

COMMUNIQUÉ DE PRESSE 30/08/22

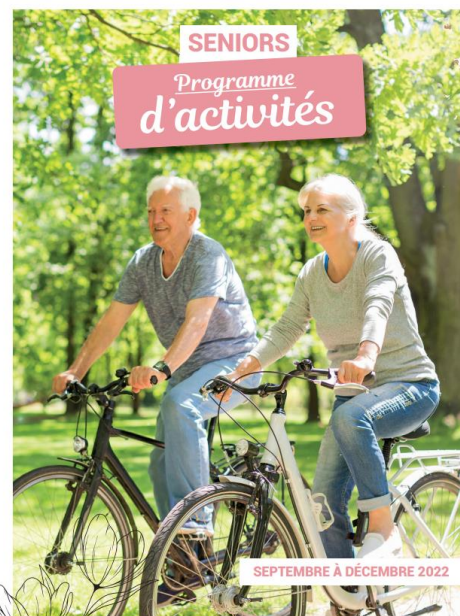
## ACTIVITÉS SENIORS : LES CLÉS POUR BIEN VIEILLIR EN SUD VENDÉE LITTORAL

Apprendre à gérer son stress, prendre soin de soi et des autres, manger mieux ou encore pratiquer une activité physique et stimuler sa mémoire... A partir du 1<sup>er</sup> septembre, la Communauté de communes propose un programme complet d'activités senior dans 14 communes du territoire, pour favoriser le « bien vieillir » en Sud Vendée Littoral.

Dans le cadre de son programme d'actions de prévention en direction des plus de 60 ans, la Communauté de communes Sud Vendée Littoral souhaite favoriser l'implication des seniors dans le maintien de leur qualité de vie, en proposant un large programme d'actions collectives.

A partir du 1<sup>er</sup> septembre, ce sont ainsi dix cycles d'ateliers thématiques qui sont proposés sur le territoire :

- Premiers secours
- Prenez soin de votre cœur
- Cap Bien-être
- Peps'Eureka
- Nutrition
- Vitalité
- Chauffe-citron
- Programme D-Marche
- Prévention routière
- Atelier numérique



Ce programme est proposé par la Communauté de communes Sud Vendée Littoral en partenariat avec la Carsat des Pays de la Loire, Malakoff Humanis, la Conférence des Financeurs, la Mutualité sociale agricole et l'association Santé, éducation et prévention sur les territoires des Pays de la Loire. Il est complété par des propositions des partenaires locaux : Familles rurales 85, Transports solidaires Sud Vendée Littoral et les antennes vendéennes des associations France Alzheimer, France Parkinson, le Groupement des parkinsoniens de Vendée et le Nid des aidants 85.

 Siège administratif – 107 Avenue du Maréchal de Lattre – 85 400 Luçon

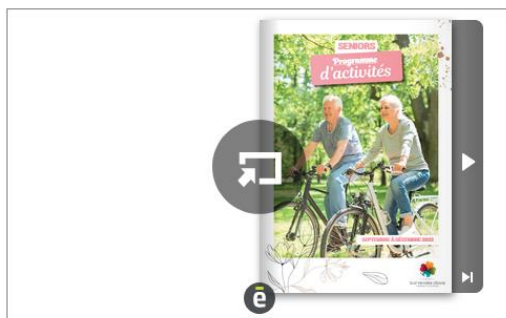
 +33 (0)2 51 97 64 64

 [accueil@sudvendeelittoral.fr](mailto:accueil@sudvendeelittoral.fr)

Afin d'être au plus près des seniors, les activités sont proposées sur l'ensemble des bassins de vie dans 14 communes du territoire : L'Aiguillon-la-Presqu'Île, La Caillère-Saint-Hilaire, Chaillé-les-Marais, L'Île-d'Elle, La Jaudonnière, Les Pineaux, Puyravault, Saint-Jean-de-Beugné, Saint-Michel-en-L'Herm, Sainte-Gemme-la-Plaine, Sainte-Hermine, Sainte-Radégonde-des-Noyers, La Taillée et Thiré.

## DEMANDEZ LE PROGRAMME !

---



## INFORMATIONS PRATIQUES

---

Activités ouvertes à toute personne âgée de plus de 60 ans.

Informations / inscriptions auprès de l'Espace France Services :

- 43 bis, rue du 11 Novembre, 85 450 Chaillé-les-Marais
- 02 51 56 70 88
- [franceservices@sudvendeelittoral.fr](mailto:franceservices@sudvendeelittoral.fr)
- Ouvert du lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h à 16h30