

Ecoute & Paroles

Groupe de soutien aux aidants

par Laure LIMAGNE SENSFELDER
éducatrice spécialisée

L'aidant est la personne qui assiste de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, un proche en perte d'autonomie du fait de l'âge, de la maladie ou du handicap. Cet accompagnement peut venir perturber la relation initiale développée avec le proche aidé. La communauté de communes organise ce temps de soutien, animé par une éducatrice professionnelle, destiné à tous les aidants de proche à domicile ou en structure afin d'échanger sur les difficultés rencontrées et trouver les ressources pour affronter ces changements.

Un vendredi après-midi par mois sur inscription à Escale

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org

Actions du Nid des aidants Nord-Ouest Vendée

Programme d'actions disponible à l'adresse mail suivante
pfr.nordouest@lna-sante.com ou au 06 02 15 68 80

Actions de la Maison de Santé Pluridisciplinaire

La Maison de Santé Pluridisciplinaire propose des ateliers collectifs gratuits près de chez vous :

- Education Thérapeutique Lombalgie Chronique
- Education Thérapeutique Maladie Cardio Vasculaire

Inscrivez-vous au 07 67 43 36 60 ou
auprès de votre professionnel de santé

Pour vos déplacements

Pensez



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire



VENDEE
LE DÉPARTEMENT



Programme automne 2026

Sénior

PLUS
PLAN LOCAL UNIQUE
SANTÉ SOCIAL
de l'île de
Noirmoutier

Vitalité

Santé

Autonomie

Bien-être



Ateliers gratuits

ÎLE DE
Noirmoutier
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

Ne pas jeter sur la voie publique - Création : CC Île de Noirmoutier - Mars 2026 - Imprimerie Champagnac - 15 000 Aurillac

Ateliers Art-thérapie

par Laure LIMAGNE SENSFELDER
éducatrice spécialisée art-thérapeute

Venez découvrir les bénéfices de séances d'art-thérapie encadrées par une professionnelle, dans la gestion des émotions et du rapport à soi pour gagner en sérénité et se (re)faire confiance.

→ 4 séances

- Jeudi 22 octobre
- Jeudi 29 octobre
- Jeudi 19 novembre
- Jeudi 26 novembre

De 10h30 à 11h30
à Escale 37 rue de la Prée au duc
Noirmoutier-en-l'Île

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org



Prévention des chutes

par Lola CHESNE
animatrice sport santé diplômée

Atelier axé sur l'équilibre, la proprioception et les techniques afin de prévenir les piéges et les chutes à domicile ou lors de vos déplacements. La participation au cycle complet est obligatoire.

- 12 séances les mardis
- 8, 15, 22, 29 septembre,
 - 6 octobre,
 - 3, 10, 17, 24 novembre
 - 1, 8, 15 décembre

De 10h30 à 12h à La Rocterie
(BARBATRE)

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org



Atelier alimentation

Convivialité et plaisir de partager :

par Marine VOISIN
diététicienne-nutritionniste

Venez (re)découvrir le plaisir de cuisiner et partager de nouvelles recettes pour conjuguer équilibre et goût.

- Vendredi 11 septembre- théorie
de 10h à 12h à Escale
- Mardi 15 septembre - pratique
de 9h30 à 13h à La Salicorne

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org



Algues et plantes de nos côtes

- Vendredi 9 octobre - théorie
de 10h à 12h à Escale
- Mardi 13 octobre - pratique
de 9h30 à 13h à La Salicorne (La Guerinière)

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org

Atelier alimentation

Légumineuses et légumes d'autrefois

par Marine VOISIN
diététicienne-nutritionniste

- Vendredi 13 novembre - théorie
de 10h à 12h à Escale
- Mardi 17 novembre - pratique
de 9h30 à 13h à La Salicorne

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org



Digestion et transit : se sentir bien dans son ventre

- Vendredi 11 décembre- théorie
de 10h à 12h à Escale
- Mardi 15 décembre - pratique
de 9h30 à 13h à La Salicorne

Sur inscription

au 06 23 74 58 38 ou par mail :
maxime.palvadeau@iledenoirmoutier.org