

SÉNIORS AGENDA

SUR TERRES
DE MONTAIGU

Janvier à
mars 2022



TERRES DE
MONTAIGU





« Une nouvelle fois, dans cette 7^e édition du **Séniors Agenda, Terres de Montaigu vous propose de retrouver toutes les activités organisées sur le territoire et ouvertes à tous.**

Au programme de janvier à mars 2022 : des sorties culturelles (cinéma, opéra, dictées), des loisirs (concours de belotes, après-midi dansants) et bien sûr des séances d'activités physiques. Vous pourrez également y retrouver un atelier de prévention des chutes et un atelier intitulé « une vie devant nous », atelier de prévention du bien-être.

En cette période particulière, il faut rester vigilant, tout doit être fait pour nous préserver et préserver les autres du virus. Il est important de continuer à respecter les gestes barrières. Si cela est nécessaire, certains évènements présentés ici pourront être annulés ou reportés.

Je vous souhaite à toutes et tous une bonne année et surtout une bonne santé !

Bonne lecture et prenez soin de vous ! »»



Antoine CHÉREAU

Président de Terres de Montaigu,
communauté d'agglomération



Francis BRETON

Vice-Président de Terres de Montaigu,
communauté d'agglomération
Président de la commission Santé,
Grand âge et Insertion
Maire de Saint-Philbert-de-Bouaine



JANVIER

LUN.
03
JANV.

GRUPE DE PAROLE SUR LA MALADIE DE PARKINSON

De 15h à 16h30
Mon Espace Services
1 rue René Descartes -
ZA de la Bretonnière
Montaigu-Vendée (Boufféré)

Organisé par le Groupement
des Parkinsoniens.
Renseignements auprès de
Mme Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@orange.fr
ou auprès de Mme Roux
au 06 10 70 02 16

MAR.
04
JANV.

YOGA

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 15](#)

JEU.
06
JANV.

BALLET : LE LAC DES CYGNES

A 19h30
Cinéma Caméra 5,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Tarif : 15 €

Achat sur place ou en ligne :
camera5terresdemontaigu.fr

JEU.
06
JANV.

DICTÉE

De 10h15 à 12h
Salle de la Clairière
L'Herbergement

Organisé par la mairie
de l'Herbergement.
Plaisir d'écrire un texte d'auteur
sous la dictée et réaliser
quelques exercices
Gratuit / sans réservation

VEN.
07
JANV.

ATELIER REMUE-MENINGES

De 10h30 à 11h30
Petite salle polyvalente,
Treize-Septiers

Faire travailler sa mémoire
de manière ludique,
sans aucune compétition
Organisé par la commission
de service à la personne
de Treize-Septiers
Gratuit / sans réservation

MAR.
11
JANV.

YOGA

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 15](#)

MER.
12
JANV.

ATELIER PIED

[Plus d'infos page 5](#)

LUN.
17
JANV.

GRUPE DE PAROLE DES AIDANTS

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

Organisé par France Alzheimer
Inscription (8 jours avant) /
Renseignements au
02 51 43 71 05 ou
france-alzheimer-vendee@
orange.fr - Gratuit



RETROUVEZ
TOUTES LES
DATES DANS
L'AGENDA !

FAITES UN PIED DE NEZ AUX CHUTES AVEC LES ATELIERS PIED

Vous avez déjà fait une chute ou craignez de chuter ?
Vous souhaitez préserver votre mobilité et votre autonomie ?
Vous voulez améliorer votre équilibre ?

Ce programme s'adresse à vous !

Par groupe de 10 à 15 personnes, venez participer au Programme Intégré d'Equilibre Dynamique (PIED) qui permet de prévenir les chutes chez les personnes de plus de 60 ans.

12 SÉANCES de 10h à 11h30, les mercredis

À la Maison de quartier – Place du Gué des Joncs
à Montaigu-Vendée (Saint-Georges-de-Montaigu)

- 12, 19 et 26 Janvier
- 2, 9, 16 et 23 Février
- 9, 16, 23 et 30 Mars
- 6 Avril



Ateliers animés par des professionnels formés.
10€ par participants pour l'ensemble du cycle.
Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet (12 séances).

RÉSERVATIONS ET RENSEIGNEMENTS

Atelier PIED auprès
de Mme Françoise BABARIT
au 06 24 82 41 68 ou à
francoise.babarit.fanfie@gmail.com





JANVIER - FÉVRIER

MAR.
18
JANV.

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30
Salle polyvalente
« La Pierre aux Lutins »
Rocheservière

Tarif : 8€ comprenant goûter
et boissons / sans réservation
Organisé par le club de l'amitié
des aînés de Rocheservière

MAR.
18
JANV.

AUTO-HYPNOSE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

Plus d'infos page 7

MER.
19
JANV.

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

JEU.
20
JANV.

BISTROT MEMOIRE

De 15h30 à 17h
Bar les amis -
Saint-Philbert-de-Bouaine

Organisé par les Bistrots
Mémoires Phil'bertins
Plus de renseignements
au 06 59 08 84 43 ou par mail
bphilbertins@gmail.com

JEU.
20
JANV.

CAFÉ NUTRITION

De 14h30 à 16h
Restaurant Patati Patata,
ZAE de Bellevue
Montaigu-Vendée (Boufféré)

Tarif : 14€ par personne
avec une boisson
et une collation comprise.
Organisées par Manuella
Remaud et Chantal Éluère
Diététiciennes nutritionnistes
Inscriptions et réservations :
06 71 26 34 84

MAR.
25
JANV.

AUTO-HYPNOSE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

Plus d'infos page 7

MER.
26
JANV.

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

MAR.
01
FÉV.

SOPHROLOGIE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

Plus d'infos page 7

MER.
02
FÉV.

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5



RETROUVEZ
TOUTES LES
DATES DANS
L'AGENDA !

LIGUE CONTRE LE CANCER

MARCHONS !

Des activités sportives sont organisées par la Ligue contre le Cancer.

YOGA - 4 et 11 janvier

Le yoga est une discipline spirituelle et corporelle qui vise à libérer l'esprit par la parfaite maîtrise du corps. Il permet un renforcement musculaire, de la détente et des bienfaits sur le moral.

AUTO-HYPNOSE - 18 et 25 janvier

L'auto-hypnose est une technique, destinée à se plonger soi-même dans un état hypnotique. Cette pratique vise à affronter ses peurs et à améliorer son état psychologique, mais aussi physiologique.

SOPHROLOGIE - 1^{er} et 22 février - 1^{er} et 8 mars

La sophrologie est une technique de relaxation, de gestion du stress et des émotions. L'objectif est de se concentrer sur du positif passé ou présent, des moments agréables de sa vie, de sa journée... afin de ne pas renforcer l'aspect négatif de la maladie.

SÉANCE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE - 15, 22 et 29 mars

Des enchaînements d'exercices qui vont permettre de renforcer les muscles du corps pour une plus grande autonomie.

ATELIERS GRATUITS

Réservés aux personnes touchées par un cancer, ainsi qu'à leurs aidants.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Auprès de Valérie au 06 61 10 44 49
ou de Barbara VASSEUR au 06 63 75 53 35

LA LIGUE CONTRE LE CANCER :

02 51 44 63 28 – cd85@ligue-cancer.net





FÉVRIER

JEU.
03
FÉV.

OPÉRA EN DIRECT : LES NOCES DE FIGARO

A 19h15
Cinéma Caméra 5,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Tarif : 15 €
Achat sur place ou en ligne :
camera5terresdemontaigu.fr

JEU.
03
FÉV.

DICTÉE

De 10h15 à 12h
Salle de la Clairière
L'Herbergement

Organisé par la mairie
de l'Herbergement.
Plaisir d'écrire un texte d'auteur
sous la dictée et réaliser
quelques exercices
Gratuit / sans réservation

VEN.
04
FÉV.

ATELIER REMUE-MENINGES

De 10h30 à 11h30
Petite salle polyvalente,
Treize-Septiers

Faire travailler sa mémoire
de manière ludique,
sans aucune compétition
Organisé par la commission
de service à la personne
de Treize-Septiers
Gratuit / sans réservation

MER.
09
FÉV.

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

LUN.
14
FÉV.

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS

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

Organisé par France Alzheimer
Inscription (8 jours avant) /
Renseignements au
02 51 43 71 05 ou france-
alzheimer-vendee@orange.fr
Gratuit

MAR.
15
FÉV.

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30
Salle polyvalente
« La Pierre aux Lutins »
Rocheservière

Tarif : 8€ comprenant goûter
et boissons / sans réservation
Organisé par le club de l'amitié
des aînés de Rocheservière

MER.
16
FÉV.

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

VEN.
18
FÉV.

UNE VIE DEVANT NOUS

De 9h à 12h
Maison Athéna -
La Bernardière

Animé par Nathalie Feuildet,
Thérapeute Familiale
et de Couple Systémique
Plus d'infos page 11

CINÉ SENIORS

Lundi 28 février et mardi 1^{er} mars 2022

À 15H

au Cinéma Caméra 5



● LE TRÉSOR DU PETIT NICOLAS

Durée : 1h43

Dans le monde paisible du Petit Nicolas, il y a Papa, Maman, l'  cole, mais surtout, sa bande de copains. Ils s'appellent Les Invincibles, mais ils sont avant tout inséparables. Du moins le pensent-ils. Car quand Papa reçoit une promotion et annonce que la famille doit déménager dans le sud de la France, le petit monde de Nicolas s'effondre. Comment imaginer la vie sans ses meilleurs amis ?



● MYSTÈRE Durée : 1h34

Stéphane décide d'emménager dans les belles montagnes du Cantal afin de renouer avec sa fille de 8 ans, Victoria, mutique depuis la disparition de sa maman. Lors d'une promenade en forêt, un berger confie à Victoria un chiot nommé « Mystère » qui va petit-à-petit lui redonner goût à la vie. Mais très vite, Stéphane découvre que l'animal est en réalité un loup... Malgré les mises en garde et le danger de cette situation, il ne peut se résoudre à séparer sa fille de cette boule de poils d'apparence inoffensive.

INSCRIPTIONS & RÈGLEMENTS

   l'Office de Tourisme Terres de Montaigu, à partir du **1^{er} Février 2022**.

67 rue Georges Clémenceau, Montaigu-Vendée (Montaigu).

02 51 06 39 17

Tarif réduit : 4   par personne, gratuité pour les animateurs des structures.

Salle accessible aux personnes en fauteuils roulants, dans la limite de 10 places.

Selon l'évolution de la crise sanitaire, le nombre de place pourra être limité et le pass sanitaire demandé.



FÉVRIER - MARS

SAM.
19
FÉV.

CONCOURS DE BELOTE SANS ANNONCE

Inscriptions à partir de 13h45
Salle Saint-André, Montréverd
(Saint-André-Treize-Voies)

Organisé par le club Détente
Trévoise. Bar et pâtisseries
sur place. Payant.

MAR.
22
FÉV.

SOPHROLOGIE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 7](#)

MER.
23
FÉV.

ATELIER PIED

[Plus d'infos page 5](#)

JEU.
24
FÉV.

BISTROT MÉMOIRE

De 15h30 à 17h
Bar les amis
1 rue du commerce,
Saint-Philbert-de-Bouaine

Organisé par les Bistrots
Mémoires Phil'bertins

Plus de renseignements au
06 59 08 84 43 ou par mail
bmphilbertins@gmail.com

JEU.
24
FÉV.

CAFÉ NUTRITION

De 14h30 à 16h
Restaurant Patati Patata,
ZAE de Bellevue
Montaigu-Vendée (Boufféré)

Tarif : 14€ par personne avec
une boisson et une collation
comprise.

Organisées par Manuella
Remaud et Chantal Éluère
Diététiciennes nutritionnistes
Inscriptions et réservations :
06 71 26 34 84

SAM.
26
FÉV.

CONCOURS DE BELOTE

À partir de 14h
Salle des fêtes,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par le club de l'amitié
de Montaigu

Tarif : 8€ / Inscriptions sur place

MAR.
01
MARS

SOPHROLOGIE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 7](#)

JEU.
03
MARS

DICTEE

De 10h15 à 12h
Salle de la Clairière
L'Herbergement

Organisé par la mairie
de l'Herbergement.
Plaisir d'écrire un texte d'auteur
sous la dictée et réaliser
quelques exercices
Gratuit / sans réservation



« Le mot que je choisis pour définir la vie devant nous c'est : rencontre ; j'ai apprécié les échanges que nous avons eu entre les participants »
Un participant du programme.

UNE VIE DEVANT NOUS !

Par groupe de 6 à 12 personnes, venez découvrir ce nouveau programme de prévention piloté, accompagné et soutenu par la MSA qui vous permettra d'acquérir des outils de compréhension de votre histoire familiale (de vie) et de comprendre comment cette même histoire reste active dans vos comportements au quotidien.

CES ATELIERS ONT POUR OBJECTIFS :

- Développer la connaissance et l'estime de soi
- Accompagner l'acceptation de l'histoire familiale
- Encourager la mise en place de nouveaux liens familiaux
- Aider les personnes à se projeter dans le futur

8 séances de 3h. Tous les 15 jours.

18 janvier - 4 mars - 18 mars - 1^{er} avril - 15 avril - 29 avril - 13 mai - 27 mai

Chaque participant s'engage à suivre un cycle complet (soit les 8 séances)

Ateliers animés par Nathalie Feuillet, thérapeute familiale et de couple systémique. Gratuit.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Auprès de la coordinatrice Santé par mail monespaceservices@terresdemontaignu.fr
ou au 06 48 99 29 95





MARS

VEN.
04
MARS

UNE VIE DEVANT NOUS

De 9h à 12h
Maison Athéna
La Bernardière

Animé par Nathalie Feuillet,
Thérapeute Familiale
et de Couple Systémique

[Plus d'infos page 11](#)

VEN.
04
MARS

ATELIER REMUE-MÉNINGES

De 10h30 à 11h30
Petite salle polyvalente,
Treize-Septiers

Faire travailler sa mémoire
de manière ludique,
sans aucune compétition
Organisé par la commission
de service à la personne
de Treize-Septiers
Gratuit / sans réservation

LUN.
07
MARS

GROUPE DE PAROLE SUR LA MALADIE DE PARKINSON

De 15h à 16h30
Mon Espace Services
1 rue René Descartes -
ZA de la Bretonnière
Montaigu-Vendée (Boufféré)

Organisé par le Groupement
des Parkinsoniens.
Renseignements auprès
de Mme Blain au 06 18 23 36 31
mariehubertblain@orange.fr
ou auprès de Mme Roux
au 06 10 70 02 16

MAR.
08
MARS

SOPHROLOGIE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 7](#)

MER.
09
MARS

ATELIER PIED

[Plus d'infos page 5](#)

JEU.
10
MARS

BALLET : LE PARC

A 19h30
Cinéma Caméra 5,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Tarif : 15 €

Achat sur place ou en ligne :
cameraSterresdemontaigu.fr

LUN.
14
MARS

GROUPE DE PAROLE DES AIDANTS

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

Organisé par France Alzheimer
Inscription (8 jours avant) /
Renseignements au
02 51 43 71 05 ou france-
alzheimer-vendee@orange.fr
Gratuit

MAR.
15
MARS

SÉANCE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

[Plus d'infos page 7](#)



LE SOMMEIL, C'EST LA SANTE !

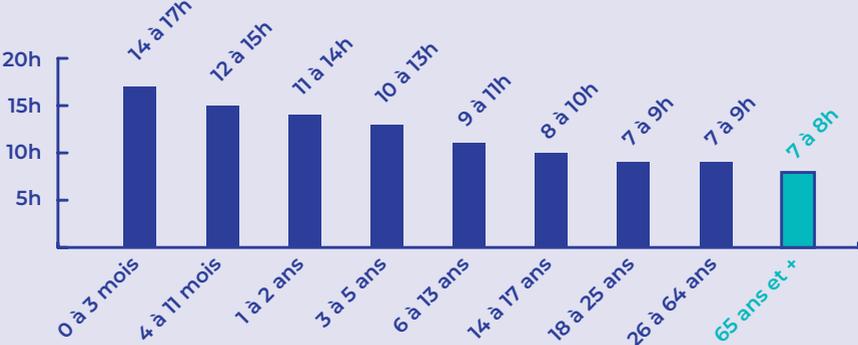
Tout comme manger, boire, bouger : notre corps a besoin de dormir. Le sommeil est indispensable à notre équilibre. Il nous permet de reprendre des forces et de nous réveiller en forme !

CHIFFRES CLÉS

Les Français dorment en moyenne **1h30** de moins qu'il y a 50 ans



Le sommeil représente plus **d'1/3** de notre vie



En cas de problème lié au sommeil, parlez-en à votre médecin généraliste.



MARS

MAR.
15
MARS

APRÈS-MIDI DANSANT

De 14h30 à 19h30
Salle polyvalente
« La Pierre aux Lutins »
Rocheservière

Tarif : 8€ comprenant goûter
et boissons / sans réservation
Organisé par le club de l'amitié
des aînés de Rocheservière

MER.
16
MARS

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

VEN.
18
MARS

UNE VIE DEVANT NOUS

De 9h à 12h
Maison Athéna
La Bernardière

Animé par Nathalie Feuildet,
Thérapeute Familiale
et de Couple Systémique

Plus d'infos page 11

MAR.
22
MARS

SÉANCE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

Plus d'infos page 7

MER.
23
MARS

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5

JEU.
24
MARS

BISTROT MÉMOIRE

De 15h30 à 17h
Bar les amis
1 rue du commerce,
Saint-Philbert-de-Bouaine

Organisé par les Bistrots
Mémoires Phil'bertins
Plus de renseignements
au 06 59 08 84 43 ou par mail
bmphilbertins@gmail.com

JEU.
24
MARS

CAFÉ NUTRITION

De 14h30 à 16h
Restaurant Patati Patata,
ZAE de Bellevue
Montaigu Vendée (Boufféré)

Tarif : 14€ par personne avec
une boisson et une collation
comprise.

Organisées par Manuella
REMAUD et Chantal ELUERE
Diététiciennes nutritionnistes
Inscriptions et réservations :
06 71 26 34 84

MAR.
29
MARS

SÉANCE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

De 14h30 à 15h30
Salle des douves,
Montaigu-Vendée (Montaigu)

Organisé par la Ligue
Contre le Cancer

Plus d'infos page 7

MER.
30
MARS

ATELIER PIED

Plus d'infos page 5



MOIS DE MOBILISATION POUR LE DÉPISTAGE
DU CANCER COLORECTAL

MARS BLEU

3^e

cancer le plus
fréquent en
France

2^e

cancer le plus
meurtrier

43 000

nouveau
cas par an
17 000 décès
par an

11%

des décès sont
liés au cancer
colon-rectum
sur Terres
de Montaignu

Le diagnostic précoce du cancer colorectal, grâce au dépistage, permettrait de guérir 9 cancers sur 10.

EN QUOI CONSISTE LE DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL ?

Ce dépistage consiste à la réalisation d'un prélèvement d'échantillon de selles. Le dépistage est proposé tous les 2 ans pour les hommes et femmes de 50 à 74 ans.

CE DÉPISTAGE EST :

- **Rapide**
- **Indolore**
- **En autonomie, à la maison**
- **Pris en charge à 100 %**

Si vous ne vous êtes pas encore fait dépister, parlez-en à votre médecin généraliste.



GARDONS LA FORME !

Les séances d'activité physique adaptées permettent de faire correspondre les mouvements du corps aux capacités et aux envies des personnes, notamment lorsqu'elles sont fragilisées, âgées, souffrent de maladies chroniques ou de pathologies lourdes.

PLUSIEURS CRÉNEAUX RÉGULIERS SONT ORGANISÉS PAR SIEL BLEU :

Montaigu-Vendée :

- **Montaigu** - salle des Doves -
Place de l'Hôtel de Ville
Mardi de 9h15 à 10h15 ;
Mercredi de 9h30 à 10h30 ;
Vendredi de 11h à 12h
- **Saint-Georges-de-Montaigu** -
Maison de quartier -
Place du Gué des Joncs
Lundi de 9h15 à 10h15 ;
Mardi de 9h15 à 10h15
- **La Guyonnière** - salle du foyer rural
(rue du commerce)
Mardi de 9h30 à 10h30 ;
Mercredi de 9h15 à 10h15
- **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 Athena
(rue de la poste)
Jeudi de 9h15 à 10h15

La Bruffière : l'EHPAD l'étoile
du soir (54, rue du stade)
Mardi de 10h à 11h et de 11h à 12h

Montréverd : salle des forges (6, rue
de la mairie - Saint-André-Treize-Voies)
Lundi de 9h15 à 10h15

INSCRIPTIONS

auprès de Mickaël Albert au 07 62 77 11 51

Tarif : 47€ par mois + 15€ d'adhésion annuelle



TRANSPORT SOLIDAIRE

Comment se rendre aux activités ?



*Rendez-vous administratif ou médical,
participation à une activité de loisirs, courses...*

Pour vos déplacements occasionnels sur le territoire, 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 des Rochettes, le dernier vendredi de chaque mois de 10h à 12h, par téléphone au **07 82 17 46 23**

Adhésion annuelle à l'association de 10€

Commune déléguée

de Saint-Hilaire-de-Loulay

Inscriptions et réservations à la mairie déléguée de Saint-Hilaire-de-Loulay, au **02 51 48 92 92**

LA BOISSIÈRE-DE-MONTAIGU

Mairie de la Boissière-de-Montaigu

Inscriptions à la mairie de la Boissière-de-Montaigu téléphone au **02 51 41 61 08** ou par mail à buxia@boissieredemontaigu.fr
Réservations en mairie ou auprès de Michelle Champain : **06 16 59 53 37**

CUGAND

CCAS de Cugand

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

LA BRUFFIÈRE

Familles Rurales

Inscriptions et réservations auprès des référents :

Monique Boutet : **02 51 42 52 06**

Claudine et Joël Pineau : **02 51 46 40 93**

Jacques et Marie-Ange Petit : **02 51 42 53 11**

Gilles Rambaud : **02 51 42 51 82**

Françoise Audiat : **06 71 23 03 02**

L'HERBERGEMENT

CCAS de l'Herbergement

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

MONTRÉVERD

CCAS de Montréverd

Inscriptions et réservations, à la mairie déléguée de Mormaison ou par téléphone au **02 51 42 80 65**

ROCHESERVIÈRE

CCAS de Rocheservière

Inscriptions et réservations, à la mairie de Rocheservière ou par téléphone au **02 51 94 90 35**

TREIZE-SEPTIERS

CCAS de Treize-Septiers

Inscriptions et réservations, à la mairie de Treize-Septiers ou par téléphone au **02 51 41 72 07**



EQAAR : UN SERVICE D'AIDE POUR LE MAINTIEN À DOMICILE

Équipe d'appui en adaptation réadaptation

Maintien à domicile des plus de 60 ans pour pouvoir rester chez soi

L'EQAAR ce sont les conseils d'un ergothérapeute, et/ou d'une psychologue, et/ou d'une diététicienne pour vous aider à aménager votre environnement, faciliter vos déplacements, orienter, conseiller vos aidants dans leur accompagnement. C'est un rendez-vous gratuit, fixé avec votre accord à votre domicile pour évaluer, conseiller en prévention, favoriser le maintien de l'autonomie. Des mises en situation et des essais d'aide techniques sont possibles.

Pour prendre rendez-vous, contacter l'EQAAR :
07 85 92 48 79 - eqaarnordest@gmail.com





DES AIDES POUR ADAPTER SON LOGEMENT AU VIEILLISSEMENT ET AU HANDICAP

Terres de Montaigu et ses partenaires proposent des aides financières pour accompagner les personnes en perte d'autonomie ou en situation de handicap dans la réalisation de travaux d'adaptation de leur logement.

Installation d'un monte-escalier, remplacement d'une baignoire par une douche de plain-pied, installation d'une rampe d'accès, élargissement de porte..., les travaux favorisant le maintien à domicile peuvent bénéficier d'aides.

Le maître-mot : anticiper ! Dès l'âge de 60 ans, les propriétaires peuvent avoir droit à un financement de Terres de Montaigu, allant jusqu'à 2 000€, et partir de 70 ans c'est l'ANAH (Agence Nationale de l'Habitat) qui peut verser des aides, variables selon l'âge et les revenus.

Tout au long de leur projet, les habitants du territoire pourront bénéficier d'un accompagnement personnalisé par un conseiller spécialisé à Mon Espace Habitat.

Contact :

Mon Espace Habitat : 02 51 46 46 14

TERRES DE MONTAIGU, COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION

35 avenue Villebois Mareuil
85607 Montaigu-Vendée Cedex

Pôle Cohésion sociale

Coordination santé

06 48 99 29 95

monespaceservices@terresdemontaigu.fr

WWW.TERREDEMONTAIGU.FR



TERRES DE MONTAIGU