



## AGENDA DES ACTIONS COLLECTIVES DU SUD DEUX-SEVRES : Janvier à Juillet 2020

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Café Santé</b> <i>SIEL Bleu</i>	Café prévention avec deux thématiques santé : activité physique et alimentation. Animé par SIEL BLEU et une diététicienne.	Mardi 5 mai, à 14h.	MOUGON (79370) EHPAD « Les Babelottes » 43 rue des Babelottes	05-49-05-88-69
<b>" Osons le numérique ! "</b> - Prévention MAIF - Association Appui&Vous Sud 79	Venez découvrir et questionner les usages du numérique : la notion de gratuité, les risques de la messagerie, les mots de passe, le phishing ou l'hameçonnage, les réseaux sociaux, les achats en ligne, les fausses informations ou fake-news, les objets connectés, le numérique responsable. GRATUIT SUR INSCRIPTION – PLACES LIMITÉES	Mardi 12 mai, à 14h.	SAUZE VAUSSAIS (79190) Salle du Grand Puits	05-49-29-79-79
<b>Prévention Santé Seniors</b> <i>SIEL Bleu</i>	Cours collectif dont les objectifs sont de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, améliorer l'équilibre statique et dynamique, sensibiliser à l'entretien du capital santé.	Le lundi, de 11h à 12h.	SAUZE VAUSSAIS (79190) Salle du Grand Puits	06-69-34-22-97
	Cours collectif dont les objectifs sont de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, améliorer l'équilibre statique et dynamique, sensibiliser à l'entretien du capital santé.	Le lundi, de 9h à 10h.	MELLE (79500) Salle St-Joseph	06-69-34-22-97
	Cours collectif, avec les personnes de l'EHPAD de Mougou, ouverts aux personnes du domicile.	Le vendredi, de 14h30 à 15h30.	MOUGON (79370) EHPAD « Les Babelottes » 43 rue des Babelottes	05-49-05-88-69
<b>Gym Bien Vieillir</b> <i>CODEP EPGV</i>	Gym bien vieillir et séances d'activités physiques adaptées pour tous pour entretenir votre souplesse, équilibre, renforcer vos muscles, préserver votre mémoire et votre santé avec des séances diversifiées dans un cadre sport santé et bien être. 2 séances d'essai gratuites inscription tout au long de l'année.	Séances hebdomadaires, en matinée ou soirée en fonction des clubs du territoire.	AIGONDIGNE / BRIOUX-SUR-BOUTONNE / CELLES-SUR-BELLE / CHEF-BOUTONNE / MELLE / ST-COUTANT	07-71-83-63-49 <a href="mailto:Contact@codep79.epgv.fr">Contact@codep79.epgv.fr</a>
<b>Activité physique</b> <i>L'office des sports et des associations du Pays Mellois OSAPAM</i>	Ateliers collectifs de sport adapté pour les plus de 50 ans : équilibre et motricité, cœur et santé, mémorisation rythmée, jeux de précision et raquettes. Adhésion 130€ (dont 30€ pris en charge CCAS de Prailles).	Le mercredi, de 14h à 16h.	PRAILLES (79370) Salle des fêtes	05-49-27-92-43
	Ateliers collectifs de sport adapté pour les plus de 50 ans : équilibre et motricité, cœur et santé, mémorisation rythmée, jeux de précision et raquettes. Adhésion 130€ (dont 30€ pris en charge CCAS de Prailles).	Le vendredi, de 14h30 à 16h30.	VANZAY (79120) Salle des fêtes	05-49-27-92-43
	Ateliers collectifs de sport adapté pour les plus de 50 ans : équilibre et motricité, cœur et santé, mémorisation rythmée, jeux de précision et raquettes. Adhésion 130€/an.	Le lundi, de 9h30 à 11h30. Le mercredi, de 9h30 à 11h30. Le vendredi, de 9h à 11h.	MELLE (79500) Salle St-Joseph	05-49-27-92-43
	Ateliers collectifs de sport adapté pour les anciens adhérents du dispositif ASALEE. Adhésion et participation pour une année unique 70€.	Le jeudi, de 10h à 11h.	MELLE (79500) Salle St-Joseph	05-49-27-92-43
<b>Café rencontre « Ben'Aïse »</b> - EHPAD « Les Quatres Saisons » - Association Appui&Vous Sud 79	Café rencontre animé par l'animatrice de l'accueil de jour et la psychologue de l'EHPAD de Brioux-sur-Boutonne. Temps convivial aidants/aidés le 2 juillet à l'Etang de Prérault (Périgné).	Le 3ème lundi du mois, de 14h30 à 16h30.	BRIOUX-SUR-BOUTONNE (79170) Restaurant " A table " 54 Rue du Commerce	05-49-29-79-79
<b>Groupe de parole</b> <i>Association des Parkinsoniens 79</i>	Temps d'expression encadré par une psychologue, une fois tous les deux mois.	Février – Avril – Juin	ST-LEGER-DE-LA-MARTINIÈRE (79500) Salle du conseil de la Mairie	05-49-27-10-68

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Halte Relais</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Informier soutenir les personnes malades et leur famille, Former les bénévoles et les aidants, Contribuer à la recherche, Sensibiliser le public.	Le 1er jeudi du mois, de 14h à 16h.	MELLE (79500) Centre Socio-culturel du Mellois 8 Place René Groussard	05-49-77-82-19
<b>Groupe de parole</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Les groupes de parole réunissent des familles qui souhaitent échanger sur les problématiques vécues au quotidien auprès d'une personne atteinte d'une maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Animé par un psychologue et parfois co-animé par un bénévole de l'association.	Le 3ème lundi du mois, de 15h à 17h.	LEZAY (79120) EHPAD Fondation Dussouil 1 Rue de Vaugru	05-49-77-82-19
<b>Seniors et Alors</b> - <i>Mutualité Française Nouvelle Aquitaine</i> - <i>Association Appui&amp;Vous Sud 79</i>	Temps de rencontre conviviale destiné aux personnes seules du domicile. Adossé à une animation lecture avec un diseur-conteur qui permet l'échange et l'expression.	Jeudi 19 mars et jeudi 11 juin. De 15h à 17h.	MELLE (79500) Restaurant Les Glycines 5 Place René Groussard	05-49-29-79-79
		Jeudi 26 mars et jeudi 2 juillet. De 15h à 17h.	CHEF BOUTONNE (79110) Hôtel des voyageurs 8 Place Cail	
<b>Part'âge</b> <i>CIAS du Mellois</i>	Activités pour la prévention et la lutte contre l'isolement des personnes âgées (Quizz, loisirs créatifs, promenades, activités extérieures...)	2 après-midi par mois pour 2 groupes (mardi ou jeudi)	CELLES-SUR-BELLE / MELLE / BRIOUX-SUR-BOUTONNE / LEZAY/ SAUZE VAUSSAIS.	06-33-60-27-50
<b>Rencontre et entraide</b> <i>APF France handicap</i>	Proposition de sorties culturelles et d'activités de loisirs. L'objectif est de sortir de son domicile pour aller à la rencontre des autres, d'échanger et de s'entraider tout en passant un moment convivial.	1 vendredi par mois, à partir de 14h30.	MELLE (79500) Maison du Pays Mellois	05-49-73-52-14
<b>Ateliers initiation informatique</b> <i>Association Appui&amp;Vous Sud 79</i>	Bénévoles qui animent des ateliers d'initiation à l'informatique dans le but de rompre l'isolement des personnes âgées face au défi numérique.	Lundi et mercredi à partir du mois d'octobre (horaires à demander au CLIC)	BRIOUX-SUR-BOUTONNE (79170) Salle informatique Collège St-Exupéry 17 Rue Saint-Exupéry	05-49-29-79-79

**Thématiques :** **Prévention santé** / **Actions de soutien et d'entraide** / **Lien socio-culturel**

**Actualisation :** document mis à jour le 26/02/2020

**Si vous souhaitez communiquer sur une action collective, merci de vous rapprocher du CLIC de votre secteur : 05 49 06 78 85**

Notre association  ASSOCIATION GERONTOLOGIQUE DU SUD DEUX-SÈVRES

change de nom et devient :  **Appui & Vous** Sud 79  
Plateforme Conseils pour l'autonomie



## AGENDA DES ACTIONS COLLECTIVES DU SUD DEUX-SEVRES : Janvier à Juillet 2020

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Atelier " PEP'S Eurêka "</b> <i>MSA Services Poitou</i>	Atelier pour faire prendre conscience que le fonctionnement de la mémoire est lié à de multiples facteurs. L'objectif est d'agir sur ces derniers afin d'améliorer sa mémoire. Payant : 20 €. SUR INSCRIPTION.	1 cycle de 12 séances du 16 mars au 07 septembre 2020. De 14h à 16h30.	NIORT (79000) Salle du Pontreau Centre socio-culturel Grand Nord 4 rue Guy Guilloteau	05-49-44-56-36
<b>" Maladie de Parkinson : les bienfaits des activités physiques "</b> <i>- France Parkinson - Mélioris Le Grand Feu - Association Française des Aidants</i>	Conférence-débat animée par les Docteurs DUPREY et PINSONNEAU. Découvertes sportives : escrime, escalade, sarbacane, gym douce, boccia, yoga, marche nordique, tennis de table, prévention des chutes. Tenue décontractée souhaitée. SUR INSCRIPTION avant le 06 mars 2020.	Vendredi 20 mars 2020. De 14h à 17h30.	NIORT (79000) CRRF Mélioris Le Grand Feu 74 rue de la Verrerie	05-49-32-38-06
<b>Prévention Santé</b> <i>La Ligue contre le Cancer</i>	Aide au sevrage tabagique. En individuel ou groupe de 4 personnes maximum. Atelier animé par une psychologue clinicienne (tout public).	Le mercredi matin, 2 fois par mois. <u>Sur rendez-vous.</u>	NIORT (79000) Centre hospitalier 40 Avenue Charles de Gaulle Cloître, 1er étage de l'aile gauche	05-49-06-96-60
	Atelier de Reiki : détente et travaille sur les émotions. Séances individuelles . Durée 1h. Animée par une professionnelle certifiée Reiki.	Le mardi et jeudi matin. <u>Sur rendez-vous.</u>		
	Atelier « Prendre soin de soi dans la douceur ». Séances en groupe. Durée 1h. Animé par une rigologue.	Les lundis 07/01, 21/01, 04/02, 18/02, 04/03, 18/03, 01/04 , 29/04, 13/05, 27/05, 03/06, 24/06. De 15h30 à 16h30.		
	Atelier de sophrologie : mieux-être du corps et apaisement mental. Séances en groupe. Animé par une sophrologue diplômée.	Le mardi, de 15h à 16h.		
	Atelier de relaxation par la musique. En individuel ou petit groupe. Durée 1h. Animé par une musicothérapeute bénévole.	Le lundi après-midi. <u>Sur rendez-vous.</u>		
<b>Marche accompagnée et conviviale</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Marche accompagnée et adaptée aux capacités de chacun, sur des parcours variés.	1er mardi du mois. A partir de 14h.	Bassin de Vie Niortais	05-49-77-82-19
<b>Gym Bien Vieillir</b> <i>CODEP EPGV</i>	Séances collectives seniors pour maintenir votre mobilité articulaire, développer votre force musculaire, maintenir votre équilibre et votre souplesse, entretenir votre mémoire. Séances complètes diversifiées Pour maintenir son capital santé. A la portée de tous. 2 séances d'essai gratuites.	Toutes les semaines, en journée. Horaires en fonction des clubs du territoire.	AIFFRES, ARÇAIS, BEAUVOIR-SUR-NIORT, BESSINES, CHAURAY, ECHIRE, EPANNES, FORS, FRR, GRANZAY-G., LA ROCHENARD, LE VANNEAU, MAUZES/MIGNON, PRAHECQ, ST-HILAIRE-LA-PALUD, ST-MAXIRE, ST-RÉMY, ST-SYMPHORIEN, SCIECQ, VALLANS, VILLIERS-EN-PLAINE, VOUILLE.	07-71-83-63-49 Contact@codep79.epgv.fr
<b>Gym Bien Vieillir Sport Santé</b> <i>CODEP EPGV</i>	Gym bien vieillir et séances d'activités physiques adaptées à tous pour entretenir votre souplesse, équilibre, renforcer vos muscles, préserver votre mémoire et votre santé avec des séances diversifiées dans un cadre sport santé et bien être. 2 séances d'essai gratuites. Inscription ouverte tout au long de l'année.	Le mardi, de 14h15 à 15h15 (depuis février 2020).	EPANNES (79270) Salle Marcel Brelay ( <i>salle des fêtes</i> ) Grande Rue	Mme Beaufile Nathalie 05 49 25 96 56 contact@activepannes.com
<b>Prévention santé</b> <i>APF France handicap</i>	Natation et jeux d'eau.	Tous les mercredis, à 10h.	CHAURAY (79180) Centre aquatique des Fraignes 91 Rue Victor	05-49-73-52-14

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Gymnastique Prévention</b> <i>Santé SIEL Bleu</i>	Cours collectifs adaptés dont les objectifs sont : maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, améliorer l'équilibre statique et dynamique, sensibiliser à l'entretien du capital santé.	Le vendredi, de 9h20 à 10h20.	NIORT (79000) Centre socioculturel 20 Square Germaine Clopeau	06-69-34-22-97
		Le jeudi, de 9h15 à 10h15.	ST-GEORGES-DE-REX (79210) Salle polyvalente	
<b>Atelier d'art thérapie et d'expression pour les aidants</b> <i>APF France handicap</i>	L'art thérapie est une pratique soignante fondée sur l'utilisation thérapeutique du processus de création. Elle utilise la création artistique pour faciliter l'expression, stimuler la créativité, lâcher prise et apaiser les conflits émotionnels. Animé par Lucylle Mucy, art thérapeute. Cycle de 14 séances à raison d'une séance tous les 15 jours. INSCRIPTION OBLIGATOIRE. Gratuit.	Lundi 30 mars 2020 ( <i>pour la 1ère séance</i> ). De 13h30 à 15h.	NIORT (79000) APF France handicap Délégation des Deux-Sèvres 171 avenue de Nantes	05-49-73-52-14  dd.79@apf.asso.fr
<b>Atelier à mobilisation cognitive</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Ateliers à destination des malades jeunes (- 60 ans). Encadré par des bénévoles et un psychologue.	Tous les jeudis. De 10h à 12h.	NIORT (79000) Centre socioculturel 63 Rue Cholette	05-49-77-82-19
<b>Formation des aidants</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Formation à destination de toute personne accompagnant un proche atteint d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée. Animé par un(e) psychologue et un(e) bénévole de France Alzheimer. Gratuit. Nombre limité de places. SUR INSCRIPTION.	2nd trimestre 2020 ( <i>dates non connues</i> ) Formation répartie sur 6 séances, le samedi. De 14h30 à 17h.	CHAURAY (79180) Salle du CCAS 31 Rue de l'Eglise	05-49-77-82-19
<b>Café mémoire</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Animés par un psychologue et par des bénévoles, les Cafés mémoire offrent un espace d'écoute et d'expression aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer, aux familles, au grand public.	2ème jeudi du mois. De 14h à 16h.	NIORT (79000) « Le bistrot du Marché » 358 Route d'Aiffres	05-49-77-82-19
<b>Groupe de parole</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Les groupes de parole réunissent des familles qui souhaitent échanger sur les problématiques vécues au quotidien auprès d'une personne atteinte d'une maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Animé par un psychologue et parfois co-animé par un bénévole de l'association.	4ème jeudi du mois. De 14h à 16h.	NIORT (79000) Centre socioculturel 63 Rue Cholette	05-49-77-82-19
<b>Café des aidants</b> <i>- Association Française des Aidants - Mélioris Le Grand Feu</i>	Temps d'échange, d'écoute et d'information animé par des professionnels (psychologue et assistante sociale). Ces rencontres conviviales ont lieu dans un café et sont ouvertes à toute personne accompagnant un proche en perte d'autonomie ou handicapé, sans distinction d'âge.	1er jeudi du mois. De 17h30 à 19h.	NIORT (79000) Librairie Café " L'ombre du vent " 28 rue Saint Jean	05-49-32-38-54 05-49-32-39-39
<b>S'exprimer pour rebondir</b> <i>- Association du Sacré Coeur - Association Appui&amp;Vous Sud 79</i>	Accompagnement des binômes " aidant-aidé " vivant à domicile : partage, soutien, écoute, convivialité, répit. De 10h à 11h30 : groupe de parole pour les aidants / activités pour les aidés. De 11h30 à 13h : temps convivial partagé. Gratuit. SUR INSCRIPTION.	1er samedi du mois. De 10h à 13h.	NIORT (79000) Maison du Sacré Coeur 1 rue de l'Yser	05-49-77-13-40
<b>Café rencontre « Ben'Aïse »</b> <i>Plateforme Territoriale de Service et d'Animation du Pays Mauzéen</i>	Accompagnement des binômes " aidant-aidé " vivant à domicile : partage, soutien, écoute, convivialité, répit. De 10h à 11h30 : groupe de parole pour les aidants / activités pour les aidés. De 11h30 à 13h : temps convivial partagé. Gratuit. SUR INSCRIPTION.	4ème jeudi du mois. De 14h30 à 16h30.	MAUZE-SUR-LE-MIGNON (79210) Café l'Apollon 50 Rue de Doué	05-49-06-78-85
<b>Le rendez-vous connecté</b> <i>Espace &amp; Vie</i>	Conférence : " Seniors et Internet. Pour votre sécurité, ayez les bons réflexes ". Animé par la Gendarmerie de Niort. Ateliers en accès libre : voyage à travers des lunettes de visions à 360° , table de jeux interactive, promenade interactive à vélo, jeu vidéo (Wii), borne photo interactive... Gratuit et ouvert à tous.	Lundi 16 mars 2020. De 14h à 18h.	NIORT (79000) Résidence Espace & Vie 126 bis, rue de la Burgonce	05-49-25-46-00

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Atelier médiation numérique</b> <i>MSA Services Poitou</i>	Des conseils pour se familiariser avec les nouvelles technologies et communiquer autrement avec ses proches. Vous êtes curieux des nouvelles technologies mais vous n'osez pas... Lancez-vous à la découverte d'internet et de la tablette en suivant les @ateliers numériques.	1 cycle de 6 séances, de 14h30 à 16h30. ♦ les jeudis du 07/05/ au 11/06.  ♦ les vendredis du 15/05 au 12/06.	♦ VILLIERS-EN-PLAINE (79160) Salle de Champbertrand Route de Benet  ♦ PRAHECQ (79230) Maison pour tous 12 Rue du Petit Logis	05-49-44-56-36
<b>Ateliers à médiation artistique</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Ces ateliers, animés par un professionnel, sont ouverts aux personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées à un stade débutant et à leur accompagnant familial, souhaitant participer à une activité stimulante et créatrice.	1er et 3ème jeudi du mois. De 14h15 à 16h.	NIORT (79000) Centre socioculturel 63 Rue Cholette	05-49-77-82-19
<b>Chorale</b> <i>France Alzheimer 79</i>	La musique et le chant stimulent et apportent des bénéfices sur les facultés cognitives et émotionnelles. Ils influent également sur l'humeur et apportent du bien être social. Ces ateliers sont animés par une musicothérapeute et des bénévoles.	2ème et 4ème vendredi du mois. De 14h30 à 16h30.	NIORT (79000) Centre socioculturel Grand Nord 1 Place de Strasbourg	05-49-77-82-19
<b>Rencontre et entraide</b> <i>APF France handicap</i>	Groupe loisirs : proposition de sorties culturelles et d'activités de loisirs. L'objectif est de sortir de son domicile pour aller à la rencontre des autres, d'échanger et de s'entraider tout en passant un moment convivial.	1 jeudi toutes les 2 semaines, à partir de 14h.	NIORT (79000) 171 Avenue de Nantes	05-49-73-52-14

**Thématiques :** **Prévention santé** / **Actions de soutien et d'entraide** / **Lien socio-culturel**

**Actualisation :** document mis à jour le 05/03/2020

**Si vous souhaitez communiquer sur une action collective, merci de vous rapprocher du CLIC de votre secteur : 05 49 06 78 85**

Notre association



change de nom et devient :





## AGENDA DES ACTIONS COLLECTIVES DU SUD DEUX-SEVRES : Janvier à Juillet 2020

Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>Ateliers "Cuisine &amp; partage"</b> <i>CIAS</i>	Des recettes économiques et équilibrés, des conseils, des astuces, des visites de producteurs locaux.... Et si nous déjeunions ensemble! Payant : 2 à 4 € par personne.	7 février, 10 avril, 26 juin, 25 septembre, 18 décembre. De 9h30 à 14h30.	En Haut Val de Sèvre : atelier itinérant. Navette gratuite : contacter le CIAS.	05-49-16-42-96
<b>Atelier "Do it Yourself"</b> <i>CIAS</i>	Apprenez à fabriquer vous-même vos produits ménagers et d'hygiène, des produits économiques et respectueux de l'environnement. Tarif en fonction du quotient familial (Gratuit). Inscription obligatoire.	4 avril, 4 juillet, 7 novembre. Le samedi matin.	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) Médiathèque Aqualibris 4 Rue des Martyrs de la Libération	05-49-16-42-96
<b>" Santé vous bien au volant "</b> <i>ASEPT - CAP PC - MSA Services</i>	L'avancée en âge a une incidence sur la conduite, adoptez les bons réflexes pour une conduite en toute sécurité. Les ateliers Santé vous Bien au Volant se composent de 3 séances hebdomadaires de 2h par groupe de 10 à 15 personnes.	07, 14 et 20 février. De 10h00 à 12h00.	SOUDAN (79400) Salle "La Rosace" 8 route de l'Atlantique	05-49-44-56-32
<b>Gym bien vieillir</b> <i>CODEP EPGV</i>	Séances collectives seniors pour maintenir votre mobilité articulaire, développer votre force musculaire, maintenir votre équilibre et votre souplesse. Séances complètes diversifiées pour maintenir son capital santé à la portée de tous. 2 séances d'essai gratuites.	Toutes les semaines en journée, horaires en fonctions des clubs sur le territoire.	AUGE / LA CHAPELLE BATON / LA CRECHE / LA MOTHE ST-HERAY / NANTEUIL / PAMPROUP / ST-MAIXENT-L'ECOLE / STE-NEOMAYE	07-71-83-63-49 Contact@codep79.epgv.fr
<b>Sport, santé en milieu rural</b> <i>Centre hospitalier de Niort</i>	Ateliers de sport adapté pour les personnes de plus 65 ans souhaitant s'investir dans un programme d'activités physiques adaptées à leur niveau et pouvant permettre de se faire rencontrer les populations d'une même génération vivant à domicile et en structure.	Le jeudi, 15h-16h ou 16h-17h  Le mardi, 14h30-15h30 ou 15h30-16h30.	* ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) EHPAD La Chanterie 13 Rue du Panier Fleuri  * LEZAY (79120) EHPAD Fondation Dussouil 1 Rue de Vaugru	05-49-76-48-46  05-49-05-05-27
<b>Gymnastique Prévention Santé</b> <i>SIEL Bleu</i>	Cours collectifs adaptés dont les objectifs sont : maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, améliorer l'équilibre statique et dynamique, sensibiliser à l'entretien du capital santé.	Le mercredi, de 9h à 10h. Le vendredi, de 9h15 à 10h15.	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) Hôtel Chauray Rue de Chauray	06-69-34-22-97
<b>Activité physique</b> <i>L'office des sports et des associations du Pays Mellois</i>	Ateliers collectifs de sport adapté pour les plus de 50 ans.	Le mardi, de 8h30 à 10h30.	LA MOTHE ST-HERAY (79800) Gymnase de La Mothe St-Héray	05-49-27-92-43
<b>Sport partagé</b> <i>France Alzheimer 79</i>	Proposition d'ateliers collectifs de pratique conjointe/partagée d'activités physiques adaptées.. Il s'inscrit dans un parcours de soin pour des malades Alzheimer ou apparentés, de stade léger à modéré, en direction des binômes aidants/aidés.	Tous les 2ème et 4ème mercredis de chaque mois, de 10h à 11h30.	LA MOTHE ST-HERAY (79800) Salle du Foyer Rural Maison des Associations	05-49-77-82-19 06-23-06-37-59
<b>" Seniors, pour votre sécurité, ayez les bons réflexes ! "</b> <i>- Association Appui&amp;Vous Sud 79 - CIAS - Gendarmerie Nationale</i>	<b>Opération tranquillité seniors.</b> Deux après-midi de prévention organisées en vue de vous sensibiliser contre les cambriolages, vols, fraudes, arnaques en tout genre. Des gestes simples à adopter dans votre quotidien pour mieux vous protéger. Venez à la rencontre des agents de brigade de votre secteur pour connaître les bons réflexes à adopter! INSCRIPTION RECOMMANDÉE.	Mardi 31 Mars, de 14h00 à 16h00  Jeudi 16 Avril, de 14h00 à 16h00	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) Salle Rabelais Rue Rabelais  PAMPROUP (79800) Salle Alain Audis 26 rue de la gare	05-49-76-42-63



Quelle action ?	Quel est le programme ?	Quand cela a-t-il lieu ? (date, heure)	Où est-ce ? (commune, salle)	Où s'inscrire ?
<b>" Osons le numérique ! "</b> - Prévention MAIF - Association Appui&Vous Sud 79	Venez découvrir et questionner les usages du numérique : la notion de gratuité, les risques de la messagerie, les mots de passe, le phishing ou l'hameçonnage, les réseaux sociaux, les achats en ligne, les fausses informations ou fake-news, les objets connectés, le numérique responsable. GRATUIT SUR INSCRIPTION – PLACES LIMITÉES	Vendredi 15 Mai, de 14h à 16h30	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) AMS du Haut Val de Sèvre Point infos Senior CLIC Place du centenaire	05-49-76-42-63
<b>Ateliers " Passerelle "</b> CIAS	Activités créatives et de lien social. Atelier pratique collectif (culturel, manuel, artistique) d'accompagnement et d'insertion sociale par la redynamisation des compétences techniques et créatives. GRATUIT.	Le mardi, de 13h30 à 16h30 (sauf périodes de vacances scolaires).	AZAY-LE-BRÛLE (79400) Centre Intercommunale d'Action Sociale 34 Rue du Prieuré – Le Bourg d'Azay	05-49-16-69-84
<b>Ateliers "Pique et Croque"</b> CIAS	Création couture autour d'un pique-nique partagé. Payant - sur inscription	15 Février, 6 Juin, 3 octobre, 5 Décembre, de 9h30 à 16h30.	AZAY-LE-BRÛLE (79400) Centre Intercommunale d'Action Sociale 34 Rue du Prieuré – Le Bourg d'Azay	05-49-16-42-96
<b>Café ou Thé rencontre</b> AVF	Faisons une pause !!! Oublions pour un temps nos corvées ménagères, notre solitude ou autres tracas. Retrouvons-nous autour d'une boisson à déguster, juste pour papoter, échanger et passer ensemble un agréable moment de détente et de partage, dans un espace convivial et confortable. L'AVF propose d'autres rencontres et ateliers tout au long de l'année.	Tout au long de l'année, sauf en pendant les périodes de vacances scolaires.	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) Comptoir café Espace Taupineau 4 Rue Taupineau	05-49-76-14-78
<b>Équipe Citoyenne " Sourire Ensemble " - MONALISA</b> - Association Appui&Vous Sud 79 - MSA	Réseau de lutte contre l'isolement composé de citoyens bénévoles (formation à l'écoute). Vous êtes solidaire et citoyen, avec une forte capacité d'écoute, rejoignez le réseau " Sourire ensemble ". Après contact avec l'antenne CLIC Haut Val de Sèvre, nous vous mettons en lien avec un bénévole pour une visite régulière conviviale à votre domicile.	Tout au long de l'année.	HAUT VAL DE SEVRE, LA MOTHE ST-HERAY, EXOUDUN , LA COUARDE.	05-49-76-42-63
<b>Réseau de Voisins Bienveillants</b> - Association Appui&Vous Sud 79 - MSA - La Croix Rouge Française	C'est dans un climat de confiance et de respect de la vie privée que le voisin bienveillant assure une veille et maintient le lien social avec vous, en proximité de votre domicile. Vous avez besoin d'un petit coup de main ? Vous êtes prêt à partager des services avec les voisins de votre environnement ? Sollicitez nous, nous avons peut-être le voisin qu'il vous faut. Vous êtes citoyen et solidaire avec les personnes âgées ?? Rejoignez le réseau de voisins bienveillant !	Tout au long de l'année.	HAUT VAL DE SEVRE, LA MOTHE ST-HERAY, EXOUDUN , LA COUARDE.	05-49-76-42-63
<b>Collectif d'Entraide Numérique et Technologique</b> Association Appui&Vous Sud 79	Ne restez plus seul devant votre ordinateur ! Rencontrez d'autres utilisateurs seniors pour partager et échanger autour de la pratique informatique et numérique. GRATUIT. Sur INSCRIPTION (places limitées).	1 vendredi s/ 2 de 14h à 16h00.(hors période de vacances scolaires) De Septembre à fin Avril	ST-MAIXENT-L'ECOLE (79400) Maison des services au public 7 Boulevard de La Trouillette	05-49-72-42-63

**Thématiques :** **Prévention santé** / **Actions de soutien et d'entraide** / **Lien socio-culturel**

**Actualisation :** document mis à jour le 13/02/2020

**Si vous souhaitez communiquer sur une action collective, merci de vous rapprocher du CLIC de votre secteur : 05 49 76 42 63**

Notre association



ASSOCIATION  
GÉRONTOLOGIQUE  
DU SUD DEUX-SÈVRES

change de nom et devient :



Appui  
& Vous  
Sud 79  
Plateforme Conseils  
pour l'autonomie