

Des dispositifs ouverts et gratuits aux personnes de + de 60 ans de la communauté de communes Touraine Est Vallées

Les séances de sport adapté

encadrées par Educ Pro Sport

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

(hors vacances scolaires de Noël et fériés)

- de 14h à 15h

Sans inscription



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



Le petit-déjeuner équilibré

Vendredi 25 septembre 2026 à 9h



Les alternatives végétales

Vendredi 27 novembre 2026 à 14h30



Sur inscription



Nos coordonnées

Les différentes séances et dispositifs ont lieu

à l'EHPAD Le Clos du Parc
9 rue du Clos
37210 Vernou sur Brenne

Pour tout renseignement et inscription :
02.47.62.70.70

ou par mail à l'adresse
accueil@ehpadleclos-duparc.fr



Ligne du bus Fil Bleu 54 arrêt "Le Clos"



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

ACTIONS FINANCÉES PAR LA COMMISSION DES FINANCEURS D'INDRE ET LOIRE



AVEC LA PARTICIPATION DES ASSOCIATIONS



Voisins & Soins



PLAQUETTE ACTUALISÉE
AVRIL 2026

Les Rendez-Vous du Clos du Parc

Des interventions gratuites réservées aux aidants de proches âgés



Le café des aidants



Les conférences et ateliers en santé publique



Les ateliers de bien-être

Des dispositifs ouverts et gratuits aux personnes de + de 60 ans de la communauté de communes Touraine Est Vallées



Les séances de sport adapté

Les ateliers de conseils diététiques



Des interventions ouvertes et gratuites aux aidants de personnes âgées en perte d'autonomie vivant à domicile ou en institution

Le café des aidants

animé par S. Paulay Mazurelle, psychologue



Des séances mensuelles de 2h, en petits groupes dans un espace favorisant le libre échange entre aidants, animées par Soizic Paulay Mazurelle, psychologue spécialisée en gériatrie.

Les thèmes seront proposés par l'encadrante et selon les besoins exprimés par le groupe.

- Samedi 13/12/2025
- Samedi 10/01/2026
- Samedi 14/02/2026
- Samedi 14/03/2026
- Samedi 11/04/2026



• **Samedi 30/05/2026**

de 14h à 16h

Réservé aux aidants

Sur inscription



Les conférences et ateliers de santé publique

dispensées par l'association Voisins et Soins et Passerelle Assist' Aidant



Voisins & Soins

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

Accompagner sans s'épuiser, prendre soin pour les aidants



Jeudi 15 octobre 2026 à 14h



Par Passerelle Assist'aidant

Atelier Do In Shiatsu

par Fabienne Morisset



Vendredi 05 juin 2026 à 17h

Comment soulager le quotidien des proches aidants ?

Des pratiques adaptées à chaque situation



Vendredi 18 septembre 2026 à 17h

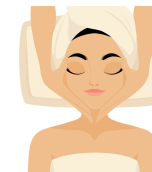
Réservé aux aidants

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



Samedi 13 juin 2026 de 14h30 à 17h



Gouter convivial
OFFERT



Réservé aux aidants et à leurs proches

Sur inscription