



Action	Lieu de l'action	Description
Forum Santé "Manger bouger, c'est la santé!" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Hall Denfert, 10 rue Edmond Proust Chaumette 79400 ST MAIXENT L'ECOLE	Le mardi 29 novembre 2022 de 9h à 17h Journée de prévention et de bien être organisée autour d'un débat théâtralisé, d'ateliers et de stands partenaires sur le thème ' l'alimentation et l'activité physique adaptée dans le cadre du bien vieillir". Possibilité de déjeuner sur place. Gratuit, sur Inscription au 05 49 06 78 85 ou 05 49 76 42 63
Conférence "L'avancée en âge, en parler, anticiper, choisir" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Salle des fêtes Place de la Mairie Mougou, 79370 Aigondigné	Le jeudi 17 novembre de 14h à 17h Comment j'anticipe ma succession? Comment j'anticipe mes derniers moments de vie? Quels sont mes droits? comment en parler à mon entourage?.... Conférence dédiée à sensibiliser les seniors à l'intérêt d'anticiper et de se protéger en prévision des risques futurs animée par la chambre des notaires, l'UDAF79, l'estuaire et Appui&Vous Sud Deux Sèvres. Gratuit, sur inscription au 05 49 29 79 79
Atelier Objectif Equilibre MSA Services Poitou	Salle Pied Blanc (ancienne écoles) Rue Buffageasse 79230 AIFFRES	A partir du 5 octobre 2022 de 10h30 à 11h30 Atelier de 12 séances de 1 heure. A travers la gymnastique douce, apprenez à vous relever en cas de chutes. Les thèmes abordés : 1 - Mobilité et souplesse articulaire 2 - Renforcement musculaire 3 - Respiration, relaxation 4 - Prévention des chutes Animé par le CODEP EPGV Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr Une réunion d'information et de présentation animée par le CODEP EPGV est prévue le mercredi 21 septembre à 10h , salle Jean Vilar (à côté de la Mairie) rue de la barauderie à Aiffres.
Atelier Préservons-nous MSA Services Poitou	Salle du conseil 14 Grand rue 79270 LA ROCHENARD	A partir du 3 novembre 2022 de 14h00 à 16h30 Atelier de 5 séances ayant pour objectif d'améliorer et préserver son confort de vie. Thèmes abordés : 1- bouger au quotidien, des mouvements pour la vie. 2- Ouvrir mon espace, des lieux pour s'épanouir. 3- Cultiver la confiance en soi, pour communiquer sereinement. 4 - Adopter les bonnes postures, pour prendre soin de son corps. 5 - S'informer, mes ressources sur le territoire. Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr

<p>Atelier « Cap Bien Être » MSA Services Poitou</p>	<p>Salle de formation 235 rue de Nauron 79180 CHAURAY</p>	<p>A partir du 14 novembre 2022 de 14h00 à 16h45 Atelier en 5 séances ayant pour objectif de mieux se connaître pour adopter un comportement approprié et positif face aux épreuves de la vie quotidienne. Les thèmes abordés : identifier les sources de stress; accueillir les moments de bien-être; favoriser les émotions positives Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
<p>Atelier « Sommeil » MSA Services Poitou</p>	<p>Salle du conseil 14 Grand rue 79270 LA ROCHENARD</p>	<p>A partir du 13 septembre 2022 de 09h30 à 12h00 Par un programme ludique et convivial, l'atelier a pour objectif de faire connaître les effets du sommeil sur le vieillissement et d'améliorer la qualité de son sommeil grâce à une attitude adaptée. Thèmes abordés : 1- le sommeil et les effets du vieillissement 2-les maladies associées au sommeil 3-les conseils de prévention 4- troubles, perturbations du sommeil, orientations 5 – agenda du sommeil et profil du dormeur 6 – conseils pour bien dormir Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
<p>Atelier « Sommeil » MSA Services Poitou</p>	<p>Salle de formation 235 rue de Nauron 79180 CHAURAY</p>	<p>A partir du 19 septembre 2022 de 09h30 à 12h00 Par un programme ludique et convivial, l'atelier a pour objectif de faire connaître les effets du sommeil sur le vieillissement et d'améliorer la qualité de son sommeil grâce à une attitude adaptée. Thèmes abordés : 1- le sommeil et les effets du vieillissement 2-les maladies associées au sommeil 3-les conseils de prévention 4- troubles, perturbations du sommeil, orientations 5 – agenda du sommeil et profil du dormeur 6 – conseils pour bien dormir Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
<p>Forum « Ayez les bons réflexes : mes droits en tant que seniors » MSA Services Poitou</p>	<p>Salle des Fêtes Chemin des Vignes 79160 VILLIERS EN PLAINE</p>	<p>Le 8 novembre 2022 de 13h30 à 17h00 Quels sont mes droits ? Où trouver le bon interlocuteur ? Quelles démarches je dois faire ? A qui faire confiance ? Qui ne s'est jamais posé ces questions surtout lorsque que l'on devient ou que l'un de nos proches devient plus fragile? Au programme : - table ronde sur la protection juridique et l'anticipation successorale animée par la Chambre des Notaires du Poitou - table ronde sur la protection contre les arnaques animée par la Gendarmerie Nationale et l'UFC Que Choisir - table ronde sur l'accompagnement des seniors animée par Appui&Vous Sud 79, la MSA Poitou et le GRS 79 Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>

<p>Aide au sevrage tabagique Délégation des Deux Sèvres de la ligue contre le cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche. 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>Le mercredi matin, 2 fois par mois Animé par une psychologue clinicienne. Pour toute personne souhaitant être aidée Participation sur rendez-vous. Contact : 05.49.06.96.60</p>
<p>Groupe de parole Délégation des Deux Sèvres de la ligue contre le cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche. 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>1er jeudi de chaque mois de 14h à 16h30 Animé par une médiatrice familiale Organisé par la délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer. Contact : 05.49.06.96.60 - Sur rendez-vous.</p>
<p>Atelier d'Activité physique adaptée Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>407 avenue de paris 79 000 NIORT</p>	<p>Le mardi et vendredi de 9h30 à 10h30 Pratique d'activité physique adaptée encadrée par un éducateur APA. Activité proposée pour les personnes concernées par le cancer sur prescription médicale Organisé par la délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer. Contact : 05.49.06.96.60 - Sur rendez-vous.</p>
<p>Atelier de sophrologie Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche. 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>Le jeudi de 10h à 11h Mieux-être du corps et apaisement mental. Séances en groupe animés par une sophrologue diplômée. Pour les personnes concernées par le cancer. Contact : 05.49.06.96.60</p>
<p>Reflexologie plantaire et palmaire Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche. 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>Le lundi de 10h30 à 11h30 ou de 15h à 16h Pour les personnes concernées par le cancer. Participation sur rendez-vous. Contact : 05.49.06.96.60</p>

<p>Yoga Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche. 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>Participation sur rendez vous Pour les personnes concernées par le cancer. Participation sur rendez-vous. Contact : 05.49.06.96.61</p>
<p>Balades conviviales Association France Alzheimer 79</p>	<p>Niort et ses alentours</p>	<p>2ème et 4ème mardis du mois - De 14h à 16h Pour les aidants et les aidés Animées et encadrées par des bénévoles de l'association Renseignements sur les balades : 06 89 19 57 93 Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>ACTI DUO ADMR 79</p>	<p>Bassin de vie Niortais</p>	<p>Toute l'année – Séance d'1/2 heure – Fréquence à définir Possibilité de réaliser une activité physique douce régulière en compagnie d'une aide à domicile, afin de vous permettre de maintenir de bonnes capacités physiques (souplesse, tonicité, mobilité), tout en réduisant vos douleurs et votre sédentarité. Guidée par son téléphone, la salariée vous accompagnera à la pratique de multiples exercices ludiques dans un seul but : votre bien être. Activité payante Dans le cadre d'un projet partenarial, des séances peuvent être proposée gratuitement à raison d'une séance par semaine de septembre à décembre 2022 Pour toutes informations complémentaires ou questions, contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>
<p>Ateliers de prévention VIA ANISEN ACSAD</p>	<p>Résidence autonomie, 11 rue de la Combe 79200 SIECQ</p>	<p>Pas de dates , ni d'horaires programmées Ateliers de prévention collectifs, ludiques par l'utilisation de tablettes numériques. Les supports sont adaptés pour l'utilisation des personnes âgées avec pour objectif de stimuler, maintenir les lien sociaux. Les ateliers peuvent se programmer à la demande des usagers sur 8 séances collectives obligatoires Contact: 05.49.35.68.81</p>
<p>Ateliers Ambassadeur de prévention ACSAD</p>	<p>Résidence autonomie, 11 rue de la Combe 79200 SIECQ</p>	<p>Ateliers collectives autour du mieux être à domicile, Les thématiques abordées: Nutrition, sport, adaptation du logement, prise de photos, L'objectif est de maintenir l'autonomie des personnes accompagnées. Contact: 05.49.35.68.81</p>

<p>Gymnastique Japonaise adaptée Comité 79 France Parkinson</p>	<p>Gymnase Edmond proust Rue Edmond Proust Chaumette 79000 NIORT</p>	<p>Tous les jeudis de 18h30 à 19h30 Pour les personnes atteinte de la maladie de Parkinson et les aidants. Pour participer à ces séances, il faut être adhérent au comité 79 France Parkinson et une participation sera demandé. Renseignement et inscriptions : 06 65 98 96 32 /comite79@franceparkinson.fr</p>
<p>Balade conviviale Comité France Parkinson</p>	<p>Rendez-vous à Coulon sur le quai</p>	<p>Tous les 1er vendredis de chaque mois à 10h00 (selon la météo) Promenade encadrée par un professionnel. Pour les personnes atteinte de la maladie de Parkinson et les aidants. Pour participer à ces séances, il faut être adhérent au comité 79 France Parkinson ou être licencié au club de SASouché Niort et Marais section Kendo laido. Renseignement et inscriptions : 06 65 98 96 32 /comite79@franceparkinson.fr</p>
<p>Les clés pour bien vieillir "atelier relaxation adultes" CSC de part et d'autre</p>	<p>Centre socioculturel De part et d'Autre Boulevard de l'atlantique 79000 Niort</p>	<p>Les mercredis matin de 9h30 à 10h45: les 21 septembre, 12 octobre et 16 novembre 2022 Des automassages destinés à prévenir et soulager les douleurs articulaires, à améliorer les troubles de la circulation sanguine ou du sommeil seront expérimentés pendant les séances. Infos inscriptions : 5 euros/ séance/personne 05 49 79 03 05 - csc-dpa@orange.fr Contact : Chrystel RICHARD/ familles.cscdpa1@orange.fr</p>
<p>Gym douce CSC de Part et d'autre</p>	<p>Centre socioculturel De part et d'Autre Boulevard de l'atlantique 79000 Niort</p>	<p>Toutes les jeudis de 10h30 à 11h30 - Démarrage à partir du 8 septembre 2022 La gymnastique aide à entretenir sa forme, sa vitalité pour un bien être au quotidien. Dans une ambiance conviviale, venez vous détendre en douceur (activités gym douce adultes et retraités). Au programme: étirement, relaxation, petits exercices physiques. Encadrement par une professionnelle Infos inscriptions : Tarif selon le Quotient familial Contact : 05 49 79 03 05/ csc-dpa@orange.fr</p>
<p>Atelier Aroma familiale CSC de Part et d'autre</p>	<p>Centre socioculturel De part et d'Autre Boulevard de l'atlantique 79000 Niort</p>	<p>Les lundis de 10h à 11h30: les 26 septembre et 7 novembre 2022 Un rendez vous bien être pour apprendre à utiliser les huiles essentielles en toute sécurité. Echanges et conseils pratiques. Infos inscriptions : 5 euros/ séance/personne 05 49 79 03 05 / csc-dpa@orange.fr Contact : Chrystel RICHARD/ familles.cscdpa1@orange.fr</p>

<p>Atelier relaxation CSC de Part et d'autre</p>	<p>Centre socioculturel De part et d'Autre Boulevard de l'atlantique 79000 Niort</p>	<p>Le Mercredi de 20h à 21h 21 septembre, 19 octobre et 23 novembre 2022 Pour votre bien être, venez découvrir les bienfaits de la relaxation Organisé par : CSC de Part et d'Autre Infos inscriptions : 5 euros/ séance/personne au 05 49 79 03 05 /csc-dpa@orange.fr Contact : Chrystel RICHARD/ familles.cscdpa1@orange.fr</p>
<p>Gym douce CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les mercredis matins - de 9h45 à 10h45 Les jeudis de 11h à 12h (Hors vacances scolaires) Public : Adultes (dont seniors) Remobilisation, assouplissements, équilibre. Participation selon le QF + adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstpezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Pétanque CSC St Pezenne</p>	<p>Boulodrome de Noron 79000 Niort</p>	<p>Les mardis après-midi - Inscriptions tout au long de l'année Un groupe de personnes se réunissent pour jouer à la pétanque Activité gratuite- Adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstpezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Atelier cuisine CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Un samedi matin tous les deux mois selon le planning Pour 8 personnes maximum Atelier bien être en cuisinant encadré par un chef cuisinier. Début de la cuisine à 9h, puis partage du repas entre le chef et les cuisiniers. Participation selon le QF + Adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstpezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Rando douce CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les mardis de 9h à 12h en septembre et octobre et avril à juin Les mardis de 13h50 à 17h de novembre à mars Randonnée de 6/8km pour les seniors, hors vacances scolaires Activité gratuite, Adhésion obligatoire 10 euros pour l'année - Participation de 2 euros pour le transport Contact: accueil.cscstpezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>

<p>Rando costo CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les vendredis après-midi - de 13h à 18h Randonnée de 10/15kms pour les seniors actifs Activité gratuite, Adhésion obligatoire 10 euros pour l'année- Participation de 2 euros pour le transport Contact: accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Thé dansant CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les vendredis de 14h à 16h Hors vacances scolaires Une fois par mois selon le planning Activité gratuite, Adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>BrainBall CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les mercredis de 11h à 11h45 toute l'année- Hors vacances scolaires Atelier visant à travailler la mémoire Participation selon QF et adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 64</p>
<p>Pilates CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Les jeudis de 11h à 12h - 1 semaine sur 2 en alternance avec la gymnastique douce - Hors vacances scolaires Participation selon QF et adhésion obligatoire 10 euros pour l'année Contact: accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 65</p>
<p>Atelier Mémoire CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les lundis de 14h à 16h Un atelier convivial pour se retrouver et faire travailler sa mémoire de façon ludique Public: personnes âgées de plus de 60 ans Animé par Clémence Martineau Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>

<p>Club de pétanque CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les mardis de 13h30 à 18h les amateurs de pétanque se retrouvent pour un tournoi de pétanque en triplette, Challenge annuel prévu le 29 novembre toute la journée avec un repas partagé, Public: personnes âgées de plus de 60 ans Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>Les Mots en Liberté <i>S'entretenir la mémoire et l'esprit</i> MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 AIFFRES</p>	<p>Expression libre, échanges et jeux à partir de textes, chansons, poèmes, photos, ... Jour : Jeudi de 14h à 16h30 tous les 15j Tarif : Adhésion familiale à la MPT Contact : accueil.mptaiffres@csc79.org _ Tél : 05 49 77 51 07</p>
<p>Piscine CSC du Parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>2 vendredis par mois (hors vacances scolaires) Horaire : de 15h à 17h30. Départ en mini bus du CSC du Parc pour aller au Centre aquatique de Chauray. Contenu de l'activité : accès Hammam, jacuzzi, aqua bike, bassin nageur et non nageur Public adulte (dont séniors) Tarif selon QF (2 à 4€) Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Du temps pour soi CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>1er vendredi de chaque mois Sur RDV entre 13h30 et 15h30 Public : Tout public dont le Qf est inférieur à 5. Tarif (entre 1,5€ et 5€) selon le soin demandé (maquillage, épilation, coupe de cheveux, soin du visage...). Soin prodigué par une professionnelle. Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Yoga sur chaise CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Tous les lundis (en dehors des vacances scolaires) Horaire : de 17h à 18h le yoga sur chaise est une activité physique bien être pour le seniors qui découvrent le yoga ou qui ont des problèmes de mobilité. Activité de relaxation et de santé destinée à tout âge, Public adulte (dont séniors) Tarif selon QF + adhésion au CSC Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>

<p>Yoga CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Tous les lundis (en dehors des vacances scolaires) Horaire : de 18h15 à 19h15 le yoga est une activité physique bien être qui consiste en un enchaînement de postures. Activité de relaxation et de santé destinée à tout âge, adultes et seniors Tarif selon QF + adhésion au CSC Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Gym Douce Pilates CSC du parc</p>		<p>Tous les vendredis matin (en dehors des vacances scolaires) Horaire : de 9h45 à 10h45 (Gym douce) / de 11h à 12h (Pilates) Proposition d'activités physiques adaptées pour maintenir son capital santé et prendre soin de soi tout en douceur. Public adulte (dont séniors) Tarif selon QF + adhésion au CSC Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Marche benèze CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Tous les jeudis Horaire : à la journée du 1er mai au 31 octobre, à la demi journée le reste de l'année Nous marchons tranquillement, en découvrant les alentours, monuments, natures ... Les marches sont programmées en fonction des souhaits des participants et de la météo. Il n'y a donc pas de calendrier pré-établi. Départ en mini bus du CSC du Parc / Tarif : 2€ Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Marche aquatique CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Environ une fois par mois (Date variable sur leur site) Horaire : à la journée du 1er mai au 31 octobre, à la demi journée le reste de l'année En partenariat avec le club aqua-nordique de Verruyes, venez découvrir la Marche aquatique: une pratique accessible. Proposée et accompagnée par un collectif d'adhérents et d'habitants: essayer la marche aquatique, c'est l'adopter! Bonne Humeur, détente et bienfaits pour votre santé assuré! Il n'est pas nécessaire de savoir nager, Tarif : entre 3 et 10€ Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Atelier Mémoire en autonomie CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Une fois tous les 15 jours (actuellement le vendredi matin), Date définie en septembre Je perd mes clefs je ne sais plus où j'a garé ma voiture, etc, Rassurez vous, ça nous arrive à tous! Venez exercer votre mémoire dans un cadre convivial grâce à des activités de stimulation cognitive et des entrainements à la mémorisation. Activité gratuite Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>

<p>Yoga sur tapis CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Les mardis 12, 14, 26 juillet et 12 août Horaire: de 17h30 à 18h30 Séance découverte gratuite, sur inscription. Activité de bien être et adaptée à tous les âges Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>Gym Douce adaptée/ Sur Chaise CSC du marais</p>	<p>CSC du Marais 3 Place de la Coutume, 79510 Coulon</p>	<p>Tous les mardis de 9h30 à 10h Activités physiques adaptées pour les personnes en difficulté de mobilité Tarifs: 20 euros l'année pour les habitants de Coulon et Magné et 25 euros pour les extérieurs+ adhésion CSC obligatoire 10 euros pour l'année Sur Inscription - Contact: 05 49 35 99 90</p>
<p>Gymnastique prévention santé SIEL Bleu</p>	<p>Niort Champclairot Niort Grand Nord St Georges de Rex</p> <p>En distanciel</p> <p>Prochainement Mauzé sur le Mignon et Echiré</p>	<p>Tous les vendredis de 9h15 à 10h15 Tous les jeudis de 9h30 à 10h30 Tous les jeudis de 9h15 à 10h15</p> <p>Tous les Mercredis de 17h30 à 18h30</p> <p>Proposition de cours collectif d'activité physique adaptée auprès de personnes âgées , personnes en fragilité de santé ou en situation de handicap Coût de l'adhésion - Contact : 06.69.34.22.97</p>
<p>Gymnastique prévention santé SIEL Bleu</p>	<p>A domicile</p>	<p>Mis en place du dispositif « présenSiel » activité physique adaptée proposée au domicile de la personne âgée qui nous sont orientés par les différents partenaires locaux avec des financements préférentiels selon l'affiliation de la protection sociale du bénéficiaire. Contact : 06.69.34.22.98</p>
<p>Activités gym adaptée Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)</p>	<p>salle maison des associations 79270 St SYMPHORIEN</p>	<p>A partir de septembre 2022 - Tous les mercredis de 14 h à 15 h. A la portée de tous. Gym adaptée pour les personnes ayant des pathologies, souhaitant maintenir ses capacités physiques et bénéficier de séances bien-être dans le cadre du sport santé. Groupe de 15 personnes maximum. Séances encadrées par 1 éducatrice sportive diplômée. Informations et inscriptions auprès de Mme ARNAULT - tel : 06 71 85 55 19 - mail : gymvolontaire-079085@epgv.fr</p>

<p>Gym Bien vieillir Sport Santé Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)</p>	<p>AIFFRES ARÇAIS BEAUVOIR-SUR-NIORT NIORT BESSINES CHAURAY ECHIRE EPANNES FRONTENAY-ROHAN-ROHAN FORS GRANZAY-GRIPT LE VANNEAU MAUZÉ-SUR-LE-MIGNON PRAHECQ ST-HILAIRE-LA-PALUD ST MAXIRE ST REMY SCIECQ ST SYMPHORIEN SANSAIS GERMON ROUVRE VILLIERS EN PLAINE VOUILLE</p>	<p>Séances collectives pour seniors permettant de maintenir et renforcer son capital santé. Séances complètes diversifiées permettant de maintenir la mobilité articulaire, développer la force musculaire, favoriser l'équilibre et la souplesse, entretenir la mémoire.</p> <p>Pour les personnes de plus de 50 ans.</p> <p>Organisé par le Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV).</p> <p>Payant, adhésion annuelle, 2 séances d'essai gratuites. Inscription ouverte tout au long de l'année. Contact : 07.71.83.63.49 ou deuxsevres@comite-epgv.fr</p>
<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Emilien Bouin 10 rue Saillier 79180 CHAURAY</p>	<p>Tous les vendredis - De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Chauray ou proximité <p>Contact pour informations et inscription : demander le service animation au 05.49.08.06.07</p>
<p>Osons le Sport-Santé ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les Trois Roix 150 route de Brioux 79270 FRONTENAY ROHAN ROHAN</p>	<p>Tous les Jeudis après midi - De juin 2022 à mai 2023 à la résidence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Action de prévention de la perte d'autonomie fonctionnelle via la pratique d'une activité physique adaptée (gym douce, tir à l'arc adapté, basket adapté, tennis de table adapté, biathlon adapté...) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Frontenay Rohan-Rohan ou les communes voisines <p>Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE : 06.21.59.98.91</p>

<p>Osons le Sport-Santé ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Clodomir Arnaud 2 impasse du Superot 79270 LA ROCHENARD</p>	<p>Tous les mardis après midi (mais peut changer à partir de septembre)- D'avril 2022 à janvier 2023 à la résidence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Action de prévention de la perte d'autonomie fonctionnelle via la pratique d'une activité physique adaptée (gym douce, tir à l'arc adapté, basket adapté, tennis de table adapté, biathlon adapté...) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant La Rochénard ou les communes voisines <p>Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE : 06.21.59.98.91</p>
<p>Osons le Sport-Santé ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Résidence De Vallois Route d'Usseau 79210 MAUZE SUR LE MIGNON</p>	<p>Tous les lundis après-midi- D'avril 2022 à janvier 2023 à la résidence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Action de prévention de la perte d'autonomie fonctionnelle via la pratique d'une activité physique adaptée (gym douce, tir à l'arc adapté, basket adapté, tennis de table adapté, biathlon adapté...) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Mauzé ou les communes voisines <p>Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE : 06.21.59.98.91</p>
<p>Atelier de sophrologie Comité 79 France Parkinson</p>	<p>Au sein du cabinet de Mme COINTRE Résidence Beauséjour - Bât A- Appt 11 310 Avenue de Limoges</p>	<p>Tous les mercredis de 10h à 11h</p> <p>Mieux être et apaisement mental – En individuel ou en petit groupe animé par une sophrologue DE.</p> <p>Pour les personnes atteinte de la maladie de Parkinson et les aidants.</p> <p>Pour participer à ces séances, il faut être adhérent au comité 79 France Parkinson et une participation sera demandé.</p> <p>Renseignement et inscriptions : 06 65 98 96 32 /comite79@franceparkinson.fr</p>
<p>Journée Nationale des Aidants Plateforme de répit Sud Deux Sèvre</p>	<p>Cinéma Venise verte 3 impasse Ciné Venise verte, 79210 Saint- Hilaire-la-Palud</p>	<p>Le Jeudi 6 octobre de 14h30 à 16h30</p> <p>Ciné débat : projection d'un film grand public sur la thématique des aidants, suivi d'un échange avec le public et les acteurs du territoire proposant des services, des actions à destination des aidants.</p> <p>Gratuit</p> <p>Contact et information : repitsud79@ch-hvsm.fr ou 06 32 05 72 16</p>
<p>Danse partagée Plateforme de répit Sud Deux Sèvre et ReSanté Vous</p>	<p>CAN Lieu à définir</p>	<p>Les mardis après-midi à partir du 18/10/22</p> <p>L'objectif est de pratiquer une activité physique adaptée aux seniors, avec ou sans problème de mobilité, en permettant aux aidants et aux aidés de partager un moment convivial.</p> <p>Séance de danse adaptée, avec un public aidant-aidé, sur 14 sessions (dont une découverte/sensibilisation , et une bilan).</p> <p>Sur inscription auprès de la plateforme de répit : 06 32 05 72 16 ou repitsud79@ch-hvsm.fr.</p>

<p>Soutien psychologique Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>Le mardi matin et le mercredi matin en présentiel Soutien psychologique animé par une psychologue clinicienne. Pour les personnes concernées par le cancer. Contact : 05.49.06.96.60</p>
<p>Groupe de parole Délégation des Deux-Sèvres de La Ligue contre le Cancer</p>	<p>Centre hospitalier Cloître de l'hôpital, 1er étage de l'aile gauche 40 avenue Charles de Gaulle 79000 NIORT</p>	<p>1er jeudi de chaque mois de 14h30 à 16h30 Echanges et partage d'expériences animés par une médiatrice familiale. Pour les personnes concernées par le cancer. Contact : 05.49.06.96.60</p>
<p>Atelier à mobilisation cognitive Association France Alzheimer 79</p>	<p>CSC Grand Nord, 63 rue Cholette 79000 NIORT</p>	<p>Tous les jeudis - 10h à 12h Atelier encadré par des bénévoles et un psychologue. Pour les personnes âgées de moins de 60 ans atteintes d'une maladie neuro-évolutive. Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Café des aidants Association Française des Aidants et Mélioris Le Grand Feu</p>	<p>L'Ilot Sauvage - Port Boinot 3 rue de la chamoiserie 79000 Niort</p>	<p>1er jeudi du mois - 17h30 à 19h Pour toutes les personnes qui accompagnent un proche malade, en situation de handicap, ou dépendant du fait de l'âge. Echanges autour d'un café, sur un thème établi et animé par une psychologue et travailleuse sociale. Activité gratuite Sans inscription- Contact : ethibaud@melioris.fr</p>
<p>Café « Ben'Aise » Plateforme Territoriale de Service et d'Animation du Pays Mauzéen En partenariat avec la Plateforme de répit Sud Deux Sèvres</p>	<p>Café de l'Apollon 95 grand rue 79210 MAUZE SUR LE MIGNON</p>	<p>4ème jeudi du mois - 14h30 à 16h30 Café rencontre à destination des personnes accompagnant un proche en perte d'autonomie ou malade. Temps d'échange et de partage animé par la psychologue de l'EHPAD de La Rothenard. Proposition d'activités : art floral, loisir créatif, activité de bien-être, musique/chant, etc... Contact: 05 49 26 72 46</p>

<p>Café Mémoire Association France Alzheimer 79</p>	<p>Café Le Bar des sports 1005 rue du petit Fief 79230 Aiffres</p>	<p>2ème jeudi du mois - 14h30 à 16h30 Animé par un psychologue et des bénévoles, les <i>Cafés mémoire</i> offrent un espace d'écoute et d'expression aux personnes touchées par la maladie d'Alzheimer, aux familles, au grand public. Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Groupe de parole Association France Alzheimer 79</p>	<p>CSC Grand Nord, 63 rue Cholette 79000 NIORT</p>	<p>4ème jeudi du mois -14h-16h Les groupes de parole réunissent des familles qui souhaitent échanger sur les problématiques vécues au quotidien auprès d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Animé par un psychologue et des bénévoles de l'association. De la suppléance à domicile peut être proposée et des temps de massage auprès des aidés peuvent être proposés Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Jardins thérapeutiques Association France Alzheimer 79</p>	<p>Jardin Vent d'Ouest 39, quai Belle île 79 000 NIORT</p>	<p>Lundis après midis - De 14h à 15h30 Animés et encadrés par un jardinier de Vent d'ouest et des bénévoles de l'association Pour les aidants familiaux soutenant au quotidien un proche atteint d'une maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Equithérapie Association France Alzheimer 79</p>	<p>Centre Equinoxe La Louvrie 79410 ST REMY</p>	<p>1 mardi par mois - De 14h à 15h30 Animés et encadrés par des bénévoles de l'association Pour les personnes souffrant d'une maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Atelier sophrologie Association France Alzheimer 79</p>	<p>CSC Grand Niort 63 rue de Cholette 79000 NIORT</p>	<p>1er et 3ème jeudi du mois - 14h15 à 16h Atelier animé par une sophrologue. Pour les aidants familiaux soutenant au quotidien un proche atteint d'une maladie d'Alzheimer ou maladie apparentée. En parallèle, la personne malade peut participer à un atelier de médiation artistique. Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>

<p>Atelier art thérapie Association France Alzheimer 79</p>	<p>CSC Grand Niort 63 rue de Cholette 79000 NIORT</p>	<p>1er et 3ème jeudi du mois - 14h15 à 16h Ces ateliers, animés par un professionnel, sont ouverts aux personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer, ou maladie apparentée à un stade débutant, souhaitant participer à une activité stimulante et créatrice. En parallèle, l'aidant peut participer à un atelier de sophrologie. Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Seniors et alors Association Appui&Vous Sud Deux Sèvres</p>	<p>Restaurant Au vieux Mignon 6 Place de la Mairie, 79210 Saint-Hilaire-la-Palud</p>	<p>Les mardis 18 octobre et 13 décembre 2022 de 15h à 17h Il s'agit de proposer, dans un café, des rencontres collectives et conviviales adossées à un support artistique (lecture à haute voix, conte, chant). Ces rencontres s'adressent aux personnes âgées en situation ou exprimant le sentiment d'isolement et/ou de solitude. Sur inscription Contact: 05 49 06 78 85</p>
<p>Chorale Association France Alzheimer</p>	<p>CSC grand Nord 1 place de Strasbourg 79000 NIORT</p>	<p>2ème et 4ème vendredis du mois - 14h à 15h30 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. Contact : 05.49.77.82.19 ou france.alzheimer79@orange.fr</p>
<p>Activités conviviales Fédération des Malades et des Handicapés 79</p>	<p>Niort associations 12 Rue Joseph Cugnot, 79000 Niort</p>	<p>Tous les mardis de 14h à 17h30 La FMH permet aux malades et aux handicapés de se retrouver pour parler, effectuer des jeux, du tricot. Des sorties diverses sont proposées : pique-nique, barque, bowling, visite, croisière, etc... ainsi que des séances de rigologie.. Des sorties exceptionnels sont aussi proposées : (collibert, Beauval) Contact: 05 49 73 41 44</p>
<p>Loisirs créatifs pour rompre l'isolement CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert</p>	<p>Les lundis matins - de 9h30 à 11h30 Les participants proposent les thèmes et les techniques qu'ils souhaitent partager. Plusieurs séances sont consacrées à embellir le Clos des 4 Saisons. Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Contact et inscription: accueil.cscstpezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>

<p>Les bouchonneurs CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les mardis de 14h à 16h Récolte et tri des bouchons en plastique, Ces bouchons sont ensuite revendus et l'argent récolté permet de financer des actions en lien avec le handicap Public: personnes âgées de plus de 60 ans Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>Café séniors CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les lundis de 10h à 12h Un temps de rencontre pour parler de sujets d'actualités, pour se retrouver, partager un temps convivial et imaginer ensemble des activités sur place et des sorties Public: personnes âgées de plus de 60 ans Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>Chorale CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les mardis de 20h30 à 22h La chorale de souché réunit un public adultes et retraités autour d'un répertoire varié. Un moment de bien être, de partage animé par la cheffe de coeur Anouk Bernard Public: personnes âgées de plus de 60 ans et public adulte Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>le Jeudi des aînés CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>les jeudis de 13h30 à 17h30 Des moments conviviaux animés par 3 bénévoles , des petits groupes qui se retrouvent pour jouer (scrabble..) et partager un goûter ou des repas Public: personnes âgées de plus de 60 ans Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>Les mamies du vendredi CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>Les vendredis de 14h à 17h30 Un petit groupe qui se retrouve pour discuter, tricoter, dessiner, partager... en toute convivialité Public: personnes âgées de plus de 60 ans Renseignements et inscriptions au 05 49 24 50 35 /accueil.souche@csc79.org</p>
<p>AG'ILITE: Des solutions pour les aidés et les aidants ADMR 79</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>Interventions à domicile sur des demi-journées : 3 ou 5 par mois. L'ADMR vous accompagne au quotidien et vous apporte des solutions pour vous aider et faire face aux changements de la vie en toute quiétude. Il s'agit là d'un accompagnement personnalisé et adapté en fonction de chaque situation : organisation de votre quotidien ou de celui de vos proches, gestion d'une sortie d'hospitalisation, d'un changement de lieu de vie... Service payant – www.agilite-admr79.fr - Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>

<p>Innover pour le lien social ADMR 79 en partenariat avec la MSA</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>6h par personne à raison de 5 visites Aide aux courses, aide administrative, approvisionnement en médicaments, visites de courtoisie Ce service s'adresse aux personnes âgées de plus de 65 ans ou aux personnes en situation de handicap (quel que soit leur âge), ressortissantes ou non de la MSA, clientes ou non de l'ADMR, Service gratuit Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>
<p>Devenir bénévole CSC du parc</p>	<p>CSC du Parc 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Possibilité de bénévolat que se soit de façon régulière avec de l'accompagnement à la scolarité, des ateliers autour de l'illettrisme... ou de façon plus ponctuelle à l'occasion d'un repair café, d'une soirée, d'une passion que vous souhaitez faire découvrir à d'autres personnes... n'hésitez pas à nous contacter. Contact : CSC du Parc: 05.49.79.16.09 - accueil@cscduparc.fr</p>
<p>S'engager en tant que bénévole MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 AIFFRES</p>	<p>Possibilité d'engagement bénévole que se soit de façon régulière avec de l'accompagnement à la scolarité, des ateliers autour de l'illettrisme... ou de façon plus ponctuelle à l'occasion d'une activité, d'une soirée, d'une passion que vous souhaitez faire découvrir à d'autres personnes... n'hésitez pas à nous contacter. Contact : accueil.mptaiffres@csc79.org _ Tél : 05 49 77 51 07</p>
<p>Loisirs Créatifs du jeudi Lutter ludiquement contre l'isolement MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 AIFFRES</p>	<p>Tous les jeudis <i>Espace créatif, récréatif, festif ...</i> Mosaïque, aquarelle, pastel, tricot, dentelle, peinture, ... Accueillir, rencontrer, partager un moment convivial, échanger et transmettre son savoir-faire autour d'activités manuelles. Le matériel est fourni pour la première réalisation. -à partir de 14h00 pour le pastel et la peinture -à partir de 15h00 pour toutes les autres activités Tarif : Adhésion familiale à la MPT Contact : accueil.mptaiffres@csc79.org _ Tél : 05 49 77 51 07</p>
<p>Pause pour tous Echanger, partager, c'est la clef de la convivialité MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 AIFFRES</p>	<p>Tous les mercredis de 14h à 16h30 Vous avez entre 18 et 105 ans, vous avez envie de partager des connaissances, des idées, des souvenirs et bien plus... Tout simplement un moment convivial? Tarif : Adhésion familiale à la MPT Contact : accueil.mptaiffres@csc79.org _ Tél : 05 49 77 51 07</p>

<p>Ateliers de loisirs créatifs et de bien être CSC du marais</p>	<p>CSC du Marais 3 Place de la Coutume, 79510 Coulon</p>	<p>Ateliers cuisine (2 mardis par mois à partir du 1 mars), couture (Tous les jeudis de 14h à 17h), broderie (tous les mardis de 14h à 17h), mosaïque (Tous les mardis de 14h à 17h), art floral (1 mercredi par mois) Rencontrer, partager un moment convivial autour d'une activité pour lutter contre l'isolement Tarifs minimum selon l'activité Sur inscription - Contact: 05 49 35 99 90</p>
<p>Réseau Part'âge Plateforme territoriale de Service et d'Animation du Pays Mauzéen</p>	<p>CSC du Pays Mauzéen, 6, rue de la distillerie 79210 Mauzé Sur le Mignon</p>	<p>Visites régulières d'un bénévole de l'association au domicile de la personne âgée pour engager la discussion, jouer ensemble, partager un bon moment, Réseau de lutte contre l'isolement composé de citoyens bénévoles formés à l'écoute, Si vous souhaitez être bénévole ou si vous souhaitez être visité(e), contactez nous au 05 49 26 72 46 Service gratuit</p>
<p>Réseau Entraide CSC du marais</p>	<p>CSC du Marais 3 Place de la Coutume, 79510 Coulon</p>	<p>Rencontres régulières avec un bénévole du réseau de visiteurs "Entraide" à votre domicile 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 " Entraide ". Vous souhaitez être visité? Après contact avec le CSC du marais, nous vous mettons en lien avec un bénévole pour une visite régulière conviviale à votre domicile. GRATUIT Animées par des bénévoles du réseau Entraide Contact: 05 49 35 99 90</p>
<p>Réseau fraternel CCAS de Niort</p>	<p>1 Rue de l'Ancien Musée, 79000 Niort</p>	<p>Rencontres régulières avec un bénévole du réseau fraternel à votre domicile. 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 " fraternel ". Vous souhaitez être visité? après contact avec le CCAS de Niort, nous vous mettons en lien avec un bénévole pour une visite régulière conviviale à votre domicile Dans ce cadre, le CCAS peut intervenir au besoin pour de la médiation numérique Ce service gratuit est proposé uniquement aux personnes âgées habitant sur Niort. Contact: 05 49 78 72 73</p>
<p>Atelier "Autonomie Numérique" sur ordinateur MSA Services Poitou</p>	<p>Salle du Lambon, 235 rue de Nauron 79180 CHAURAY</p>	<p>A partir du 25/11 de 10h à 12h Ouvert à tous les seniors ayant participé au forum "Ayez les bons reflexes: mes droits en tant que senior" Atelier en 10 séances ayant pour objectif de permettre aux seniors de savoir s'informer, communiquer et réaliser des démarches administratives avec l'outil numérique. Les thèmes abordés: Découvrir l'utilisation de l'ordinateur en toute sécurité, rester connecté avec sses proches, savoir ce qui se passe près de chez soi et réaliser ses démarches administratives en ligne. Mise à disposition d'un ordinateur. Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>

<p>Atelier "Autonomie Numérique" sur tablette tactile MSA Services Poitou</p>	<p>Secteur Villiers en plaine</p>	<p>A partir du 25/11 de 14h à 16h Ouvert à tous les séniors ayant participé au forum "Ayez les bons reflexes: mes droits en tant que senior" Atelier en 10 séances ayant pour objectif de permettre aux seniors de savoir s'informer, communiquer et réaliser des démarches administratives avec l'outil numérique. Les thèmes abordés: Découvrir l'utilisation de l'ordinateur en toute sécurité, rester connecté avec ses proches, savoir ce qui se passe près de chez soi et réaliser ses démarches administratives en ligne. Mise à disposition de tablette tactile. Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
<p>Atelier Accompagnement numérique CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert 79 000 NIORT</p>	<p>Un lundi après-midi au mois de mars - de 15h30 à 17h15 Initiation, conseils, accompagnement au numérique par une classe d'élèves de Première du Lycée Thomas Jean Main. Gratuit Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63 - en collaboration avec une classe de Première administration du Lycée Thomas Jean Main</p>
<p>Atelier d'accompagnement à la pratique numérique CSC de Souché</p>	<p>CSC de Souché 3 Rue de l'Aérodrome, 79000 Niort</p>	<p>Séance hebdomadaire - les lundis de 10h à 12h et les jeudis de 14h à 16h Un atelier pour apprendre à utiliser les outils numériques, recherche sur internet, mail, traitement de texte, archivage de ses documents/images... Animé par un bénévole Atelier gratuit - Adhésion CSC Contact: 05 49 24 50 35 (Sur inscription)</p>
<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique CSC de part et d'autre en partenariat le Service d'Ecriture Publique</p>	<p>CSC de part et d'autre , Boulevard de l'Atlantique 79000 NIORT</p>	<p>Séance hebdomadaire - Lundi de 9h30 à 10h30 et Vendredi 9h30 à 12h Animé par la référente famille, 1 animateur et jusqu'à 3 bénévoles Gratuit - Mise à disposition sur place de matériels ou venir avec son matériel Atelier ouvert aux adhérents principalement (Sur réservation) Atelier numérique d'initiation et d'amélioration à l'utilisation des outils numériques, messagerie, navigation internet, portable, tablette, ordinateur. Contact : 05 49 79 03 05 (Inscription obligatoire)</p>
<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique CSC Grand Nord en partenariat le Service d'Ecriture Publique</p>	<p>Annexe du CSC du Grand Nord local du Pontreau Tour 4 79000 Niort</p>	<p>Séance hebdomadaire - Lundi 14h à 17h - Animé par un bénévole Gratuit - Mise à disposition sur place de matériels ou venir avec son matériel Présence ouverte à tous les habitants adhérents ou non au CSC Atelier numérique d'initiation et d'amélioration à l'utilisation des outils numériques, messagerie, navigation internet, portable, tablette, ordinateur. Contact : 05 49 28 14 92 (Inscription obligatoire)</p>

<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique CSC Champclairot – Champommier en partenariat le Service d'Écriture Publique</p>	<p>CSC Champclairot – Champommier, 20 Square Germaine Clopeau 79000 NIORT ou à l'annexe 115 rue de la perche 79000 Niort</p>	<p>Séance hebdomadaire -Mardi 13h30 à 14h 30 Gratuit - Mise à disposition sur place de matériels ou venir avec son matériel Présence ouverte à tous les habitants adhérents au CSC Atelier numérique d'initiation et d'amélioration à l'utilisation des outils numériques, messagerie, navigation internet, portable, tablette, ordinateur. Contact : 05 49 28 35 46 (Inscription obligatoire)</p>
<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique CSC du Parc en partenariat le Service d'Écriture Publique</p>	<p>CSC du Parc 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT</p>	<p>Séance hebdomadaire - Mardi 9h à 12h Animé par un animateur numérique et un bénévole Gratuit - Mise à disposition sur place de matériels ou venir avec son matériel Atelier ouvert aux adhérents principalement (Sur réservation) Atelier numérique d'initiation et d'amélioration à l'utilisation des outils numériques, messagerie, navigation internet, portable, tablette, ordinateur. Contact: 05 49 79 16 09 (Inscription)</p>
<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique Les résidentiels en partenariat le Service d'Écriture Publique</p>	<p>Le résidentiels, 9 Rue d'Inkermann, 79000 Niort</p>	<p>Tous les vendredis de 14 à 16h30 - Activité proposée uniquement aux résidents pour le moment Accompagnement en collectif proposé aux seniors. Découverte et perfectionnement à l'utilisation de l'outil informatique (ordinateur, tablette, Smartphone). Contact : 05 49 79 79 70</p>
<p>Atelier Multimédia MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 Aiffres</p>	<p>Les Jeudis de 9h30 à 11h30 (hors vacances scolaires) Atelier numérique d'initiation et d'amélioration à l'utilisation des outils numériques Vous pouvez apporter votre matériel personnel - Pensez à avoir vos mots de passe (si besoin) Activité gratuite - Adhésion à la MPT Contact : accueil.mptaiffres@csc79.org _ Tél : 05 49 77 51 07</p>



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

Actualisation : document mis à jour le 11/07/2022

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

**Pour la sécurité de tous et le bon déroulement de ces événements, le port du masque est obligatoire .
Merci de respecter les gestes barrières.**





Action	Lieu de l'action	Description
Forum Santé "Manger bouger, c'est la santé!" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Hall Denfert, 10 rue Edmond Proust Chaumette 79400 ST MAIXENT L'ECOLE	Le mardi 29 novembre 2022 de 9h à 17h Journée de prévention et de bien être organisée autour d'un débat théâtralisé, d'ateliers et de stands partenaires sur le thème ' l'alimentation et l'activité physique adaptée dans le cadre du bien vieillir'. Possibilité de déjeuner sur place. Gratuit, sur Inscription au 05 49 06 78 85 ou 05 49 76 42 63
Conférence "L'avancée en âge, en parler, anticiper, choisir" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Salle des fêtes Place de la Mairie Mougou, 79370 Aigondigné	Le jeudi 17 novembre de 14h à 17h Comment j'anticipe ma succession? Comment j'anticipe mes derniers moments de vie? Quels sont mes droits? comment en parler à mon entourage?.... Conférence dédiée à sensibiliser les seniors à l'intérêt d'anticiper et de se protéger en prévision des risques futurs animée par la chambre des notaires, l'UDAF79, l'estuaire et Appui&Vous Sud Deux Sèvres. Gratuit, sur inscription au 05 49 29 79 79
Atelier Objectif Equilibre MSA Services Poitou	Salle "Hôtel Chauray", rue de Chauray 79400 ST MAIXENT L'ECOLE	A partir du 28 septembre 2022 de 10h15 à 11h15 Atelier de 12 séances de 1 heure. A travers la gymnastique douce, apprenez à vous relever en cas de chutes. Les thèmes abordés : 1 - Mobilité et souplesse articulaire 2 - Renforcement musculaire 3 - Respiration, relaxation 4 - Prévention des chutes Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr
Gymnastique prévention santé Siel Bleu	Salle CHAURAY Rue Chauray (entre la rue de l'audience et la rue Chalon) 79400 ST-MAIXENT- L'ECOLE	Tous les mercredis de 9h00 à 10h00 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. De janvier à juin 2022. Séances hebdomadaire le mercredi de 9h00 à 10h00

<p>Gymnastique adaptée Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)</p>	<p>Salle des fêtes SAINTE NEOMAYE</p>	<p>Tous les vendredis de 11 h 15 à 12 h 15 Gym adaptée encadrée pour une éducatrice sportive diplômée. Exercices adaptés à chaque personne pour améliorer ses capacités physiques (travail sur la mobilisation musculaire et sur le renforcement musculaire) et maintenir son capital santé. Inscriptions et informations au : 07 71 83 63 49 et mail : deuxsevres@comite-epgv.fr</p>
<p>Gym Bien vieillir Sport Santé Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)</p>	<p>AUGE - LA CRECHE - LA MOTHE ST HERAY NANTEUIL - PAMPROUPX - ST MAIXENT-L'ECOLE STE NEOMAYE – SAIVRES</p>	<p>Séances collectives pour seniors permettant de maintenir et renforcer son capital santé. Séances complètes diversifiées permettant de maintenir la mobilité articulaire, développer la force musculaire, favoriser l'équilibre et la souplesse, entretenir la mémoire, gym pilates, gym bien vieillir, gym adaptée. Pour les personnes de plus de 50 ans. 2 séances d'essai gratuites. Inscription ouverte tout au long de l'année. Contact : 07.71.83.63.49 ou mail : deuxsevres@comite-epgv.fr</p>
<p>Gymnastique adaptée France Alzheimer</p>	<p>Salle du Foyer Rural Maison des associations 32 rue du Maréchal Foch 79800 LA-MOTHE- SAINT -HERAY</p>	<p>Tous les mercredis matins de 10h à 11h30 Séance collective à destination des personnes ayant la maladie d'Alzheimer et apparentées ou neurodégénérative. Les cours sont encadrés par un professionnel. Possibilité de participer à 3 séances sans engagement de votre part. Renseignement et inscription auprès de France Alzheimer 79. Tel : 05 49 77 82 19 ou le 06 23 06 37 59</p>
<p>ACTI DUO ADMR 79 et Resantez Vous</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>Toute l'année – Séance d'1/2 heure – Fréquence à définir - Possibilité de réaliser une activité physique douce régulière en compagnie d'une aide à domicile, afin de vous permettre de maintenir de bonnes capacités physiques (souplesse, tonicité, mobilité), tout en réduisant vos douleurs et votre sédentarité. Guidée par son téléphone, la salariée vous accompagnera à la pratique de multiples exercices ludiques dans un seul but : votre bien être. Activité payante – Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>
<p>Sport seniors santé OSAPAM</p>	<p>Salle des fêtes 79370 PRAILLES LA COUARDE</p>	<p>Les lundis de 14h30 à 16h00 et/ou les mercredis de 14h00 à 16h00 Ateliers collectifs d'activité physique adapté au plus de 50ans. Entretien des capacités cardio-vasculaires, musculaires, posturales, articulaires et respiratoires. Entretien des fonctions cognitives : mémoire, coordination, prévention des chutes. Possibilité de faire 1 ou 2 séances d'1h30 le lundi de 14h30 à 16h00 et/ou le mercredi de 14h00 à 16h00 Tel : 05 49 27 92 43.</p>

<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les Rives de Sèvre Rue des Fauvettes 79260 LA CRECHE</p>	<p>Tous les vendredis - D'Avril 2022 à avril 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant La Crèche ou proximité Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE (ReSanté-Vous): 06 21 59 98 91</p>
<p>Les sens des arts Mutualité Française Nouvelle Aquitaine</p>	<p>79400 ST MAIXENT L'ECOLE</p>	<p>Date et horaire à définir Une approche originale et convivial pour comprendre, prévenir et savoir faire face à l'évolution des sens. Trois ateliers sont proposés: L'art d'y voir, l'art d'entendre et l'art du goût. Renseignement: 07 89 33 04 71</p>
<p>S'exprimer pour rebondir EHPAD « Les Rives de Sèvre » et Plateforme de répit sud Deux-Sèvres.</p>	<p>EHPAD Les Rives de Sèvre Rue des Fauvettes 79260 LA CRECHE</p>	<p>Un mardi après midi par mois: 05/07, 16/08, 20/09, 11/10, 15/11, 06/12 De 14h30-17h Accompagnement du binômes aidant-aidés (pour les personnes vivant à domicile); Pour les aidants: groupe d'échange/temps de répit, animé par une psychologue. Pour les aidés: art thérapie, adaptés aux capacités de chacun ; suivi d'un temps convivial autour d'un goûter avec l'ensemble des participants Renseignements et inscription auprès du CIAS au 05 49 76 79 44</p>
<p>Aidant, votre santé parlons en Mutualité Française Nouvelle Aquitaine</p>	<p>Salle des fêtes Avenue de La gare - 79800 Pamproux</p>	<p>Mardi 15 novembre de 14h à 17h Vous accompagnez régulièrement un proche? Et vous qui prend soin de vous et de votre santé? Il s'agit de proposer un spectacle conté suivi d'interventions d'experts. Suite à cette rencontre, trois ateliers abordant la santé physique, psychologique et sociale seront proposés. Renseignement: 07 48 10 88 97</p>
<p>Seniors et Alors Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres – CLIC Sud 79 – Antenne Haut Val de Sèvre</p>	<p>Restaurant l'Ardoise 2 route de St Maixent l'E. 79400 AUGÉ</p>	<p>les mardis 11 octobre et 22 novembre 2022 de 15h à 17h Il s'agit de proposer, dans un café, des rencontres collectives et conviviales adossées à un support artistique (lecture à haute voix, conte, chant). Ces rencontre s'adressent aux personnes âgées en situation ou exprimant le sentiment d'isolement et/ou de solitude. Organisées par l'Appui&Vous Sud Deux Sèvres - Contact et Inscription au 05.49.76.42.63</p>

Réseau de visiteurs bénévoles CIF-SP	HAUT VAL DE SEVRE	Rencontres régulières avec un bénévole de l'association à votre domicile. 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 « Voisin visiteur bénévole ». Animées par le CIF-SP en partenariat avec l'association Appui&Vous et la MSA Poitou. Contact : 06 10 82 43 16
AG'ILITE: Des solutions pour les aidés et les aidants ADMR 79	Deux Sèvres	Interventions à domicile sur des demi-journées : 3 ou 5 par mois. L'ADMR vous accompagne au quotidien et vous apporte des solutions pour vous aider et faire face aux changements de la vie en toute quiétude. Il s'agit là d'un accompagnement personnalisé et adapté en fonction de chaque situation : organisation de votre quotidien ou de celui de vos proches, gestion d'une sortie d'hospitalisation, d'un changement de lieu de vie... Service payant – www.agilite-admr79.fr - Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.
Innover pour le lien social ADMR 79 en partenariat avec la MSA	Deux Sèvres	6h par personne à raison de 5 visites Aide aux courses, aide administrative, approvisionnement en médicaments, visites de courtoisie Ce service s'adresse aux personnes âgées de plus de 65 ans ou aux personnes en situation de handicap (quel que soit leur âge), ressortissantes ou non de la MSA, clientes ou non de l'ADMR, Service gratuit Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.



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

Actualisation : document mis à jour le 11/07/2022

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

**Pour la sécurité de tous et le bon déroulement de ces événements, le port du masque est obligatoire .
 Merci de respecter les gestes barrières.**





Action	Lieu de l'action	Description
Forum Santé "Manger bouger, c'est la santé!" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Hall Denfert, 10 rue Edmond Proust Chaumette 79400 ST MAIXENT L'ECOLE	Le mardi 29 novembre 2022 de 9h à 17h Journée de prévention et de bien être organisée autour d'un débat théâtralisé, d'ateliers et de stands partenaires sur le thème ' l'alimentation et l'activité physique adaptée dans le cadre du bien vieillir". Possibilité de déjeuner sur place. Gratuit, sur Inscription au 05 49 06 78 85 ou 05 49 76 42 63
Conférence "L'avancée en âge, en parler, anticiper, choisir" Appui&Vous Sud deux Sèvres	Salle des fêtes Place de la Mairie Mougou, 79370 Aigondigné	Le jeudi 17 novembre de 14h à 17h Comment j'anticipe ma succession? Comment j'anticipe mes derniers moments de vie? Quels sont mes droits? comment en parler à mon entourage?.... Conférence dédiée à sensibiliser les seniors à l'intérêt d'anticiper et de se protéger en prévision des risques futurs animée par la chambre des notaires, l'UDAF79, l'estuaire et Appui&Vous Sud Deux Sèvres. Gratuit, sur inscription au 05 49 29 79 79
Atelier Objectif Equilibre MSA Services Poitou	Salle des sources- Espace Voltania 1 place du Petit Maure 79110 CHEF BOUTONNE	A partir du 13 septembre 2022 de 09h00 à 10h00 Atelier de 12 séances de 1 heure. A travers la gymnastique douce, apprenez à vous relever en cas de chutes. Les thèmes abordés : 1 - Mobilité et souplesse articulaire 2 - Renforcement musculaire 3 - Respiration, relaxation 4 - Prévention des chutes Ouvert à tous les seniors de plus de 55 ans quel que soit le régime de retraite Inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr
Gym Bien vieillir Sport Santé Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)	AIGONDIGNE BRIOUX-SUR-BOUTONNE CHEF-BOUTONNE MELLE CELLE-SUR-BELLE SAINT COUTANT ST LEGER DE LA MARTINIERE	Ateliers proposés en présentiel. Séances collectives pour seniors permettant de maintenir et renforcer son capital santé. Séances complètes diversifiées permettant de maintenir la mobilité articulaire, développer la force musculaire, favoriser l'équilibre et la souplesse, entretenir la mémoire. Pour les personnes de plus de 50 ans. Payant, adhésion annuelle, 2 séances d'essai gratuites. Inscription ouverte tout au long de l'année. Contact : 07 71 83 63 49 ou @ : deuxsevres@comite-epgv.fr

Sport seniors santé OSAPAM	Salle des Fêtes 79370 PRAILLES LA COUARDE	Possibilité de faire 1 ou 2 séances d'1h30 le lundi de 14h30 à 16h ou/et le mercredi de 14h30 à 16h Atelier Collectifs d'activité physique adapté au plus de 50 ans : Entretien des capacités cardio-vasculaires, musculaires, posturales, articulaires et respiratoires. Entretien des fonctions cognitives : mémoire, coordination. Prévention des chutes. Tél : 05 49 27 92 43
Sport seniors santé OSAPAM	Salle St Joseph 79500 MELLE	Le lundi de 9h30 à 11h, le mercredi de 9h à 10h30 ou de 10h30 à 12h00 et le vendredi de 9h à 10h30 -Possibilité de faire 1 séance d'1h30 lundi 9h30-11h et mercredi 9h-10h30 ou mercredi 10h30-12h et vendredi 9h30-11h - Possibilité de faire 2 séances d'1h30 Ateliers collectifs d'activités physiques adaptées aux plus de 50 ans : Entretien des capacités cardio-vasculaires, musculaires et posturales, articulaires et respiratoires. Entretien des fonctions cognitives : mémoire, coordination. Prévention des chutes. Tél : 05 49 27 92 43
Sport adapté seniors OSAPAM	Salle St Joseph 79500 MELLE	Le jeudi de 10h à 11h00 Pratique individualisée de l'activité physique adaptée (APA) aux plus de 50 ans, pouvant présenter une prescription médicale. Entretien individuel en amont permettant l'élaboration d'un programme APA répondant aux besoins, capacités et envies de chaque pratiquant. OSAPAM Maison de Pays 2, place Bujault 79500 MELLE Tél : 05 49 27 92 43 Courriel : osapam@orange.fr
Offre de sport adapté Siel Bleu	Salle des Fêtes 79500 Saint Leger La Martiniere	A partir du 14 septembre le mardi matin (9h-12h). Cours collectif dont les objectifs sont de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire, dynamique, sensibiliser à l'entretien du capital santé. Public : Plus de 55 ans. Inscriptions : 06 69 34 22 97 Responsable Siel Bleu - Aurélie TROUVE
Offre de sport adapté Siel Bleu	EHPAD Les Babelottes 79370 MOUGON	Le vendredi de 11h à 12h (résidents ehpad) et de 14h30 à 15h30 (résidents ehpad, personnes du village retraite et vivants à domicile) Sous réserve de l'actualité sanitaire favorable aux regroupement. Cours collectifs avec les personnes de l'EHPAD ouvert aux personnes du village retraite et des personnes vivant à domicile. Tel : 05 49 05 88 69. Possibilité de séances individuelles.

<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Fondation Brothier, 1 rue du Stade 79190 LIMALONGES</p>	<p>Tous les lundis -De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Limalonges ou proximité Contact pour informations et inscription : demander le service animation au 05 49 07 63 10</p>
<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les Babelottes 43 rue des Babelottes 79370 AIGONDIGNE</p>	<p>Tous les jeudis -De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Aigondigné ou proximité Contact pour informations et inscription : demander le service animation au 05 49 05 88 69</p>
<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les Chanterelles 5 rue du Treuil 79370 CELLES SUR BELLE</p>	<p>Tous les jeudis -De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Celles sur Belle ou proximité Contact pour informations et inscription : demander Claire, l'ergothérapeute 05 49 32 96 75</p>
<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les 4 saisons 29 rue du Dr Laffitte 79110 CHEF BOUTONNE</p>	<p>Tous les lundis-De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Chef Boutonne ou proximité Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE (ReSanté-Vous): 06 21 59 98 91</p>
<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Fondation Dussouil 1 rue de Vaugru 79120 LEZAY</p>	<p>Tous les vendredis -De septembre 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Lezay ou proximité Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE (ReSanté-Vous): 06 21 59 98 92</p>

<p>Brigade Prev'Denut ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les 3 cigognes, 32 rue Loui Blériot 79170 BRIOUX SUR BOUTONNE</p>	<p>Tous les lundis -De juillet 2022 à juin 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie via la proposition d'ateliers autour du bien manger (réalisation de recettes en individuel ou petit groupe, groupe de parole sur les recettes d'antan et souvenirs culinaires, sorties et rencontres avec des artisans de bouches du territoire) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Brioux Sur Boutonne ou proximité Contact pour informations et inscription : Valentin BARBADE (ReSanté-Vous): 06 21 59 98 93</p>
<p>Osons le Sport-Santé ReSanté Vous</p>	<p>Résidence Autonomie Henri Minault, 28 rue du baron 79190 SAUZE-VAUSSAIS</p>	<p>2 séances tous les mercredis matin (9h30 et 10h45) - D'Avril 2022 à janvier 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie fonctionnelle via la pratique d'une activité physique adaptée (gym douce, tir à l'arc adapté, basket adapté, tennis de table adapté, biathlon adapté...) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Sauzé-Vaussais ou les communes voisines Contact pour informations et inscription : Sandra BINEAU, animatrice: 05 49 07 71 69</p>
<p>Osons le Sport-Santé ReSanté Vous</p>	<p>EHPAD Les Chanterelles 5 rue du Treuil 79370 CELLES SUR BELLE</p>	<p>2 séances tous les mercredis après midi (14h30 et 15h45) - D'Avril 2022 à janvier 2023 à la résidence - Action de prévention de la perte d'autonomie fonctionnelle via la pratique d'une activité physique adaptée (gym douce, tir à l'arc adapté, basket adapté, tennis de table adapté, biathlon adapté...) - Action, proposée par ReSanté-Vous, gratuite et ouverte aux seniors âgés de + de 60 ans habitant Celles sur Belle ou les communes voisines Contact pour informations et inscription : Medhi PAUTROT, animateur: 05 49 32 96 75</p>
<p>ACTI DUO ADMR 79 et Resantez Vous</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>Toute l'année – Séance d'1/2 heure – Fréquence à définir - Possibilité de réaliser une activité physique douce régulière en compagnie d'une aide à domicile, afin de vous permettre de maintenir de bonnes capacités physiques (souplesse, tonicité, mobilité), tout en réduisant vos douleurs et votre sédentarité. Guidée par son téléphone, la salariée vous accompagnera à la pratique de multiples exercices ludiques dans un seul but : votre bien être. Activité payante – Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>
<p>HALTE RELAIS France Alzheimer 79</p>	<p>Centre Socio Culturel 8 place René Groussard 79500 MELLE</p>	<p>Le 1er jeudi du mois de 14h à 17h Accueil convivial réalisé par les bénévoles de France Alzheimer. Pour les aidants et les aidés. La halte relais est animée par une psychologue et des bénévoles de l'association. Renseignements 06 83 85 76 69</p>

<p>JEUX BALADES France Alzheimer 79</p>	<p>Centre Socio Culturel 8 place René Groussard 79500 MELLE</p>	<p>Le 3ème mardi du mois de 14h à 16h30 Accueil convivial réalisé par les bénévoles de France Alzheimer. pour les aidants et les aidés. Animé par un ludothérapeute et des bénévoles de l'association. Renseignements 06 83 85 76 69</p>
<p>GROUPE PAROLE (Association de parkinsoniens)</p>	<p>Salle du conseil municipal 79500 ST LEGER DE LA MARTINIERE</p>	<p>Tous les 1er mercredis de chaque mois de 14h à 16h30 Temps d'expression pour les aidants et aidés atteint de la maladie de Parkinston. présence d'une psychologue pendant 1h. Organisé par l'association des parkinsoniens des Deux-Sèvres. Inscription : 05 49 27 10 68.</p>
<p>CAFE RENCONTRE BEN'AISE EHPAD Les 3 cigognes en partenariat avec la Plateforme de répit Sud Deux Sèvres</p>	<p>Maison des Arts (sous réseve actualié COVID) 79170 BRIOUX-SUR- BOUTONNE</p>	<p>15/09, 20/10, 17/11/2022 pour les aidants et le 15/12 pour les aidants et leurs aidés Café rencontre pour parents, enfant, conjoints, voisins, amis... qui aident une personne en perte d'autonomie; pour échanger et se changer les idées autour d'une activité. Atelier animé par la psychologue de l'EHPAD de Brioux et l'animatrice de l'Accueil de jour. Informations et inscriptions au 05 49 07 50 99</p>
<p>S'EXPRIMER POUR REBONDIR Ehpad les Babelottes en partenariat avec la Plateforme de répit Sud Deux Sèvres</p>	<p>EHPAD Les Babelottes, 43 rue des babelottes79370 AIGONDIGNE</p>	<p>Un vendredi après midi par mois: 08/07, 19/08, 16/09, 14/10, 18/11, 09/12 De 14h30-17h Accompagnement du binômes aidant-aidés (pour les personnes vivant à domicile); Pour les aidants: groupe d'échange/temps de répit, animé par une psychologue. Pour les aidés: art thérapie, adaptés aux capacités de chacun ; suivi d'un temps convivial autour d'un goûter avec l'ensemble des participants Renseignements et inscription au 05 49 05 88 69</p>
<p>Réseau de visiteurs bénévoles CIF-SP</p>	<p>Mellois en Poitou</p>	<p>Réseau de convivialité auprès des personnes isolées - Bénévole et personnes isolées ensemble pour rompre la solitude. Appels téléphonique et/ou visites. Renseignements 06 10 82 43 16</p>
<p>ENTOUR'ÂGES EHPAD Les Chanterelles</p>	<p>CELLES-SUR-BELLE</p>	<p>Service gratuit sur le territoire de Cellles Sur Belle afin de créer ou recréer du lien social pour les personnes de plus de 60 ans par la mise en œuvre d'activité ou de visites/appels de convivialité. Service animé par des professionnels. Renseignements 06 71 27 50 33</p>

<p>Les rencontres du lundi CIF-SP</p>	<p>Salle Camille Ricard, Place Cail 79110 CHEF BOUTONNE</p>	<p>Tous les lundis après-midi (sauf jours fériés) – de 14h30 à 16h30 « Les Rendez-vous du lundi » s'adressent à toute personne désireuse de rompre leur isolement. Les ateliers sont organisés par l'association CIF-SP, Solidaires entre les âges. Ils sont tenus par des bénévoles de l'association qui organisent les thématiques des séances en fonction de leurs affinités et des envies des participants : jeux de société, jeux d'écriture, macramé, écoute musicale, cuisine, etc. Possibilité d'organiser un transport solidaire pour aller chercher les participants qui ne pourraient pas se déplacer. Inscription et informations auprès du CIF-SP : 06 10 82 43 16 ou directement sur place (adhésion obligatoire de 5€/an)</p>
<p>Seniors et alors Appui&Vous Sud Deux-Sèvres</p>	<p>Hôtel Restaurant Les Voyageurs, Place Cail, 79110 CHEF BOUTONNE</p> <p>Restaurant Les Glycines, 5 Place René Groussard 79500 MELLE</p>	<p>Chef Boutonne: les jeudis 29 septembre et 1 décembre 2022 Melle: les Jeudis 22 septembre et 10 novembre 2022 Il s'agit de proposer, dans un café, des rencontres collectives et conviviales adossées à un support artistique (lecture à haute voix, conte, chant). Ces rencontres s'adressent aux personnes âgées en situation ou exprimant le sentiment d'isolement Sur inscription au 05 49 29 79 79</p>
<p>Action de lutte contre la fracture numérique pour les Séniors Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres</p>	<p>Collège St Exupéry 79170 BRIOUX-SUR- BOUTONNE</p>	<p>Atelier de lutte contre la fracture numérique pour les séniors les plus éloignés, atelier animé par des bénévoles - Organisé dans le collège de Brioux qui met à disposition sa salle informatique 2 fois par semaine, d'octobre à juin. Inscription : 05 49 29 79 79</p>
<p>Actions de lutte contre l'isolement CCAS Prailles-La-Couarde</p>	<p>PRAILLES-LA- COUARDE</p>	<p>Visites et appels de convivialité auprès de personnes âgées isolées- Transport solidaire et actions en partenariat avec l'EHPAD Les Chanterelles (Service civique) Renseignements: 05 49 32 81 13</p>
<p>Innover pour le lien social ADMR 79 en partenariat avec la MSA</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>6h par personne à raison de 5 visites Aide aux courses, aide administrative, approvisionnement en médicaments, visites de courtoisie Ce service s'adresse aux personnes âgées de plus de 65 ans ou aux personnes en situation de handicap (quel que soit leur âge), ressortissantes ou non de la MSA, clientes ou non de l'ADMR, Service gratuit Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>

<p>AG'ILITE: Des solutions pour les aidés et les aidants ADMR 79</p>	<p>Deux Sèvres</p>	<p>Interventions à domicile sur des demi-journées : 3 ou 5 par mois. L'ADMR vous accompagne au quotidien et vous apporte des solutions pour vous aider et faire face aux changements de la vie en toute quiétude. Il s'agit là d'un accompagnement personnalisé et adapté en fonction de chaque situation : organisation de votre quotidien ou de celui de vos proches, gestion d'une sortie d'hospitalisation, d'un changement de lieu de vie...</p> <p>Service payant – www.agilite-admr79.fr - Contacter l'association locale ADMR de votre territoire ou la Fédération ADMR des Deux-Sèvres au 05 49 09 17 55.</p>
--	--------------------	---



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

Actualisation : document mis à jour le 11-07-2022

Si vous souhaitez communiquer sur une action collective, merci de vous rapprocher du CLIC de votre secteur : 05 49 29 79 79

Pour la sécurité de tous et le bon déroulement de ces événements, le port du masque est obligatoire .
Merci de respecter les gestes barrières.

