

SÉNIORS AGENDA

À TERRES
DE MONTAIGU

Avril
à juillet
2024



TERRES DE
MONTAIGU

ÉDITO

Terres de Montaigu, Communauté d'agglomération a fait de la santé un sujet essentiel.

Dans le cadre du Plan Familles et Santé, la Communauté d'agglomération s'engage pleinement à améliorer les services destinés aux familles, au grand âge et à la santé. Cet objectif est essentiel pour le territoire.

La mise en place du Plan Familles et Santé permet un accompagnement dans la réalisation de toutes les démarches en ligne qui vous sont nécessaires telles que : CAF, CPAM, CARSAT, MSA, Ministère de la Justice, de l'Intérieur, etc. De plus, la Communauté d'agglomération travaille notamment à l'amélioration de la prévention car toute action qui contribue au bien-être physique, mental ou social influe positivement sur notre état de santé.

Encore une fois, cette édition révisée du Seniors Agenda vous offre l'opportunité de découvrir une gamme complète d'actions spécialement conçues pour les 60 ans et plus, élaborée par les équipes de la Communauté d'agglomération, en collaboration avec ses partenaires et les associations du territoire.



Antoine CHÉREAU

Président de Terres de Montaigu,
Communauté d'agglomération



Claude DURAND

Vice-Président de Terres de Montaigu,
Communauté d'agglomération
en charge de la Santé,
Affaires sociales et Grand Âge
Maire de La Bernardière

ATELIERS NUMÉRIQUE : PLUS DE COMPLEXES AVEC LA TABLETTE !

Avez-vous déjà entendu ?

« J'ai téléchargé cette recette de cuisine »

« Tu devrais faire une visio avec ton petit-fils ! »

Ce langage vous est inconnu ? Plus pour longtemps !



Accompagnement et prévention
sur les territoires
Pays de la Loire



ATELIERS GESTES QUI SAUVENT : VENEZ APPRENDRE LES GESTES DE PREMIERS SECOURS



Se former aux gestes de premiers secours, c'est potentiellement sauver une vie, puisque personne n'est à l'abri d'un accident, d'un malaise, d'une mauvaise chute ou d'un incident domestique.

Terres de Montaigu, en partenariat avec la Protection Civile, propose une initiation aux gestes de premiers secours qui s'organise en deux temps :

- Apports théoriques : un atelier de 2h pour s'initier aux gestes de premiers secours (protection dont attaque terroriste, alerte, conduite à tenir face à un saignement abondant, victime avec perte de connaissance, compressions thoraciques, etc.).
- Mise en pratique : un atelier de 2h30 avec des mises en situation (utilisation défibrillateur, etc.).

Deux cycles sont proposés

- **Vendredi 5 avril** de 9h30 à 11h30 et **samedi 18 avril** de 9h30 à 12h
Salle Emeraude à **L'Herbergement** (69, rue Georges Clemenceau).
- **Mardi 21 mai** de 9h30 à 11h30 et **samedi 1^{er} juin** de 9h30 à 12h
Salle La Grange de Bellevue pour le 21 mai (4, impasse Joseph Guitton)
Salle omnisports pour le 1^{er} juin (12, rue des Salles) à **La Bruffière**.

Tarif : 5 € pour le cycle de 2 ateliers

TERRES DE MONTAIGU



CONTACT ET INSCRIPTIONS

 07 85 63 79 91

 monespaceservices@terresdemontaigu.fr



Si vous souhaitez vous familiariser avec votre tablette, votre smartphone et apprendre à utiliser Internet, des ateliers numérique sont proposés près de chez vous sous la forme d'un cycle de 10 séances de 2h, en petit groupe de 8 personnes. Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet.

Le mardi : 16 avril / 7, 14, 21 et 28 mai / 4, 11, 18 et 25 juin / 2 juillet de 9h30 à 12h
Salle du conseil (à la mairie) à **La Boissière-de-Montaigu**

Gratuit pour les 10 ateliers

CONTACT ET INSCRIPTIONS  02 40 41 38 53 -  contact@aseptpd.fr

FRANCE SERVICES



France
services

France Services vous accompagne dans la réalisation de vos démarches administratives en ligne relevant des opérateurs suivants : CAF, CARSAT, CPAM, MSA, France Travail, Ministère des Finances, Ministère de la Justice, Ministère de l'Intérieur.

Accueil avec ou sans rendez-vous

- **Le lundi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30**

Mairie, 1 rue de la mairie - Rocheservière

- **Le mardi et le mercredi, de 14h à 17h30**

Le jeudi de 14h à 19h

Le vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30

Mon Espace Services, 1 rue René Descartes - ZA de la Bretonnière, Montaigu-Vendée (Boufféré)

CONTACT ET PRISE DE RENDEZ-VOUS

Par téléphone auprès de votre accueil de mairie

TERRES DE
MONTAIGU

SERVICE DÉPARTEMENTAL DE L'AUTONOMIE



**Vous avez plus de 60 ans et vous rencontrez des difficultés de vie à domicile ?
Vous accompagnez une personne âgée qui rencontre des difficultés liées au vieillissement ?**

Le Service Départemental de l'Autonomie (SDA) de la Maison Départementale des Solidarités et de la Famille (MDSF) de Vendée est un lieu d'accueil et de proximité.

- Il informe sur l'ensemble des aides et services existants.
- Il oriente vers des professionnels spécialisés pour une évaluation de la situation et peut proposer un accompagnement personnalisé.

CONTACT

Maison Départementale des Solidarités et de la Famille Montaigu-Vendée

1 esplanade Verdun, 85600 Montaigu-Vendée (Montaigu) 02 28 85 75 75

Du lundi au vendredi : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

AVRIL

MAR. 2 AVRIL

DÉBUT DU CYCLE D'ATELIERS VITALITÉ

De 9h30 à 12h
Salle Chabotterie
(à la mairie)
Montréverd
(Saint-Sulpice-le-Verdon)

Gratuit

Renseignements et
inscription : 02 40 41 30 83
ou prevention_santé.blf@
msa44-85.fr

[Plus d'infos page 8](#)

MER. 3 AVRIL

DANSE COUNTRY

De 18h30 à 19h30
Salle du Pont Boisseau,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée
(Saint-Georges-
de-Montaigu)

Happy Jo Country se
réunit tous les mercredis
soir pour apprendre les
différentes techniques de
danse country

Cours débutant de 18h30
à 19h30 ; cours confirmés
de 19h30 à 21h

Animé par Max Brohan,
bénévole de l'association
Familles Rurales Saint-
Georges-de-Montaigu

Adhésion à prévoir

Réservation obligatoire :
M. Brohan 06 42 96 25 19 ou
maxbrohan@wanadoo.fr

JEU. 4 AVRIL

SENSIBILISATION AUX DERNIERS SECOURS ET À L'ACCOMPA- GNEMENT DE FIN DE VIE

De 10h à 16h30
Salle des Ecuries
du Presbytère,
32 rue Notre Dame
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

La mort fait partie
de la vie, parlons-en !

Organisé et animé
par l'équipe Derniers
secours 85

Gratuit – pensez à
apporter votre repas

Inscription obligatoire
sur derniers-secours.fr

JEU. 4 AVRIL

DICTÉE POUR TOUS

De 10h15 à 12h
Salle de la Clairière, 1 rue
des Pins L'Herbergement

Venez réfléchir à
l'orthographe et à la
grammaire, dans une
ambiance conviviale.

Pensez à apporter votre
matériel (cahier, crayon,
gomme, etc.)

Organisé par le club
Sourire d'Automne

Gratuit, ouvert à tous

Renseignements : André
Trichet au 06 75 98 69 28

JEU. 4 AVRIL

HALTE-RELAIS ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30
La Passerelle, 5 rue de
l'Arbrasève Rocheservière

Plusieurs activités
proposées à l'aidant
et à la personne aidée,
ensemble ou séparément

Organisé par France
Alzheimer

Animé par deux
intervenantes

Inscription 8 jours avant

Renseignements :
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimervendee@
orange.fr

[Plus d'infos page 20](#)

VEND. 5 AVRIL

DÉBUT DU CYCLE D'ATELIERS INITIATION AUX GESTES QUI SAUVENT

De 9h30 à 11h30
Salle Emeraude, 69 rue
Georges Clemenceau
L'Herbergement

5 € (pour le cycle
de 2 ateliers)

Renseignements et
inscription : 07 85 63 79 91
ou monespaceservices@
terresdemontaigu.fr

[Plus d'infos page 3](#)

MAR. 9 AVRIL

CONFÉRENCE « QU'EST-CE QUE LE POUTINISME ? »

À 14h30

Salle Dolia, rue de la
Cressonnière,
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Animée par Dominique
Comelli

Organisée par l'Université
Permanente

Renseignements :

06 35 44 71 74 ou
06 04 14 74 81 ou
up.terresdemontaigu@
univ-nantes.fr

MER. 10 AVRIL

DON DU SANG

De 15h30 à 19h30

Salle La Pierre aux Lutins,
6 allée de la Pierre aux
Lutins Rocheservière

Renseignements et
prise de rendez-vous :
dondesang.efs.sante.fr/
trouver-une-collecte

JEU. 11 AVRIL

BISTROT MÉMOIRE PHIL'BERTAIN : RÉFLEXOLOGIE ET ÉMOTIONS

De 15h30 à 17h

Bar-restaurant Les Amis,
1, rue du commerce
Saint-Philbert-de-
Bouaine

Lieu d'échanges et
d'accompagnement
des personnes vivant
avec des troubles de la
mémoire et leurs aidants,
dans un climat de détente
et de convivialité.

Animé par une
psychologue et une
équipe de bénévoles

Sans inscription préalable,
gratuit

Renseignements :
06 59 08 84 43 ou
bphilbertins@gmail.com

[Plus d'infos page 20](#)

LUN. 15 AVRIL

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE D'ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30

Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie
et de ses effets.

Organisé par France
Alzheimer

Gratuit, inscription
8 jours avant

Renseignements :
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimervendee@
orange.fr

[Plus d'infos page 20](#)

MAR. 16 AVRIL

DÉBUT DU CYCLE D'ATELIERS NUMÉRIQUE

De 9h30 à 12h

Salle du conseil
(à la mairie)

La Boissière-de-Montaigu

Gratuit

Renseignements et
inscription : 02 40 41 38 53
ou contact@aseptpdl.fr

[Plus d'infos page 3](#)

LE NID DES AIDANTS

Le Nid des aidants : un lieu ressource pour les aidants à domicile d'un proche atteint d'une maladie neuro-évolutive ou en perte d'autonomie.



Une plateforme d'accompagnement et de répit

- **ACCOMPAGNER** : un rendez-vous individuel est organisé avec l'aidant pour lui offrir un espace d'écoute sur son vécu au quotidien. Il peut être informé, orienté vers l'ensemble des dispositifs existants sur le territoire pour le soutenir. Un soutien psychologique est également proposé pour des conseils sur la relation d'aide.
- **ANIMER** : des ateliers de répit (sophrologie, art-thérapie, socio-esthétique, temps conviviaux, etc.) sont mis en place pour permettre aux aidants de prendre soin d'eux et se ressourcer.
- **FORMER** : une formation à destination des aidants organisée en septembre 2024.

TOUS LES LUNDIS, SUR RENDEZ-VOUS

Gratuit

Mon Espace Services, 1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière, Montaigu-Vendée (Boufféré)



LES JARDINS D'OLONNE
Maison de retraite médicalisée

CONTACT ET PRISE DE RENDEZ-VOUS

☎ 06 70 77 28 61

✉ pfr.nordest@lna-sante.com



ATELIERS NUTRITION : ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES POUR BIEN VOUS NOURRIR ET RESTER EN FORME !

Il n'est jamais trop tard pour apprendre à bien se nourrir tout en maîtrisant son budget. Ce programme vous apportera les clefs d'une alimentation équilibrée tout en gardant du plaisir, du goût et de la convivialité.

Les ateliers se présentent sous la forme d'un cycle de 5 séances de 2h30, et une dernière séance de 4h (réalisation d'un repas et déjeuner) rassemblant chacune un petit groupe de 10 à 15 personnes. Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet.

Le jeudi : 16, 23 et 30 mai / 6, 13 et 20 juin de 9h30 à 12h

Salle des Ecuries du Presbytère, 32 rue Notre Dame, **Montaigu-Vendée** (Boufféré)
Gratuit pour les 6 ateliers

CONTACT ET INSCRIPTIONS

02 40 41 30 83 ou

prevention_sante.blf@msa44-85.fr



LA LIGUE CONTRE LE CANCER ORGANISE DIFFÉRENTES ACTIVITÉS DE BIEN-ÊTRE

Ces activités sont réservées aux personnes touchées par un cancer, ainsi qu'à leurs aidants.

MÉDIATION SONORE

7, 14, 21 et 28 mai

MARCHE

11, 18 et 25 juin

SOCIO-ESTHÉTIQUE

4 juin

PILATES

2, 9 et 16 avril

Toutes les activités sont gratuites et se déroulent les mardis à 14h30.

Salle des Douves, Montaigu-Vendée (Montaigu)

CONTACT ET INSCRIPTIONS

☎ Valérie : 06 61 10 44 49

☎ Michèle : 06 65 67 10 26

✉ cd85@ligue-cancer.net

www.liguecancer85.fr/accompagner-pour-aider/activites-de-bien-etre



ATELIERS VITALITÉ : DÉCOUVREZ LES CLÉS D'UNE BONNE SANTÉ

Prendre soin de soi, acquérir les bons réflexes du quotidien, en échangeant dans la convivialité : voilà ce que vous trouverez dans ce programme, dans l'objectif de préserver votre capital santé.

Les ateliers se présentent sous la forme d'un cycle de 6 séances de 2h30, rassemblant chacune un petit groupe de 10 à 15 personnes.

Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet.

Le mardi : 2, 9 et 16 avril / 7, 14 et 21 mai de 9h30 à 12h

Salle Chabotterie (à la mairie), **Montréverd** (Saint-Sulpice-le-Verdon)

Gratuit pour les 6 ateliers

CONTACT ET INSCRIPTIONS

02 40 41 30 83 ou

prevention_sante.blf@msa44-85.fr



MAR. 16 AVRIL

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30

Salle polyvalente
La Pierre aux Lutins,
6 allée de la Pierre aux
Lutins Rocheservière

Après-midi de détente
et de rencontres, dans
une ambiance musicale
et dansante.

Animé par le Club
de l'Amitié des seniors
de Rocheservière

10 € (goûter et boissons
inclus)

Sans réservation

Renseignements :
02 51 94 99 92

JEU. 18 AVRIL

ATELIER AIDANTS- AIDÉS – MALADIE DE PARKINSON

De 10h à 12h

Salle de la Passerelle
Montaigu-Vendée
(Saint-Georges-de-
Montaigu)

Venez participer à un
atelier permettant de vous
détendre et de libérer vos
émotions entre vous et
votre proche présentant
une maladie de Parkinson.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Animé par Elodie Morteau
Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

Plus d'infos page 20

MAI

JEU. 2 MAI

DICTÉE POUR TOUS

De 10h15 à 12h

Salle de la Clairière, 1 rue
des Pins L'Herbergement

Venez réfléchir à
l'orthographe et à la
grammaire, dans une
ambiance conviviale.

Pensez à apporter votre
matériel (cahier, crayon,
gomme, etc.)

Organisé par le club
Sourire d'Automne

Gratuit, ouvert à tous

Renseignements : André
Trichet au 06 75 98 69 28

LUN. 6 MAI

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE DE PARKINSON

De 15h à 17h

Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie
et de ses effets.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Gratuit

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

Plus d'infos page 20

LUN. 13 MAI

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE D'ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30
Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie et de
ses effets.

Organisé par France
Alzheimer

Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements :
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimervendee
@orange.fr

[Plus d'infos page 20](#)

MAR. 14 MAI

CONFÉRENCE « LA BIODIVERSITÉ : ORIGINES, PÉRILS ET CONSÉQUENCES »

À 14h30
Salle Dolia, rue
de la Cressonnière,
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Animée par Jean-Noël
Hallet

Organisée par l'Université
Permanente

Renseignements : 06 35
44 71 74 ou 06 04 14 74 81
ou up.terresdemontaigu@
univ-nantes.fr

JEU. 16 MAI

DÉBUT DU CYCLE D'ATELIERS NUTRITION

De 9h30 à 12h
Salle des Ecuries du
Presbytère, 32 rue Notre
Dame Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Gratuit

Renseignements et
inscription : 02 40 41 30 83
ou prevention_santé.blf@
msa44-85.fr

[Plus d'infos page 7](#)

JEU. 16 MAI

ATELIER AIDANTS- AIDÉS – MALADIE DE PARKINSON

De 10h à 12h
Salle de la Passerelle,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Venez participer à un
atelier permettant de vous
détendre et de libérer vos
émotions entre vous et
votre proche présentant
une maladie de Parkinson.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Animé par Elodie Morteau

Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

[Plus d'infos page 20](#)

MAR. 21 MAI

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30
Salle polyvalente La
Pierre aux Lutins, 6 allée
de la Pierre aux Lutins
Rocheservière

Après-midi de détente
et de rencontres, dans
une ambiance musicale
et dansante.

Animé par le Club
de l'Amitié des seniors
de Rocheservière

10 € (goûter et boissons
inclus)

Sans réservation

Renseignements :
02 51 94 99 92

MER. 22 MAI

DANSE COUNTRY

De 18h30 à 19h30
Salle du Pont Boisseau,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Happy Jo Country se
réunit tous les mercredis
soir pour apprendre les
différentes techniques de
danse country.

Cours débutant de 18h30
à 19h30 ; cours confirmés
de 19h30 à 21h

Animé par Max Brohan,
bénévole de l'association
Familles Rurales Saint-
Georges-de-Montaigu

Adhésion à prévoir

Réservation obligatoire :
M. Brohan 06 42 96 25 19 ou
maxbrohan@wanadoo.fr

TÉLÉASSISTANCE



La téléassistance est un dispositif d'appel d'urgence qui permet de sécuriser les personnes âgées qui vivent seules chez elles.

En cas de problème (chute, malaise, etc.), la personne peut contacter une plateforme téléphonique joignable 24h/24 et 7j/7 en appuyant sur un médaillon ou une montre portée en permanence. Ce service permet de mettre en contact une personne âgée avec un proche, sans décrocher son téléphone, via un opérateur. Il nécessite une installation technique à domicile.

Le Conseil Départemental apporte son soutien au maintien des personnes âgées à leur domicile en prenant en charge l'installation et la gestion de la téléalarme. En 2022, cette aide était un forfait qui s'élevait à 45 € par foyer et n'était attribuée qu'une seule fois.

CONTACT ET RENSEIGNEMENTS

Formulaire de demande d'aide et liste des prestataires :
www.vendee-senior.fr/soutien-a-domicile/telealarme/-/teleassistance

ÉQUIPE D'APPUI EN ADAPTATION RÉADAPTATION

EQAAR : anticiper c'est se préserver !

Des professionnels vous conseillent pour que vous puissiez rester à votre domicile le plus longtemps possible, dans les meilleures conditions.

Deux ergothérapeutes, une psychologue et deux diététiciennes vous accompagnent pour adapter votre logement afin de prévenir d'éventuelles chutes et de conserver votre autonomie.

Rendez-vous d'une heure, gratuit, fixé avec votre accord à votre domicile. Des mises en situation et des essais d'aides techniques sont possibles.

CONTACT ET PRISE DE RENDEZ-VOUS

 07 85 92 48 79

 eqaarnordest@gmail.com



PRADO : RETOUR À DOMICILE APRÈS HOSPITALISATION

Le service de retour à domicile s'appuie sur la prise en charge du patient par le médecin généraliste et/ou l'infirmier en lien avec d'autres professionnels de santé (masseur-kinésithérapeute par exemple) si nécessaire. Une mise en relation avec l'assistant(e) de service social de l'Assurance Maladie et une aide au retour à domicile (aide-ménagère, portage de repas, etc.) peuvent aussi être proposées au patient selon ses besoins. La première consultation du médecin généraliste et la première visite de l'infirmier ont lieu dans les 7 jours suivant la sortie d'hospitalisation. À l'issue de ce premier contact, le médecin prescrit une démarche, ou le bilan de soins infirmiers et décide de la périodicité la plus adaptée au suivi de son patient.

A qui s'adresse PRADO ?

Ce service est destiné aux personnes atteintes de pathologie chronique, à toute personne après une intervention chirurgicale, ainsi qu'aux personnes de 75 ans et plus, quel que soit le motif de leur hospitalisation.

CONTACT

ameli.fr ou 3646 service gratuit
+ prix d'un appel



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

LOISIRS ET ACTUALITÉS SPORT SUR LE TERRITOIRE

Retrouvez le programme du Théâtre de Thalie et du Site Saint-Sauveur, ainsi que tous les événements sportifs et culturels sur terresdemontaigu.fr/agenda/

LES 13^e FLORALIES INTERNATIONALES S'INVITENT À LA CHABOTTERIE

Les Floralies Internationales, première manifestation florale et ornementale en France, ont lieu tous les 5 ans depuis 1956.

Placée sous le signe des jeux, la prochaine édition se déclinera autour du thème « Jeux de fleurs » en clin d'œil à l'actualité 2024, année de l'organisation des Jeux Olympiques à Paris pour la 1^{ère} fois depuis 100 ans.

Du 17 au 26 mai, de 9h30 à 21h

La Chabotterie Montréverd (Saint-Sulpice-le-Verdon)

RENSEIGNEMENTS :

ticketmaster.fr/fr/manifestation/les-floralies-internationales-billet/

JUIN

JEU. 23 MAI

HALTE-RELAIS ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30
La Passerelle, 5 rue de
l'Arbrasève Rocheservière

Plusieurs activités
proposées à l'aidant et à la
personne aidée, ensemble
ou séparément.

Organisé par France
Alzheimer

Animé par deux
intervenantes

Inscription 8 jours avant

Renseignements :
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimervendee@
orange.fr

[Plus d'infos page 20](#)

JEU. 30 MAI

BISTROT MÉMOIRE PHIL'BERTAIN : ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

De 15h30 à 17h
Bar-restaurant Les Amis,
1, rue du commerce
Saint-Philbert-de-Bouaine

Lieu d'échanges et
d'accompagnement des
personnes vivant avec des
troubles de la mémoire
et leurs aidants, dans un
climat de détente et de
convivialité.

Animé par une
psychologue et une
équipe de bénévoles

Sans inscription préalable,
gratuit

Renseignements :
06 59 08 84 43 ou
bmphilbertins@gmail.
com

[Plus d'infos page 20](#)

MER. 5 JUIN

DANSE COUNTRY

De 18h30 à 19h30
Salle du Pont Boisseau,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Happy Jo Country se
réunit tous les mercredis
soir pour apprendre les
différentes techniques de
danse country.

Cours débutant de 18h30
à 19h30 ; cours confirmés
de 19h30 à 21h

Animé par Max Brohan,
bénévole de l'association
Familles Rurales Saint-
Georges-de-Montaigu
Adhésion à prévoir

Réservation obligatoire :
M. Brohan 06 42 96 25 19 ou
maxbrohan@wanadoo.fr

JEU. 6 JUIN

DICTÉE POUR TOUS

De 10h15 à 12h
Salle de la Clairière,
1 rue des Pins
L'Herbergement

Venez réfléchir à
l'orthographe et à la
grammaire, dans une
ambiance conviviale.

Pensez à apporter votre
matériel (cahier, crayon,
gomme, etc.)

Organisé par le club
Sourire d'Automne

Gratuit, ouvert à tous

Renseignements : André
Trichet au 06 75 98 69 28

JEU. 6 JUIN

HALTE-RELAIS ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30

La Passerelle, 5 rue de
l'Arbrasève Rocheservière

Plusieurs activités
proposées à l'aidant
et à la personne aidée,
ensemble ou séparément.

Organisé par France
Alzheimer

Animé par deux
intervenantes

Inscription 8 jours avant

Renseignements :

02 51 43 71 05 ou

france-alzheimervendee@
orange.fr

Plus d'infos page 20

DIM. 16 JUIN

RANDONNÉE CYCLO ET MARCHÉ

A partir de 7h30

Salle polyvalente,

rue des Nouettes

Montréverd (Mormaison)

Parcours cyclo

45 / 65 / 82 kms

Parcours marche

8 / 13 / 18 kms

Parcours gravel :

60 / 80 / 100 kms

Organisée par Montréverd
Sports

Inscription de 7h30 à 9h30

6€

Renseignements :

montréverdsports@

gmail.com

LUN. 17 JUIN

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE D'ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30

Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie
et de ses effets.

Organisé par France
Alzheimer

Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements :

02 51 43 71 05 ou

france-alzheimervendee@
orange.fr

Plus d'infos page 20

MAR. 18 JUIN

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30

Salle polyvalente

La Pierre aux Lutins,
6 allée de la Pierre aux
Lutins Rocheservière

Après-midi de détente
et de rencontres, dans
une ambiance musicale
et dansante.

Animé par le Club
de l'Amitié des seniors
de Rocheservière

10 € (goûter et boissons
inclus)

Sans réservation

Renseignements :

02 51 94 99 92



GARDONS LA FORME !

L'association Siel Bleu organise plusieurs séances d'activité physique adaptée.

MONTAIGU-VENDÉE (MONTAIGU)

Salle des Douves,
place de l'Hôtel-de-Ville
Mardi de 9h15 à 10h15
Mercredi de 9h30 à 10h30
Mercredi de 10h45 à 11h45
(spécifique fibromyalgie)
Vendredi de 11h à 12h

MONTAIGU-VENDÉE (SAINT-GEORGES-DE-MONTAIGU)

Maison de Quartier,
place du Gué-des-Joncs
Lundi de 9h15 à 10h15
Lundi de 11h à 12h
(spécifique fibromyalgie)

MONTAIGU-VENDÉE (LA GUYONNIÈRE)

Salle du Foyer Rural,
rue du Commerce
Mardi de 9h30 à 10h30

MONTAIGU-VENDÉE (SAINT-HILAIRE-DE-LOULAY)

Salle du Foyer Soleil
Vendredi de 9h à 11h

CUGAND

Salle du Mingot, rue du Président
Auguste Durand
Vendredi de 9h30 à 10h30

LA BERNARDIÈRE

Maison Athéna, rue de la Poste
Jeudi de 9h15 à 10h15

LA BRUFFIÈRE

Salle Polyvalente,
place Vincent Ansquer
Mardi de 9h à 10h

MONTRÉVERD (SAINT-ANDRÉ-TREIZE-VOIES)

Salle des Forges, 6 rue de la Mairie
Lundi de 9h15 à 10h15

TARIF

54 € par trimestre
+ 18 € d'adhésion annuelle

CONTACT ET INSCRIPTIONS

 Nicolas GUETTE : 06 63 58 98 27

MAISON SPORT SANTÉ

Vous souhaitez reprendre une activité physique ? Maison Sport Santé est là pour vous accompagner.

Un professionnel vous accueille pour :

- vous sensibiliser sur les bienfaits d'une activité physique, échanger sur vos besoins et vos objectifs ;
- vous informer de l'offre sport santé présente sur le territoire ;
- vous informer sur les dispositifs et les aides financières existants (coupons découvertes, mutuelles, coupon sénior).

La Maison Sport Santé est ouverte à tous, mais s'adresse particulièrement :

- aux personnes en bonne santé qui n'ont jamais pratiqué d'activité physique et sportive ou qui n'en n'ont pas fait depuis longtemps et qui souhaitent s'y remettre avec un accompagnement ;
- aux personnes atteintes d'une maladie chronique, en situation de handicap ou en affection de longue durée, nécessitant un accompagnement vers une activité physique adaptée sécurisée.

Permanences sur rendez-vous, le mardi de 13h30 à 16h30

Mon Espace Services, 1 rue René Descartes - ZA de la Bretonnière, Montaigu-Vendée (Boufféré)

RENSEIGNEMENT ET PRISE DE RENDEZ-VOUS

 06 99 22 51 40

 apa.vendee@franceolympique.com



AIDES À LA PRATIQUE SPORTIVE

Vous avez plus de 60 ans et vous avez envie de (re)commencer une activité sportive en club ?

Plusieurs aides sont possibles pour pratiquer au sein de structures sportives :

- Le coupon senior : aide de 80 € pour les personnes de plus de 60 ans.

CONTACT

CDOS (Comité Départemental Olympique et Sportif)
de la Vendée  06 20 36 62 78 - 02 51 44 27 59

- Les complémentaires santé : certaines mutuelles prennent en charge le coût d'une activité physique.



JEU. 20 JUIN

ATELIER AIDANTS- AIDÉS – MALADIE DE PARKINSON

De 10h à 12h
Salle de la Passerelle,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Venez participer à un
atelier permettant de vous
détendre et de libérer vos
émotions entre vous et
votre proche présentant
une maladie de Parkinson.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Animé par Elodie Morteau

Gratuit, inscription
8 jours avant

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

Plus d'infos page 20

VEND. 21 JUIN

DÉBUT DU CYCLE D'ATELIERS INITIATION AUX GESTES QUI SAUVENT

De 9h30 à 11h30
Salle La Grange de
Bellevue, 4 impasse
Joseph Guitton
La Bruffière

5 € (pour le cycle
de 2 ateliers)

Renseignements et
inscription : 07 85 63 79 91
ou monespaceservices@
terresdemontaigu.fr

Plus d'infos page 3

JEU. 27 JUIN

BISTROT MÉMOIRE PHIL'BERTAIN : SORTIE CONVIVIALE

De 15h30 à 17h
Bar-restaurant Les Amis,
1, rue du commerce
Saint-Philbert-de-
Bouaine

Lieu d'échanges et
d'accompagnement des
personnes vivant avec des
troubles de la mémoire
et leurs aidants, dans un
climat de détente et de
convivialité.

Animé par une
psychologue et une
équipe de bénévoles

Prendre contact pour
connaître le lieu de
rendez-vous

Renseignements :
06 59 08 84 43 ou
bmphilbertins@gmail.com

Plus d'infos page 20

LUN. 1ER JUIL.

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE DE PARKINSON

De 15h à 17h
Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie et de
ses effets.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Gratuit

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

Plus d'infos page 20

LUN. 15 JUIL.

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS – MALADIE D'ALZHEIMER

De 14h30 à 16h30
Mon Espace Services,
1 rue René Descartes –
ZA de la Bretonnière,
Montaigu-Vendée
(Boufféré)

Venez échanger librement
autour de la maladie
et de ses effets.

Organisé par France
Alzheimer

Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements :
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimervendee@
orange.fr

[Plus d'infos page 20](#)

MAR. 16 JUIL.

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30
Salle polyvalente La
Pierre aux Lutins, 6 allée
de la Pierre aux Lutins
Rocheservière

Après-midi de détente
et de rencontres, dans
une ambiance musicale
et dansante.

Animé par le Club
de l'Amitié des seniors
de Rocheservière

10 € (goûter et boissons
inclus)

Sans réservation

Renseignements :
02 51 94 99 92

JEU. 18 JUIL.

ATELIER AIDANTS- AIDÉS – MALADIE DE PARKINSON

De 10h à 12h
Salle de la Passerelle,
rue du Prieuré
Montaigu-Vendée (Saint-
Georges-de-Montaigu)

Venez participer à un
atelier permettant de vous
détendre et de libérer vos
émotions entre vous et
votre proche présentant
une maladie de Parkinson.

Organisé par le
Groupement des
Parkinsoniens

Animé par Elodie Morteau
Gratuit, inscription 8 jours
avant

Renseignements : Mme
Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@
orange.fr ou Mme Roux
au 06 10 70 02 16

[Plus d'infos page 20](#)

DES AIDES POUR ADAPTER SON LOGEMENT AU VIEILLISSEMENT ET AU HANDICAP

Terres de Montaigu déploie un panel d'aides avec ses partenaires pour accompagner financièrement les personnes en perte d'autonomie ou en situation de handicap, dans la réalisation de travaux d'adaptation de leur logement.

Le maître-mot : anticiper ! Dès l'âge de 60 ans, les propriétaires peuvent prétendre à l'aide MaPrimeAdapt', variable selon l'âge et les revenus. Tout au long de leur projet, les habitants du territoire peuvent bénéficier d'un accompagnement personnalisé et gratuit par un conseiller spécialisé à Mon Espace Habitat.

CONTACT ET RENSEIGNEMENTS

Mon Espace Habitat

☎ 02 51 46 46 14

✉ monespacehabitat@terresdemontaigu.fr

Mardi et mercredi :

9h30 à 12h30 et 14h30 à 17h30

Jeudi : 9h30 à 12h30 et 14h30 à 19h

Vendredi : 9h30 à 17h30

Samedi : 9h30 à 12h



**TERRES DE
MONTAIGU**

PRÉVENIR LES ACTES DE DÉLINQUANCE

5 règles d'or pour vous protéger !

Le Conseil Départemental de la Vendée, l'Union Départementale des CCAS, la Gendarmerie et la Police Nationale vous conseillent pour mieux vous protéger contre la délinquance.

- Je n'ouvre pas ma porte à un(e) inconnu(e).
- Je ferme toujours ma porte à clé.
- Je ne détiens pas et je ne transporte pas d'importantes sommes d'argent liquide.
- Je range mes clés de maison et de voiture ainsi que mes papiers importants dans un lieu sûr (j'évite de les laisser dans mon entrée ou sur un meuble).
- Au moindre doute, je compose le 17 pour alerter la Gendarmerie ou la Police.



**POLICE
NATIONALE**



VENDÉE
LE DÉPARTEMENT

Vous accompagnez au quotidien un proche de plus de 60 ans fragilisé par l'âge, la maladie ou le handicap ?

DÉCOUVREZ LES RESSOURCES QUI PEUVENT VOUS APPORTER SOUTIEN ET RÉPIT

GROUPES DE PAROLE

Accompagner un proche atteint par la maladie d'Alzheimer peut parfois plonger les familles dans l'isolement et le désarroi. Parler, partager son ressenti et ses expériences est alors très important.

Le groupe de parole offre un espace de soutien et d'écoute à l'intérieur duquel les aidants familiaux vont se rencontrer et échanger librement sur les problématiques vécues au cours de l'accompagnement d'un proche.

Deux groupes de parole existent sur le territoire

- Pour les aidants qui accompagnent un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou apparentée.
- Pour les aidants qui accompagnent un proche atteint de la maladie de Parkinson.

Renseignements : Mme Blain au 06 18 23 36 31 mariehubertblain@orange.fr ou Mme Roux au 06 10 70 02 16

ACCUEIL DE JOUR

Ce service accueille à la journée des personnes présentant des troubles cognitifs ou des troubles de la mémoire avec une autonomie suffisante pour participer à des activités. Diverses activités sont proposées : atelier cuisine, atelier mémoire, activité physique adaptée, sorties, etc. Le repas est pris sur place avec le groupe.

L'accueil peut se faire à la journée ou à la ½ journée, un ou plusieurs jours par semaine.

24 places d'accueil de jour existent sur le territoire, réparties au sein de 4 établissements

- La Passerelle (dans les locaux de l'EHPAD).
5, rue de l'Arbrasève à Rocheservière
02 51 94 90 44

- Les mots bleus
6, rue du Fromenteau à Montaigu-Vendée (La Guyonnière).
02 51 24 23 54
- Étoile du soir (dans les locaux de l'EHPAD).
54, rue du stade à La Bruffière 02 51 42 50 62
- Le septier d'or (dans les locaux de l'EHPAD).
12, rue de la Sainte-Famille à Treize-Septiers
02 51 41 52 10



BISTROT MÉMOIRE

Le bistrot mémoire propose un moment d'échanges et d'écoute, ouvert aux aidants accompagnés de leur proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou apparentée.

Renseignements : 06 59 08 84 43
ou bmphilbertins@gmail.com

HALTE-RELAIS ALZHEIMER

Ce dispositif permet d'accompagner en douceur le couple aidant-aidé vers l'acceptation progressive d'aides extérieures.

Il apprend à l'aidant familial principal à passer le relais et à se séparer un temps de la personne qu'il accompagne pour se reposer et prendre du temps pour lui.

Plusieurs activités sont proposées : jeux de société, chant, musique, promenade, gymnastique douce, peinture, etc. Le temps d'accueil se conclut par un temps de partage et de convivialité autour d'un goûter.

Renseignements : 02 51 43 71 05 ou france-alzheimervendee@orange.fr

HÉBERGEMENT TEMPORAIRE

L'hébergement temporaire permet aux personnes âgées vivant à domicile de trouver une solution d'hébergement de courte durée.

Il est possible d'être hébergé temporairement dans un EHPAD ou chez des accueillants familiaux. L'hébergement temporaire permet aux personnes en perte d'autonomie de continuer à vivre chez elles, mais également pour leurs aidants, cela leur permet de s'absenter ponctuellement du domicile.

Renseignements :
auprès de votre accueil de mairie

RÉPIT À DOMICILE

Le service de répit à domicile Bulle d'Air propose l'intervention d'un professionnel à votre domicile, en journée (à partir de 3h consécutives), de nuit ou 24h/24h durant un week-end ou plus.

Renseignements : Bulle d'Air Vendée (association ADMR Aide aux aidants) 02 51 44 11 55 ou bulledair@admr85.org

AIDES À LA MOBILITÉ

Comment se rendre aux activités ?

Rendez-vous administratif ou médical, participation à une activité de loisirs, courses, etc. : pour vos déplacements occasionnels sur le territoire, plusieurs possibilités s'offrent à vous.

« SORTIR PLUS »

« Sortir Plus » est un service permettant aux retraités Agirc-Arrco de 75 ans et plus de faire des sorties accompagnées par une personne de confiance.

Ce service est entièrement pris en charge sans conditions de ressources.

Pour en bénéficier, il suffit :

- d'en faire la demande par téléphone au 09 71 09 09 71 (service gratuit + prix appel) ou d'effectuer une demande de rappel via le site services75ans.agirc-arrco.fr, un compte « Sortir Plus » vous sera ouvert par votre téléconseiller et crédité d'une enveloppe de 450 € maximum utilisable tout au long de l'année ;
- de contacter votre conseiller chaque fois que vous souhaitez organiser une sortie (courses, coiffeur, rendez-vous médicaux, visites à la famille, promenade, etc.).

Une fois la nature de votre demande précisée (véhiculée ou non, durée, distance), votre conseiller se chargera de trouver un accompagnateur membre d'une structure d'aide à domicile proche de chez vous et de régler les détails financiers.



RETRAITE COMPLÉMENTAIRE
agirc-arrco

AUTRES SOLUTIONS DE TRANSPORT

Pour tous vos déplacements, pensez également à l'offre de transport locale (taxi, VTC, etc.) ainsi qu'au train (gare de Montaigu-Vendée et de L'Herbergement, halte ferroviaire de Cugand).

www.terresdemontaigu.fr/vivre/mobilite-transport/



TRANSPORT SOLIDAIRE

Vous pouvez faire appel au transport solidaire si vous n'avez pas de moyen de locomotion. Les réservations doivent être effectuées au moins 48h à l'avance. En fonction de votre lieu d'habitation, vous pouvez faire appel à plusieurs organismes.

MONTAIGU-VENDÉE

Association « Réseau d'échange solidaire »

Réservation au parc Henri-Joyau, le dernier vendredi de chaque mois de 10h à 12h au **07 82 17 46 23**
Adhésion annuelle à l'association de 10€

Commune déléguée de Saint-Hilaire-de-Loulay

Transport solidaire communal
Inscription et réservation au **02 51 09 21 21**

LA BOISSIÈRE-DE-MONTAIGU

Mairie de La Boissière-de-Montaigu

Inscription et réservation auprès de la mairie, sur place, ou au **02 51 41 61 08** ou à buxia@boissieredemontaigu.fr
ou auprès de Michelle Champain au **06 16 59 53 37**

CUGAND

CCAS de Cugand

Inscription à la mairie de Cugand au **02 51 43 70 70**

SAINT-PHILBERT-DE-BOUAINE

CCAS de Saint-Philbert-de-Bouaine

Inscription à la mairie de Saint-Philbert-de-Bouaine au **02 51 41 91 17**
Réservation auprès des conducteurs bénévoles au minimum 72h à l'avance

LA BRUFFIÈRE

Familles Rurales

Inscription et réservation auprès des référents :
Françoise Audiat : **06 71 23 03 02**
Patrice Bodin : **06 60 97 85 64**
Monique Boutet : **07 50 68 23 52**
Liliane Gautier : **06 17 82 24 98**
Jean-François Martin : **06 78 70 88 47**
Gilles et Annie Rambaud : **06 51 50 52 62**
Lionel Savarieau : **06 79 34 38 27**

L'HERBERGEMENT

CCAS de l'Herbergement

Inscription à la mairie de l'Herbergement ou par téléphone au **02 51 42 81 74**

MONTRÉVERD

CCAS de Montréverd

Inscription et réservation auprès de chaque mairie déléguée ou par téléphone au **02 51 42 80 65**

ROCHESERVIÈRE

CCAS de Rocheservière

Inscription et réservation à la mairie de Rocheservière ou par téléphone au **02 51 94 90 35**

TREIZE-SEPTIERS

CCAS de Treize-Septiers

Inscription et réservation à la mairie de Treize-Septiers ou par téléphone au **02 51 41 72 07**



**SAVE
THE
DATE**

NE MANQUEZ PAS LE 1^{er} FORUM
POUR BIEN VIEILLIR À DOMICILE
DE TERRES DE MONTAIGU

Conférences, stands d'information et ateliers

Le mardi 15 octobre, après-midi

Salle Dolia, à Montaigu-Vendée
(Saint-Georges-de-Montaigu)

**TERRES DE MONTAIGU,
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION**

35 avenue Villebois Mareuil | BP40306
85603 MONTAIGU-VENDEE

Pôle Cohésion sociale

Direction de la Santé et des Solidarités
07 85 63 79 91
monespaceservices@terresdemontaigu.fr

WWW.TERRESEMONTAIGU.FR



**TERRES DE
MONTAIGU**