



© diego cervo - fotolia

à OSTWALD

Bien **VIEILLIR**

réalisé dans le cadre de la **Semaine Bleue**
par le **Centre Communal d'Action Sociale**



Ville d'Ostwald

SE DIVERTIR

◇ **Amicale du 3^e Âge**

Jean Wechsler

06 10 10 07 67

L'Amicale du 3^e âge organise un loto tous les 2^e jeudis du mois et des sorties programmées les 4^e jeudis du mois.

◇ **Association Généalogique d'Entraide Européenne (AGEE)**

Raymond Muller

06 99 56 58 97

Généalogie et des cours de paléographie allemande. Réunions, le 2^e mercredi de chaque mois de 17h à 19h à La Ruhe, 1 rue du Gal Leclerc.

◇ **Chorale « Sainte Cécile »**

Albini Schwey

03 88 66 54 55

Elle participe aux cérémonies religieuses, à de nombreux événements communaux et organise des actions solidaires.

◇ **Club Pyramide Iskandar**

Marie-Claude REEB

06 68 53 42 26 après 14h

clubiskandar@hotmail.fr

L'association est basée sur le jeu «Pyramide» qui demande une connaissance en langue française et un bon niveau en culture générale.

◇ **Confédération Syndicale des Familles (CSF)**

Muriel Heinrich

03 68 41 60 29

Raymond Muller (pour l'informatique)

06 99 56 58 97

11 rue du Séminaire

contact@ostwald-csf.org

www.ostwald-csf.org

La CSF, c'est le lieu où les familles sont écoutées et entendues, où elles se regroupent pour s'informer mutuellement, s'entraider et agir ensemble pour des conditions de vie et un environnement corrects.

Les activités : initiation à l'informatique, permanences, vide greniers au Wihrel, défense des locataires, Kaffe Krenzel, atelier des parents, atelier de réparations...

Permanences de la CSF :

Le 1^{er} mercredi du mois de 18h à 20h et le troisième samedi de 10h à 12h.

◇ **Ensemble Keleti – danses hongroises**

Christophe Bombola

06 87 45 11 88

ensemble.keleti@orange.fr

Venez découvrir la danse hongroise et la culture qui l'accompagne.

◇ **Patchwork**

Monique Fatmi

03 88 66 44 65

Association de couture spécialisée dans la confection de patchwork.

◇ **Pétanque « Le Petit d'Ostwald »**

Monique Lonchamp

06 18 61 73 41

Surnommé le « Petit d'Ostwald », elle propose la pratique de la pétanque pour tous les âges.

◇ **Pinceaux & Porcelaines de Sylvie**

Sylvie Gounot

06 30 55 04 18

L'association « Pinceaux & Porcelaines de Sylvie » a vocation à faire connaître et pratiquer la peinture sur porcelaine.



BOUGER

◇ **A.G.F. Gymnastique adultes**

Viviane Hoen

06 61 70 08 15

agfstwald@gmail.com

L'association propose des activités adultes de body training, fitness dance, yoga postural, gym douce, pilates, stretching, zumba et cuisses/abdos/fessiers.

◇ **Aquagym Age d'Or**

Christiane Kunz

06 36 82 71 16 ou 09 51 25 53 93

mamie671@free.fr

L'association vous propose une activité Aquagym (le jeudi matin de 7h30 à 8h15) pour votre bien-être et une activité «Gymnastique» (le jeudi matin de 7h30 à 8h15 au CSL) pour rester en forme tout au long de l'année.

◇ **Club de Natation d'Ostwald (CNO)**

Daniel Hinsberger

03 88 29 38 67 / 06 07 64 17 33

daniel.hinsberger@estvideo.fr

à la piscine, 8 quai Heydt

Le club propose la pratique de la natation d'entretien et des cours d'aquaform pour adultes.

◇ **Gymn'Ost**

Christine Schneider

06 60 89 51 37

asso.gymnost@gmail.com

L'association vous propose deux activités pour bouger dans une bonne ambiance : la gymnastique d'entretien (tous les mardis de 19h à 20h à la maternelle Tilleuls) et le Qi Gong (tous les jeudis de 18h30 à 19h30 à l'école maternelle du Schloessel).

◇ **Marche Nordique - Grains de folies**

Régis Vidal

06 64 30 02 68

regis@grainsdefolies.org

Régis Vidal, vous propose aussi des sorties marche nordique.

DÉCOUVRIR

◇ **Arboriculteurs d'Ostwald**

Cathie Sidel

arbo.ostwald@gmail.com

impasse du Pignon (Verger de l'association)

L'association des Arboriculteurs a pour but de faire connaître les pratiques de plantation, d'entretien et de soins des arbres et arbustes fruitiers et de développer l'intérêt pour l'arboriculture à l'échelle familiale.

◇ **Natur'Isthme**

Vincent Monclin

vincemonk@orange.fr

(pour les résidents du quartier des Rives du Bohrie)

La volonté de cette association, née de la réunion et la mobilisation d'un ensemble d'habitants dans le but de créer et de gérer un jardin partagé situé au sein de l'îlot E du quartier des Rives du Bohrie.



◇ **O'Jardin**

Laurence Vieille

o jardinpartage@gmail.com

Venez partager un grand jardin au sein des jardins familiaux du Kirchfeld. Convivialité, découverte et jardinage seront au rendez-vous !

◇ **Ostwald, Protection et Amélioration de L'Environnement (OPALE)**

Marc Benoit

m benoit@evc.net

L'association oeuvre pour la protection et l'amélioration de l'environnement.



S'ENGAGER

◇ Association Habitat et Humanisme Alsace

Marielle Bour

03 69 81 00 12

alsace-nord@habitat-humanisme.org

Cette association agit en faveur du logement, de l'insertion et du lien social.

◇ Idée'O

Laurence Viéville

06 49 81 39 19

laurence.vieville@yahoo.fr

Née d'une démarche altruiste et solidaire, l'association a pour objectif d'aider aux financements de projets Ostwaldois : sportifs, culturels, éducatifs ou artisanaux, les bénévoles de l'association tiennent le bar les soirs de spectacle au Point d'Eau pour récolter des fonds.

◇ Ouf !

Elodie Chrzavzez

06 89 13 80 64

Ouf.Ostwald@gmail.com

Cette association a pour but de favoriser le lien social et de contribuer à l'ouverture culturelle en organisant des événements festifs et des animations.

L'objectif est de se faire côtoyer les Ostwaldois de tous âges et de toutes cultures, pour partager des moments d'échanges et d'enrichissement.

Les activités de l'association servent à faciliter les rencontres entre les habitants et d'encourager l'engagement citoyen.



S'ÉVADER

◇ Espace Culturel le Point d'Eau

17 allée René Cassin

03 88 30 17 17

La salle de spectacle propose un programme riche et varié pour tous les goûts disponible sur le site lepointdeau.com

◇ La carte évasion

La carte évasion permet aux personnes âgées et handicapées aux revenus modestes, d'accéder au sport, aux loisirs et à la culture à tarifs préférentiels, elle remplace le dispositif Carte Saphir (Services et Avantages pour Personnes Handicapées Infirmes et Retraitées).

• Conditions d'attribution

- avoir 65 ans et plus, et être non imposable
- ou avoir entre 60 et 65 ans, être veuf ou veuve, et être non imposable
- ou quel que soit l'âge, être titulaire de la carte d'invalidité (pourcentage minimum

80%) et être non imposable

- résider sur le territoire eurométropolitain

• Pièces à fournir

- dernier avis de non-imposition, 2 photos
- pièce d'identité, carte d'invalidité s'il y a lieu

• Délai d'obtention

- envoi de la carte à votre domicile sous 8 jours par l'Eurométropole.

• Durée de validité : 2 ans

◇ Université Populaire (UP)

03 89 46 48 48

contact@universitepopulaire.fr

universitepopulaire.fr

L'UP est une association qui favorise le développement des connaissances, la transmission des savoirs et savoir-faire au travers d'une pluralité d'activités ouverte au plus large public.

S'INFORMER

◇ **Service Autonomie du Conseil Départemental**

Sophie Kammerer
sophie.kammerer@bas-rhin.fr

Le Conseil Départemental propose un service de proximité pour soutenir les personnes en perte d'autonomie (seniors et personnes en situation de handicap) et leur entourage (aidants) dans leurs démarches administratives : aide-ménagère, allocation perte d'autonomie, adaptation du logement, dossier d'inscription en EHPAD, résidence seniors...

Sophie Kammerer est à votre écoute et vous reçoit sur rendez-vous :

- A ILLKIRCH, le jeudi après-midi
tél : 03 68 33 82 60

Unité Territoriale d'Action médico-sociale
Eurométropole Sud, **136 Route de Lyon**

- à OSTWALD (TANNERIES), le lundi après-midi
tél : 03 68 33 80 00

Unité Territoriale d'Action médico-sociale
Eurométropole Sud, **1 rue des Bouvreuils**

Pour information complémentaire :

www.bas-rhin.fr

www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

◇ **Confédération Syndicale des Familles (CSF)**

Muriel Heinrich
contact@ostwald-csf.org

La CSF, c'est le lieu où les familles sont écoutées et entendues, où elles se regroupent pour s'informer mutuellement, s'entraider et agir ensemble pour des conditions de vie et un environnement corrects.

◇ **L'Union Nationale des Invalides et Accidentés du Travail (Uniat)**

Marguerite Ensminger
06 45 29 19 00

Cette association régionale à but non lucratif regroupe les assurés sociaux, invalides, accidentés du travail, veufs, préretraités, retraités de tous régimes.

Elle informe, conseille et défend ses adhérents confrontés à un litige relatif à la législation sociale : accident du travail, maladie professionnelle, invalidité, décès...

◇ **Conseils juridiques gratuits**

Tous les 2^e jeudi du mois dès 17h30 assurée par des avocats ou le 4^e mercredi du mois de 9h à 12h (hors vacances scolaires) à la mairie. Prendre rendez-vous au préalable au **03 88 66 30 34**.

◇ **Conciliateur de Justice**

Les 1^{er} et 3^e jeudis du mois de 9h à 12h à la mairie. Prendre rendez-vous au préalable au **03 88 66 30 34**.

◇ **Union Nationale des Combattants (UNC)**

Gérard Staedel
gerard@staedel.fr
www.unc.fr

Cette association a pour objectif de maintenir et resserrer les liens qui unissent les combattants de la Grande Guerre, d'aider et rendre hommage aux actes de courage des poilus.



SE FAIRE LIVRER

◇ **Abrapa**

Comment ça marche ?

Sur simple appel, dans un délai de 48h au **03 88 21 30 21**, le service portage est mis en place (hormis week-end et jours fériés)

Le service propose différents menus :

- MENU CLASSIQUE
- MENUS ADAPTÉS (diabétique*, à teneur en sel réduit*, sans sucre*, mixé, sans allergènes (gluten, fruits à coque...)).

*sur présentation d'un certificat médical

Les repas sont livrés chaque jour, du lundi au vendredi. Les repas du week-end sont livrés le vendredi après-midi

Pour un menu, forfait livraison inclus, le coût varie selon vos revenus entre 8 € et 10,50 € par repas.

Le forfait livraison est déductible des impôts à hauteur de 50 %.

Contactez les pour un devis sans aucun engagement.

◇ **Restaurant le Percheron à Ostwald**

Plats du jour, à la carte, grâce à une gamme de plats à emporter.

Pour commander :

contactez le 03 88 66 14 58 la veille ou le matin avant 9h pour une livraison avant 12h !

SE PRÉSERVER

◇ **BIP tranquille**

03 88 37 22 39

5 rue Gay Lussac 67201 Eckbolsheim
www.abrapa.asso.fr/nos-services/bip-tranquille

La téléassistance participe au maintien à domicile. Pour votre sécurité ou celle de votre proche, un système fiable, simple d'utilisation vous relie à une centrale d'écoute qui contacte vos proches ou les services d'urgence si besoin.

- Sécurité pour vous, sérénité pour vos proches,
- Lien permanent,
- 7J/7, 24h/24, un lien permanent avec les proches que vous avez choisis.

◇ **Association les infirmières à domicile**

Hélène Martin

03 88 30 50 66 7 jours / 7

contact@lesinfirmieresadomicile.fr

19 rue de la Chapelle

L'association propose des soins infirmiers à domicile de 6h30 à 20h30 (week-end et jour férié compris).



SE DÉPLACER

◇ **Le Hopla'Bus**

Ce service municipal est gratuit, conduit par des bénévoles et sans condition d'âge. Il circule tous les mardis et jeudis de 9h à 12h, et chaque 1^{er} jeudi du mois de 14h à



17h (sauf congés scolaires).

L'inscription est nécessaire 24h avant au
03 88 66 30 34.

◇ **MobiStras**

23, rue Jacobi Netter 67200 Strasbourg
03 88 23 80 70

<http://www.mobi.strasbourg.eu>

Service de transport à la demande des personnes à mobilité réduite de l'Eurométropole de Strasbourg
Pour tout renseignement ou réservation, appelez le service au **03 88 23 80 70.**

SE MAINTENIR À DOMICILE

◇ **ABRAPA**

Antenne Eckbolsheim

03 88 20 25 27

Antenne Lingolsheim

03 88 29 55 32

Antenne Ostwald-Illk-Geispo

03 88 66 62 25

◇ **ADHAP Services -**

24/24h et 7/7j

03 88 39 76 29

◇ **ADOMIS -** 06 30 02 81 03

◇ **AID HOM -** 24/24h et 7/7j

03 90 40 28 00

◇ **ARASC -** 03 88 55 99 99

◇ **AUX BONS SOINS -** 03 88 67 19 60

◇ **AVS AUTONOMIE -** 03 69 73 53 01

◇ **AXEO -** 06 98 00 83 54

◇ **AZAE -** 24/24h et 7/7j

03 88 66 20 20

◇ **BIEN A LA MAISON -** 03 67 22 02 13

◇ **DOMUS VI -** 03 68 46 16 10

◇ **MILLEPATTE -** 03 88 74 08 51

◇ **02 -** 7h/21h et 7/7j

02 43 72 02 02

◇ **PA SERVICES -** 03 88 08 09 08

◇ **PRESENCE 67 -** 03 90 202 240

◇ **PRO DOMO 67 -** 03 88 41 17 18

◇ **SERVITIS -** 03 88 36 00 73

◇ **SOLUTIA -** 03 90 40 63 56

◇ **SOUS MON TOIT -** 03 39 02 10 01

◇ **TENOR -** 03 88 811 175

◇ **VIVRE CHEZ MOI -** 03 88 30 32 69

◇ **AXI HOME -** 03 88 78 57 43

◇ **GUTLE Services -** 06 15 51 10 48

◇ **Logi'services -** 03 88 61 13 14

LE CCAS À VOTRE ÉCOUTE

Le centre communal d'action sociale (CCAS) d'Ostwald situé au sein de la mairie d'Ostwald apporte un soutien à toute personne confrontée aux difficultés de la vie grâce à l'écoute, à la vérification de l'accès aux droits, aux aides et aux conseils. C'est un outil de proximité chargé de développer et d'animer l'action sociale de la commune en coordination avec les acteurs locaux.

Le CCAS propose les services suivant aux habitants :

1. Instruction des différents dossiers

Aide sociale, Obligation alimentaire envers les personnes âgées en établissement, Allocation solidarité personne âgée (ASPA), Domiciliation postale, Calcul du quotient familial pour la CTS (pour les non allocataires de la CAF).

2. Information sur les dossiers d'aides sociales légales

Personnes âgées : les services à domicile (soins, aide-ménagère, portage de repas), l'Allocation Prestation Autonomie (APA), aides financières pour l'aménagement du logement suite à la perte d'autonomie, personnes handicapées : dossiers et formulaires MDPH

3. Mise en œuvre d'actions sociales

• En direction des seniors

Une convention signée avec l'ABRAPA permet aux personnes âgées de la commune de se faire livrer des repas à domicile et de bénéficier d'une participation financière. Celle-ci est directement déduite de votre facture. Chaque année, le CCAS organise la Fête de Noël des aînés pour les personnes âgées de 75 ans et plus et la semaine bleue.

• Le chèque Énergie

Un partenariat avec l'entreprise ES permet aux habitants d'Ostwald, rencontrant des difficultés dans le règlement de leurs factures liées à l'énergie, de recevoir des conseils de prévention pour réduire les consommations énergétiques et de bénéficier d'un éventuel chèque-énergie à l'occasion de l'action collective.

Responsable :

Mme Hamida Battouy

Tél. 03 88 66 84 35

ccas@ostwald.fr

Le CCAS est ouvert les lundi, mardi, jeudi et vendredi de :

- 9h à 12h
- 14h à 17h (de préférence sur rendez-vous)
- Fermé le mercredi.

• La tarification solidaire pour les transports en commun

Grâce à la tarification solidaire proposée par l'Eurométropole de Strasbourg, vous pouvez bénéficier d'un tarif préférentiel pour votre abonnement mensuel, calculé en fonction de votre âge et de votre Quotient Familial (QF).

4. Plan canicule et grand froid

Un registre est ouvert pour les personnes de plus de 60 ans et les personnes handicapées quel que soit leur âge. Tous les ans, le CCAS met en place un dispositif de prévention qui consiste à prendre des nouvelles par téléphone et venir en aide, au besoin, aux personnes inscrites sur ce registre. Une visite à domicile peut être effectuée en cas de nécessité.

Si vous même vous vous reconnaissez dans cette situation ou si vous connaissez dans votre entourage une personne isolée qui ne serait pas en mesure d'effectuer cette démarche, n'hésitez pas à prévenir le CCAS.

Plan canicule

L'intervention du CCAS se fait sur le déclenchement du niveau d'alerte 3 de la préfecture du Bas-Rhin : en cas de grande chaleur (+30°C la journée et +20°C la nuit trois jours de suite).

Plan grand froid

L'intervention du CCAS se fait sur le déclenchement de la préfecture du Bas-Rhin : en cas de grand froid (-10°C), de fortes chutes de neige (à partir de 5 cm) et lors de plaques de verglas sur la chaussée et les trottoirs.