Dépistage visuel et auditif

Une fois par mois, dans une commune différente, bénéficiez de l'expertise d'un professionnel de la vision ou d'un professionnel de l'audition.

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- MARDI 8 SEPTEMBRE : dépistage auditif à Sigournais
  JEUDI 8 OCTOBRE : dépistage visuel à Rochetrejoux
  MARDI 1ER DÉCEMBRE : dépistage visuel à Sainte-Cécile
  JEUDI 3 DÉCEMBRE : dépistage auditif à Rochetrejoux



Balade santé

Chaque mois, participez à une balade sur une commune du Pays de Chantonnay. Animée par Aurélien BOSSARD, éducateur sportif.

- Tarif : 2€
- Inscription obligatoire
- JEUDI 10 SEPTEMBRE à Saint-Martin-des-Noyers
  JEUDI 1ER OCTOBRE à Sainte-Cécile
  JEUDI 29 OCTOBRE à Saint-Prouant
  JEUDI 26 NOVEMBRE à Saint-Hilaire-le-Vouhis
  JEUDI 17 DÉCEMBRE à Chantonnay

Ensemble des activités accessibles aux plus de 60 ans

Balade AVC

La Communauté de communes vous invite à participer à une balade santé en autonomie, ponctuée de plusieurs arrêts, conçue pour vous informer sur l'Accident Vasculaire Cérébral (AVC).
Alors, marchez, informez-vous et prenez soin de vous sans modération.

- Septembre : Saint-Martin-des-Noyers
- Octobre : Saint-Prouant

Transport

Vous souhaitez participer à un atelier mais vous n'avez pas de moyen de transport ?

Plusieurs solutions sont possibles : covoiturage, Transport solidaire, etc. Rapprochez-vous de votre mairie.

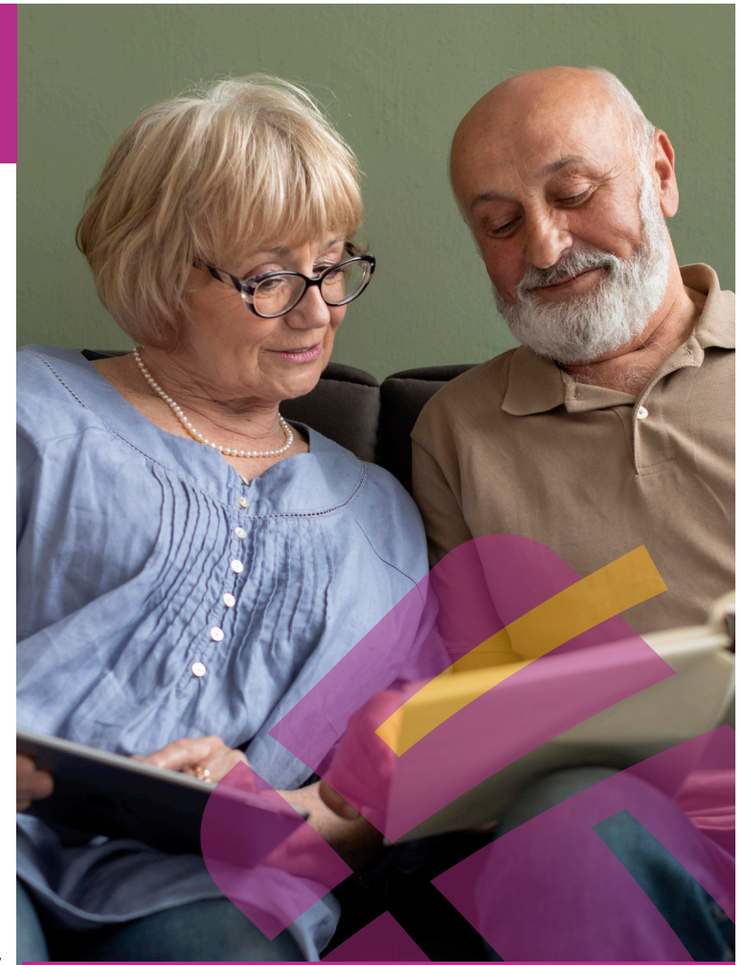
Pour toute information sur les inscriptions, le lieu ou les horaires, appelez le 02 51 94 40 23.

Partenaires

Carsat Retraite & Santé au travail Pays de la Loire — Association santé éducation et prévention sur les territoires Pays de la Loire — Commission des financeurs Vendée — Vendée Le Département

www.paysdechantonnay.fr

CIAS DU PAYS DE CHANTONNAY
Noémie CHÊNE, Directrice CIAS
Audrey SERIN, Chargée de projets Santé et Prévention
02 51 94 40 23



Programme seniors

PRÉVENTION SANTÉ

SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2026

Pays de Chantonnay | 2026

Pays de Chantonnay
Centre Intercommunal d'Action Sociale

Rigologie

Faites le plein de rire et de bonne humeur avec ce cycle de 6 ateliers de rigologie, proposé par une animatrice en yoga du rire.

- Tarif : 7 € pour les 6 séances
- Inscription obligatoire
- LES 5, 12, 19, 26 NOVEMBRE ET 3, 10 DÉCEMBRE à Rochetrejoux

Vitalité

Un cycle de 6 séances pour découvrir les clés d'une bonne santé.

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- LES 13, 20 ET 27 OCTOBRE PUIS LES 10, 17 ET 24 NOVEMBRE à Saint-Vincent-Sterlanges de 9h30 à 12h



Ciné-seniors

Découvrez les films du moment. Partagez le temps d'un film votre passion pour le cinéma !

- Tarif réduit : 4€ (à payer sur place)
- Inscription recommandée
- VENDREDI 25 SEPTEMBRE, à 14h30
  VENDREDI 4 DÉCEMBRE, à 14h30
  Ciné-Lumière, à Chantonnay



Conférence sur le deuil blanc

Mieux comprendre le deuil blanc pour accompagner un proche atteint d'une maladie évolutive.

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- MARDI 3 NOVEMBRE à Chantonnay de 14h15 à 16h15

Café papo'thé

Lors d'un moment convivial, venez échanger avec des professionnels de santé sur le thème : « Comment occuper sa retraite ? »

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- JEUDI 24 SEPTEMBRE à Chantonnay de 14h30 à 16h

L'alimentation dans tous ses états

Un cycle de 4 séances pour mettre en pratique les astuces pour une bonne alimentation.

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- LES 1, 8 ET 15 DÉCEMBRE à Saint-Prouant de 10 à 12h30 (une autre date à définir)

Bienvenue à la retraite

Bien vivre sa retraite, ça se prépare ! Venez découvrir des conseils et des ressources pour aborder cette nouvelle période de vie en toute confiance.

- Gratuit
- Inscription recommandée
- LES 3, 5, 10, 17 ET 24 NOVEMBRE à Chantonnay

Activité physique et alimentation

Bougez, partagez et adoptez de bonnes habitudes pour préserver votre autonomie et votre santé.

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- LES 16, 23, 30 SEPTEMBRE, 7, 21, 28 OCTOBRE, 4, 18, 25 NOVEMBRE ET 2, 9 ET 16 DÉCEMBRE à Bournezeau de 9h30 à 11h30

Spectacle Mois Bleu

Venez profiter d'un spectacle cabaret suivi d'un goûter dansant.

- Tarif 8 €, inscription obligatoire
- LUNID 12 OCTOBRE à 14h30, Salle Antonia à Chantonnay

En octobre découvrez un programme spécial avec : le mois bleu AU PAYS DE CHANTONNAY

Atelier «Une vie devant nous»

Prenez un moment pour revisiter votre histoire familiale et mieux comprendre les liens qui vous unissent à vos proches. Ces ateliers invitent à réfléchir à la transmission entre générations et à envisager l'avenir avec plus de sérénité.

Réunion d'information le 25 septembre à 10h30

- Gratuit
- Inscription obligatoire
- LES VENDREDIS 2, 9 OCTOBRE, 6, 13, 20, 27 NOVEMBRE ET 4 ET 11 DÉCEMBRE à Saint-Hilaire-le-Vouhis

