

SENIORS



AU PAYS DE CHANTONNAY

LES ACTIVITÉS PRÉVENTION SANTÉ

Ciné-seniors "Cocorico, on ne choisit pas ses ancêtres"

Le vendredi 04 avril à 14h30

Ciné-Lumière à Chantonnay

Sur le point de se marier, Alice et François décident de réunir leurs deux familles. Pour l'occasion, ils réservent à leurs parents un cadeau original : des tests ADN pour que chacun puisse découvrir les origines de ses ancêtres. Mais la surprise va virer au fiasco quand les Bouvier-Sauvage, grande famille aristocrate, et les Martin, beaucoup plus modestes, découvrent les résultats, pour le moins... inattendus !



Tarif : 4 € à payer sur place

Inscription obligatoire : 02.51.94.40.23 - contact@cc-paysdechantonnay.fr



Balade santé

Les 5 sens

Mardi 22 avril à 9h00 - Bournezeau

Chaque mois, explorez une commune du Pays de Chantonnay, lors des balades santé animées par Aurélien BOSSARD, éducateur sportif.

Tarif : 2 €

Inscription obligatoire : 02 51 94 40 23 - contact@cc-paysdechantonnay.fr

Partenaires



LES ACTIVITÉS PRÉVENTION SANTÉ

Dépistage visuel

Lundi 7 avril 2025, entre 9h30 et 16h00

À l'EHPAD L'Assemblée de Chantonnay



Une professionnelle de la vision, installée sur le territoire, vous accueille une fois par mois dans une commune différente pour effectuer des tests visuels, vous conseiller et si nécessaire, vous orienter vers d'autres spécialistes.

**Gratuit - Prise de rendez-vous obligatoire : 02 51 94 40 23 -
contact@cc-paysdechantonnay.fr**

Méditation Pleine Conscience

22, 29 avril, 06, 27 mai et 03, 10 juin 2025, de 10h à 11h

À Saint-Vincent-Sterlanges

Découvrez un accompagnement spécialement conçu pour les seniors, afin de vous aider à vous reconnecter à votre corps, vos ressentis et vos émotions. Grâce à des outils pratiques et des exercices simples retrouvez confiance en vous et renouez avec l'extérieur, en harmonie avec la nature. Séances en extérieur selon la météo, autour d'une marche méditative.



Atelier animé par Isabelle BORDE, sophrologue.

Tarif : 7€ pour les 6 séances

Inscription obligatoire : 02 51 94 40 23 - contact@cc-paysdechantonnay.fr

Atelier vitalité

Les 22, 29 avril et les 06, 13, 20 et 27 mai 2025 de 9h30 à 12h00

À Saint-Prouant, Salle du Petit Lundi

Cet atelier a été conçu pour vous permettre d'acquérir de nouveaux réflexes pour préserver votre capital santé afin de retarder l'apparition de troubles liés à l'avancée en âge et ainsi prévenir la perte d'autonomie.



Inscription obligatoire : 02 40 41 30 83



Balade santé - prévention AVC

Du 07 au 27 avril 2025

À Rochetrejoux



Pendant trois semaines, découvrez les bienfaits de l'activité physique en empruntant un parcours de 2,5 kilomètres accessible à tous, y compris aux poussettes, à travers les ruelles de Rochetrejoux. Tout au long du trajet, trois points d'information ludiques vous permettront d'en apprendre davantage sur l'Accident Vasculaire Cérébral.

INFORMATIONS



PAYS DE CHANTONNAY
www.paysdechantonnay.fr
02 51 94 40 23



LES ACTIONS DE NOS PARTENAIRES



Groupes de paroles France Alzheimer



Mercredi 23 avril de 14h30 à 16h30 - EHPAD Les Érables à St-Prouant

Halte Relais : accompagner en douceur le couple vers l'acceptation progressive d'aides extérieures

Inscription : 02 51 43 71 05 - contact85@francealzheimer.org

Les permanences du Nid des aidants

Mardi 15 avril de 9h00 à 12h00 - Chantonnay

Accompagner un proche en perte d'autonomie ou atteint d'une maladie peut être éprouvant. Le Nid des Aidants propose un accompagnement dédié : un rendez-vous individuels avec votre proche pour répondre à vos questions, vous orienter et vous soutenir. Un dispositif pour ne pas rester seul face aux difficultés du quotidien.



Inscription et renseignement : 06 70 77 28 61

LES ATELIERS NUMÉRIQUES

Les ateliers numériques collectifs

Jeudi 24 avril Prévention contre les arnaques

Inscription obligatoire au 06 25 05 66 55

10h à 11h30 à Bournezeau

15h à 16h30 à Sigournais



Plus d'informations
[en cliquant ici](#)

Les permanences du conseiller numérique

➤ *Mardi 22 avril - 9h à 12h*
Sigournais

➤ *Mardi 29 avril - 9h à 12h*
Saint-Germain-de-Prinçay

➤ Tous les autres jours à
Chantonay entre 9h et 12h
Rendez-vous obligatoire

LES IDÉES SORTIES DU MOIS

L'agenda de la Micro-Folie

Au mois d'avril, venez profiter des animations sur le thème du Musée du Louvre.

Salle des Arcades, place de la Liberté à Chantonay.

Du 02 au 30 avril.

Toutes les informations sur les expositions et les événements en cliquant [ICI](#)



Soirée Astronomie

Le 08 avril à partir de 20h30
À Bournezeau



Découvrez le ciel du printemps et apprenez à vous repérer parmi les étoiles. À l'œil nu ou au télescope, admirez les joyaux du ciel : galaxies, amas d'étoiles...

Inscription obligatoire : [ICI](#)

Soirée Jeux de société

Le 02 avril à 20h00
À Saint-Prouant - Salle des associations



Soirée Jazz

Le 05 avril à partir de 20h30
Ecole de musique de Chantonnay

Plus d'informations

[en cliquant ici](#)



Bal trad'

Le 12 avril à partir de 20h00
Saint-Vincent-Sterlanges

Plus d'informations

[en cliquant ici](#)



Les Joyeux Petits Souliers

d'Ukraine

Le 13 avril à 16h00
Espace Sully à Chantonnay

Réservation et informations

[en cliquant ici](#)



Visite du Domaine de la Barbinière

Le 17 avril à partir de 10h00
Chantonnay

Réservation et informations

[en cliquant ici](#)

Merci de transmettre vos évènements de mai pour le **13 avril au plus tard.**

02 51 94 40 23

sante@cc-paysdechantonay.fr

Le service prévention du CIAS du Pays de Chantonnay reste à votre disposition.

Pour se désinscrire de cette lettre d'infos, merci d'envoyer un mail à sante@cc-paysdechantonay.fr

Les informations recueillies sont conservées jusqu'au retrait de votre consentement et selon les dispositions légales, et sont destinées à un usage interne aux personnes habilitées du service Prévention du CIAS.

Conformément au Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen et du Conseil du 27 avril 2016 relatif à la protection des personnes physiques à l'égard du traitement des données à caractère personnel et à la libre circulation de ces données, vous pouvez exercer votre droit d'accès et de portabilité aux données vous concernant, les faire rectifier et les faire supprimer en nous contactant, de préférence par voie électronique, à l'adresse mail contact@cc-paysdechantonay.fr ou par voie postale en écrivant à la Communauté de communes du Pays de Chantonnay, 65 avenue du Général de Gaulle - BP 98 - 85111 Chantonnay cedex.