

**ATELIERS ET DISPOSITIFS
GRATUITS
RÉSERVÉS AUX + DE 60 ANS**



Les différentes séances et dispositifs ont lieu
à l'EHPAD Le Clos du Parc
9 rue du Clos - 37210 Vernou sur Brenne

filbleu

Ligne du bus Fil Bleu 54
arrêt "Le Clos"



Navette possible pour les
vernadiens
uniquement pour les
séances de sport adapté -
sur demande

Pour tout **renseignement et inscription** :
Tel : **02.47.62.70.70** ou par mail à l'adresse
accueil@ehpadleclos-duparc.fr

Les ateliers de conseils diététiques

animés par C. Poizat, diététicienne



Un atelier trimestriel de conseils diététiques pour allier santé et plaisir au quotidien guidé par Chloé Poizat, diététicienne.

Décrypter les étiquettes nutritionnelles

Ingrédients, nutriscores, valeurs nutritionnelles, etc...



Vendredi 05 juin 2026 à 14h30
Sur inscription



Le petit-déjeuner équilibré
Vendredi 25 septembre 2026 à 9h
Sur inscription



Les alternatives végétales
Vendredi 27 novembre 2026 à 14h30
Sur inscription

Le café des aidants

animé par S. Pauly Mazurelle, psychologue



Une séance de 2h, en petit groupe dans un espace favorisant le libre échange entre aidants, animées par Soizic Pauly Mazurelle, psychologue spécialisée en gériatrie.

Le thème sera proposé par l'encadrante selon les besoins du groupe.



Samedi 30/05/2026 de 14h à 16h
Sur inscription



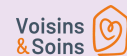
Les séances de sport adapté

Une séance hebdomadaire d'1h de sport santé adapté à tous et à toutes les pathologies. Les séances sont encadrées par des éducateurs sportifs spécialisés.



Tous les lundis de 14h à 15h
(hors vacances scolaires de Noël et fériés)
Sans inscription

Les conférences et ateliers de santé publique



Par l'association Voisins et Soins

Comprendre la fin de vie et ses différentes phases avec ses signes d'aggravation

Avoir des repères et s'y préparer
Approche en binôme avec la psychologue



Jeudi 07 mai 2026 à 14h
Sur inscription

Accompagner sans s'épuiser, prendre soin pour les aidants



Jeudi 15 octobre 2026 à 14h
Sur inscription



Par l'association Passerelle Assist'aidant

Atelier Do In Shiatsu

par Fabienne Morisset



Vendredi 05 juin 2026 à 17h
Sur inscription

Comment soulager le quotidien des proches aidants ?

Des pratiques adaptées à chaque situation



Vendredi 18 septembre 2026 à 17h
Sur inscription

Les ateliers de bien-être

avec Catherine Maurot, socio-esthéticienne



Une séance de détente et de bien-être, pour se ressourcer entre aidant et aidé.

**Massages, soins des mains, relaxation
en individuel et en binôme**



Gouter convivial
OFFERT



Samedi 13 juin 2026 de 14h30 à 17h
Sur inscription