétudes face à l'avenir.

C'est pour répondre à la diversité de ces situations que ce livret a été élaboré par nos trois Communautés de Communes. N'hésitez pas à faire appel aux organismes qui y sont cités, pour bénéficier de services personnalisés ou partager des moments de rencontre en toute convivialité.

Puisse cet outil répondre à votre attente et contribuer à l'enrichissement mutuel des différentes générations, gage d'une meilleure qualité de vie pour tous !



Albertine NUSS

Présidente
de la CdC du Pays
d'Erstein



Michel KOCHER

Président
de la CdC de Benfeld
et environs



Danièle MEYER

Présidente
de la CdC du Rhin

Sommaire

| | |
|------------------------------------|----|
| Mon quotidien | 03 |
| Mon logement | 15 |
| Santé - prévention | 17 |
| Ma retraite | 18 |
| Je suis actif | 19 |
| Marchés et produits du terroir ... | 26 |
| Me déplacer | 27 |
| Besoin d'aide | 30 |
| Numéros d'urgence | 31 |
| Espace d'Accueil Senior | 32 |

Assistance aux personnes âgées ou dépendantes et aux personnes handicapées

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- ADMR des vallées
- APF
- Age d'or Services
- ARP
- Assisteo
- ASTERIED
- Aux bons soins
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- Domisiel
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- ISIS KIDS

- Junior et Senior's Services
- Millepatte
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- Seniors Services
- Servir Pro
- Vivre chez moi

→ Coordonnées pages 12 à 14

Garde-malade à l'exclusion des soins

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- ADMR des vallées
- Age d'or Services
- APF
- ASTERIED
- Bethesda Services
- GENY à la Maison
- ISIS KIDS
- Junior et Senior's Services
- Millepatte

- P.A. Services
- Pro Domo 67
- Seniors Services
- Servir Pro
- Vivre chez moi

→ Coordonnées pages 12 à 14

Prestation de conduite du véhicule personnel des personnes dépendantes

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- APF
- ASTERIED
- Bethesda Services
- GENY à la Maison
- Millepatte
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- Servir Pro

➔ Coordonnées
pages 12 à 14



Aide à la mobilité et transport de personnes ayant des difficultés de déplacement

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- ADMR des vallées
- Age d'or Services
- ASTERIED
- Assisteo
- Aux bons soins
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- Junior et Senior's Services
- Millepatte
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- Seniors Services
- Servir Pro
- Vivre chez moi

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Accompagnement des personnes âgées ou handicapées en dehors de leur domicile

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- ADMR des vallées
- Age d'or Services
- APF
- ASTERIED
- Aux bons soins
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- Junior et Senior's Services
- Millepatte
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- Seniors Services
- Servir Pro
- Vivre chez moi

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Prestations de petit bricolage

- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Age d'or Services
- ARP
- Assistéo
- Aux bons soins
- Azmicile Sélestat Erstein
- Be-K'ar
- Bien-être Services
- Delphine Faitout
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- Heracles
- Hervé Services
- ISIS KIDS
- Junior et Senior's Services
- Les jardins d'Erick
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- Multi Services Express
- Pro Domo 67
- REAGIR
- Servir
- Tremplins
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Entretien de la maison et travaux ménagers

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- ARP
- Assisteo
- ASTERIED
- Aux bons soins
- Azmicile Sélestat Erstein
- Be-K'ar
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- Delphine Faitout
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- Heracles
- Hervé Services
- ISIS KIDS
- Junior et Senior's Services
- Les jardins d'Erick
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- Multi Services Express
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- REAGIR
- Seniors Services
- Servir Pro
- Tremplins
- Vita Services
- Vivre chez moi

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Collecte et livraison de linge repassé

- Age d'or Services
- Aux bons soins
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- La Pile de Linge Parfaite
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- REAGIR
- Tremplins
- Seniors Services
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Petits travaux de jardinage

- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Age d'or Services
- Assisteo
- Astuce Jardin Sàrl
- Aux bons soins
- Azmicile Sélestat Erstein
- Be-K'ar
- Bien-être Services
- Delphine Faitout
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- Heracles
- Hervé Services
- ISIS KIDS
- Junior et Senior's Services
- Les jardins d'Erick
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- Multi Services Express
- Pro Domo 67
- REAGIR
- Servir
- Tremplins
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14



Le saviez-vous ?



Certains prestataires préparent et livrent des repas spécialement adaptés aux régimes sans sel ou aux diabétiques, etc.

Renseignez-vous auprès d'eux !

Livraison de repas à domicile

- Abrapa
- ADAPEI du Bas-Rhin
- Age d'or Services
- Aux bons soins
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- Junior et Senior's Services
- Maria Services
- Millepatte

- REAGIR
- Seniors Services
- Tremplins
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Livraison de courses à domicile

- Abrapa
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- Aux bons soins
- Assistance Informatique du Ried
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- Junior et Senior's Services
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- Pro Domo 67
- REAGIR
- Seniors Services
- Servir Pro
- Tremplins
- Vita Services
- Vivre chez moi
- Xlence Family

➔ Coordonnées pages 12 à 14

Les entreprises suivantes proposent également la livraison de vos achats :

■ Boulangerie WALTER

2 rue de l'Hôpital - 67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 44 31

■ Boulangerie Bock Jonathan

1 rue du Fossé des Pierres
67860 Rhinau
Tél. : 03 88 74 85 04

■ COOP

2a rue du Moulin - 67150 Gerstheim
Tél. : 03 88 98 30 07

■ COOP

84 rue Verte - 67150 Nordhouse
Tél. : 03 88 98 14 65

■ Dépôt de Pain

6 rue de l'III - 67150 Hipsheim
Tél. : 03 88 64 93 70

■ Ekobio (fruits et légumes bio)

1 rue de Barr - 67230 Benfeld
Tél. : 06 14 60 62 95

■ Fischer Kientzi (traiteur)

33 rue Mercière - 67150 Erstein
Tél. : 03 88 98 05 26

■ HESS VIVAL

9 rue Longue - 67860 Rhinau
Tél. : 03 88 74 60 84

■ Jacob Boucherie (Èarl Beylet)

15 rue des Parachutistes
67150 Gerstheim
Tél. : 03 88 98 30 08

■ E. Leclerc

45 rue du Printemps - 67150 Erstein
Tél. : 03 88 98 18 20

■ Viande SAAS

39 rue Principale - 67600 Hilsenheim
Tél. : 03 88 85 40 13

■ Zurcher (traiteur)

6 rue de l'Arc en ciel - 67150 Erstein
Tél. : 03 88 98 07 46

Préparation de repas à domicile

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- APF
- Assisteo
- ASTERIED
- Aux bons soins
- Azmicile Sélestat Erstein
- Bethesda Services
- Bien-être Services
- Delphine Faitout
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- Junior et Senior's Services
- Maria Services
- Millepatte
- P.A. Services
- Pro Domo 67
- REAGIR

Les entreprises suivantes proposent également le portage de repas (sans régime adapté, contrairement aux entreprises et aux associations agréées) :

■ **Boucherie-Traiteur Helmer**
23 rue du Général de Gaulle
67230 Huttenheim
Tél. : 03 88 74 40 26

■ **HESS VIVAL**
9 rue Longue - 67860 Rhinau
Tél. : 03 88 74 60 84

■ **Traiteur Zum Stubbehansel**
Rue Clemenceau - 67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 40 57

■ **Restaurant Scheeck**
Rue Principale - 67150 Schaeffersheim
Tél. : 03 88 98 02 48

- Seniors Services
- Servir Pro
- Tremplins
- Vita Services
- Vivre chez moi

→ Coordonnées
pages 12 à 14

Le saviez-vous ?

Vous avez également la possibilité de **déjeuner dans les maisons de retraite de Gerstheim et de Rhinau et à l'IMPRO de Diebolsheim.**





Soins esthétiques à domicile pour les personnes dépendantes

- Accompagnement ADOM
- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- ADHOM
- Aux bons soins
- Millepatte

➔ Coordonnées pages 12 à 14

Assistance administrative aux publics fragiles

- Abrapa
- Accompagnement ADOM
- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- APF
- ASTERIED
- Aux bons soins
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- ISIS KIDS
- Millepatte
- Multi Services Express
- P.A. Services
- REAGIR
- Seniors Services
- Servir Pro
- Tremplins
- Vivre chez moi

➔ Coordonnées pages 12 à 14

Le saviez-vous ?



L'assistance administrative à domicile couvre toutes les tâches d'appui et d'aide à la rédaction des correspondances, à la compréhension et à la facilitation des contacts et des relations, notamment avec les administrations publiques.



Soins et promenades animaux domestiques

- ADECCO à domicile
- Age d'or Services
- Aux bons soins
- GENY à la Maison
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- REAGIR
- Servir Pro
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Gardiennage temporaire de la résidence

- ADECCO à domicile
- Adhap Services
- Age d'or Services
- Aux bons soins
- Bien-être Services
- GENY à la Maison
- Heracles
- Junior et Senior's Services
- Maria Services
- Mark'us Services
- Millepatte
- REAGIR
- Tremplins
- Vita Services

➔ Coordonnées
pages 12 à 14

Assistance informatique et internet

- ADAPEI du Bas-Rhin
- ADECCO à domicile
- Age d'or Services
- Assistance Informatique du Ried
- Aux bons soins
- Famill'emploi Services
- GENY à la Maison
- ISIS KIDS
- Millepatte
- Tremplins Association
- Vita Services
- Vivre chez moi
- Xlence Family

➔ Coordonnées
pages 12 à 14



Les coordonnées

Liste des organismes titulaires d'un agrément simple et/ou qualité

A

■ Abrapa

1 rue Jean Monnet BP 70091
67038 Strasbourg Cedex 2

- www.abrapa.asso.fr
- Tél. : 03 88 21 30 21
- Antenne Erstein-Benfeld :
03 88 48 32 22

■ Accompagnement ADOM

10 impasse du Vieux Verger
67114 Eschau

- Tél. : 09 60 38 65 33
- Tél. : 06 81 23 86 67

■ ADAPEI du Bas-Rhin

24 rue du Château
67380 Lingolsheim

- www.adapei67.asso.fr
- Tél. : 03 88 77 54 00

■ ADECCO à domicile

6 avenue des Vosges
67000 Strasbourg

- www.adeccoadomicile.fr
- Tél. : 03 90 00 79 10

■ Adhap Services

13 rue Clemenceau
67600 Sélestat

- www.adhapservices.fr
- Tél. : 03 88 58 03 85

■ ADMR des vallées

1 rue Louis Pasteur - 67220 Villé

- www.admr.org
- Tél. : 03 88 57 17 96

■ Age d'or Services

1 rue de la Faisanderie
BP 108 Lingolsheim
67833 Tanneries Cedex
Tél. : 03 90 202 240

■ APF (Association des paralysés de France)

36 rue des Petites Fermes
67200 Strasbourg

- savs.strasbourg@apf.asso.fr
- Tél. : 03 88 28 29 28
- Tél. : 03 88 30 00 36

■ ARP (Association pour la resocialisation en Psychiatrie)

13 route de Krafft - BP63
67152 Erstein cedex
Tél. : 03 90 64 22 59

■ Assistance Informatique du Ried sarl

37 rue Reuchlin - 67150 Gerstheim

- info@ai-ried.com
- Tél. : 03 90 00 24 01

■ Assisteo

116 route du Polygone
67100 Strasbourg

- www.assisteo.com
- Tél. : 03 68 46 16 10

■ ASTERIED

4 rue Kolb - BP 32
67390 Marckolsheim
• asteried@evc.net
• Tél. : 03 88 58 26 73

■ Astuce Jardin sarl

2 impasse des Muguets
67220 Neubois
Tél. : 03 88 57 32 28

■ Aux bons soins

Provivello Services Sarl

1a avenue Messmer - 67400 Illkirch
Tél. : 03 88 67 19 60

■ A2micile Sélestat Erstein sarl

8 rue d'Anjou - 67150 Gerstheim
• www.a2micile.com
• Tél. : 06 71 20 15 10

B ■ **Be-K'ar sàrl**
11 rue du Général Leclerc
67600 Ebersmunster
Tél. : 09 61 29 15 10

■ **Bethesda Services**
4 rue Fritz - 67000 Strasbourg
Tél. : 03 88 24 56 53

■ **Bien-être Services sàrl**
14 rue Edouard Schuré
67100 Strasbourg
Tél. : 06 08 89 31 72

D ■ **Delphine Faitout**
4 rue des Bateliers - 67860 Rhinau
Tél. : 06 75 05 74 85

■ **Domisiel Association**
42 rue de la Krutenau
67000 Strasbourg
• www.sielbleu.org
• Tél. : 03 88 32 48 39

F ■ **Famill'emploi Services**
1 rue Jean Monnet BP 70091
67038 Strasbourg cedex 2
• www.fe-services.fr
• Tél. : 03 88 32 92 55

G ■ **GENY à la Maison**
AGEDOM Sàrl
3 route de Colmar - 67600 Sélestat
Tél. : 03 90 56 29 60

H ■ **Hervé Services**
2 rue d'Erstein - 67150 Gerstheim
Tél. : 06 80 67 95 92

■ **Heraclès Entrep. individuelle**
48 rue de Gerstheim
67150 Osthouse
• alfredo.deoliveiraesilva@orange.fr
• Tél. : 09 61 05 14 83

I ■ **ISIS KIDS**
269 avenue de Colmar
67100 Strasbourg
Tél. : 03 88 55 43 74

J ■ **Junior et Senior's Services**
12 faubourg de Pierre
67000 Strasbourg
• www.aideadomicilejunior.seniorservices.com
• Tél. : 03 88 32 03 68

L ■ **La Pile de Linge Parfaite**
19a rue 1^{er} Décembre - 67230 Sand
Tél. : 03 88 58 78 66

■ **Les jardins d'Erick**
6 b rue des Fusiliers Marins
67114 Eschau
Tél. : 06 33 86 18 45

M ■ **Maria Services Entrep. individuelle**
75a rue des Prés - 67150 Nordhouse
Tél. : 06 18 66 46 60

■ **Mark'us Services Entrep. individuelle**
6 rue des Roses - 67150 Krafft
Tél. : 03 88 98 99 42

■ **Millepatte sàrl**
1 rue du Pont Neuf - 67230 Benfeld
• www.millepatte.com
• Tél. : 03 88 74 08 51

■ **Multi Services Express**
22 chemin Strohsackweg
67600 Sélestat
Tél. : 09 64 20 58 46

P ■ P.A. Services

5 rue des Lilas - 67140 Stotzheim
• www.paservices.asso.fr
• Tél. : 03 88 08 09 08

■ Pro Domo 67

6 avenue Léon Dacheux
67100 Strasbourg
• www.prodomo.monsite.orange.fr
• Tél. : 03 88 41 17 18

■ Propre éclat Services

4 impasse du Puits
67600 Ebersheim
• www.propre-eclat.fr
• Tél : 06 83 86 36 34

R ■ REAGIR Association Intermédiaire

1 place de l'Ancien Tribunal
67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 13 37

S ■ Seniors Services sarl

35 rue des Bouchers
67000 Strasbourg
Tél. : 06 81 83 04 61

■ Servir Pro

1 chemin de Dorlisheim - CS 29121
67129 Molsheim
• www.servirplus.com
• Tél. : 03 88 47 94 00

■ Servir Association Intermédiaire

1 chemin de Dorlisheim - CS 29121
67129 Molsheim
• www.servirplus.com
• Tél. : 03 88 47 94 00

T ■ Télé assistance médicalisée 67 sarl

14 rue de la Bretagne
67150 Erstein
• www.tam-67.fr
• Tél. : 03 69 90 05 02
• Tél. : 06 80 20 73 48

■ Tremplins Association Intermédiaire

7 place du Marché aux Choux
67606 Sélestat cedex
Tél. : 03 88 82 84 85

V ■ Vivre chez moi

180 route des Romains
67200 Strasbourg
Tél. : 03 88 30 32 69

■ Vita Services sarl

• vita-services@wanadoo.fr
• www.vita-services.net
16a rue du Maréchal Joffre
67140 Andlau
Tél. : 03 88 08 68 50
20 rue de Molsheim
67000 Strasbourg
Tél. : 06 10 54 46 64

X ■ Xlence Family

26 rue de la Normandie
67150 Erstein
• www.xlenceinfo.com
• Tél. : 03 88 98 69 25



Aides au logement

Des allocations peuvent contribuer au règlement du loyer ou des emprunts pour l'achat d'un logement.

■ Caisse d'Allocations Familiales du Bas-Rhin

- www.caf.fr
- Tél. : 0 820 25 67 10

Adaptation du logement

Le Conseil Général a décidé de mettre en oeuvre un programme d'adaptation du logement (douches à fond plat, élargissement de portes, installation d'un monte escaliers, etc.) en faveur des personnes en situation de handicap et/ou âgées.

■ Maison Départementale des Personnes Handicapées

6a rue du Verdon - 67100 Strasbourg
Tél. : 0 800 747 900 (n° vert)

L'Agence départementale d'information sur le logement (ADIL)

propose un conseil gratuit et complet sur toute question relative au logement (loyer, charges, copropriété, fiscalité, assurances, réglementation sur la qualité de l'habitat, etc.).

Tél. : 03 88 21 07 06



Le saviez-vous ?

Dans le Bas-Rhin, la grande majorité des personnes âgées de 60 ans et plus sont propriétaires de leur logement et 88% des personnes âgées de 75 ans et plus se maintiennent à domicile.

Un dispositif appelé HANDILOGIS 67 permet de rechercher un logement HLM adapté à vos besoins.

Tél. : 03 69 20 75 21



Maisons de retraite Hôpitaux Résidences pour personnes âgées

■ Centre Hospitalier d'Erstein Krittwald

- 13 route de Krafft - 67150 Erstein
- Tél. : 03 88 64 22 17 (cadre de santé)
 - Tél.:03 88 64 22 36 (secrétariat)

■ EHPAD

Hôpital Local de Benfeld
67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 41 00

■ EHPAD

24 rue Reuchlin - 67150 Gerstheim
Tél. : 03 88 98 33 00

■ EHPAD/unité Alzheimer

6 rue de l'Hôpital - 67860 Rhinau
Tél. : 03 88 74 60 48

■ Hôpital local - Maison de retraite

8 rue Brûlée - 67150 Erstein
Tél. : 03 88 64 66 46

■ Hôpital Local de Benfeld

1 rue de l'Hôpital - 67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 41 00

■ Résidence Breitenweg

5 rue de Verdun - 67150 Erstein
Logements sociaux pour personnes
âgées
Tél. : 03 88 64 65 00

■ Résidence pour Personnes Âgées

1 rue de la Digue - 67230 Benfeld
Location d'appartement pour
personnes âgées autonomes
Tél. : 03 88 74 49 41

En projet :

**Unités Alzheimer à Benfeld et à
Gerstheim et Maison d'Accueil
Rurale pour Personnes âgées à
Obenheim.**



L'accueil familial

Les personnes âgées ne souhaitant plus vivre seules peuvent être accueillies par une famille agréée par le Conseil Général. Pour obtenir la liste des familles d'accueil ou tout autre renseignement sur ce service :

■ Service de l'Autonomie des Personnes Âgées (SAPAH)

Tél. : 03 90 40 23 00



Le saviez-vous ?

7 conseils pour faire face à la chaleur en été :

1. Evitez de sortir aux heures les plus chaudes de la journée.
2. Prenez régulièrement une douche fraîche, sans vous sécher.
3. Fermez volets et fenêtres le jour et ouvrez-les la nuit.
4. Buvez régulièrement et sans attendre d'avoir soif.
5. Essayez d'avoir une alimentation équilibrée.
6. Soyez attentif à la moindre sensation d'épuisement.
7. Demandez conseil à votre médecin si vous prenez un traitement médicamenteux.

Les frais médicaux sont couverts par votre assurance maladie (sécurité sociale + mutuelles complémentaires). Pour celles et ceux qui ne bénéficient pas de ce régime d'assurance, il existe la Couverture Maladie Universelle (CMU).

■ Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)

- www.ameli.fr
- Tél. : 36 46 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)

La CPAM vous propose un examen périodique de santé pris en charge à 100%.



■ Mutuelle Sociale Agricole (MSA)

- www.msa-alsace.fr
- Tél. : 03 88 81 75 75

Des ateliers de **prévention des chutes** sont proposés par la MSA qui organise également des ateliers pour entretenir et améliorer sa **mémoire**.

Ma retraite

Régime général

■ Caisse Régionale d'Assurance Vieillesse Alsace - Moselle (CRAV)

- www.crav-am.fr
- Tél. : 0 821 10 67 67

Salariés et exploitants agricoles

■ Caisse de Mutualité Sociale Agricole (MSA)

- www.msa-alsace.fr
- Tél. : 03 88 81 75 75

Artisans

■ AVA Alsace - Moselle

Tél. : 03 88 56 57 37

Travailleurs non salariés du commerce et de l'industrie

■ ORGANIC Alsace

Tél. : 03 88 30 88 88

■ CICAS Centre d'information conseil et accueil des salariés (retraites complémentaires)

- www.agirc-arrco.fr
- Tél. : 0 820 200 189



Le saviez-vous ?

Le minimum vieillesse assure un revenu de retraite minimal aux personnes âgées de 65 ans ou de 60 ans en cas d'inaptitude au travail sur des critères médicaux, résidant en France, ayant peu ou pas cotisé pour leur retraite et disposant d'un revenu inférieur à un certain plafond. Il est composé de la retraite de base et d'un complément, l'Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées (ASPA). Ce complément, entier ou réduit, est fixé en fonction des ressources globales du demandeur ou du ménage par rapport au plafond retenu.



Associations senior

Pourquoi adhérer à une association senior ou fréquenter des lieux de détente entre seniors ? Parce que les seniors sont actifs et qu'ils vous proposeront de multiples activités, pour tous les goûts, des jeux aux sorties en passant par les voyages organisés !

■ Age d'Or - Amitié

l'espace associations
10a rue des Anémones
67150 Gerstheim

Contact : J. P. Sutter

Activités : chorale, belote, jeux de société, marche, randonnée, pétanque, informatique, sorties

Tél. : 03 88 98 46 85

■ Après-midi convivial

9, rue Albert Schweitzer
67150 Nordhouse

Contact : Marie Louise Royer

Activités : jeux

Tél. : 03 88 98 97 69

■ Association Sports, Loisirs et Culture (ASLC)

25 rue du Château
67150 Bolsenheim

Contact : Christine Muller

Activités : bricolages - cartes

Tél. : 03 88 98 62 89

■ Bel Automne

6 rue de l'Hôpital
67860 Rhinau

Contact : Maison de retraite

Activités : animations diverses

Tél. : 03 88 74 60 48

■ Club d'activités des seniors d'Erstein

6 rue de Verdun
67150 Erstein

Contact : Guillaume Bildstein

Activités : multiples et variées

• Tél. : 03 88 98 01 62

• Tél. : 06 62 80 87 91

Je suis actif

■ Club loisirs & détente

Salle polyvalente

67860 Boofzheim

Contact : Renée Lehmann

Activités : jeux de société et sorties

Tél. : 03 88 74 83 93

■ Club des aînés

16 rue de la Chênaie

67150 Schaeffersheim

Contact : Liliane Holzinger

Activités : jeux

Tél. : 03 88 98 01 38

■ Club Saint Sébastien

3 rue Bach

67150 Matzenheim

Contact : C. Hinz

Activités : détente

Tél. : 03 88 74 09 24



■ Club senior

Club house - rue de Westhouse
67150 Uttenheim

Contact : Danielle Fodimbi

Tous les 3^{èmes} jeudis du mois

Activités : activités thématiques
et sur demande

Tél. : 03 88 98 19 66

■ Club Senior de Limersheim

Foyer Club

Contact : Benoît Hugel

Activités : sorties culturelles,
pétanque, sorties pédestres et
vélos, randonnées, café-Kuchen,
atelier manuel, informatique

Tél. : 03 88 64 22 78

■ Club Senior Osthouse

4 rue des Jardins - 67150 Osthouse

Contact : Jocelyne et Jacky
Zimmermann

Lieu de réunion : salle Project'III

Les derniers jeudis du mois à 14 h

Activités : après-midi diverses et
variées

Tél. : 03 88 98 67 85

■ Club Stubbehansel

Villa Jaeger

1 rue de la Digue - 67230 Benfeld

Contact : Marlène Frenot

Activités : jeux de société,
discussions

Tél. : 03 88 74 25 28

■ Cercle des retraités

1 rue des Vosges

67230 Sermersheim

Contact : Jean Riehling

Activités : rencontres mensuelles,
excursions

Tél. : 03 88 74 71 66

■ Club 3^{ème} âge

164 rue du Château

67230 Westhouse

Contact : Bernadette Ackermann

Activités : organisation de sorties
et de visites d'une journée

Tél. : 03 88 74 44 11

■ Fleur d'Or

5, rue du Rhin - 67230 Diebolsheim

Contact : Fernand Weiss

Activités : multiples et variées

Tél. : 08 75 61 99 87

■ Joyeux retraités (statuts non déposés)

Mairie de Herbsheim

67230 Herbsheim

Contact : Odile Brun

Activités : Jeux de société, sortie
annuelle en bus

Tél. : 03 88 74 40 55

Lieux de rencontre

■ Foyer paroissial

Cour du Presbytère

1 place de l'Eglise

67150 Matzenheim

(boîte aux lettres en mairie)

Contact : B. Jehl

Activités : rencontres amicales

Tél. : 03 88 74 33 42

■ Maison des Jeunes, des Associations et du Tourisme (Office de Tourisme)

35 rue du Rhin - 67860 Rhinau

Contact : Fabienne Kiebel

De 14h à 18h :

- « Ratschmandi » ou « lundi-causette » : des moments de convivialité autour d'un café gâteau, tous les premiers lundis du mois ;
 - Tous les jeudis : belote
- Tél. : 03 88 74 68 96

■ Maison du Temps libre

Mairie - 67230 Sermersheim

Contact : Marie-France Haerel

Activités : rencontres

Tél. : 03 88 74 70 17

■ Résidence pour Personnes Agées

1 rue de la Digue - 67230 Benfeld

Activités :

- **Bridge**

Contact : AGF

Tél. : 03 88 74 44 13

- **Gym**

Contact : Isabelle Kalk

Tél. : 03 88 74 44 13

- **Exercices et jeux
pour la mémoire**

Contact : Sonia Paul

Tél. : 03 88 74 09 49

■ Salle du CPI

Impasse du Moulin - 67230 Sand

De 14h30 à 17h30 tous les 3^{ème}
vendredi du mois de septembre à
juin

Contact mairie : 03 88 74 41 62

Activités : après-midi « temps
libre », moments de convivialité
autour de café, gâteaux, jeux, etc.



Musées salles d'exposition

■ Maison du Temps Libre (M.T.L.)

Mairie - 67230 Sermersheim
Contact : Marie-France Haerel
Activités : sportives, culturelles
et festives
Tél. : 03 88 74 70 17

■ Maison du Patrimoine Espace culturel Etappenstall

Rue du Général de Gaulle
67150 Erstein
Contact : Myriam Del Vecchio
Expositions thématiques triennales
sur le patrimoine de proximité et
expositions artistiques temporaires
mensuelles
Tél. : 03 90 29 93 55

■ Musée

Place de la République
67230 Benfeld
Contact : Eric Mayer
Thème : Histoire et patrimoine
de Benfeld
Tél. : 03 88 31 13 60



■ Musée Würth France Erstein

ZI Ouest - rue Georges Besse
67150 Erstein - Ouvert du mardi
au dimanche de 11h à 18h
• mwfe.info@wurth.fr
• Tél. : 03 88 64 74 84



Cinémas

■ Cinéma REX

6 rue Clemenceau - 67230 Benfeld

1 salle

Tél. : 08 92 68 05 73

■ Erstein cinéma

Rue Bapst - 67150 Erstein

2 salles

Tél. : 03 88 98 82 63

■ Cinémas

Vous pouvez acheter une carte 5 places, valable sans limitation de durée, à Erstein comme à Benfeld. Elle équivaut à cinq tarifs réduits www.erstein-cine.com



Médiathèques

■ Médiathèque

3 rue du Château - 67230 Benfeld

Contact : Pierre Halff

Tél. : 03 88 74 46 39

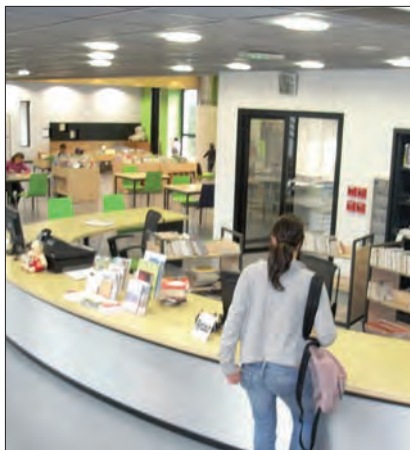
■ Médiathèque

Place du Château de la Rebmatt

67150 Erstein

Contact : Claudine Treger

Tél. : 03 88 98 84 65



Le saviez-vous ?



Les médiathèques de Benfeld et d'Erstein c'est 30 000 livres, 7 700 CD, DVD, Cdrom et partitions, des revues, un accès internet.

Elles possèdent des fonds d'ouvrage en allemand et des ouvrages à grands caractères :

- <http://mediatheque.ville-erstein.fr>
- <http://www.mediatheque-benfeld.net>

Bibliothèques

■ Bibliothèque associative MJC de Gerstheim

10 rue des Anémones
67150 Gerstheim
Contact : Marie-Jeanne Gay
Tél. : 03 88 98 35 06

■ Bibliothèque municipale

1 rue de l'Eglise - 67230 Kertzfeld
Contact : Bénédicte Specht-Metz
Prêt livres tous genres
Français/Allemand
Tél. : 03 88 74 19 43



■ Bibliothèque Plaisir de Lire

13 rue d'Erstein
67230 Matzenheim
Contact : Pascale Benchimol
Tél. : 03 88 74 32 73

■ Bibliothèque municipale

1 rue du Château
67150 Nordhouse
Contact : Marie-Antoinette Nothisen
Tél. : 03 88 98 01 41

■ Bibliothèque municipale

Rue de l'Hôtel de Ville
67860 Rhinau
Contact : Bernadette Knoll
Tél. : 03 88 74 88 45

■ Bibliothèque

278 rue des Agriculteurs
67230 Westhouse
Contact : Jeannine Pauly
Tél. : 03 88 74 37 29



■ Bibliothèque

23 rue de Bindernheim
67230 Witternheim
Contact : Christiane Spitz
Tél. : 03 88 85 46 57

■ Point lecture - mairie

6 rue Principale
67150 Daubensand
Contact : Colette Pflieger
Tél. : 03 88 98 44 17

■ Point lecture

14 rue de Herbsheim
67230 Rossfeld
Contact : Marie-Elisabeth Haehnel
Tél. : 03 90 57 23 62
ou 03 88 74 43 33

■ Point lecture

Tous les vendredis de 18h30
à 19h30 à la mairie
67150 Uttenheim
Contact : Fabienne Quintard
Tél. : 03 88 98 04 12

Offices de tourisme du Grand Ried

Ils vous donneront toutes les informations que vous souhaitez concernant les sites à découvrir, les visites guidées, les activités, loisirs et manifestations organisées dans le Grand Ried :

■ Office de Tourisme de Benfeld et Environs

1 place de la République
Hôtel de Ville - 67230 Benfeld
Tél. : 03 88 74 04 02

■ Office de Tourisme de la Communauté de Communes du Rhin

35 rue du Rhin - 67860 Rhinau
Tél. : 03 88 74 68 96

■ Office de Tourisme du Pays d'Erstein

16 rue du Général de Gaulle
BP 30090 - 67152 Erstein
Tél. : 03 88 98 14 33



www.grandried.fr

Centre nautique

■ Erstein-Détente

Rue de la Sucrierie
67150 Erstein
Contact : Muriel Schmitt
Activités : Aquagym, fitness,
natation, sauna, hammam
Tél. : 03 88 98 28 00



Marchés et produits du terroir

■ BENFELD

- Lundi de 7h à 12h
Environ 50 stands
- Samedi de 7h à 12h
Environ 10 stands (marché du terroir)

■ BOOFZHEIM

Ponctuellement le mercredi après-midi - marché paysan (chez Mireille)

■ ERSTEIN

- Samedi de 7h à 12h
Produits du terroir
- Jeudi de 7h à 12h

■ GERSTHEIM

- Mardi de 8h30 à 12h
2 stands : vente de volailles, oeufs et plants de fleurs ; vêtements tous les 15 jours
- Vendredi de 15h à 18h

■ KERTZFELD

- Tous les jeudis de 16h à 20h
Marché du terroir
12 stands

■ RHINAU

- Jeudi de 8h à 12h
4 stands : primeur, boucher, crémier, poulets rôtis

■ SCHAEFFERSHEIM

- Vendredi de 16 à 20h
17 stands (marché du terroir)



Le saviez-vous ?



Une alimentation équilibrée contribue à prévenir l'ostéoporose et la perte de masse musculaire : il est important de consommer au moins un plat de viande, poisson ou œuf chaque jour et un yaourt, un fromage ou du lait à chaque repas.

Vous souhaitez vous rendre au marché d'Erstein en bus ?

Une navette est à votre disposition (voir page 28).

Vous voulez savoir où **acheter les produits du terroir** ?

Les Offices de tourisme du Grand Ried mettent à votre disposition une liste avec les coordonnées des fermes proposant de la vente directe

www.grandried.fr

Inter-taxi (COCOBEN)

Il s'agit d'un service de transport qui permet aux habitants de se déplacer dans les 11 communes de la Communauté de Communes de Benfeld et environs.

■ Horaires de fonctionnement :

Du lundi au samedi, de 8 h à 18 h, sauf le samedi de 8 h à minuit. Le service ne fonctionne pas les dimanches et jours fériés.

■ Modalité pratique de fonctionnement du service :

Réservation au n° 0 810 000 352 (N° Azur, prix d'un appel local depuis un fixe).

La réservation est obligatoire, au moins 24h à l'avance, pour les trajets du samedi soir après 19h.

■ **Titre et coût de transport :**
2 € par personne et par trajet (3 € le samedi soir après 18h).

■ **Déplacements compris/exclus :**
Le service est ouvert à tous les habitants de la Communauté de Communes, sauf pour les trajets hors de la Communauté de Communes, trajets professionnels, scolaires ou pris en charge par tout autre organisme (Sécurité Sociale, etc.).

■ Accessibilité des personnes à mobilité réduite :

Un véhicule adapté est prévu pour le transport des personnes à mobilité réduite.





Autotrement

Grâce à un abonnement, louez une voiture pour une heure ou plus, en libre-service près de chez vous (stations à Erstein, à la gare et devant l'ancienne bibliothèque), 24h/24 et 7j/7.

- www.autotrement.com
- Tél. : 03 88 237 347

Invalidité

Toute personne **invalide** à 80%, titulaire d'une carte d'invalidité peut bénéficier de la **carte européenne de stationnement**, à apposer sur le pare-brise du véhicule. Cette carte permet de stationner sur les emplacements réservés aux personnes handicapées.

■ **Maison départementale des personnes handicapées**

Tél. : 0 800 747 900

Navette marchés d'Erstein

Bus gratuit organisé par la ville d'Erstein pour 3 lignes convergeant vers la place des fêtes : Nordhouse - Limersheim, Erstein - Westhouse, Erstein - Daubensand (arrêt maison de retraite à Gerstheim). Le jeudi matin et pour les foires trimestrielles. Dépôt à Erstein vers 8h30, départ d'Erstein 10h30. *Voir la page consacrée aux marchés (voir page 26).*

Bus Vis-à-Vis Obernai-Lahr

De mi-juin à mi-décembre, un bus circule les samedis, entre Obernai, Erstein et Lahr. Les horaires de ce bus figurent dans le document ci-après, disponible auprès des Offices de Tourisme (*voir page 25*).



Bus et train

Le **Réseau 67** organise des transports en bus depuis Sélestat (ligne 530) et Strasbourg (ligne 260 et 270).

- www.cg67.fr
- Tél. : 09 72 67 67 67

Sur la ligne TER Alsace Sélestat-Strasbourg, la **SNCF** dessert notamment les gares de Benfeld, Erstein, Kogenheim, Limersheim et Matzenheim.

- www.ter-sncf.com/alsace
- Tél. : 0 800 77 98 67 (N° vert)

À partir de 60 ans, la SNCF propose des réductions de 25 à 50 %.

De nouvelles lignes desservent les gares de Hindisheim (ligne 261 Hindisheim - Limersheim - Osthouse), Benfeld et Erstein (ligne 263 Rossfeld - Krafft via Benfeld).



Taxi-ambulances

■ Allo Taxis Services Benfeld

Tél. : 06 37 77 01 57

■ Aloha Taxi Erstein Krafft

- Tél. : 06 08 10 41 29
- Tél. : 09 53 39 26 83

■ Ambulance Taxi Schmitt

67150 Erstein
Tél. : 03 88 64 32 84

■ Ambulances VSL Taxi Mader

67150 Erstein
Tél. : 03 88 98 01 15

■ Christiane Taxi Gerstheim

- Tél. : 03 88 98 35 41
- Tél. : 06 25 93 74 81

■ Taxis Hindisheim

Tél. : 03 88 64 30 92

■ Benfeld'Taxis Huttenheim

Tél. : 06 07 76 64 95

■ Taxi Pierrette Nordhouse

- Tél. : 03 88 98 27 87
- Tél. : 06 13 19 77 79

■ Bazzu Franck Obenheim

Tél. : 06 75 97 64 64

■ Express du Rhin Rhinau

- Tél. : 03 88 74 87 33
- Tél. : 03 88 74 60 37

■ Taxi Thomas Sand

Tél. : 06 74 35 46 90

■ Zuber Didier Sermersheim

- Tél. : 03 88 74 11 88
- Tél. : 09 64 44 75 51

Besoin d'aide ?

L'ESPAS (voir page 32) assure une mission d'accueil, d'information et d'orientation pour les seniors et leur entourage.

Un **centre communal d'action sociale** (CCAS) existe dans la plupart des communes. Il peut vous renseigner sur l'ensemble des aides et services disponibles sur votre commune.

Les **assistantes sociales** du Conseil Général assurent des permanences dans les communes. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre mairie ou CCAS.

.....

En cas de décès, il convient de prévenir la banque, les caisses de retraite, mutuelles et assurances, le notaire, le service des impôts et tout organisme dont relevait le défunt. Il est possible de souscrire de votre vivant un contrat obsèques.

L'Association Générale des Familles de Sélestat propose des groupes de parole et des permanences d'information pour les aidants familiaux ainsi que des accompagnements pour les seniors.

Tél. : 03 88 92 15 92

Le saviez-vous ?



L'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) est destinée aux personnes âgées dépendantes (à domicile ou en établissement), afin de les aider à financer les services nécessaires à la prise en charge de leur perte d'autonomie.

■ **L'association Pierre Clément** accompagne les personnes en fin de vie, suivi de deuil.
Tél. : 03 88 35 18 81



Téléassistance

Le système de téléassistance ou téléalarme est un petit émetteur porté au cou ou au poignet qui permet de déclencher un dispositif d'alerte.

Une pression sur le bouton d'appel alerte un centre d'écoute qui fait intervenir les personnes indiquées (famille, voisins, etc.), ou un service d'urgence.

Le Conseil Général, certaines communes et caisses de retraite contribuent au financement de ce service.

- Abrapa
- Adhap Services
- Millepatte
- Servir Pro
- Télé assistance médicalisée 67

➔ Coordonnées pages 12 à 14



Numéros d'urgence

■ Médecins de garde :

Tél. : 03 88 11 69 00

■ Pharmacie de garde :

Tél. : 3915

■ Gendarmerie :

- Benfeld : 03 88 74 40 42
- Erstein : 03 88 98 01 45

■ Maltraitance des personnes âgées ou handicapées :

Tél. : 3977

■ Gaz de Strasbourg :

Tél. : 03 88 75 20 75

■ Urgence eau et assainissement :

Tél. : 08 10 46 34 63

- Benfeld :
03 88 19 29 19
- Erstein :
03 88 59 86 20

■ Électricité :

- Benfeld :
03 88 38 68 55
- Erstein :
03 88 59 86 20

Unité Territoriale d'Action Médico-Sociale - ESPace d'Accueil Seniors (ESPAS)

Mis en place par le Conseil Général du Bas-Rhin, l'ESPAS est un lieu d'information et de mise à disposition de ressources pour le public et pour les professionnels du domaine gérontologique.

L'ESPAS offre un accueil de proximité et propose une écoute à la personne âgée, à son entourage et aux professionnels qui l'accompagnent. Il informe et oriente sur les services et les aides disponibles destinés aux seniors. Il mobilise et coordonne les acteurs locaux pour renforcer la prise en charge de la personne âgée. Il collecte l'information et recueille les besoins de la population sur le territoire.

■ Vos interlocutrices

- Béatrice Roos, responsable
Tél. : 03 68 33 80 71
- Joane Ulrich, secrétaire-assistante
Tél. : 03 68 33 80 70

■ Permanence d'accueil

Maison du Conseil Général

Place du Marché aux Choux à Sélestat :

- Lundi de 14h à 17h et jeudi de 9h à 12h

Communauté de Communes du Pays d'Erstein,
2 rue du Couvent à Erstein - Tél. : 03 88 64 66 58 :

- Mercredi des semaines paires de 10h à 12h

Un guide a été édité en 2007 par le Conseil Général du Bas-Rhin. Il a été réalisé à l'intention des seniors, familles, professionnels... pour un meilleur accès à l'information. Il regroupe l'ensemble des services et aides dont peuvent bénéficier les seniors.

Ce guide a été réalisé par



www.cc-benfeld.fr



www.cc-pays-erstein.fr



www.cc-rhin.fr

Avec le soutien du



www.cg67.fr

