



# Guide seniors

de la Ville d'Illkirch-Graffenstaden



# Sommaire

S'informer ..... p.4

Vivre à domicile ..... p.8

Vivre en établissement ..... p.14

Solidarité et lien social ..... p.15

Transport et déplacement ..... p.16

Des activités pour tous ..... p.18



## Edito

Consciente du défi posé par la situation démographique actuelle et future, notre Collectivité a voulu répondre pleinement aux attentes et aux besoins des seniors.

Ce livret est conçu pour vous permettre, quelle que soit votre situation, de trouver toutes les informations pratiques dont vous pourriez avoir besoin.

Il vous permettra de prendre connaissance des prestations auxquelles vous avez droit, et surtout de rencontrer les bons interlocuteurs. Au fil des pages, vous y retrouverez les services municipaux et les dispositifs d'accompagnement, les structures d'aide et d'accès aux droits, les noms des structures qui pourront vous aider dans vos démarches, mais aussi les établissements spécialisés.

Ce guide témoigne de l'attention particulière que nous vous portons. Tout comme en témoignent les récentes actions de soutien mises en place tel que Téléphon'âge, le service d'écoute téléphonique qui permet aux aînés souhaitant échanger sur leur quotidien, d'être en contact régulier avec une personne des services municipaux formée à cette fin.

Enfin, nous vous proposons de vous rapprocher des nombreuses associations que dénombre Illkirch-Graffenstaden.

Autant de contacts qui vous permettront, à vous et à vos proches, nous l'espérons, de mieux vivre le quotidien.



**Thibaud Philipps**  
Maire  
d'Illkirch-Graffenstaden



**Sylvie Seigneur**  
Adjointe au Maire  
chargée des affaires  
sociales



**Dominique Massé-Griess**  
Conseillère municipale  
déléguée chargée  
des actions en faveur  
des aînés

# S'informer

## Des services municipaux à votre écoute

### L'Hôtel de Ville

Les services municipaux sont à votre disposition dans de nombreux domaines : demande de pièces d'état civil, location de salles, police municipale, ...

#### Horaires :

Du lundi au jeudi :  
8h30-12h et 13h30-17h30

Vendredi :  
8h30-12h et 13h30-17h

Samedi matin :  
9h-12h (permanences d'état civil)

181 route de Lyon  
67400 Illkirch-Graffenstaden  
Tél. 03 88 66 80 00  
Courriel : [contact@illkirch.eu](mailto:contact@illkirch.eu)

[www.alsace.eu](http://www.alsace.eu)

[www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

## Le Conseil des aînés

Le Conseil des Aînés enrichit la réflexion municipale sur des sujets touchant à la vie locale. Il œuvre au sein de trois commissions : Solidarité – Sport/santé/culture – Sécurité/urbanisme et propose diverses actions tout au long de l'année.

Les membres sont un relais dans les quartiers pour diffuser les actions menées par la Ville et pour repérer les besoins des seniors de la commune.

Courriel : [ccas@illkirch.eu](mailto:ccas@illkirch.eu)  
Tél. 03 88 66 80 37

**De nombreux supports vous permettent d'être informés des actualités locales :**

magazine mensuel infograff,  
panneaux lumineux,  
lettres du Maire, site internet  
[www.illkirch.eu](http://www.illkirch.eu), réseaux sociaux.



## Le Centre Communal d'Action Sociale

Situé à l'Hôtel de Ville, il accueille, conseille et oriente les Illkirchois sur les démarches à effectuer dans le domaine social.

Au sein du CCAS, **une coordinatrice seniors** informe et accompagne les personnes connaissant des difficultés liées à la perte d'autonomie.

Le CCAS gère **un Espace des aînés - La Licorne**

Situé 10 allée François Mitterrand, il propose aux seniors Illkirchois de se rencontrer et de s'adonner à des activités de détente et de loisirs tout au long de l'année.

Retrouvez toutes les activités de cet espace dans la rubrique des activités pour tous, page 20.

Le CCAS propose **Téléphon'Age**

Ce dispositif gratuit offre aux seniors de plus de 65 ans un temps d'écoute et d'échange sous forme de rendez-vous téléphoniques ou de visites à domicile. Il suffit d'appeler le 03 88 66 80 37 pour s'inscrire et pour fixer les rendez-vous selon la fréquence souhaitée.

Le CCAS active **le plan canicule**

Pour être appelées régulièrement en cas d'alerte, les personnes isolées de plus de 65 ans ou handicapées peuvent s'inscrire sur le registre nominatif tenu par le CCAS. Les tiers peuvent solliciter l'inscription sur le registre.

#### Horaires :

Accueil sur rendez-vous  
tous les matins  
et le vendredi après-midi

Accueil sans rendez-vous  
du lundi au jeudi  
de 13h30 à 17h30.

181 route de Lyon  
67400 Illkirch-Graffenstaden  
Tél. 03 88 66 80 37  
ou [ccas@illkirch.eu](mailto:ccas@illkirch.eu)

## Des structures d'aide et d'accès aux droits

### La Collectivité européenne d'Alsace (CeA)

Elle pilote la politique seniors départementale.

Le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'autonomie (CDCA) est une instance consultative et participative qui rassemble des représentants des retraités et des personnes âgées ayant pour mission d'émettre des avis et des recommandations en lien avec les politiques publiques de l'autonomie.

[secretariat\\_cdca@alsace.eu](mailto:secretariat_cdca@alsace.eu)

Une secrétaire «autonomie» propose un soutien aux personnes en perte d'autonomie (personnes âgées ou en situation de handicap).

Espace Solidarité Alsace  
136 route de Lyon à Illkirch  
Tél. 03 68 33 82 60

### La Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail Alsace-Moselle (CARSAT)

En dehors de l'attribution des pensions de retraite, la CARSAT propose également des actions pour le "Bien Vieillir" à domicile.

L'accueil physique reste possible sur rendez-vous préalablement pris en téléphonant au 3960.

36 rue du Doubs - 67011 Strasbourg  
Tél. 3960  
[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)

### MSA Alsace

9 rue de Guebwiller CS 20001  
68023 Colmar Cedex  
Tél. 03 89 20 78 68

### Agence conseil retraite AGIRC-ARRCO

Elle accompagne les futurs retraités lors de leur demande de retraite AGIRC, ARRCO et IRCANTEC.

12 rue du Rhône - 67100 Strasbourg  
Tél. 09 70 660 660

### L'Association Départementale d'Information sur le Logement (ADIL)

Une permanence est organisée à la Mairie.

Tél. 03 88 66 80 00  
5 rue Hanong - 67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 21 07 06

### La Chambre Régionale du Surendettement Social (CRESUS)

Point d'informations et de conseils budgétaires : permanences organisées au Tribunal d'Instance d'Illkirch-Graffenstaden.

Sur rendez-vous au 03 88 55 33 10  
25 rue de Lausanne  
67064 Strasbourg  
Tél. 03 90 22 11 34

### L'Union Nationale des Invalides et Accidentés du Travail (UNIAT)

L'UNIAT informe, conseille et défend les assurés sociaux de tous régimes confrontés à un litige de législation sociale.

Tél. 03 88 67 86 58 - 06 87 97 93 56  
[www.uniat-alsace.fr](http://www.uniat-alsace.fr)

### L'Union Nationale des Combattants (UNC)

Contact : Henri MEICHEL  
Tél. 07 60 20 88 06

### La consultation juridique gratuite

A la Mairie les samedis de 10h à 11h.

Téléphoner le vendredi après-midi vers 16h au 03 88 66 80 00 pour confirmation.

### Alsace Alzheimer 67

10 rue Leicester - 67000 Strasbourg  
Tél. 03 90 00 68 36

### Ligue contre le cancer

22 avenue de la paix Simone Veil  
67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 24 17 60

### France Parkinson

Délégué Départemental : Alain REMY  
Tél. 06 27 65 05 68  
[comite67@franceparkinson.fr](mailto:comite67@franceparkinson.fr)

### JALMALV

(Jusqu'à La Mort Accompanyer La Vie)

31 rue du Faubourg National  
67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 23 11 82

### Association Pierre Clément

(Pour accompagner la vie jusqu'au bout)

10 rue des pucelles - 67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 35 18 81

### Des espaces numériques gratuits pour les démarches numériques

#### Hôtel de Ville

181 route de Lyon  
67400 Illkirch-Graffenstaden  
Tél. 03 88 66 80 00

#### Médiathèque Simone Veil

9 allée François Mitterrand  
67400 Illkirch-Graffenstaden  
Tél. 03 68 98 52 35

# Vivre à domicile

## Les services de maintien à domicile

Les tâches domestiques et les aides à la personne : ménage, entretien du linge, repas, courses, aide au lever, au coucher, à la toilette, garde de nuit :

### Des services locaux :

#### Aux bons soins

24 rue de l'Espérance - Tél. 03 88 67 19 60

#### AXEO Services

176 route de Lyon - Tél. 03 88 79 34 89

#### O2

13 avenue de Strasbourg  
Tél. 07 75 21 85 80

#### Senior Compagnie

95 route de Lyon - Tél. 03 68 41 53 96

#### Shiva

78 route de Lyon - Tél. 03 88 41 92 71

#### Vitalliance

19 rue du Girlenhirsch - Tél. 03 88 43 38 14

#### ASC Multiservices

(nettoyage, bricolage, dépannage)  
285 route de Lyon - Tél. 07 71 22 90 39

### En emploi direct :

Vous recrutez une aide à domicile en direct par le biais du Chèque Emploi Service Universel. Vous êtes l'employeur chargé de toutes les formalités administratives.

#### Service CESU URSAFF

[www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

#### France Emploi Domicile

Tél. 09 72 72 72 76  
[www.franceemploiadomicile.fr](http://www.franceemploiadomicile.fr)

### Le portage de repas :

#### ABRAPA

Tél. 03 88 37 22 31

#### Les menus Services

Tél. 03 88 36 76 18

#### Traiteurs

privés et restaurants locaux

### La garde de nuit :

Pour être aidé le soir ou la nuit, une garde de nuit peut intervenir.

#### SELENEE

Un service de garde de nuit itinérante propose des interventions entre 19h et 5h pour une aide aux actes essentiels (coucher, toilette, transferts, etc.)

17 route d'Oberhaubergen  
67200 Strasbourg  
Tél. 03 88 16 37 84

### La téléassistance :

En cas de chute, malaise..., la personne contacte une plateforme téléphonique joignable 24h/24 et 7j/7 en appuyant sur un médaillon ou une montre portée en permanence. Possibilité de vous renseigner auprès de vos banques et assurances.

#### Aux bons soins

24 rue de l'Espérance  
Tél. 03 88 67 19 60

#### Vitalliance

19 rue du Girlenhirsch - Tél. 03 88 43 38 14

#### ABRAPA

2 rue de Reutenbourg  
67031 Strasbourg Cedex  
Tél. 03 88 37 22 35



Plus d'informations et de coordonnées sur le site :  
[www.alsace.eu](http://www.alsace.eu)

## Les soins à domicile

### Les services infirmiers

Ils interviennent sur prescription médicale.

#### Cabinets libéraux

[annuaire.sante.ameli.fr](http://annuaire.sante.ameli.fr)

### Le service de soins infirmiers à domicile (SSIAD)

Il assure des soins techniques et d'hygiène, sur prescription médicale.

#### SSIAD ABRAPA

2 A rue Bartsch  
67100 Strasbourg - Tél. 03 88 67 88 14

### Le Phare - équipe spécialisée Alzheimer

Le Phare propose à des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de pathologies apparentées, à des stades légers à modérés, des séances pour stimuler la mémoire. L'équipe mobile intervient sur une période de 3 mois à raison de 15 séances d'une heure, sur prescription médicale.

#### Le Phare Strasbourg

1 rue Marcel Proust  
67200 Strasbourg  
Tél. 03 88 27 97 44

### Les hôpitaux de jour

Les hôpitaux de jour permettent de pratiquer, sur une courte période, des bilans médicaux et des évaluations spécifiques et adaptées à la personne âgée. Il est possible de faire des bilans à domicile par des équipes mobiles de gériatrie.

Renseignez-vous auprès de votre médecin.

## Les structures de répit

### Les accueils de jour

Ils proposent un accompagnement individualisé aux personnes accueillies, une ou plusieurs journées par semaine, et un soutien aux aidants familiaux.

#### Le Kachelofen

44 rue de la Canardière  
67100 Strasbourg - Tél. 03 88 40 05 50

#### Les Madeleines

3 rue Jean Monnet  
67380 Lingolsheim - Tél. 03 88 78 62 71

#### Laury Munch

8 rue du Moulin à Porcelaine  
67100 Strasbourg  
Tél. 03 88 22 83 60

### Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants "Les Madeleines"

La plateforme évalue les besoins des aidants et les accompagne, afin de lutter contre leur épuisement et leur isolement. Peuvent être proposés des visites à domicile, un soutien psychologique, des groupes de paroles, du relayage à domicile, des week-ends de répit, des sorties, de la relaxation, etc.

3 rue Jean Monnet - 67380 Lingolsheim  
Tél. 09 77 78 19 90

### Aide aux aidants

Deux sites ont pour objectif d'aider les personnes qui accompagnent un proche handicapé ou âgé en perte d'autonomie, en portant à leur connaissance ce que de nombreuses associations, services publics et acteurs de proximité font pour eux. Vous y trouverez notamment les nombreuses actions locales de répit.

[www.udaf67.fr/etre-aidant](http://www.udaf67.fr/etre-aidant)

[www.maboussoleaidants.fr](http://www.maboussoleaidants.fr)

### Séjours de répit

De nombreuses initiatives ont vu le jour pour permettre aux aidants de personnes âgées en perte d'autonomie de partir en vacances avec leur proche, tout en étant déchargés de l'aide habituellement apportée.

#### Les séjours vacances répit Alzheimer

proposés par l'association France Alzheimer.

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

**Les villages vacances répit famille**  
de l'association Vacances Répit Famille.

Tél. 05 57 88 58 85 - [www.vrf.fr](http://www.vrf.fr)



## L'aménagement du logement

### Centre d'Exposition Permanente (CEP- CICAT)

Le centre présente les matériels nécessaires à l'autonomie de la personne. Lors d'un rendez-vous sur place ou à domicile, un ergothérapeute répond aux questions concernant l'adaptation du logement. Un accompagnement pourra vous être proposé pour la recherche de financement auprès des organismes partenaires.

2 rue Evariste Galois - 67201 Eckbolsheim  
Tél. 03 88 76 16 50 - [www.cep-cicat.com](http://www.cep-cicat.com)



### Envie Autonomie

L'association collecte les aides techniques devenues inutiles ou inutilisables (fauteuil roulant, chaise percée, rollator, etc.), les répare, les nettoie et les reconditionne afin de les vendre ou de les louer à des prix accessibles à tous.

Tél. 07 71 00 22 75  
[www.envieautonomie.org/67](http://www.envieautonomie.org/67)



## Les financements

### Le crédit d'impôt

si vous faites appel à un service d'aide à domicile ou si vous employez directement une aide à domicile. Le crédit d'impôt est égal à 50 % de vos dépenses annuelles (plafonnées) d'aides à domicile.

Centre des Impôts  
35 avenue des Vosges - 67000 Strasbourg  
Tél. 03 88 52 48 35  
[www.impots.gouv.fr](http://www.impots.gouv.fr)

### Les mutuelles

financent des prestations d'aide à domicile, généralement en cas de sortie d'hospitalisation. Renseignez-vous auprès de votre organisme.

### Les caisses de retraite

apportent des aides financières aux retraités pour le financement d'aide à domicile, d'une téléassistance, d'une aide au retour à domicile après hospitalisation, d'une aide technique liée à l'amélioration du logement, etc.

Renseignez-vous auprès de vos caisses de retraite.

### L'AGIRC-ARRCO

propose le financement d'une aide à domicile momentanée de 10 heures en cas de maladie, d'hospitalisation ou d'absence passagère d'un proche.

Tél. 0 971 090 971



### La Collectivité européenne d'Alsace

accorde une aide sociale départementale aux personnes âgées les plus démunies (sous conditions de ressources) afin de financer des frais d'aide-ménagère ou de portage de repas.

[www.alsace.eu](http://www.alsace.eu)

### L'Allocation Personnalisée d'Autonomie

est une prestation destinée aux personnes âgées dépendantes de plus de 60 ans afin de les aider à financer les services nécessaires à la prise en charge de leur perte d'autonomie. Elle est accordée par la Collectivité européenne d'Alsace, sur présentation d'un dossier comportant une évaluation financière et médicale.

[www.alsace.eu](http://www.alsace.eu)

# Vivre en établissement



## Les résidences seniors Les EHPAD

### Les résidences autonomie

sont des ensembles de logements associés à des services collectifs, souvent construites à proximité des commerces, des transports et des services. Elles sont majoritairement gérées par des structures publiques à but non lucratif. Le coût y est modéré.

### Les résidences services

sont des ensembles de logements privatifs associés à des services collectifs. Les occupants sont locataires ou propriétaires. Elles sont gérées par des structures privées commerciales ou associatives.

Les Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes sont des maisons de retraite médicalisées qui proposent un accueil en chambre.

L'inscription se réalise sur le site <https://trajectoire.sante-ra.fr>. Un annuaire en ligne permet de sélectionner les établissements, pour un hébergement temporaire ou permanent.

Deux EHPAD sont situés à Illkirch-Graffenstaden :

#### Résidence Niederbourg :

30 rue du Moulin - Tél. 03 88 66 44 24  
[www.niederbourg.fr](http://www.niederbourg.fr)

#### EHPAD ABRAPA Illkirch :

100 route d'Eschau - Tél. 03 88 64 02 22

Plus d'informations et de coordonnées sur le site :  
[www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

# Solidarité et lien social

## L'Association d'Aide aux Anciens (3A)

L'association accompagne les personnes âgées dans les déplacements (chez le médecin, le coiffeur, pour les courses, etc.) et les petits dépannages (changer une ampoule, une bouteille de gaz, etc.). Elle propose des rencontres conviviales et des visites à domicile.

Tél. 03 88 67 44 11  
[aideauxanciens@wanadoo.fr](mailto:aideauxanciens@wanadoo.fr)

## L'Association ABRAPA et Équipe de Visiteurs à Domicile (EVAD)

Des bénévoles rendent visite régulièrement et proposent des activités à la maison ou en dehors.

Tél. 03 88 21 30 32

## Les Petits Frères des Pauvres de Strasbourg Centre

L'équipe propose aux personnes âgées isolées des visites à domicile, des rencontres et des sorties.

Tél. 03 88 44 57 00  
[strasbourg.centre@petitsfreresdespauvres.fr](mailto:strasbourg.centre@petitsfreresdespauvres.fr)

## France Bénévolat

L'association met en relation les personnes intéressées et les associations qui recherchent des bénévoles.

Tél. 03 88 37 93 92



# Transport et déplacement

## Navette électrique

La navette électrique gratuite, qui circule du lundi au samedi dessert les secteurs d'habitation éloignés des points d'arrêt de transport public. Elle permet l'accès au marché, aux commerces et aux services du centre-ville. Il est possible de la héler entre deux arrêts en faisant un signe au chauffeur.

Le plan  
et les horaires  
sont actualisés  
sur le site de la Ville

**www.illkirch.eu**



## Compagnie des Transports Strasbourgeois (CTS)

9, Place Saint-Pierre-le-Vieux  
67000 Strasbourg - Tél. 03 88 77 70 70

### Bon à savoir :

Une tarification solidaire permet de bénéficier d'une réduction sur le prix de l'abonnement CTS. Les tarifs sont fixés en fonction de l'âge et du Quotient Familial.

[www.strasbourg.eu/tarifcation-solidaire](http://www.strasbourg.eu/tarifcation-solidaire)

## Flex'hop

Ce service de transport en commun sur réservation permet des déplacements entre communes au tarif CTS habituel. Les trajets sont libres, sans itinéraire imposé ni horaires fixes.

Tél. 0 800 200 120

[www.cts-strasbourg.eu](http://www.cts-strasbourg.eu)

## MobiStras

MobiStras facilite les déplacements des personnes à mobilité réduite sur les 33 communes de l'Eurométropole de Strasbourg. MobiStras offre aux usagers une prestation de trottoir à trottoir, avec réservation préalable.

1, Parc de l'Étoile - 67076 Strasbourg Cedex

Tél. 03 68 98 51 15

transport.adapte@strasbourg.eu

[www.cts-strasbourg.eu](http://www.cts-strasbourg.eu)

(rubrique transport adapté)

## Carte mobilité inclusion

Avec la mention « stationnement pour personnes handicapées », la carte permet à son titulaire ou à la tierce personne l'accompagnant d'utiliser, à titre gratuit, toutes les places de stationnement ouvertes au public (et pas seulement les places réservées aux personnes handicapées).

Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

6a rue du Verdon - 67100 Strasbourg  
Tél. 0 800 747 900

### Bon à savoir :

## Chèque Sortir +

Proposé par l'AGIRC-ARRCO à ses adhérents, ce dispositif finance des déplacements pour les seniors de plus de 75 ans.

Tél. 0 971 090 971



# Des activités pour tous

## Les parcs

### 1 Parc Friedel, deux entrées :

Pont du Péage / Rue du Girenhirsh

### 2 Parc du Fort Uhrich

Route du Fort Uhrich

### 3 Parc des Bonnes Gens « Ostwinckel »

Rue des Bonnes Gens

### 4 Parc de l'Orangerie du Château Klinglin

106 route de Lyon

### 5 Parc Birkeninsel

Rue de l'Abreuvoir

### 6 Parc des Chaumes

Rue des Chaumes

### 7 Parc des Charmilles, deux entrées :

Rue des Charmilles  
/ Rue des Cottages

### 8 Parc de l'Orme, deux entrées :

Rue de l'Orme  
/ Rue des Charmilles

### 9 Parc Laufenburger

Rue Charles Laufenburger

### 10 Parc Malraux

Avenue Malraux

### 11 Parc de L'illiade

Allée François Mitterrand

### 12 Parc du Domaine Baumann

10 avenue Achille Baumann



## Vitaboucle

Ce dispositif permet d'emprunter des zones calmes, agréables et vertes comme les cours d'eau et les parcs naturels. A Illkirch-Graffenstaden, deux parcours, l'un au sud et l'autre au nord relient différents points d'intérêt, allant du Parc d'Innovation aux équipements culturels du centre-ville, en passant par divers équipements sportifs.

Parcours disponibles à l'accueil de l'Hôtel de Ville ou sur le site [www.illkirch.eu](http://www.illkirch.eu)

## Association des usagers de la piscine de la HARDT (AUPH)

Rue du 23 novembre  
[auph.illkirch@gmail.com](mailto:auph.illkirch@gmail.com)

## Centre Nautique de la Hardt

Rue du 23 novembre

## Lac Achard

À côté de la piscine de la Hardt

## Plan d'eau du Baggersee

1 rue de la Tour Haute  
Tél. 03 88 40 33 12

## Marchés hebdomadaires

Les mercredis et samedis de 7h à 13h

Forum de l'III et Cours de l'IIIade

## Villa

Maison d'enseignement et de pratique des arts. Programme sur demande.

35 A domaine de l'île - Tél. 03 68 00 33 33  
[www.lavill-a.com](http://www.lavill-a.com)

## L'illiade

Centre culturel  
Programme sur demande

11 allée François Mitterrand  
Tél. 03 88 65 31 06  
[www.illiade.com](http://www.illiade.com)

## Médiathèque Simone Veil

9 allée François Mitterrand  
Tél. 03 68 98 52 35  
[www.mediatheques.strasbourg.eu](http://www.mediatheques.strasbourg.eu)

## Centre socio-culturel Le Phare de l'III

Programme sur demande

29 rue Libermann  
Tél. 03 88 66 15 83  
[www.pharedelill.org](http://www.pharedelill.org)

## Espace des aînés la Licorne

10 allée François Mitterrand

### Qi gong :

Viviane Richard : Tél. 06 49 95 86 02

### Gymnastique adaptée, tango, chant, relaxation, etc...

Alain Rémy : Tél. 06 27 65 05 68

### Sport cérébral Illkirch 2000 :

Marie-Claire Tournache :  
Tél. 07 77 78 36 13

### Jeux de société, sorties ARCAL :

Hélène Martz : Tél. 06 73 84 89 65

### Les "Vendredis récréatifs" après-midi jeux de société :

Centre Communal d'Action Sociale :  
Tél. 03 88 66 80 37

### Scrabble club d'Illkirch :

Robert Couturier : Tél. 03 88 39 27 68

### Cours d'informatique APIAC :

Jacques Barthel : Tél. 06 16 02 53 56

### Cours d'anglais :

Marlène Kress : Tél. 03 88 66 14 49

### Atelier relaxation alSacEP :

Géraldine Wendling : Tél. 06 23 35 47 30

Plus d'activités dans l'annuaire des associations sur le site [www.illkirch.eu](http://www.illkirch.eu), rubrique "culture, sports et loisirs". Les activités ponctuelles sont annoncées chaque mois dans le **magazine Infograff**.



## Bougez varié, restez sur vos deux pieds !

L'association Tao Rythm Qi Gong & Arts Energétiques et la Fédération Sports Pour Tous proposent des séances d'activités physiques adaptées aux personnes de plus de 60 ans avec des exercices d'équilibre, de la gym forme, de la marche nordique et des séances de sophrologie, de diététique...

Salle de danse Art et Culture  
190 route de Lyon.

Cathy Fafournoux : Tél. 06 60 46 68 70  
[cathy.fafournoux@gmail.com](mailto:cathy.fafournoux@gmail.com)

## Séjours vacances

L'ANCV a un programme "Seniors en vacances" qui propose des séjours à un tarif préférentiel aux personnes âgées en situation de fragilité économique et sociale.

[www.ancv.com/seniors-en-vacances](http://www.ancv.com/seniors-en-vacances)

## Espace Tranqu'III

Lieu d'accueil et de rencontre ouvert aux plus de 60 ans. La coordinatrice seniors de la ville y assure une permanence.

Habitat de l'III - Rue de l'Orme  
Tél. 06 27 13 33 34



## Carte évasion

### La carte évasion ouvre droit à la gratuité pour :

- Les médiathèques de l'Eurométropole de Strasbourg
- Les musées de la Ville de Strasbourg
- Les évènements (la foire Européenne, la foire d'Art contemporain « St'art », le salon Tourissimo et le salon de l'Habitat)
- Les matchs de basket du championnat de Pro A.

### La carte évasion ouvre droit à des réductions pour :

- Des visites de Strasbourg en bateau (Batorama)
- Les institutions culturelles (Orchestre Philharmonique de Strasbourg, Opéra National du Rhin, Théâtre National de Strasbourg, Kafteur, Pôle Sud, Maillon, TAPS, Illiade).



### Non impossible, vous pouvez bénéficier de la carte évasion si :

- Vous avez 65 ans et plus,
- ou si vous avez 60 ans et vous êtes veuf ou veuve,
- ou si vous êtes titulaire de la carte d'invalidité, quel que soit votre âge.

Tél. 03 68 98 51 15  
www.strasbourg.eu



# Numéros utiles

**SAMU :**

15

**Police :**

17

**Police municipale :**

03 88 66 80 14

**Pompiers :**

18

**SOS Médecin :**

03 88 75 75 75

**Centre antipoison :**

03 88 37 37 37

**CPAM :**

3646

**Violences**

**Femmes Info :**

3919

**Maltraitance**

**des personnes âgées :**

3977

**CCAS :**

03 88 66 80 37

**Mon médecin :** .....

**Ma pharmacie :** .....

**Mon dentiste :** .....

**Mes numéros utiles :**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Hôtel de Ville  
181 route de Lyon  
67400 Illkirch-Graffenstaden

Tél. 03 88 66 80 00  
[contact@illkirch.eu](mailto:contact@illkirch.eu)



[illkirch.eu](http://illkirch.eu)