
AGENDA SENIORS ET AIDANTS DE LA VIENNE

Espace info seniors — Pôle Gériatrie CHU de Poitiers
05 49 44 34 40—ariane.becker@chu-poitiers.fr



[Accompagnement des Malades](#)

[Accompagnement des Aidants](#)

[Actions de prévention sur le territoire](#)

[Rompre l'isolement et créer du lien social](#)

[Rencontres et formations pour les professionnels
et les bénévoles](#)

[Contacts utiles](#)



ACCOMPAGNEMENT

MALADES

Gratuit

TAP - Scène
nationale

Jeudi 28 novembre | 18h
Conférence musicale

Musique & cerveau

Emmanuel Bigand &
Orchestre de Chambre
Nouvelle-Aquitaine

Conférence musicale

Les effets de la musique sur le cerveau



Proposée dans le cadre des 10 ans du parcours Moments musicaux partagés par l'Orchestre de Chambre Nouvelle-Aquitaine et le pôle gériatrie du CHU de Poitiers, en partenariat avec le TAP.

avec **Emmanuel Bigand**

professeur de psychologie cognitive à l'Institut Universitaire de France
rattaché au Laboratoire CNRS LEAD de l'Université de Bourgogne

et les musiciens de l'Orchestre de Chambre Nouvelle-Aquitaine

Catherine Roux - Violon | Charles Quentin de Gromard - Violon |
Christine Tessier - Alto

Jeudi 28 novembre | 18h

TAP - Plateau b | gratuit

Quels sont les effets de la musique sur le cerveau ? Réussite scolaire, prise en charge des pathologies cérébrales, lutte contre le vieillissement cognitif, bien-être et épanouissement au travail... le professeur et musicien Emmanuel Bigand explore toutes ces facettes sous la forme d'une conférence musicale, avec la complicité des musiciens de l'OCNA.

Sur réservation :

05 49 55 91 10

contact@ocna.fr



Les Moments musicaux partagés fêtent leurs 10 ans !

Depuis 10 ans, l'OCNA, en partenariat avec le pôle gériatrie du CHU de Poitiers et le TAP, met en place le projet Moments Musicaux Partagés, une parenthèse pour les personnes atteintes d'Alzheimer et leurs aidants. Offrir aux malades et à leurs proches des représentations musicales de haut niveau permet de les sortir de l'isolement et de retrouver le chemin vers les lieux culturels.

cercle

CRESCENDO



Soutenez cette initiative et nos autres actions grâce à votre don : rendez-vous sur www.ocna.fr



L'Association France Alzheimer Vienne déploie un soutien aux familles proches de personnes malades Alzheimer.

Elle propose des entretiens téléphoniques gratuits avec une équipe de bénévoles formés pour leur apporter soutien, lien social et réconfort.

Contactez le 05 49 43 26 70.

Prochaine formation des aidants à POITIERS à partir du 13 novembre

Réunions info familles : à Montmorillon (CHU) le 2^{ème} mercredi du mois à 14h/ à Poitiers le 3^{ème} jeudi du mois à 15h à Maillol et à Châtelleraut les 3^{èmes} vendredis du mois à 14h au CCAS

Atelier relaxation multi-sensorielle : à Poitiers– Escale des aidants PFR les 7 novembre et 5 décembre

Atelier à médiation artistique, ateliers Vivre avec la maladie

Halte-relais : restaurant l'Atelier à Poitiers le 8 novembre / à Chauvigny le 6 novembre /à Montmorillon le 6 novembre/ à Brigueuil le Chantre le 4 décembre

Café mémoire : à Poitiers à 15h le 25 novembre/ à Châtelleraut à 15h le 8 novembre

Groupes de paroles : à Poitiers à l'Escale des aidants / à Lussac les châteaux le 1^{er} vendredi du mois à 14h et à Châtelleraut les 1ers vendredis du mois (1 mois sur 2), à Lusignan les 29 octobre, 26 novembre et 17 décembre

Resto mémoire avec le groupe Entr'aidants :

Repas convivialité pour les aidants : à Châtelleraut / à Poitiers / Lussac les châteaux

Ateliers pour les malades : médiation artistique et **Vivre avec la maladie** :

Permanence de l'association pour les familles : à Châtelleraut – espace des usagers de l'hôpital – les 2^{èmes} vendredis du mois de 9h à 12h et les 4^{èmes} vendredis du mois de 14h à 17h/ à la CPTS de Châtelleraut les 3^{èmes} jeudis du mois à 14h / à Chauvigny le 2^{ème} vendredi du mois de 9h30 à 11h30

Journée des aidants et des aidés : à Lussac les châteaux et à Chauvigny

Nouveau ! Sophrologie pour les aidants : à Châtelleraut

Nouveau ! Médiation animale Equithérapie: à la Roche Posay le 9 novembre



Ateliers « Ecriture »

Poitiers
CAC Couronneries
37 rue P. de Coubertin
2 mardis par mois
De 14h30 à 15h30

Châtelleraut
Salle la Grange Leclerc
21 rue abbé Lalanne
2 mardis par mois
De 11h00 à 12h00

Espace Jeunes Parkinsoniens

Chasseneuil du Poitou
Salle Espace Social
3e jeudi du mois de 12h00 à 13h30
Contact: 06 64 81 18 53 et ligne écoute

Rencontres mensuelles

Sauf vacances scolaires

Châtelleraut
CCAS 5 rue Madame
Le 4e lundi du mois
de 15h00 à 17h00
Contacts: 06 86 37 33 00
ou 06 83 93 25 98

Buxerolles
Maison des Projets
Le 1er jeudi du mois
de 14h00 à 16h00
Contacts: 06 86 37 33 00
ou 06 81 35 34 03



Chaque pas est une conquête

Ateliers Equilibre

Sauf vacances scolaires

Châtelleraut

Dojo du Lycée du Verger
14 rue Jean Pidoux
Le Vendredi
1er Groupe de 14h00 à 15h00
2e Groupe de 15h10 à 16h10
3e Groupe de 16h20 à 17h20

Poitiers

Salle la Croix Beaulieu
10 boulevard Savary
Le Vendredi
1er Groupe de 14h00 à 15h00
2e Groupe de 15h10 à 16h15

Chauvigny

Dojo complexe sportif Peuron
Chauvigny
Le lundi
de 15h30 à 16h30

Montmorillon

Dojo complexe sportif
Jean Guillot
Le vendredi
de 11h00 à 12h00

Gençay

Salle du Château d'Eau
Place Champ de Foire Gençay
Le lundi
de 15h45 à 16h45

Civray

Salle de la « Récré »
5 rue Henri Dunant
Le jeudi
de 11h15 à 12h15

vienn@comite-epgv.fr Isabelle REDUREAU ☎: 06 47 49 30 78



Marche Nordique

Sauf vacances scolaires

Poitiers Parc floral la Roseaie
Le jeudi de 14h00 à 15h00
Contact: Camille 06 83 46 22 13



FRANCE
PARKINSON

COMITE DE LA VIENNE

☎ comite86@franceparkinson.fr

👤 Chantal PUISSESSEAU

☎ 06 86 37 33 00

👤 André MAGNAN

☎ 06 83 93 25 98

👤 Marie-Paule DAUTEL

☎ 06 81 35 34 03



ESPACE JEUNES PARKINSONIENS

☎ 06 64 81 18 53

☎ cafejp86@franceparkinson.fr



Yoga relaxation

Buxerolles Maison des Projets

48 avenue de la Liberté
Le mercredi de 10h30 à 11h30



Atelier Chant

Poitiers Le Clos des Rocs
76 boulevard des Rocs
Le lundi de 14h30 à 15h30



Qi Gong

Châtelleraut salle de la Gornière
2-4 rue Léon Petit
Mardi de 15h30 à 16h30



Jeux de société

Buxerolles Maison des Projets
48 avenue de la Liberté
3e jeudi. De 15h à 18h
Contact 06 33 28 16 35





NE RESTEZ PAS SEUL FACE A LA MALADIE DE PARKINSON

GYM « Equilibre et Posture » : (EPGV : Isabelle REDUREAU : 06 47 49 30 78)

- **POITIERS** : Les vendredis à partir de 14h00 à la salle La Croix Beaulieu, 10 boulevard Savary.
- **CHÂTELLERAULT** : Les vendredis à partir de 14h00 au dojo du lycée du Verger, 14 rue Jean Pidoux.
- **CHAUVIGNY** : Les Lundis de 15h30 à 16h30 au dojo complexe sportif du Peuron.
- **CIVRAY** : les Jeudis de 11h15 à 12h15 salle de « la récré » : 5 rue Henri Dunant.
- **MONTMORILLON** : Les vendredis de 11h00 à 12h00, au dojo complexe sportif Jean Guillot, rue St Nicolas.
- **GENCAY** : les lundis de 15h45 à 16h45. Salle du château d'eau, place du champ de foire.

YOGA « relaxation » :

- **BUXEROLLES** : Tous les Mercredis de 10h30 à 11h30, à la Maison des Projets, 48 avenue de la Liberté.

Marche Nordique :

- **POITIERS** : Tous les jeudis de 14h00 à 15h00 au Parc Floral de la Roseraie, 11 rue Salvador Allende.
Contact : Camille (06 83 46 22 13).

Atelier « Ecriture » :

- **CHÂTELLERAULT** : Les mardis tous les quinze jours de 11h à 12h. « salle la grange Leclerc » 21 rue de l'abbé Lalanne.
- **POITIERS** : Les mardis tous les quinze jours de 14h30 à 15h30. CAC Couronneries, 37 rue Pierre de Coubertin.

QI-GONG :

- **CHÂTELLERAULT** : Tous les Mardis de 15h30 à 16h30 à la salle « La Gornière » 2-4 rue Léon Petit.

Atelier « Chant » :

- **POITIERS** : Les lundis de 14h30 à 15h30 « le clos des Rocs » - 76 boulevard des Rocs.

Venez nombreux ! Et profitez d'un temps de détente partagé. Cet atelier est à la fois un temps de loisirs et une véritable activité thérapeutique.

Jeux de société :

- **BUXEROLLES** : le 3ème jeudi du mois de 15h à 18h à la Maison des Projets.

Contact : 06 33 28 16 35.

Les Réunions-Rencontre Mensuelles :

- **BUXEROLLES** : 1^{er} Jeudi du mois de 14h00 à 16h00 (Maison de Projets)

Contact : 06 86 37 33 00 - ou - 06 81 35 34 03.

- **CHATELLERAULT** : 4^{ème} Lundi du mois de 15h00 à 17h00. CCAS 5 rue Madame.

Contact : 06 86 37 33 00 - ou - 06 83 93 25 98.

Les Réunions-Rencontre Mensuelles des Cafés Jeunes Parkinson :

- **CHASSENEUIL du Poitou** : 3^{ème} Jeudi du mois de 12h15 à 13h45. (salle de l'Espace Social)

Contact : 06 64 81 18 53 et ligne Ecoute.

Chantal PUISSESSEAU Déléguée Bénévole de la Vienne

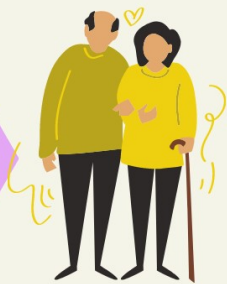
06.86.37.33.00

Comite86@franceparkinson.fr

ACCOMPAGNEMENT AIDANTS

**Vous aidez un proche
atteint d'une maladie neuro-évolutive ?
AIDANTS, les Plateformes de répit sont là POUR VOUS !
www.soutenirlesaidants.fr**

Maladies
d'Alzheimer,
de Parkinson,
Sclérose en
plaques



INFORMATION

ÉCOUTE

CONSEILS



Accompagnement
Lien social
Activités adaptées



RÉPIT

RELAIS



DÉTENTE

CONVIVIALITE



Plateforme de répit
Nord Vienne
05 49 02 31 99

plateforme.repit@ccas-chatelleraut.fr



Plateforme de répit
Sud Vienne
06 25 91 24 98

f.joubert@escale-lacolline.fr

Lien pour télécharger **l'Agenda des aidants du Nord Vienne** de la Plateforme de répit et d'accompagnement des aidants :

file:///C:/Users/bruneau_b.GCTL/Downloads/Agenda%20des%20Aidants%20Nord%20Vienne%2046-2.pdf

Agenda des aidants Sud Vienne :

24/10/2024	CIF -SP	Atelier remue Méninge	Au Bruit du trapèze 8 route de Moulismes 86320 Persac	14h-15h30	Renseignements 05 49 37 07 78
25/10/2024	CIF - SP	Information employeur CESU	Salle de l'Escale 8, place de la Marne 86700 Couhé	14h-17h	Renseignements 05 49 37 07 78
29/10/2024	Relai Mélusin des aidants [PFR -ADMR -CCAS- Lusignan-FA- -AJ l'Escale	Temps d'échanges avec une psychologue (Possibilité d'accueil pour La personne aidée)	Salle Mélusine Place du Bail 86600 Lusignan	14h-16h30	Plateforme de Répit Françoise Joubert 06.25.91.24.98
29/10/2024	CIF- SP	Atelier Gym adaptée	Salle Jeanine Lampert 4 rue de la Vallée 86700 Valence en Poitou	14h30-16h30	Renseignements 05 49 37 07 78
31/10/2024	CIF-SP	Atelier sophrologie	Au Bruit du trapèze 8 route de Moulismes 86320 Persac	14h-15h30	Renseignements 05 49 37 07 78
Novembre 2024					
05/11/2024	CIF - SP	Atelier « Les Inoubliables » Recueil de récits	Salle de l'Escale 8, place de la Marne 86700 Couhé	14h30-16h	Renseignements 05 49 37 07 78
05/11/2024	Relai Mélusin des aidants [PFR -ADMR -CCAS- Lusignan-FA- -AJ l'Escale	Temps de relaxation avec sophrologue (Possibilité d'accueil pour La personne aidée)	Salle Raymondin Place du Bail 86600 Lusignan	14h-16h30	Plateforme de Répit Françoise Joubert 06.25.91.24.98



Programme des animations de
la **MAISON** *des*
entr' **AIDANTS**

LA MAISON DES ENTR'AIDANTS
86180 BUXEROLLES

06 09 51 80 67

Permanences téléphoniques du lundi au vendredi,
de 9h à 12h et de 14h à 17h
Accueil physique et visites à domicile sur RDV

*Vous veillez sur eux ?
Nous veillons sur vous...*



 **Buxerolles**
Centre Communal d'Action-Société



OCTOBRE

- **Jeudi 3 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Buxerolles avec la plateforme de répit.
- **Vendredi 4 octobre de 9h à 11h30** - Permanence Infos et droits.
- **Vendredi 4 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Bignoux.
- **Vendredi 4 octobre de 14h à 17h** - La parenthèse des aidants, les émotions 3.
- **Jeudi 10 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Buxerolles.
- **Jeudi 10 octobre de 16h à 17h** - Atelier Qi Gong.
- **Vendredi 11 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Bignoux.
- **Vendredi 11 octobre de 14h à 17h** - La parenthèse des aidants, Théâtre et pair-aidance.
- **Lundi 14 octobre de 15h à 16h30** - Préparation séjour Répit automne 2024.
- **Mercredi 16 octobre de 10h à 11h30** - Analyse des pratiques aidantes.
- **Jeudi 17 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Buxerolles avec France AVC 86.
- **Vendredi 18 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Bignoux.
- **Vendredi 18 octobre de 14h à 17h** - La parenthèse des aidants, Théâtre & pair-aidance.
- **Samedi 19 octobre de 15h30 à 18h** - Chant plaisir.
- **Mardi 22 octobre de 15h30 à 16h30** - Atelier sophrologie.
- **Jeudi 24 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Buxerolles.
- **Vendredi 25 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Bignoux.
- **Vendredi 25 octobre de 14h à 17h** - La parenthèse des aidants, atelier modelage.
- **Jeudi 31 octobre de 9h30 à 11h30** - La pause-café des aidants Buxerolles.
- **Jeudi 31 octobre de 14h30 à 16h30** - La pause-café des aidants Migné-Auxances.

LE RENDEZ-VOUS DES AIDANTS

Un temps convivial itinérant pour ceux qui accompagnent un proche en perte d'autonomie et/ou en situation de handicap.

16 janvier 2024 de 14h30 à 16h30, à la Salle Polyvalente de la Maison pour Tous, 10 Rue du Nouveau Brunswick, 86100 Châtelleraut : **Galette des rois et jeux de société**

22 mai 2024 de 12h à 16h, MFR d'Ingrandes, 1269 rue nationale, 86220 Ingrandes-sur-Vienne : **Pique-nique zéro déchet**

Décembre 2024 de 14h à 17h, à la MFR d'Ingrandes, 1269 rue nationale, 86220 Ingrandes-sur-Vienne : **Noël intergénérationnel**

02 avril 2024 de 14h30 à 16h30, Maison des associations, 1 avenue Jules Edouard Ménard, 86230 Saint-Gervais-les-Trois-Clochers : **Activité physique adaptée**

Septembre 2024 de 14h30 à 16h30, en attente du lieu de l'activité : **Balade gourmande**



13 Juin 2024 de 14h30 à 16h30, à la Ferme équestre naturelle des Grillaults, Plein Bois, 86270 La Roche-Posay : **Équithérapie**

06 octobre 2024 à 18h, Cinéma L'Etoile, 33 Grand'Rue, 86140 Lencloître : **Ciné-débat pour la journée nationale des aidants**

15 novembre 2024 de 14h30 à 16h30, à Salle de danse de l'Espace Sportif Dojo, Chemin de la Croix Bagot, 86210 Bonneuil-Matours : **Animation autour du chant et de la musique**

09 mars 2024 de 14h30 à 16h30, à la Salle Jean-Louis Dupuy, Rue des Blanchards, 86540 Thuré : **Yoga du rire**

13 février 2024 de 14h30 à 16h30, à la Salle Verte, Espace Couleurs, Place de la libération, 86210 Vouneuil-sur-Vienne : **Sophrologie**

Si besoin :

- Transport solidaire, covoiturage
- Accompagnement gratuit de l'aidé à domicile ou sur le lieu d'activité avec des professionnels le temps de l'action.

**Renseignements et inscription
auprès de l'association CIF-SP**

05 49 37 07 78



**CHU
Poitiers**

Besoin impérieux de souffler ou en cas de problème : pensez au répit d'urgence !

Le CASA propose un quota d'heure, pour pallier à des situations imprévues en cas d'hospitalisation non programmée de l'aidant, d'événement familial imprévu ou d'état de fatigue et besoin urgent de répit.

L'aidant ne paiera que 2,50 euros par heure sur le prix réel de la prestation, le CASA prenant le complément à sa charge.

Contact Collectif d'aide et de soutien aux aidants : 06 11 94 34 62

Vous aidez un proche
Atteint d'une maladie neuro-évolutive ou cancéreuse
La Plateforme de répit Sud Vienne
Vous propose :

Le répit à domicile
De 2h à 7h de temps de présence auprès de la
personne que vous accompagnez

Pour vous permettre de:
Prendre du temps pour vous,
À domicile ou à l'extérieur
Se rendre à un rendez-vous médical
5€/heure

05 32 09 08 64 06 25 91 24 98
f.joubert@escale-lacolline.fr
www.soutenirlesaidants.fr



L'Escale
ASSOCIATION
ACCUEIL, INSERTION, SOINS, AIDE À DOMICILE



ars
Agence Régionale de Santé
Nouvelle-Aquitaine



PREVENTION

MIEUX VIVRE À TOUT ÂGE

Un parcours de prévention pour les plus de 60 ans



Entre le 4 novembre et le 16 décembre 2024
la Vie la Santé - CHU de Poitiers - Site de la Milétrie

Cycle d'ateliers gratuit - sur inscription

Renseignements et inscriptions
05 45 44 48 18 // prevention@chu-poitiers.fr



PROGRAMME DES ATELIERS

VITALITÉ À TOUT ÂGE

Lundi 4 novembre, de 10h à 12h30

ÉQUILIBRE

Mardi 12 novembre, de 14h30 à 16h

ADAPTE TA POSTURE

Lundi 18 novembre, de 10h à 12h

LA MÉMOIRE, COMMENT ÇA MARCHE ?

Lundi 25 novembre, de 10h à 12h

ADAPTE TON LOGEMENT

Lundi 9 décembre, de 10h à 12h

LE PÉRINÉE, TOUTES CONCERNÉES

Vendredi 13 décembre, de 10h à 12h

MARCHE AVEC LES BÂTONS SUIVIE D'UN ATELIER CUISINE

Lundi 16 décembre, de 9h à 13h



MIEUX VIVRE À TOUT ÂGE

Un parcours de prévention pour les plus de 60 ans



Entre le 7 novembre et le 19 décembre 2024
Salle municipale Jules Ferry - Dangé Saint Romain

Cycle d'ateliers gratuit - sur inscription

Renseignements et inscriptions
05 45 44 48 18 // prevention@chu-poitiers.fr



PROGRAMME DES ATELIERS

VITALITÉ À TOUT ÂGE

Jeudi 7 novembre de 10h à 12h

LA MÉMOIRE, COMMENT ÇA MARCHE ?

Jeudi 14 novembre de 10h à 12h

ADAPTE TA POSTURE

Jeudi 21 novembre de 10h à 12h

ADAPTE TON LOGEMENT

Jeudi 28 novembre de 10h à 12h

LE PÉRINÉE, TOUTES CONCERNÉES

Jeudi 5 décembre de 10h à 12h

ÉQUILIBRE

Jeudi 12 décembre 10h30 à 12h

MARCHE AVEC LES BÂTONS SUIVIE D'UN ATELIER CUISINE

Jeudi 19 décembre de 9h à 13h



Ma Maison A'Venir

Des idées pour bien vieillir chez Moi !

à l'hôpital de Lusignan

Vendredi 8 novembre

10h-12h30 et 13h30-17h

Venez découvrir des « trucs et astuces » pour la vie de tous les jours et essayer des petits objets pratiques pour vivre sereinement à domicile. Des professionnels de santé seront présents pour vous conseiller. **Animation gratuite sans besoin de réservation.**



www.mamaisonavenir.fr

CHARENTE



ATELIERS PREVENTION MSA SERVICES (pour les 60 ans et +)

GRATUITS SUR INSCRIPTION 05 49 44 56 36

Atelier Objectif Equilibre le 5 décembre à 9h15 à THURAGEAU

Atelier Autonomie numérique sur tablette

le 24 octobre à MONCONTOUR

le 12 novembre à 10h à POITIERS

Atelier Nutri'Active le 6 novembre à 10h à ANTRAN

Atelier Sommeil le 7 novembre à 9h30 à MONTMORILLON

Atelier Cap Bien être le 19 novembre à 14h à CHERVES

Atelier Cap Bien être le 21 novembre à 14h à CELLE L'EVESCAULT

Atelier Préservons-nous le 21 novembre à 9h30 à JAUNAY MARIGNY



"LE SOMMEIL ET VOUS"

*Un évènement exceptionnel
à ne pas rater*

Le service prévention de la **mutuelle VIASANTÉ** vous invite à participer à une pause santé pour apprendre à se reposer.

MARDI 5 NOVEMBRE À 14H00

dans votre résidence services seniors **DOMITYS**
La Clef des champs à **POITIERS**

pour une demi-journée dédiée au bien-dormir.

Au programme : un **webinar** suivi d'**ateliers**
et **initiations** sur le bien-être et le sommeil.

ACCÈS GRATUIT - PLACES LIMITÉES

 **DOMITYS**
vivre l'esprit libre
GRUPE
AG2R LA MONDIALE



CHU
Poitiers

FORUM AYEZ LES BONS REFLEXES MES DROITS EN TANT QUE SENIOR

Ouvert à toute personne de 60 ans et plus

JEUDI 07 NOVEMBRE 2024
DE 9H00 À 17H00

ESPACE FRANÇOIS RABELAIS
1 place Abbé Bonnin
86250 SMARVES

Théâtre
Conférences
Temps d'échanges

FORUM GRATUIT

Inscription obligatoire avant le 31 octobre

 www.msaservices-poitou.fr

 05 49 44 56 32

 prevention@msaservices-poitou.fr

msa
SERVICES
POITOU
Voire partenaires
professionnels

 **CHU**
Poitiers

PROGRAMME DE LA JOURNEE

Horaires indicatifs

9h00	Ouverture des portes
9h00 / 9h30	Accueil des participants
9h30	Introduction politique et présentation de la journée
9h45	Débat théâtral « Droits devant ! Oui mais vers qui se tourner ? » avec la compagnie Entrées de Jeu
PAUSE	
11h30	Conférence et échanges « accès aux droits : veuvage, fragilité et autonomie » animés par la CARSAT, l'AGIRC ARRCO et Vienne Autonomie Conseils
12h30	Déjeuner sur place (pique-nique tiré du sac – café offert) Visite des stands
13h45	Conférences et échanges : <ul style="list-style-type: none">- de la Chambre interdépartementale des notaires d'Atlantique-Poitou sur la « protection juridique, transmission et anticipation successorale »- de la Gendarmerie Nationale sur la « protection contre les arnaques à domicile et en ligne » / Présentation de l'Association Indépendante des Consommateurs
PAUSE	
16h15	Ateliers (1 au choix) : <ul style="list-style-type: none">- protection numérique (sur tablette)- aménagement de l'habitat (SOLIHA)- le droit en question (CDAD)
17h00	Présentation des ateliers de suite, convivialité et clôture

Pour tout renseignement, contactez-nous au 05 86 98 01 86

ou par mail : contact@msaservices-poitou.fr

www.msaservices-poitou.fr



FORUMS CAP BIEN-ÊTRE !

Des clés pour bien vieillir



Mardi 19 novembre 2024

De 9h à 17h
Salle des fêtes
2, place du 11 Novembre
86490 BEAUMONT SAINT-CYR

Jeudi 21 novembre 2024

De 9h à 17h
Salle des fêtes
2, place de Gomelange
86320 CIVAUX

Gratuit sur inscription

Pour toute personne de 60 ans et plus

Le matin

Spectacle musical

"Une nouvelle saison" de la Compagnie Vol de Nuit

Conférence

"Bien vivre pour mieux vieillir" avec l'intervention du docteur Gérard SIMON

L'après-midi

Prévoir une tenue décontractée

Ateliers découverte

Gym adaptée - Sophrologie
Musicothérapie - Gestion des émotions
Qj GONG (Beaumont St-Cyr)

Stands et animations en accès libre

Espace détente (massage mains et pieds)
Informations générales - Loisirs
Prévention Santé - Quiz tombola

Places limitées, inscription obligatoire avant le **12 novembre 2024**

Au **05 49 44 56 36**

Par mail à : contact@msaservices-poitou.fr

Prévoir son pique-nique



**21 NOV.
2024**

*Aux Salons de Blossac,
9 Rue De La Tranchée,
86000 Poitiers*

COLLOQUE

LIBRE CHOIX DES PERSONNES ÂGÉES : "mythes et réalités"

Face aux inégalités sociales et au regard de notre société sur le vieillissement, jusqu'où peut-on parler de liberté dans les choix fondamentaux ?

Avec des intervenants universitaires, associatifs, professionnels de la santé et du social, nous discutons des différents aspects de la vie afin de s'approprier et de se réapproprier ses « choix » en vieillissant.

Inscription obligatoire
06 12 69 25 18
recherche@cif-sp.org



Formulaire
d'inscription

GRATUIT ET OUVERT À TOUS.

Retrouvez le programme sur :
www.cif-sp.org

**KLÉSIA
Mut'**

ccas
Centre Communal
d'Action Sociale
de Poitiers

**CHU
Poitiers**

**Université
de Poitiers**

ouicare®

**Or
Gris**

Qualité

Ne pas jeter sur la voie publique. PrintClick, imprimerie en ligne, 229 Rue de Seysses, 31200 Toulouse. Cif-SP, Solidaires entre les Âges, SIRET : 49269087000042

**CHU
Poitiers**

ROMPRE L'ISOLEMENT



CONSEILLER NUMÉRIQUE France services

FRANCE RELANCE

Le numérique r t s!

Faciliter l'usage d'Internet et rendre accessibles les outils numériques

Service gratuit

Les conseillers numériques vous accompagnent !

Opération soutenue par l'État dans le cadre du dispositif Conseiller numérique France Services - conseiller-numerique-gouv.fr

Appelez le **05 67 802 222** (coût d'un appel local) pour connaître le conseiller numérique le plus proche de chez vous du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. (possibilité de laisser un message)

la vienne

DÉMARCHES
ADMINISTRATIVES...

CifEsp
SOLIDAIRES ENTRE LES ÂGES


BESOIN D'AIDE ?

Retrouvez Clotilde tous les 15 jours, le jeudi de 10h30 à 11h30, pour vous accompagner dans vos démarches !

À partir du jeudi 12 septembre 2024 à Beaulieu !

CAF. CPAM. IMPÔTS. CARTE DE BUS. FRANCE TRAVAIL...

Renseignements au **05 49 37 07 78** 

au 9 place des Templiers 
86000 Poitiers

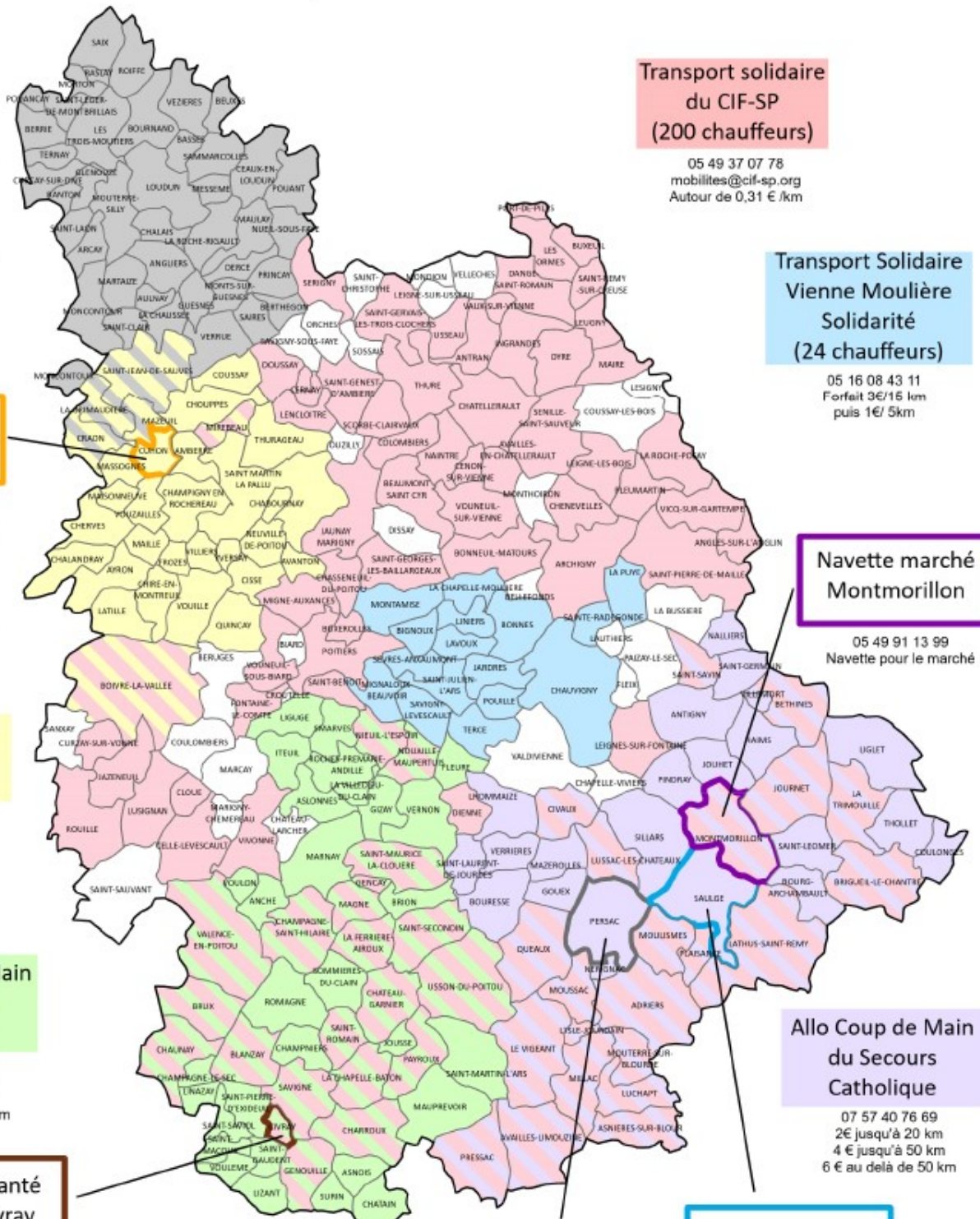
GRATUIT



Ne pas jeter sur la voie publique. PrintOClock, imprimerie en ligne, 229 Rte de Seysses, 31000 Toulouse. Cif-SP Solidaires entre les âges, SIRET : 49269087000042



Les réseaux de transport solidaire sur le Département de la Vienne



T'Solidaire par Dynamob (18 chauffeurs)
 Communauté de communes du Loudunais
 05 49 22 72 16
 06 17 74 21 27
 dynamob@yahoo.fr
 0,4€/ km

Transport solidaire du CIF-SP (200 chauffeurs)
 05 49 37 07 78
 mobilites@cif-sp.org
 Autour de 0,31 € /km

Transport Solidaire Vienne Moulière Solidarité (24 chauffeurs)
 05 16 08 43 11
 Forfait 3€/15 km
 puis 1€/ 5km

Service Senior Cuhon
 Commune de Cuhon
 05 49 60 01 04
 Navette pour Mirebeau



Communes couvertes par Allo Coup de Main et T'Solidaire

Navette marché Montmorillon
 05 49 91 13 99
 Navette pour le marché

Allo Coup de Main du Secours Catholique
 07 86 65 94 32
 2€ jusqu'à 20 km
 4 € jusqu'à 50 km
 6 € au delà de 50 km

Allo Coup de Main du Secours Catholique
 07 57 40 76 69
 2€ jusqu'à 20 km
 4 € jusqu'à 50 km
 6 € au delà de 50 km

Transport Santé Seniors Civray
 05 49 87 00 49
 Uniquement santé

Véhicule communal Persac
 05 49 48 47 15
 interne à Persac

Transport solidaire de Saulgé
 06 04 45 96 82


 Communes couvertes par Allo Coup de Main et le CIF-SP

Le CIF-SP bénéficie des soutiens de la CU de Grand Poitiers pour développer le service sur l'ensemble de l'agglomération (hors communes de Vienne Moulière Solidarité), ainsi que des CA de Grand Châtelleraut, Vienne et Gartempe et du Civraisien-en-Poitou





Les réseaux de visites conviviales à domicile sur le Département de la Vienne

Un Moment Ensemble (collectif)

Communauté de communes du Loudunais
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

Part'âge en Haut-Poitou (collectif)

Communauté de communes du Haut Poitou
05 49 06 72 66
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

Bien Vieillir aux Trois Cités

Quartier des Trois Cités
Poitiers
05 49 01 29 97

Réseau de visites du CIF-SP

Communauté Urbaine de Grand Poitiers
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

L'Instant Convivial (collectif)

Communauté de communes du Civraisien en Poitou
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

P'tite Causerie (collectif)

Communauté d'Agglomération du Grand Châtellerault
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

Mairie de Bellefonds

Commune de Bellefonds
05 49 85 23 22

Tiss'âge (collectif)

Communauté de communes Vienne et Gartempe
05 49 37 07 78
monalisa@cif-sp.org

CCAS de Valdivienne

Commune de Valdivienne
05 49 56 30 26

Société Saint Vincent de Paul

Tout le département
08 62 86 23 27
cd86-stvincentdepaul@laposte.net

JALMALV

(Jusqu'à la Mort
Accompagner la Vie)
Tout le département
05 49 48 90 71
jalmalvpoitiers@gmail.com

Fondation Claude Pompidou

Tout le département
05 49 60 22 79
07 83 43 05 45
poitiers@fondationclaudepompidou.fr

Source : CIF-SP
Réalisation DGAS Stats, Novembre 2021

0 5 10 20 Kilomètres



ENVIE DE PARTAGER ? ÉCHANGER ?



LE CIF-SP, SOLIDAIRES ENTRE LES ÂGES VOUS INVITE AUX ATELIERS BIEN-ÊTRE !

Les ateliers sont gratuits et ouverts à tous. Intervenants professionnels. Transport solidaire possible.

Salle des fêtes, 11 rue du stade, 86150 QUEAUX

Bal Musette de 14h00 à 18h00

Vous avez envie de danser, d'échanger, de rencontrer de nouvelles personnes dans un cadre adapté, festif et convivial ?

- jeudi 03 octobre

MJC champs libre, Grand Rue du Pont, 86150 L'ISLE JOURDAIN

Yoga sur chaise de 10h00 à 11h30

Pratiqué assis et adapté aux personnes à mobilité réduite, ce type de yoga améliore la souplesse, la force et le bien-être mental.

- vendredis 27 septembre, 04 et 11 octobre

Ateliers Gym adaptée de 14h00 à 15h30

Développez votre force musculaire, votre équilibre et votre flexibilité grâce à des exercices adaptés aux besoins de chacun.

- vendredi 18 octobre

Le Bruit du trapèze, 8 route de Moulismes, 86320 PERSAC

Ateliers remue ménage de 14h à 15h30

Véritable gymnastique de l'esprit, cet atelier stimule des différentes sphères cognitives comme l'attention, la mémoire, les fonctions exécutives.

- jeudis 24 octobre, 14 et 28 novembre

Ateliers Sophrologie de 14h00 à 15h30

Techniques de relaxation, de respiration et de visualisation positive visant à favoriser le bien-être et gérer le stress.

- jeudis 31 octobre, 07 et 21 novembre

Rencontre expert sommeil de 14h00 à 15h30

Cet atelier vous donne des techniques et méthodes efficaces pour prendre en main les différents troubles du sommeil.

- jeudi 05 décembre

Rencontre Infirmière test Icope de 14h00 à 15h30

Ce test ludique s'appuie sur l'évaluation des 6 grandes fonctions déterminantes pour l'autonomie des personnes afin de trouver des solutions adaptées à chaque situation.

- jeudi 12 décembre

Renseignements et inscriptions :

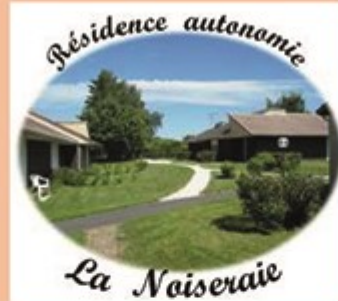
05 49 37 07 78 ou 06 12 39 46 72



Cofinancé par l'Union européenne



RÉSIDENCE AUTONOMIE LA NOISERAIE
A LUSSAC-LES-CHATEAUX



ANIMATION OUVERTE À TOUS
LE MARDI 22 OCTOBRE À 15H
JEU DE MÉMOIRE VISUELLE



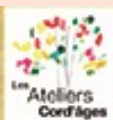
Inscriptions et Renseignements au 05 49 84 90 95
Suite à l'animation un goûter convivial sera servi

PROGRAMME OCTOBRE

05 86 98 02 00
15 allée de la providence
86000 poitiers
atelierscordages18@gmail.com



	MATIN DE 10H00 À 12H00	APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30	SOIRÉE
LUNDI 28	 Gym douce	13h30 Fête halloween chez Sylvain et Christelle	
MARDI 29		Equipe au travail Fermé au public	
MERCREDI 30	 Marche bien-être	 Massages	16h00-17h00 Gym douce 
JEUDI 31	 Marche active	 Activité Physique Adaptée	



Calendrier Club des z'aimants

OCTOBRE 2024

 **LUNDI
MOTIVATION**

 **MARDI
JOUR DE LA
GRATITUDE**

 **MERCREDI DU
BIEN-ÊTRE**

 **JEUDI DE LA
PENSÉE**

 **VENDREDI DU
BIEN-ÊTRE**

N'ATTENDS PAS L'INSTANT PARFAIT,
SAISIS L'INSTANT
ET RENDS LE PARFAIT



23/10 : massage
30/10 : massage



04/10: 14h00 aux AC ou 14h30 à Château
Fromage: Yoga des Zaimants
11/10: 14h00 aux AC ou 14h30 à Nieul
l'Espoir: Gym des Zaimants
25/10: 14h00 aux AC ou 14h30 à Chateau
Fromage, atelier de l'intime avec
Philippe.

SORTIES CULTURELLES / NOUVEAUTÉS

- Jeudi 17, 19h30 aux AC, Ateliers Cord'âges, spectacle à la Blaiserie: Thomas Sidibé, nous invite à chanter et danser l'Afrique.

du 21 au 25 octobre

LUNDI 21

14h - 17h : Scrabble avec Génération Mouvement

JEUDI 24

14h - 17h : Jeux de société libres

MARDI 22

14h - 17h : Jeux de société libres

14h30 - 15h30 : Atelier gym à l'EHPAD (sur inscription, possibilité de transport)

VENDREDI 25

10h - 12h : Balade à Vouillé

12h - 14h : Déjeunons ensemble à la pizzeria la Partenza à Vouillé (sur inscription avant le 18 oct)

14h - 17h : Jeux de société libres

MERCREDI 23

11h - 12h : Eveil musculaire

14h - 17h : Jeux de société libres

Espace de l'Auxance

13 Clos de la Tour du Poêle 86190 Vouillé

05.49.50.28.22 - 06.31.12.00.26

du 28 octobre au 1er novembre

LUNDI 28

14h - 17h : Scrabble avec Génération Mouvement

JEUDI 31

14h - 17h : Jeux de société libres

MARDI 29

14h - 17h : Jeux de société libres

14h30 - 15h30 : Atelier gym à l'EHPAD (sur inscription, possibilité de transport)

VENDREDI 1ER

FÉRIÉ - NOUS SOMMES FERMÉS

MERCREDI 30

11h - 12h : Eveil musculaire

14h - 17h : Jeux de société libres

Espace de l'Auxance

13 Clos de la Tour du Poêle 86190 Vouillé

05.49.50.28.22 - 06.31.12.00.26

RENCONTRES PROFESSIONNELLS ET BENEVOLES

ATELIERS REDACTION DIRECTIVES ANTICIPÉES POUR LES PROS



CIRDA



Cellule d'Information et
de Recueil des Directives Anticipées

Dans les locaux de la CPTS
22 Bd Aristide Briand,
Châtellerault



Former les professionnels de la santé sur les directives anticipées
et comment les aborder avec les usagers

LUNDI 23 SEPTEMBRE

12H À 14H : PHARMACIENS
14H À 16H : INFIRMIERS

LUNDI 21 OCTOBRE

12H À 14H : INFIRMIER
14H À 16H : KINÉSITHÉRAPEUTES

LUNDI 18 NOVEMBRE

12H À 14H : MÉDECINS
GÉNÉRALISTES
14H À 16H : PHARMACIENS

LUNDI 25 NOVEMBRE

12H À 14H : KINÉSITHÉRAPEUTES
14H À 16H : MÉDECINS
GÉNÉRALISTES

LUNDI 16 DECEMBRE

12H À 14H : TOUT PROFESSIONNEL
14H À 16H : TOUT PROFESSIONNEL



Inscrivez vous



CIRDA
05 16 60 40 23 - poste 14 023
cirda@chu-poitiers.fr

Madame Estelle Amiot,
infirmière référente



FORMATIONS SENTINELLES

REPÉRAGE PRÉCOCE DU RISQUE SUICIDAIRE

**2ÈME SEMESTRE
2024**

19-20 septembre

SAINT AUBIN DU PLAIN (79)

8-9 octobre

LIGUGÉ (86)

14-15 octobre

LA CHAPELLE BATON (86)

24-25 octobre

SAINT VARENT (79)

18-19 novembre

SAINT SAVIN (86)

21-22 novembre

MAUZÉ SUR LE MIGNON (79)

25-26 novembre


PARTHENAY (79)

9-10 décembre

CHATELLERAULT (86)

RéTS 

LE RÉSEAU TERRITORIAL DE SENTINELLES
EN PRÉVENTION DU SUICIDE EN POITOU


Œuvrer ensemble pour favoriser
le repérage précoce du risque
suicidaire et plus largement pour
promouvoir la santé mentale



QUI PEUT DEVENIR SENTINELLE ?

Toute personne souhaitant
s'engager dans la prévention de la
souffrance psychique et la
promotion de la santé mentale

CONTACT

 coordination.rets@asept-poitou.fr

 05 49 44 89 67

CONTACTS UTILES

**Maisons départementales des solidarités /
Direction générale adjointe des solidarités :
05 49 45 90 45**

Vienne infos sociales : 05 49 45 97 77

**Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants
Nord Vienne : 05 49 02 31 99**

**Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants
Sud Vienne : 05 32 09 08 64 ou 06 25 91 24 98**

Dispositif d'appui à la coordination : 0809 109 109

Espace information seniors : 05 49 44 34 40

