



Action	Lieu de l'action	Description
Pep's eurêka Mémoire MSA Services Poitou	CSC du Parc à Niort - 34 Rue de la Tour Chabot 79000 NIORT	<p>A partir du 14/01/2022 de 9h30 à 12h00.</p> <p>Atelier de 11 séances ayant pour objectif de comprendre et agir au quotidien sur sa mémoire. Les thèmes abordés : les différentes stratégies de mémorisation; ciblage sur les situations difficiles les plus courantes de la vie quotidienne (noms propres, lieux, objet, chiffres...)</p> <p>Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
Pep's eurêka Mémoire MSA Services Poitou	79270 La Rochenard	<p>A partir du 18/01/2022 de 14h00 à 16h30.</p> <p>Atelier de 11 séances ayant pour objectif de comprendre et agir au quotidien sur sa mémoire. Les thèmes abordés : les différentes stratégies de mémorisation; ciblage sur les situations difficiles les plus courantes de la vie quotidienne (noms propres, lieux, objet, chiffres...)</p> <p>Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
Atelier Nutrition Santé Seniors MSA Services Poitou	79270 La Rochenard	<p>A partir du 18/01/2022 de 14h00 à 16h30.</p> <p>Ateliers de 9 séances ayant pour objectif de faire le point sur ses pratiques afin d'adopter les bons comportements et une alimentation équilibrée adaptée à ses besoins,</p> <p>Les thèmes abordés : Pourquoi et comment je mange ? L'équilibre alimentaire, être un consommateur averti, alimentation et prévention santé</p> <p>Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>
Atelier Préservons-nous MSA Services Poitou	79270 Saint Symphorien	<p>A partir du 14/01/2022 de 14h00 à 16h30</p> <p>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.</p> <p>Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</p>

<p>Atelier Sommeil MSA Services Poitou</p>	<p>79270 SAINT SYMPHORIEN</p>	<p>A partir du 07/03/2022 de 14h00 à 16h30 Atelier de 6 séances ayant pour objectif de lutter contre les troubles du sommeil liés à de multiples facteurs. Les thèmes abordés : comprendre les mécanismes du sommeil; identifier les perturbations du sommeil; apprendre à mieux dormir. Organisé par MSA SERVICES POITOU - 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 les personnes concernées par le cancer. 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 « Apprendre à prendre soin de soi » 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 de 9h45 à 10h45, 2 fois par mois Mieux-être, apaisement mental, apprendre à lâcher prise. Séances en groupe animés par une thérapeute en rigologie. Pour les personnes concernées par le cancer. Contact : 05.49.06.96.60</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 proposition en visio conférence toute la semaine à partir de 17h. Animé par une réfléxologue certifiée Comment s'auto-masser, connaissance des points d'acupression Pour les personnes concernées par le cancer. Participation sur rendez-vous. Contact : 05.49.06.96.60</p>
<p>Balades conviviales Association France Alzheimer 79</p>	<p>Niort et ses alentours</p>	<p>2ème et 4ème mardis du mois -14h 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 et Resantez vous</p>	<p>Bassin de vie Niortais</p>	<p>Intervention payante à domicile par une salariée ADMR formée. Séance de 1/2 heure pour réaliser une activité physique douce régulière pour maintenir de bonnes capacités physiques. Un seul objectif: le bien être. Renseignements 05 49 09 17 55</p>
<p>Atelier de gym japonaise Comité 79 France Parkinson</p>	<p>Salle Omnisports de Souché 1 rue de l'aérodrome 79000 NIORT</p>	<p>Tous les jeudis de 18h00 à 19h00 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>Atelier Mémoire CSC du Pays Mauzéén</p>	<p>CSC du Pays Mauzéén, 6, rue de la distillerie 79210 Mauzé Sur le Mignon</p>	<p>Les mardis de 9h30 à 12h Atelier ayant pour objectif de comprendre et agir au quotidien sur sa mémoire. Les thèmes abordés : les différentes stratégies de mémorisation; ciblage sur les situations difficiles les plus courantes de la vie quotidienne à partir de jeux exercices ludiques et pratiques Inscription obligatoire Contact: 05 49 26 72 46</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 9 mars, 6 avril, 11 mai, 15 juin 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. Organisé par : CSC de Part et d'Autre 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 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 Organisé par : CSC de Part et d'Autre 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: 7/02, 11/04 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 19 janvier, 9 février, 16 mars, 6 avril, 18 mai, 15 juin 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 Public : Adultes (dont seniors) Remobilisation, assouplissements, équilibre. Participation selon le QF + adhésion au CSC Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@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 à 13h30, début des concours à 14h, jusqu'à 18h30/19h Lieu : Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@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 - de 9h à 14h30 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. Menu proposé par le chef. Participation selon le QF + adhésion au CSC Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@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 lundis après-midi - de 13h30 à 15h30 Public : Adultes (dont seniors) Alternative à la randonnée pédestre "classique", pour toutes celles et ceux qui souhaitent maintenir une activité physique. Circuits de 5 à 8 kms. Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@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 - à partir de 13h45 Public : Adultes (dont seniors) Circuits de 8 à 12 kms, à la découverte du patrimoine naturel et culturel. Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</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>Balades conviviales CSC du marais</p>	<p>CSC du Marais 3 Place de la Coutume, 79510 Coulon</p>	<p>Tous les jeudis à 15h Balades conviviales et de bien-être. 1 samedi sur 2 à 15h Balades conviviales à thème Gratuit- Sur Inscription - Contact: 05 49 35 99 90</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>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>Du 1er octobre 2021 à fin mai 2022 - mercredi 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>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>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>Atelier de sophrologie Comité 79 France Parkinson</p>	<p>Lieu non défini 79000 Niort</p>	<p>Tous les jeudis de 14h00 à 15h00 Mieux être et apaisement mental – En individuel ou en petit groupe animé par une sophrologue DE. 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>Tango partage Plateforme de répit Sud Deux Sèvre et ReSanté Vous</p>	<p>NIORT</p>	<p>Lieu et date à déterminer. Séance pour binômes « aidant-aidé » de plus de 60ans vivant à domicile souffrants de maladie neuro-évolutive Sensibilisation des aidants à la pratique du Tango adaptée et à sa pratique auprès des couples aidant-aidé. Séance hebdomadaire d'1h30 sur 15 semaines. Contact : 05 49 52 24 17</p>
<p>Aidant, le temps d'une pause Association Appui&Vous Sud Deux Sèvres en partenariat avec la Plateforme de répit Sud Deux-Sèvres.</p>		<p>Action à venir - Cycle de rencontre proposé sur une commune du Bassin de vie Niortais. Mettre en place des temps d'échanges pour renforcer les connaissances, les compétences des aidants par rapport à plusieurs thématiques. Animés par des professionnels du bien être et de la santé. Il s'agira d'accompagner les aidants. Pour les aidants accompagnant un proche en perte d'autonomie et/ou présentant une maladie neuro évolutive. Si besoin, une suppléance à domicile peut être proposée. Contact : 05.49.06.78.85</p>

<p>Atelier du positif pour soi 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 Temps de rencontre d'une durée d'une heure. Animé par une thérapeute Aide à la décision, au changement Pour les personnes concernées par le cancer. Participation sur rendez-vous. Contact : 05.49.06.96.60</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>Le jeudi - 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>RePair Aidant Délégation des Deux-Sèvres de l'APF France Handicap</p>	<p>Lieu à confirmer Niort</p>	<p>2 jours en mars 2022: "Je me maintiens en forme" Modules de sensibilisation et de formation co animés par un professionnel et un aidant pair formateur. Pour les aidants familiaux de personnes en situation de handicap, quel que soit leur âge. Contact : 05.49.73.52.14 ou par mail : dd.79@apf.asso.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. Organisé par MELIORIS, sans inscription; Contact : contact@melioris-association.fr</p>
<p>Café « Ben'Aise » Plateforme Territoriale de Service et d'Animation du Pays Mauzéen</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>Lieu à confirmer 79000 NIORT</p>	<p>2ème jeudi du mois - 14h30 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 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 2 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>S'exprimer pour rebondir Plateforme de répit sud Deux-Sèvres et EHPAD Sacré cœur</p>	<p>Maison du Sacré Cœur 1 rue de l'Yser 79000 NIORT</p>	<p>Tous les 1er samedis du mois de 10h à 13h Atelier pour binômes " aidant-aidé " vivant à domicile : partage, soutien, écoute, convivialité, répit. groupe de parole pour les aidants / activités pour les aidés. Suivi d'un temps convivial Partagé. Gratuit. SUR INSCRIPTION. Contact : 05.49.77.13.40</p>

<p>Groupe de parole Association de Soins Palliatifs L'Estuaire</p>	<p>Maison des Associations 12 rue Joseph Cugnot 79000 NIORT</p>	<p>1er jeudi du mois - 18h30 à 20h Groupe de parole co-animé par une psychologue et des bénévoles de l'ASP L'Estuaire. Ouvert à toute personne endeuillée, sans engagement. Contact : 05.49.05.16.34 ou asp.estuaire@laposte.net</p>
<p>Jardins thérapeutiques Association France Alzheimer 79</p>	<p>Jardin Vent d'Ouest 39, quai Belle île 79 000 NIORT</p>	<p>1 fois par semaine (Date à préciser) Animés et encadrés par un jardinier de Vent d'ouest et un bénévole 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 79410 ST REMY</p>	<p>1 fois par mois Animés et encadrés par un jardinier de Vent d'ouest et un bénévole 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 - 14h 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 8 mars et 15 mai 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>Lecture à Haute voix Comité France Parkinson</p>	<p>Salle CGED 2 rue Vaumorin 79000 NIORT</p>	<p>1 vendredi sur 2 de 14h30 à 15h30 Animé par un orthophoniste. Conseil pour poser sa voix, sur la prononciation. Exercices en petit groupe. Pour les personnes atteinte de la maladie de Parkinson. Pour participer à ces séances, il faut être adhérent au comité 79 France Parkinson et une participation sera demandé. Renseignement et inscriptions : comite79@franceparkinson.fr Tel : 06 65 98 96 32</p>
<p>Chant et lecture à haut de voix Comité France Parkinson</p>	<p>Niort (Lieu à définir)</p>	<p>1 semaine sur 2, horaire à définir, séance d'une heure, une orthophoniste animera un atelier chant et lecture à haute voix, aux malades de Parkinson. Pour participer il faut être adhérent au comité 79 France Parkinson et une participation sera demandée. Activité en attente de financement. Contact : comite79@franceparkinson.fr</p>
<p>Chorale Association France Alzheimer</p>	<p>CSC grand Nord 1 place de Strasbourg 79000 NIORT</p>	<p>2ème et 4ème vendredi du mois - 14h30 à 16h30 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>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) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>

<p>Hier Sainte Pezenne (MÉMOIRE DU QUARTIER) CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert</p>	<p>Une fois par mois Rencontre et échange avec les habitants pour recueillir leurs témoignages afin de conserver la mémoire du quartier. Travail en lien avec le wiki-niort.fr Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Café signe CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert</p>	<p>Un vendredi par mois - de 18h30 à 20h Echanges entre personnes sourdes, malentendantes et entendantes (jeux de mimes, d'expression corporelle...) - Pour favoriser la rencontre et l'inclusion des personnes en situation d'handicap sensoriel, Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Soirées "Carnet de voyage" CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert</p>	<p>Un vendredi par mois - de 19h à 20h Récits de voyages dépaysants autour de photos et vidéos pour partager impressions et découvertes. Prochaines dates début 2022 : vendredi 21 janvier (Indonésie La traversée sur les volcans) - vendredi 11 février (Bhoutan Pays du bonheur brut) Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>Guinguette de Sainte Pezenne CSC St Pezenne</p>	<p>CSC Sainte-Pezenne 38, rue du Coteau Saint-Hubert</p>	<p>Un à deux vendredis par mois - de 14h à 16h Venez danser et prendre une dose de bonne humeur en musique ! Prochaines dates début 2022 : vendredis 7 et 28 janvier et vendredi 11 février Gratuit (adhésion au CSC nécessaire) Organisé par : CSC Sainte-Pezenne - accueil.cscstepezenne@gmail.com - Tel : 05 49 73 37 63</p>
<p>AG'ILITE ADMR 79</p>	<p>ADMR CHEF BOUTONNE et BRIOUX</p>	<p>Des solutions pour aidants et les aidés pour un accompagnement personnalisé et adapté en fonction de chaque situation (ex : organisation du quotidien...) Service payant, renseignements au 05 49 09 17 55</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>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), 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>Rencontres régulières avec un bénévole du réseau de visiteurs "Part'âge" 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 " Part'âge ". Vous souhaitez être visité? Après contact avec le CSCC du paus mauzéen, nous vous mettons en lien avec un bénévole pour une visite régulière conviviale à votre domicile. GRATUIT Animées par des bénévoles du réseau Part'âge Contact: 05 49 26 72 46</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 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 initiation au numérique CSC du marais</p>	<p>CSC du Marais 3 Place de la Coutume, 79510 Coulon</p>	<p>Accompagnement personnalisé au CSC du Marais ou à domicile (Coulon ou Magné) Que vous soyez débutant(e) ou que vous pratiquiez déjà un peu l'informatique, nous vous proposons par une méthode personnalisée, en fonction de vos attentes, d'aborder sereinement l'outil informatique. En atelier thématique ou sur rendez-vous dans le lieu de votre choix - Vous décidez des dates, de la fréquence et du contenu. Les thématiques abordés: l'utilisation de base, la navigation sur internet, les démarches en ligne, les loisirs Animé par Jérémie DIJOUX, médiateur numérique Contact: 05 49 35 99 90</p>
<p>Atelier initiation au numérique CSC du Pays mauzéen</p>	<p>CSC du Pays Mauzéen, 6, rue de la distillerie 79210 Mauzé Sur le Mignon</p>	<p>Séance hebdomadaire- Tous les lundis Accompagnement numérique personnalisé Que vous soyez débutant(e) ou que vous pratiquiez déjà un peu l'informatique, nous vous proposons par une méthode personnalisée, en fonction de vos attentes, d'aborder sereinement l'outil informatique. En atelier thématique ou sur rendez-vous, Les thématiques abordés: l'utilisation de base, la navigation sur internet, les démarches en ligne, les loisirs Animé par un médiateur numérique Contact: 05 49 26 72 46</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 et jeudis matin de 9h30 à 12h30 Animé par un bénévole Formule à la demande 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 - Vendredi 9h 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'Ecriture Publique</p>	<p>CSC Champclairot – Champommier, 20 Square Germaine Clopeau 79000 NIORT</p>	<p>Séance hebdomadaire -Mardi 13h30 à 16h Animé par Audrey Rollandeau 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 35 46 (Inscription obligatoire)</p>
<p>Atelier DECLIC :Accompagnement à la pratique numérique CSC du Parc en partenariat le Service d'Ecriture 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 16h - 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). Atelier de groupe (10 résidents), découverte numérique via tablette. + 1 animatrice Atelier mensuel Contact : 05 49 79 79 70</p>
<p>Café des seniors CSC de Souche</p>	<p>CSC de Souche 3 rue de l'aérodrome 79000 Niort</p>	<p>Première réunion le lundi 30 janvier de 11h à 12h Temps d'échange et de rencontre autour d'un café, l'idée est de partager , des idées de sorties ou d'activités afin de rompre l'isolement. Public: Personnes âgées de plus de 65 ans Contact: 05 49 24 50 35 / accueil.souche@csc79.org</p>
<p>Multimédia - Solider'Net MPT d'Aiffres</p>	<p>MPT Aiffres 85, rue du Bourg 79230 Aiffres</p>	<p><u>Solider'Net - Multimédia:</u> Accès libre pour tous : Accès à un ordinateur dans le hall d'accueil, aux heures d'ouverture de la MPT. Utilisation sous réglementation. <u>Atelier DECLIC</u> Être accompagné pour aller sur Internet, les sites officiels (Pôle Emploi, CAF, CPAM, Impôts ...), s'inscrire, se repérer, s'informer, éviter les pièges, « peaufiner » des points précis ou découvrir des logiciels gratuits et mettre en pratique ce qui a été vu dans l'atelier multimédia. Pour qui ? Toute personne voulant se familiariser avec l'informatique. Jour :Lundi matin sur inscription (hors vacances scolaires) / Tarif : Adhésion familiale à la MPT <u>Atelier multimédia : Animé par Olivier FERIOULAUD</u> Découverte de l'informatique par modules thématiques : réseaux sociaux ; B.A.-BA de l'ordinateur et de l'informatique ; B.A.-BA de l'internet et de la messagerie ; smartphones et tablettes ; photo numérique... selon les demandes et les niveaux des participants. Pour qui ? Toute personne débutante, ou non, désirant découvrir, s'initier ou parfaire ses connaissances en informatique. Comment ? Par modules de 4 séances de 1h45. Jour : 2 séances les lundis : de 14h00 à 15h45 et de 16h00 à 17h45 (hors vacances scolaires) /Tarif : (+ adhésion familiale à la MPT)</p>



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

Actualisation : document mis à jour le 24/01/2022

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
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
Gymnastique adaptée Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)	Salle des fêtes SAINTE NEOMAYE	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 et maintenir son capital santé. Inscriptions et informations au : 07 71 83 63 49 et mail : deuxsevres@comite-epgv.fr
Gym Bien vieillir Sport Santé Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (CODEP EPGV)	AUGÉ - LA CRECHE - LA MOTHE ST HERAY NANTEUIL - PAMPROUX - ST MAIXENT-L'ECOLE STE NEOMAYE – SAIVRES	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
Gymnastique adaptée France Alzheimer	Salle du Foyer Rural Maison des associations 32 rue du Maréchal Foch 79800 LA-MOTHE- SAINT -HERAY	Tous les mercredis matins de 10h30 à 12h00 Séance collective à destination des personnes ayant la maladie d'Alzheimer et apparentées ou neurodégénérative. Les cours sont encadrées 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>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>TANGO PARTAGE Plateforme de répit Sud Deux Sèvre et ReSanté Vous</p>	<p>Sud Deux-Sèvres</p>	<p>Lieu et date à déterminer. Séance pour binômes « aidant-aidé » de plus de 60ans vivant à domicile souffrants de maladie neuro-évolutive Sensibilisation des aidants à la pratique du Tango adaptée et à sa pratique auprès des couples aidant-aidé. Séance hebdomadaire d'1h30 sur 15 semaines. Contact : 05 49 52 24 17</p>
<p>Aidant, le temps d'une pause Association Appui&Vous Sud Deux Sèvres en partenariat avec la Plateforme de répit Sud Deux-Sèvres.</p>	<p>ST MAIXENT L'ECOLE (A définir)</p>	<p>Action à venir Cycle d'ateliers de bien être et santé alliant les trois niveaux de santé : physique, psychologique et sociale. 12 séances sur 4 mois – Possibilité de suppléance de l'aidant et solution à la mobilité Contact : 05.49.76.42.63</p>
<p>S'exprimer pour rebondir EHPAD « Les Rives de Sèvre » et Plateforme de répit sud Deux-Sèvres.</p>	<p>LA CRECHE</p>	<p>A partir du 15 mars 2022 Atelier pour binômes « aidant-aidé » vivant à domicile : partage, soutien, écoute, convivialité, répit. De 14h à 16h30 : Groupe de parole pour les aidants / activités pour les aidés. Suivi d'un temps convivial. Action 1 fois par mois. Renseignements et inscription : 05.49.25.08.40</p>
<p>Collectif d'Entraide Numérique et Technologique (CENT CLIC) Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres – CLIC Sud 79 – Antenne Haut Val de Sèvres et la MSA Poitou</p>	<p>M.E.S Services Ante 1, rue Denfert Rochereau 79400 ST-MAIXENT- L'ECOLE</p>	<p>1 vendredi sur 2 de 14h30 à 16h Accompagnement autour de la pratique numérique proposé aux seniors du Haut Val de Sèvre. 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 (place limitées). Animé par 5 bénévoles seniors de l'association Appui&Vous Sud Deux Sèvres, Organisé par le CLIC Antenne Haut Val de Sèvre. Contact : 05.49.76.42.63 ou par courriel à clichvs.assosud79@gmail.com</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>15 mars et 17 mai 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. Organisées par l'Appui&Vous Sud Deux Sèvres - Contact et Inscription au 05.49.76.42.63</p>
<p>Réseau de visiteurs bénévoles CIFSP Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres et la MSA Poitou</p>	<p>HAUT VAL DE SEVRE Et PAYS MELLOIS</p>	<p>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 CIFSP en partenariat avec l'association Appui&Vous et la MSA Poitou. Contact : 05.49.76.42.63</p>
<p>Réseau de voisins bienveillants avec Smile Association Appui&Vous – CLIC Sud 79 – Antenne Haut Val de Sèvre et la MSA Poitou</p>	<p>Présentiel ou en distanciel en fonction de l'actualité sanitaire HAUT VAL DE SEVRE</p>	<p>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 ses voisins. S'appuyant sur un réseau d'échange et de partage numérique, et après un rendez-vous au CLIC Sud 79 – antenne Haut Val de Sèvre, votre carte de « Voisin Bienveillant » vous est délivrée. Nous pourrions être amenés à solliciter votre solidarité citoyenne pour faciliter la vie des personnes seniors dans votre environnement proche. Organisé par Appui&Vous Sud Deux Sèvres- CLIC antenne du Haut val de Sèvre GRATUIT – Contact : 05.49.76.42.63 ou par courriel à clichvs.assosud79@gmail.com</p>
<p>Jeux AVF</p>	<p>Résidence Doux Hiver 1Q rue Doux Hiver 79400 ST MAIXENT L'ECOLE</p>	<p>2 fois par mois : le 1^{er} samedi et le 3^{ème} dimanche de chaque mois Oublions pour un temps nos corvées ménagères, notre solitude ou autres tracasseries. Nous vous proposons de venir partager avec nous un moment convivial autour de jeux de société, jeux de cartes ... Organisé par l'association Accueil Villes Françaises de St Maixent l'Ecole. Contact : 05.49.76.14.78</p>



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

Actualisation : document mis à jour le 24/01/2022

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
"Bouger en toute sérénité" Comité AGIRC ARCCO	79110 CHEF BOUTONNE	Avril ou mai : Conférence animée par un médecin autour de la prévention des chutes. A l'issue de la conférence inscription pour des bilans santé individuels (dates ultérieures non connues) Contact : Maryline ALLANO 06 67 36 56 82
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	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.
Réunion de prévention MSA Services	Place Jean François Cail 79110 CHEF BOUTONNE	Le 22 mars 2022 à 14h30 Réunion de découverte du Bien Vieillir organisé par MSA Services - 05 49 43 86 68 - prevention@msaservices-poitou.fr, à partir de 55 ans.
Atelier Nutrition Santé Seniors MSA Services	79110 CHEF BOUTONNE	A partir du 08/04/2022 de 10h00 à 12h00 Ateliers de 9 séances ayant pour objectif de faire le point sur ses pratiques afin d'adopter les bons comportements et une alimentation équilibrée adaptée à ses besoins, Les thèmes abordés : Pourquoi et comment je mange ? L'équilibre alimentaire, être un consommateur averti, alimentation et prévention santé Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr

<p>Atelier Santé-Vous Bien au Volant MSA Services</p>	<p>Agence MSA 13 route de la Mothe 79500 SAINT MARTIN LES MELLE</p>	<p>Au 1er semestre 2022 A partir de 55 ans. Atelier de 3 séances ayant pour objectif d'adopter les bons réflexes pour une conduite en toute sécurité. Les thèmes abordés : 1 - Savoir agir et réagir efficacement au volant 2 - Savoir gérer les situations de stress 3 - Quiz autour des panneaux de signalisation Organisé par MSA Services Poitou - 05 49 43 86 68 - prevention@msaservices-poitou.fr,</p>
<p>Atelier Cap Bien Être MSA Services</p>	<p>79110 CHEF BOUTONNE</p>	<p>A partir du 03/06/2022 de 9h30 à 12h15 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 Organisé par MSA SERVICES POITOU - inscription et contact au 05 49 43 86 68 ou prevention@msaservices-poitou.fr</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 psychologie et des bénévoles de l'association. Renseignements 05 49 77 82 19</p>
<p>JEUX AIDANTS AIDES 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. Renseignements 05 49 77 82 19</p>
<p>BALADES CONVIVIALES France Alzheimer 79</p>	<p>Melle et ses alentours</p>	<p>Le 3ème jeudi du mois de 14h à 16h30. Balades autour de Melle animé par un bénévole de l'Association. Renseignements 05 49 77 82 19</p>

<p>GYM ADAPTEE France Alzheimer 79</p>	<p>Salle du Foyer Rural - Maison des Associations 32 rue du Maréchal Foch 79800 LA MOTHE ST HERAY</p>	<p>Tous les mercredis matin de 10h30 à 12h Gym adaptée aidants/aidés animé par un professionnel activité adaptée. Renseignements 05 49 77 82 19</p>
<p>GROUPE PAROLE (Association de parkinsonniens)</p>	<p>Salle du conseil municipal 79500 ST LEGER DE LA MARTINIÈRE</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 Parkinson. présence d'une psychologue pendant 1h. Organisé par l'association des parkinsonniens des Deux-Sèvres. Inscription : 05 49 27 10 68.</p>
<p>CAFE RENCONTRE BEN'AISE EHPAD Les 3 cigognes</p>	<p>Maison des Arts (sous réseve actualité COVID) 79170 BRIOUX-SUR- BOUTONNE</p>	<p>Tous les 3ème jeudi du mois de 14h30 à 16h30 Café rencontre pour les aidants et aidés. Atelier animé par la psychologue de l'EHPAD de Brioux et l'animatrice de l'Accueil de jour. Atelier aidants/aidés Tel : 05 49 07 50 99</p>
<p>S'EXPRIMER POUR REBONDIR Ehpad les Babelottes</p>	<p>EHPAD Les Babelottes 79370 MOUGON</p>	<p>Atelier pour binômes " aidant-aidé " vivant à domicile : partage, soutien, écoute, convivialité, répit. De 14h à 16h30 : groupe de parole pour les aidants, activités pour les aidés suivi d'un goûter convivial partagé. Gratuit sur inscription. Renseignement au 05 49 05 88 69</p>
<p>AIDANT, LE TEMPS D'UNE PAUSE Plateforme de répit Sud deux Sèvres Appui&Vous Sud Deux Sèvres</p>	<p>lieu à venir Mellois en poitou</p>	<p>Cycle d'ateliers de bien être et santé liant les trois niveaux de santé : physique, psychologique et sociale. 12 séances sur 4 mois - Possibilité de suppléance de l'aidant et solution à la mobilité Renseignement 05 49 29 79 79</p>

<p>TANGO PARTAGE Plateforme de répit Sud Deux Sèvres et Resanté Vous</p>	<p>lieu à venir Mellois en poitou</p>	<p>Cycle d'ateliers d'activité physique adaptée sur la base de la danse "Tango" pour aidants/aidés dans le cadre d'une approche non médicamenteuse. Renseignements 05 49 29 79 79</p>
<p>Réseau de Bénévoles Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres/CIF-SP/MSA Poitou</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 05 49 29 79 79</p>
<p>Action de lutte contre l'isolement "SENIORS ET ALORS" Association Appui&Vous Sud Deux-Sèvres</p>	<p>CHEF BOUTONNE : <i>Hôtel Restaurant Les Voyageurs</i> MELLE : <i>Café Restaurant Les Glycines</i></p>	<p>1 rencontre par trimestre 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>ENTOUR'ÂGES</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>

ACTI DUO ADMR 79 et Resantez vous	ADMR CHEF BOUTONNE et BRIOUX	Intervention payante à domicile par une salariée ADMR formée. Séance de 1/2 heure pour réaliser une activité physique douce régulière pour maintenir de bonnes capacités physiques. Un seul objectif: le bien être. Renseignements 05 49 09 17 55
AG'ILITE ADMR 79	ADMR CHEF BOUTONNE et BRIOUX	Des solutions pour aidants et les aidés pour un accompagnement personnalisé et adapté en fonction de chaque situation (ex : organisation du quotidien...) Service payant, renseignements au 05 49 09 17 55



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

Actualisation : document mis à jour le 24-01-2022

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 évènements, le port du masque est obligatoire .
 Merci de respecter les gestes barrières.

