

*LA CHUTE D'UNE PERSONNE AGEE :  
CE N'EST PAS UNE FATALITE !*

**LIVRET DES RESSOURCES DEPARTEMENTALES DE PREVENTION DES CHUTES**

Département de la Vienne



**MAIA**  
Vienne

L'intégration des acteurs  
pour l'autonomie  
des personnes âgées

*Date de mise à jour : 19 avril 2018*

# INTRODUCTION

Il a été estimé qu'un tiers des personnes âgées de plus de 65 ans et la moitié des personnes de plus de 80 ans vivant à domicile tombent au moins une fois par an. Selon l'Institut de Veille Sanitaire, il y a chaque année en France 450 000 chutes chez les personnes âgées.

Tous âges confondus, les chutes sont la première cause de décès par accident : ce qui représente 9 412 décès selon les données de 2008 (Institut de Veille Sanitaire). Parmi les sujets décédés par chute, les trois quarts sont âgés de plus de 75 ans.

La chute chez la personne âgée est un événement fréquent, parfois lourd de conséquences et souvent synonyme de perte d'autonomie par la suite si rien n'est fait pour compenser les séquelles de la chute.

La chute est un événement multifactoriel nécessitant une approche globale de la personne âgée prenant en compte à la fois son état de santé, son comportement et son environnement. Elle révèle souvent une fragilité qu'il est important de repérer afin de mettre en place des mesures de prévention et d'accompagnement.

Il existe justement de nombreux acteurs sur le territoire qui organisent des actions de prévention des chutes ou qui peuvent être contactés suite à une chute pour retrouver confiance en soi ou se rééduquer.

Le dispositif MAIA anime ainsi un groupe d'acteurs volontaires et engagés sur la thématique afin d'améliorer la lisibilité des actions de prévention et de mieux répondre aux besoins des personnes âgées.

Ce groupe de réflexion a abouti à la création de ce livret afin de vous aider à mieux connaître les actions existantes en fonction de vos besoins et de votre lieu d'habitation.

*Pour tout renseignement sur l'élaboration de ce livret, vous pouvez contacter le dispositif MAIA :*

*Mme PERRET Elise – 05.49.30.80.70 – [elise.perret@esante-poitou-charentes.fr](mailto:elise.perret@esante-poitou-charentes.fr)*

# PRESENTATION DES ACTEURS ENGAGES ET DE LEURS ACTIONS



## L'ARANTELE

L'Arantelle est une association intercommunale d'animation, agréée Centre Social. Basée à Roches-Prémairie-Andillé et La Villedieu du Clain, l'Arantelle a été créée en 1998. Elle se développe dans 6 secteurs d'activité : enfance, jeunesse, écocitoyenneté, sportif, culturel et social.

*L'Arantelle : 05-49-42-05-74 / [www.larantelle.fr](http://www.larantelle.fr)*

### *L'Arantelle porte un atelier de gym prévention avec l'EPGV :*

L'objectif de l'atelier est de prévenir les chutes et entretenir les gestes du quotidien des personnes de plus de 60 ans, isolées géographiquement et dépourvues de moyen de locomotion. Organisation d'un service de transport domicile /activité en aller retour par L'Arantelle.

Séances collectives hebdomadaires d'1h animées par l'EPGV

### *L'Arantelle porte des ateliers de gym douce :*

Gym d'entretien : exercices d'étirements, d'assouplissement, de tonification et relaxation.

Séances d'1 heure

## LE CENTRE :

Le Centre est une association basée à Poitiers née en février 2009. Lieu ressource innovant, son objet est de mener toute action de veille, sensibilisation, information, animation et promotion dans le domaine des services à la personne, de l'aide à l'autonomie, du bien vieillir et de la conciliation des temps de vie.

Le Centre assure des actions telles que l'accès à l'espace autonomie (espace de démonstration permettant la manipulation d'aides techniques), information des publics bénéficiaires de services à domicile, organisation de journées d'études...

*Le Centre : 05-49-61-64-65 / [www.le-centre.pro](http://www.le-centre.pro)*



### *Le Centre porte les ateliers équilibre et prévention des chutes :*

- Prévenir les chutes en associant ateliers d'informations, exercices physiques ciblés et lien social
- Apprendre les gestes et postures pour éviter la chute
- Favoriser la pratique d'activités physiques
- Sensibiliser les personnes à des attitudes de vie positives
- Favoriser l'accès aux droits

Action collective proposée sous forme de cycle. 1 cycle = 1 conférence + 5 ateliers pratiques



### *Comité d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (EPGV) :*

La Fédération EPGV est la première fédération non compétitive qui a placé au centre de sa démarche le sport santé et ce depuis 30 ans. Elle est reconnue d'utilité publique. Elle se distingue par son engagement pour la pratique d'une activité physique accessible à tous, quel que soit son âge, ses capacités physiques ou ses revenus et pour une approche conviviale et collective.

*Comité départemental EPGV : 05.86.28.00.18 / [www.ffepgv.fr](http://www.ffepgv.fr)*

### *L'EPGV porte les ateliers Gymnastique Equilibre Parkinson :*

Ces séances adaptées aux capacités motrices de chaque participant permettent de lutter contre la raideur articulaire, la perte musculaire, la fatigue, d'améliorer l'équilibre et ainsi préserver la qualité de vie.

2 cours, par site, selon le degré de l'atteinte de la maladie (Groupe 1 et Groupe 2)

### *L'EPGV porte les ateliers Gym Equilibre Seniors :*

Des séances adaptées pour stimuler les sens d'équilibration, permettre l'approche au sol (se relever, ramasser des objets), maintenir les réflexes corporels et la stabilité lors des mouvements quotidiens, favoriser le maintien du lien social...

### *L'EPGV porte le programme Gym Après Cancer :*

Ce programme a pour objectif de lutter contre les effets délétères du cancer et de ses traitements (fatigue, surpoids, déconditionnement physique...). Il s'adresse aux adultes atteints de cancer, pendant ou après traitement, sportifs ou non, sans limite d'âge. Ce programme se compose de 2 séances hebdomadaires (une en intérieur une en extérieur) et est financé par la Ligue contre le cancer.

### *L'EPGV porte les clubs EPGV : gym adaptée aux seniors :*

95 clubs dans le département proposant une activité physique ouverte aux personnes de 60 ans et plus. Des séances variées et adaptées aux capacités physiques de chacun permettent d'entretenir souplesse, tonus musculaire, équilibre.



### *Fédération ADMR :*

*Fédération ADMR de la Vienne : 05.49.30.35.45 / [www.fede86.admr.org](http://www.fede86.admr.org)*

### *La fédération ADMR porte les ateliers collectifs ludiques de prévention des chutes :*

Informers, sensibiliser, modifier les comportements individuels en organisant un parcours de marche et utiliser un simulateur de vieillissement



### *MSA Services*

MSA SERVICES POITOU est une association qui a été créée en 2013 au sein du GROUPE MSA POITOU. Cette association propose aux collectivités locales, aux associations, aux entreprises privées ou organismes publics un accompagnement dans leurs projets sanitaires et sociaux en faveur des habitants.

*MSA Services Poitou : 05.49.43.86.68 / [www.msaservices-poitou.fr](http://www.msaservices-poitou.fr)*

### *MSA Services porte les ateliers Objectif équilibre :*

L'ASEPT Poitou Charentes fait appel à MSA Services comme opérateur pour décliner son programme de prévention et éducation à la santé, sur les départements de la Vienne et des Deux-Sèvres.

S'adressant aux seniors, quel que soit leur régime de retraite, ce programme ludique et convivial « **Objectif Équilibre** » a pour objectif d'apprendre à se relever en cas de chutes grâce à des exercices ludiques de gymnastique douce : mobilité et souplesse articulaire, renforcement musculaire, respiration, relaxation, prévention des chutes, lecture du terrain...

Ces ateliers, de 10 à 12 séances sont conçus de manière pédagogique, et animés par des professionnels spécifiquement formés à la méthode.



### PRESCRIMOUV' :

Acteur accompagnant des personnes souffrant de pathologies chroniques et éloignées d'une pratique sportive sur des activités sportives adaptées sur prescription médicale.

Les activités adaptées se déroulent en structure.

*Prescrimouv : [www.prescrimouv.fr](http://www.prescrimouv.fr)*



### PROXISANTE :

Proxisanté est une association qui propose depuis 2008 des actions de proximité en santé. D'abord présente sur le territoire girondin, ses interventions se déploient aujourd'hui dans toute l'Aquitaine. Elle a pour principale mission de proposer des actions de prévention et de promotion de la santé, sous forme d'ateliers ludiques animés par une équipe interdisciplinaire formée à l'éducation à la santé. Les actions sont proposées au plus près des habitants grâce à un véhicule aménagé.

*Proxisanté : [www.proxistante.org](http://www.proxistante.org)*

### Proxisanté porte l'action APIBUS :

Le APIBUS vient dans la même ville un jour fixe de la semaine pendant 6 semaines. Ateliers matin ou après-midi.

Permettre aux seniors d'évaluer leurs capacités physique grâce au « test de forme » et pratiquer ensuite des activités reproductibles au quotidien pour améliorer équilibre, force et endurance. Le test est refait après 6 semaines, en fin de parcours pour constater la progression.

### RESANTE-VOUS :



Créée en 2011, ReSanté-vous est une entreprise spécialisée dans les approches humaines, non médicamenteuses et inclusives auprès des personnes âgées. Elle est constituée d'un réseau d'experts et de professionnels de santé pour répondre aux besoins des personnes dites « en perte d'autonomie », à domicile et en institution. Sont proposées ainsi des prestations d'accompagnement thérapeutique, de prévention, de conseil et de formations au bénéfice des usagers et des intervenants professionnels qui les accompagnent...

*Resanté-Vous : 05.49.52.24.17 / [www.resantevous.fr](http://www.resantevous.fr)*

### *Resanté-Vous porte l'atelier Osez le sport-santé :*

- Prévention des chutes, de la sédentarité, des douleurs
- Découverte et appropriation de la culture sportive

2 ateliers collectifs hebdomadaires d'une heure pour un total de 19 séances

### *Resanté-Vous porte l'atelier Accès-Santé :*

- Prévention des chutes, de la douleur et de la sédentarité
- Découverte et appropriation de la culture sportive

2 ateliers collectifs hebdomadaires d'une heure tout au long de l'année



### *SIEL BLEU :*

Depuis sa création en 1997, le groupe associatif Siel Bleu se positionne comme un acteur à part entière de la prévention santé. L'association a pour objectif de contribuer à l'amélioration du bien-être et de la qualité de vie des personnes en situation de fragilité à travers la pratique d'une activité physique adaptée (APA). Les activités s'inscrivent dans un parcours de prévention tout au long de la vie et sont encadrées par des professionnels diplômés. Le groupe associatif Siel Bleu est un organisme à but non lucratif.

*Siel Bleu : 06-59-75-62-16 / [www.sielbleu.org](http://www.sielbleu.org)*

### *Siel Bleu porte l'action DOMISIEL : programme d'activité physique adaptée à domicile :*

- Augmenter le nombre, la fréquence et la distance des déplacements à pieds
- Améliorer la connaissance de la configuration dans son environnement proche et quotidien (mieux se déplacer dans son quartier, les alentours de son domicile)
- Se socialiser en reprenant une vie active
- Améliorer les facteurs socio-affectifs (image de soi, confiance en soi, pour le bénéficiaire)

6 à 14 séances hebdomadaires à domicile selon programme

*Siel Bleu porte les ateliers Gym prévention santé :*

- Maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire
- Améliorer l'équilibre statique et dynamique
- Repousser le seuil de fatigue global
- Sensibiliser à l'entretien du capital-santé

Cours annuels : 45 séances par an d'1h

## *RESSOURCES DE PREVENTION*

Les actions de prévention sont classées cinq en thématiques :

- Activité physique adaptée
- Ateliers de prévention des chutes
- Sensibilisation aux risques de chute liés à l'aménagement de l'habitat
- Bilan d'un ergothérapeute pour aménager l'habitat
- Espace de démonstration des aides techniques



## Activité physique adaptée

LIEU	DATE-HORAIRE	OBJECTIFS – MODALITES PRATIQUES	PUBLIC CONCERNE	TARIF	CONTACT
<b>ACTIONS PONCTUELLES</b>					
<b>VIENNE</b> Au domicile de la personne	Horaire à définir avec chaque personne	<b>DOMISIEL</b> : programme d'activité physique adaptée à domicile 6 à 14 séances hebdomadaires	Personnes de 60 ans et plus	De 0€ à 30€	<b>Siel Bleu</b> : 06 59 75 62 16
<b>CHALANDRAY</b>	Lundis 09-16-23-30 avril et 07-14 mai (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté</b> : 05 56 32 95 51
<b>CHAPELLE-MONTREUIL</b>	Mercredis 25 avril et 2-9-16-23 mai (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté</b> : 05 56 32 95 51
<b>CHAUVIGNY</b>	A partir du mardi 17 avril 2018 Le mardi à 10h Le mardi à 11h	<b>Osez le sport santé</b> : Activités Physiques Adaptées ateliers collectifs hebdomadaires au sein de la résidence 19 séances d'1h	résidents de l'EHPAD et personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>ReSanté-Vous</b> : 05 49 52 24 17
<b>LES TROIS MOUTIERS</b>	Les 28-31 mai et 4-7-11-14 juin (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté</b> : 05 56 32 95 51
<b>LOUDUN</b>	Jeudi 12-19-26 avril et 7 et 14 mai (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté</b> : 05 56 32 95 51
<b>MONCONTOUR</b>	Vendredis 6-13-20-27 avril et 11 mai (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté</b> : 05 56 32 95 51

<b>St JEAN DE SAUVES</b>	Mardis 15-18-22-25-29 mai et 1 <sup>er</sup> juin (10h-12h / 14h-16h)	<b>Action APIBUS</b> Ateliers de groupes		Gratuit	<b>ProxiSanté :</b> 05 56 32 95 51
<b>SEVRES ANXAUMONT</b> EHPAD La Brunetterie	A partir du 19 avril 2018 Jeudi à 15h Jeudi à 16h	<b>Osez le sport santé :</b> Activités Physiques Adaptées ateliers collectifs hebdomadaires au sein de la résidence 19 séances d'1h	résidents de l'EHPAD et personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>ReSanté-Vous :</b> 05 49 52 24 17
<b>ACTIONS PERENNES</b>					
<b>VIENNE</b> Au domicile de la personne	Horaire à définir avec chaque personne	<b>DOMISIEL :</b> programme d'activité physique adaptée à domicile 6 à 14 séances hebdomadaires	Personnes de 60 ans et plus	De 0€ à 30€	<b>Siel Bleu :</b> 06 59 75 62 16
<b>AVAILLES EN CHATELLERAULT</b>	Mercredi à 10h45	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>AVAILLES LIMOUSINE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. AVAILLES LIMOUSINE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>AVANTON</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOC. GYM. VOLONTAIRE AVANTON	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ANGLES SUR L'ANGLIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION G.V. D'ANGLES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ARCAY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION GYM'ARCAY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ARCHIGNY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> GV ARCHIGNY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>ASLONNES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION G.V. ASLONNES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BEAUMONT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> FOYER E.P.S. BEAUMONT G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BIARD</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. BIARD	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BIGNOUX</b> Maison de santé	Mardi à 10h45 Séance d'1h15	<b>Séances d'activité physique adaptée</b> animées par un professeur d'activité physique adaptée et une infirmière Asalée	Tout âge		<b>Maison de santé :</b> 05 49 47 57 77
<b>BIGNOUX</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. BIGNOUX	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BONNES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> MAISON POUR TOUS BONNES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BONNEUIL MATOURS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB MOSAIQUE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHALANDRAY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. CHALANDRAY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHAMPAGNE SAINT HILAIRE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V.CHAMPAGNE St HILAIRE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHAMPIGNY LE SEC</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> PILATES CAMPAROCHOIS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>CHAMPIGNY LE SEC</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> A.S.C.R. CHAMPIGNY-LE-SEC	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHATELLERAULT</b>	Mardi à 14h Vendredi à 10h	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>CHATELLERAULT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> SECTION des MINIMES CHÂTELLERAULT Centre socio-culturel des Minimes	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. CHATEAUNEUF SECT AUTONOME	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHATELLERAULT:</b> Résidence autonomie Tivoli	Lundi à 16h Lundi à 17h  Séance d'1h	<b>ACCES-Santé : Activités Physiques Adaptées</b> Cours collectifs de 8 personnes environ	usagers de la résidence + habitants de 60 ans et plus de la commune selon effectif	Gratuit	<b>ReSanté-Vous :</b> 05 49 52 24 17
<b>CHATELLERAULT</b>	▪ Gr 1 : vendredi à 9h30 ▪ Gr 2 : vendredi à 10h40	<b>Gymnastique Equilibre Parkinson</b> Cours collectifs selon le degré de l'atteinte de la maladie de Parkinson	Tout âge - public parkinsonien		<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>CHATEAU - GARNIER</b>	Mardi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>CHAUVIGNY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> U S C GYMNASTIQUE CHAUVIGNY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>CHAUVIGNY</b>	Lundi à 10h Mercredi à 14h	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>CHOUPPES</b> Salle multi-activités	Jeudi à 9h15	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>CHAMPNIERS</b>	Mardi à 17h15	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>CIVRAY</b>	Mercredi à 9h15	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>CIVRAY</b>	Mardi à 15h30 Jeudi à 15h30	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>COULOMBIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB DE G.V. SECTION COULOMBIERS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>DIENNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASS. G.V. DIENNE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>FLEURE</b>	Mardi après-midi Jeudi après-midi	<b>Activités gymniques et cardio-training</b> (Entente Clain et mission) : Gym douce et d'entretien (exercices de renforcement musculaire, équilibre, souplesse, coordination motrice) et travail cardio-respiratoire	Personnes de plus de 50 ans, sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44

<b>FONTAINE LE COMTE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. FONTAINE LE COMTE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>FROZES</b>	Mercredi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>INGRANDES SUR VIENNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOC. GV INGRANDES SUR VIENNE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ITEUIL</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> GYMNASTIQUE VOLONTAIRE D'ITEUIL	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>JARDRES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION G.V. de JARDRES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>JAUNAY MARIGNY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. JAUNAY-MARIGNY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>JOUHET</b>	Mardi à 16h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>LA CHAPELLE MONTREUIL BONNIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. LA CHAPELLE MONTREUIL BONNIN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LA CHAPELLE MOULIERE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB G.V. LA CHAPELLE MOULIERE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LA CHAPELLE VIVIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> LA BONNE FORME CHAPELLOISE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>LA TRIMOUILLE,</b>	Lundi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>LATHUS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB DE GYM DE LATHUS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LAVOUX</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> AMBIANCE ET LOISIRS GV DE LAVOUX	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LEIGNE SUR USSEAU</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> GYM LOISIRS SECTION EPGV	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LES TROIS MOUTIERS</b>	Mardi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>LIGUGE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. DU CLAIN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>L'ISLE JOURDAIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION de G.V. de l'ISLE JOURDAIN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LOUDUN</b>	Vendredi à 9h00, 10h00 et 11h00	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>LOUDUN</b>	Mercredi à 10h15 Vendredi à 14h30	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>LOUDUN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ADAL GV LOUDUN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>MIGNALOUX BEAUVOIR</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> A S M GYM MIGNALOUX BEAUVOIR	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>MIGNE AUXANCES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. MIGNE-AUXANCES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>MONCONTOUR</b>	Lundi à 9h30 Jeudi à 10h45	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>MONTMORILLON</b>	Mardi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>MONTMORILLON</b>	Mardi à 15h30 Vendredi à 14h30	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>MONTMORILLON</b> MJC Claude Nougaro	Jeudi à 10h30	<b>Gym douce :</b> Renforcement musculaire, souplesse, respiration, prévention des chutes Séance d'1h	Personnes de 60 ans et plus	Entre 80€ et 130€ selon le quotient familial	<b>MJC Claude NOUGARO :</b> 05 49 91 04 88
<b>MONTAMISE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> MONTAMISE G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>NALLIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB G.V. NALLIERS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>NOUAILLE MAUPERTUIS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> NOUAILLE G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00



<b>PAYRE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ACTIV'PAYRE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>PINDRAY</b>	Jeudi à 11h00	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>PLAISANCE</b>	Mardi à 18h00	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>PLEUMARTIN</b>	Mercredi à 9h30	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>POITIERS</b>	Vendredi à 10h45	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>POITIERS</b>  <b>Résidences Autonomies :</b> Edith Augustin M.-L. Troubat Marie Noel René Crozet	<i>Edith Augustin :</i> Mardi à 9h <i>M.-L. Troubat :</i> Mercredi à 9h <i>Marie Noel :</i> Jeudi à 9h <i>René Crozet :</i> Vendredi à 9h	<b>Atelier d'activité physique adaptée :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Augmentation de la force musculaire, de l'adresse et de la coordination, entretien de la souplesse articulaire.</li> <li>• Contribution au maintien des capacités de concentration et de mémorisation et des références temporeles et spatiales</li> </ul> Ateliers individuels, semi-collectifs et collectifs hebdomadaires d'1h30	Priorité aux habitants de la résidence autonomie + personnes de 60 ans et plus selon effectif	Gratuit	<b>CCAS de POITIERS :</b> Edith Augustin : 05 49 58 39 61 M.-L. Troubat : 05 49 37 25 81 Marie Noel : 05 49 58 02 26 René Crozet : 05 49 47 76 62
<b>POITIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> SECTION G.V. LA GIBAUDERIE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> FOYER des JEUNES du PORTEAU	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>POITIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> SECTION GV POITIERS OUEST	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CENTRE D'ANIMATION DE BEAULIEU	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS</b> Porteau	Lundi à 10h30 Mercredi à 10h30	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>POITIERS</b> Beaulieu	Lundi à 14h Jeudi à 15h30	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>POITIERS</b> Couronneries	Mardi à 16h Jeudi à 14h	<b>Programme Gym après cancer</b> 2 séances hebdomadaires d'1h chacune	Tout âge	Gratuit	<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>POITIERS</b> Piscines de Bellejouane, Ganterie, Blaiserie	Lundi matin Mercredi matin Jeudi après-midi Durée : 45 min	<b>Nagez, forme, santé :</b> (Stade Poitevin Natation) Travail cardio-respiratoire, exercices de renforcement musculaire et d'assouplissements en milieu aquatique	Personnes de 20 à 80 ans sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44
<b>POITIERS</b> Campus universitaire	Mardi matin jeudi matin	<b>Marche et ateliers multi-activités ludiques</b> (Comité UFOLEP 86): Travail cardio-respiratoire et exercices de renforcement musculaire, d'équilibre, de coordination et d'assouplissement	Personnes de 65 à 85 ans sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44
<b>POITIERS</b> Garden Blues 23-25 rue de Pouzioux	Mardi matin Jeudi après-midi	<b>Cardio-training et ateliers</b> (Garden Blues) : Travail cardio-respiratoire sur appareils, exercice de renforcement musculaire, équilibre, coordination et assouplissements	Personnes de 40 à 75 ans sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44

<b>POITIERS</b> Résidence Domitys 22 Boulevard St Just	Mardi matin	<b>Cardio-training et ateliers ludiques</b> (Resanté-Vous) : Travail cardio-respiratoire sur appareils et activités ludiques avec renforcement musculaire, équilibre, coordination, mémoire, assouplissements	Personnes de plus de 65 ans sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44
<b>POITIERS</b> Foyer du Porteau 138 rue de la grange St Pierre	Mardi matin Vendredi après-midi	<b>Marche et activités gymniques</b> (Comité de Gym volontaire) : Travail cardio-respiratoire et exercices de renforcement musculaire, équilibre, souplesse, habileté et coordination motrice	Personnes de plus de 50 ans atteintes de diabète et/ou surpoids, sur prescription médicale		<b>Prescimouv :</b> Richard DUPUY 07 71 64 84 44
<b>POITIERS</b> 1 Bis, Rue de Nimègue	▪ Gr 1 : vendredi à 14h ▪ Gr 2 : vendredi à 15h10	<b>Gymnastique Equilibre Parkinson :</b> Cours collectifs selon le degré de l'atteinte de la maladie de Parkinson	Tout âge - public parkinsonien		<b>EPGV :</b> Mme REDUREAU 06 47 49 30 78
<b>POITIERS</b>	Lundi à 14h	<b>Atelier marche adaptée</b>	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78
<b>POITIERS</b> (résidence Domitys)	Lundi à 10h	<b>Atelier piscine, aquaphobie, aquaplaisir</b> Séance individuelle	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78
<b>POITIERS</b> (résidence Domitys)	Mardi à 10h	<b>Atelier piscine, aquaphobie, aquaplaisir</b> Séance collective	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78

<b>POITIERS</b>	1 <sup>er</sup> Mardi du mois à 10h	<b>Atelier cirque</b>	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78
<b>POITIERS</b>	Jeudi à 14h	<b>Atelier activité physique adaptée :</b> Equilibre, jeux d'adresse et de souplesse, parcours...	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78
<b>POITIERS</b>	Vendredi à 14h	<b>Atelier golf</b>	Personnes de 60 ans et plus		<b>CIF-SP :</b> 05 49 37 07 78
<b>POUANT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> A.G.V. BON PIED BON OEIL	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>QUINCAY</b>	Mercredi à 11h00	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>ROCHES- PREMARIES ANDILLE</b>	Mardi à 10h Vendredi à 10h	<b>Gym douce :</b> Gym d'entretien : exercices d'étirements, d'assouplissement, de tonification et relaxation. Séances d'1 heure	Tout public	De 81,60€ à 163,20€ selon le quotient familial et la commune + 8€ d'adhésion annuelle	<b>L'Arantelle :</b> 05 49 42 05 74
<b>ROUILLE</b>	Mercredi à 9h00	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>ST BENOIT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> A S L C SAINT BENOIT	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>ST GERMAIN - ST SAVIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G. V. DE ST GERMAIN - ST SAVIN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST JULIEN L'ARS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. MIXTE SAINT JULIEN L'ARS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST MAURICE LA CLOUERE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> VITALIGNE ST MAURICE LA CLOUERE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST SAUVEUR</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> S.O.J.A. SAINT SAUVEUR	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST SAVIOL</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION SPORTIVE EPGV ST SAVIOL	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST SEGONDIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> OXYGENE SECTION G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SAULGE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. SAULGE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SAVIGNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB G.V. DE SAVIGNE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SAVIGNY LEVESCAULT</b>	Jeudi à 9h15	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>ST SAUVANT</b>	Lundi à 9h15	<b>Gym prévention santé :</b> Cours annuels : 45 séances par an d'1h	Personnes de 60 ans et plus	90 € par an + 15€ d'adhésion	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03

<b>SCORBE CLAIRVAUX</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> OLYMPE CLUB	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SENILLE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> AGYL de SENILLE ASSOCIATION G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SERIGNY</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSO GYM LA BELLE INDIENNE - SERIGNY	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SEVRES ANXAUMONT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V.VIVRE A SEVRES-ANXAUMONT	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SMARVES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSO GV SMARVES	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SOMMIERES DU CLAIN</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. SOMMIERES DU CLAIN	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>TERCE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G. V. TERCE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>USSON DU POITOU</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. USSON DU POITOU	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VALDIVIENNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> A.G.V. VALDIVIENNE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VAUX EN COUHE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> LES LIBELLULES DE VAUX EN COUHE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>VIGEANT</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> CLUB DE GYM DU VIGEANT	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VILLIERS</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASS. LOISIRS ET CULTURE VILLIERS	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VIVONNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G V FEMININE DE VIVONNE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VOUILLE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASS GYM VOLONTAIRE VOUILLE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> ASSOCIATION DES AINES DE VOUILLE 86	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VOUNEUIL SOUS BIARD</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V de VOUNEUIL-SOUS-BIARD	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VOUNEUIL SUR VIENNE</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> G.V. ET GYM DOUCE	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VOUZAILLES</b>		<b>Club EPGV : Gym adaptée aux seniors</b> LES DYNAMIC'S G.V.	Personnes de 60 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

## Ateliers de prévention des chutes

LIEU	DATE-HORAIRE	OBJECTIFS – MODALITES PRATIQUES	PUBLIC CONCERNE	TARIF	CONTACT
<b>ACTIONS PONCTUELLES</b>					
<b>CHATELLERAULT (les minimes)</b>	septembre 2018	<b>Atelier Objectif Equilibre</b> 11 séances	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>MSA Services :</b> 05 49 44 56 15
<b>LENCLOITRE</b>	Octobre 2018 1 séance de 2h	<b>Prévention des chutes accidentelles :</b> - Diminuer les risques de chute - Savoir se relever en cas de chute Animation collective avec mise en scène et ateliers pratiques	Personnes de 60 ans et plus, familles, professionnels	Gratuit	<b>Association Lien de Vie :</b> Mme BROUARD 05 49 93 12 29
<b>LUSIGNAN</b>	Démarrage le vendredi 27 avril 2018 à 9h	<b>Atelier Objectif Equilibre</b> 11 séances de 1h30	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>MSA Services :</b> 05 49 44 56 15
<b>LUSSAC LES CHATEAUX</b>	Démarrage le vendredi 27 avril à 9h15	<b>Atelier Objectif Equilibre</b> 11 séances de 1h30	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>MSA Services :</b> 05 49 44 56 15
<b>POITIERS</b> LE-CENTRE, 18 bd Jeanne d'Arc	1 conférence + 5 ateliers pratiques	<b>Ateliers équilibre et prévention des chutes :</b> Prévenir les chutes en associant ateliers d'informations, exercices physiques ciblés et lien social	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>Le centre :</b> Sarah Perdrix - 06 52 95 93 68
<b>VALDIVIENNE</b>	Démarrage le 16 avril 2018 à 15h30	<b>Atelier Objectif Equilibre</b> 11 séances de 1h30	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<b>MSA Services :</b> 05 49 44 56 15



## ACTIONS PERENNES

<b>ARCHIGNY</b>	Mardi à 9h00 Vendredi à 15h	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BONNES</b>	Vendredi à 9h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>BUXEROLLES</b>	Mercredi à 16h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHÂTELLERAULT</b> CSC des Minimes	Mardi à 16h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHATELLERAULT</b> Salle Polyvalente	Vendredi à 14h15	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHAUNAY</b>	Jeudi à 10h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>CHAUVIGNY</b>	Mercredi à 10h45 Vendredi à 10h45	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>INGRANDES</b>	Lundi à 16h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV</b> 05 49 86 28 00
<b>JAUNAY-MARIGNY</b> EHPAD	Mercredi à 11h	<b>Atelier équilibre et prévention des chutes :</b> Améliorer les capacités physiques, renforcer la confiance en soi, prévenir les chutes...	Public de 60 ans et plus Sur prescription médicale	Gratuit	<b>EHPAD Gérard Girault :</b> 05 49 52 05 27
<b>JAUNAY-MARIGNY</b>	Jeudi à 15h45	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LATILLÉ</b> Salle des Fêtes	Le mercredi à 10h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>LIGUGÉ</b>	Lundi à 14h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

<b>MIGNALOUX BEAUVOIR</b>	Mardi à 10h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>MIGNE AUXANCES</b>	Vendredi à 10h45	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>NAINTRÉ</b>	Mardi à 14h15	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>PAYRÉ</b>	Mercredi à 10h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Beaulieu</b>	Mardi à 16h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Couronnerie</b>	Jeudi à 10h45 Jeudi à 16h	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Foyer du Porteau</b>	Lundi à 14h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Gibauderie</b>	Vendredi à 14h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Saint Eloi</b>	Mardi à 10h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>POITIERS Résidences Autonomies :</b> Edith Augustin M.-L. Troubat Marie Noel René Crozet	<i>Edith Augustin :</i> Mardi à 9h <i>M.-L. Troubat :</i> Merc. A 9h <i>Marie Noel :</i> Jeudi à 9h <i>René Crozet :</i> Vend à 9h	<b>Ateliers prévention des chutes :</b> Ateliers individuels et semi-collectifs et collectifs d'1h30 animés par Resanté-Vous	Personnes de 60 ans et plus hébergées en résidence autonomie ou à l'extérieur	Gratuit	<b>CCAS de Poitiers :</b> Edith Augustin : 05 49 58 39 61 M.-L. Troubat : 05 49 37 25 81 Marie Noel : 05 49 58 02 26 René Crozet : 05 49 47 76 62

<b>ROCHES PRÉMARIE ANDILLÉ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mardi à 14h00</li> <li>▪ Mardi à 15h10</li> </ul>	<b>Gym Equilibre :</b> Prévenir les chutes et entretenir les gestes du quotidien des personnes de plus de 60 ans. Séances collectives hebdomadaires d'1h Organisation d'un service de transport domicile /activité par L'Arantelle	Personnes de 60 ans et plus	De 30€ à 63€ selon le quotient familial et la commune + 8€ d'adhésion à Larantelle	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00  <b>L'Arantelle :</b> 05 49 42 05 74
<b>ST MAURICE LA CLOÛÈRE</b>	Vendredi à 11h15	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>ST JULIEN L'ARS</b>	Jeudi à 9h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>SOMMIÈRES DU CLAIN</b>	Mercredi à 16h00	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00
<b>VIVONNE</b>	Mardi à 9h30	<b>Gym Equilibre Seniors</b> Séance d'1 heure	Personnes de 65 ans et plus	Voir avec le club	<b>EPGV :</b> 05 49 86 28 00

## Sensibilisation aux risques de chute liés à l'aménagement de l'habitat

LIEU	DATE-HORAIRE	OBJECTIFS – MODALITES PRATIQUES	PUBLIC CONCERNE	TARIF	CONTACT
<b>VIENNE</b>		<p>Conférence prévention des chutes et bienfaits de l'APA :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre le système de l'équilibration : oreille interne, proprioception...</li> <li>• Savoir anticiper et éviter la chute</li> <li>• Connaître les bonnes pratiques pour éviter la chute</li> <li>• Développer un savoir être</li> <li>• Savoir se relever en sécurité pour soi</li> </ul> <p>Conférence interactive avec mise en pratique</p>		Gratuit	<b>Siel Bleu :</b> 07 70 19 29 03
<b>POITIERS</b> Le Centre, 18 bd Jeanne d'Arc	Toute l'année, les mercredis et jeudis sur rendez-vous	<p>Trouver une information fiable, objective et non commerciale et d'entraîner la population dans une démarche plus active de prévention.</p> <p>Entretiens individuels gratuits avec une ergothérapeute afin de faire une étude globale de chaque situation, avec essai et démonstration d'aides techniques.</p>	Personnes âgées, aidants naturels, personnes en situation de handicap...	Gratuit	<b>Le Centre</b> Sarah Perdrix : 06 52 95 93 68

## Bilan d'un ergothérapeute pour aménager l'habitat

LIEU	DATE-HORAIRE	OBJECTIFS – MODALITES PRATIQUES	PUBLIC CONCERNE	TARIF	CONTACT
<b>VIENNE</b>	Sur rdv	Conseils en ergothérapie à domicile : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analyser le logement de la personne âgée,</li> <li>• Emettre des conseils en vue de l'aménagement et/ou l'adaptation du logement, de l'acquisition d'aides techniques, voire des préconisations en terme de comportement</li> </ul>	Personnes de 75 ans et plus relevant des caisses AGIRC-ARCO	15€	<b>Le centre</b> Sarah Perdrix : 06 52 95 93 68
<b>VIENNE</b>	Sur rdv	Diagnostic Autonomie Habitat (Ergologis) Diagnostic « Bien chez moi » (Domplus) Interview et diagnostic habitat : préconisations d'aménagements sur le bâti, pour l'intégration d'aides techniques, l'adoption de comportements sécurisants	Personnes de 60 ans et plus	De 0 à 250€ selon dossiers, prise en charge possible par les caisses de retraites complémentaires	<b>ReSanté-Vous :</b> 05 49 52 24 17
<b>VIENNE</b>	Sur rdv	Diagnostic à domicile d'ergothérapeutes libéraux : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien pour l'évaluation des besoins et des habitudes de vie de la personne concernée</li> <li>- Visite du domicile et prise de mesure.</li> <li>- Préconisation d'adaptations et/ou d'aménagements du domicile (aide techniques, modifications architecturales...)</li> <li>- Rédaction d'un compte-rendu, recensant les solutions et aides techniques recommandées ainsi que les schémas des aménagements.</li> <li>- Si besoin, visite ou prise de contact avec l'entrepreneur désigné par le demandeur pour finaliser le projet retenu.</li> </ul>	Tout public	Tarifs libres de 0 à 250€, prise en charge possible par les caisses de retraite complémentaires, Soliha...	<b>Ergothérapeutes libéraux :</b> Pour la liste des ergothérapeutes, se renseigner auprès du CLIC de votre commune : 05 49 45 97 77

## Démonstration des aides techniques

LIEU	DATE-HORAIRE	OBJECTIFS – MODALITES PRATIQUES	PUBLIC CONCERNE	TARIF	CONTACT
<b>VIENNE</b>	Toute l'année	<p>L'Espace Mobile Autonomie est un véhicule ressource d'information et de conseil gratuits sur les aides techniques et l'adaptation du domicile.</p> <p>Ce véhicule stationnera au cœur des villes ou des villages et invitera les publics (personnes âgées, personnes en situation de handicap, aidants..) à découvrir les dernières innovations techniques et technologiques, permettant de favoriser le maintien à domicile.</p>	Personnes de 60 ans et plus	Gratuit	<p><b>Le centre</b>            Vincent Renoir :            05 49 61 64 69</p>
<p><b>POITIERS</b>            Le Centre,            18 bd            Jeanne            d'Arc</p>	Toute l'année du lundi au vendredi	<p>Par la réalisation de fiches conseils, de veille technologique et la présentation sur place de plusieurs centaines d'aides techniques et technologiques, notre équipe de professionnels ergothérapeute / chargé de prévention, vous permettra de découvrir les solutions adaptées à votre besoin.</p> <p>Action individuelle ou collective en fonction de la demande et des publics.</p>	Personne de 60 ans et plus	Gratuit	<p><b>Le centre</b>            Sarah Perdrix :            06 52 95 93 68</p>