


**DETAIL DES ACTIONS DE PREVENTION SANTE ET DE LIEN SOCIAL POUR LES SENIORS - PAYS D'AURILLAC
NOVEMBRE A DECEMBRE 2019**

LISTE DES CONTACTS EN PAGE 14. Informations non exhaustives et évolutives.

 **Ateliers mémoire :**

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Atelier mémoire	Le vendredi	Centre social de Marmiers	Centre social de Marmiers
AURILLAC	Atelier mémoire		Centre social du Cap Blanc	Centre social du Cap Blanc
AURILLAC	Atelier mémoire		Centre social ALC	Centre social ALC
AURILLAC	Atelier mémoire			Mutualité Française Auvergne Rhône Alpes
AURILLAC	Atelier mémoire		Centre social de Marmiers	CLIC du Bassin d'Aurillac
AURILLAC	Atelier mémoire		Centre social du Cap blanc	CLIC du Bassin d'Aurillac
POLMINHAC	Atelier mémoire	Le Jeudi de 14h à 16h	Salle de réunion	Les ateliers de la forme
SAINT PAUL DES LANDES	Atelier mémoire	Le vendredi de 14h à 16h		Pôle sénior de Saint-Paul-des Landes et ARSEPT
THIEZAC		Un mercredi sur deux		Réseau d'échanges réciproques de savoirs de l'Espace de Vie du Carladès
VEZAC	Atelier mémoire			CLIC du Bassin d'Aurillac

 **Ateliers équilibre :**

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Atelier équilibre		Centre social de Marmiers	Mutualité Française Auvergne Rhône Alpes et Comité départemental de Gym volontaire
AURILLAC	Atelier équilibre		Centre social du Cap Blanc	CLIC du Bassin d'Aurillac
AURILLAC	Atelier équilibre		Centre social ALC	CLIC du Bassin d'Aurillac
POLMINHAC	Atelier équilibre	le mardi de 9h30 à 10h30	Salle Christiane Clavières	les ateliers de la forme
VEZAC	Atelier équilibre			CLIC du Bassin d'Aurillac

Actions sécurité :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
SAINT PAUL DES LANDES	Atelier seniors au volant	Le Jeudi 7 Novembre 2019 (séance 2)		Pôle sénior de Saint-Paul-des Landes et ARSEPT

Actions alimentation :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Atelier nutrition et cuisine		Centre social ALC	Centre social ALC
AURILLAC	Atelier nutrition	Le 8, 15 et 22 Octobre 2019	Salle de la Montade	ARSEPT avec l'UNIRC
AYRENS	Atelier cuisine	2ème Jeudi du mois à 14h		le centre socioculturel « A la croisée des autres »
SANSAC DE MARMIESSE	Atelier cuisine	le premier Mercredi de chaque mois		le centre socioculturel « A la croisée des autres »
YTRAC	Atelier cuisine	2 et 4ème Mercredi du mois à 18h30	Au dojo bas	le centre socioculturel « A la croisée des autres »

Activités physiques :

Quelques précisions :

- ⇒ Avant de reprendre une activité physique, consultez votre médecin.
- ⇒ Renseignez-vous auprès de l'association sur le niveau de difficulté des exercices proposés.
- ⇒ Pour une information plus complète sur les activités sportives près de chez vous, renseignez-vous auprès de votre mairie.

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
ARPAJON SUR CERE	gym senior	le vendredi après-midi	centre social	centre social
ARPAJON SUR CERE	Découverte de l'espace balnéothérapie (sauna / Jacuzzi/ Hammam/ Luminothérapie/	Mardi 05 novembre, Mardi 19 novembre A partir de 14h	Bassin de balnéothérapie du Centre aquatique du Bassin d'Aurillac	Pôle sénior du CCAS d'Arpajon sur Cère en partenariat avec Siel Bleu et l'EHPAD (si résidents)

	Chromothérapie), travail de l'équilibre et de la coordination (avec un accompagnateur certifié en sport adapté. 6 personnes maximum.			
AURILLAC	Stretching	le lundi de 9h à 10h	Rue Méallet de Cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Gym senior	le lundi de 10h30 à 11h30	Rue Méallet de Cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Randonnées encadrées, adaptées et accessibles à tous			Rando Cap
AURILLAC	Stretching/pilates	le lundi de 14h30 à 15h15	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Stretching/pilates	le mardi de 12h20 à 13h05	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Gym douce	le mardi de 14h30 à 15h30	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Stretching	le mardi de 18h15 à 19h	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Gym seniors	le mercredi de 9h à 10h	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Stretching /pilates	le mercredi de 18h45 à 19h30	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Stretching	le jeudi de 17h45 à 18h30	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Gym seniors	le vendredi de 10h à 11h	rue Méallet de cours	l'Association de Gym Volontaire d'Aurillac
AURILLAC	Gym seniors	le lundi matin de 9h à 10h	12 rue Louis Farges	le COS du pays Vert
AURILLAC	1 cours spécifique aux malades chroniques	le lundi de 11h à 12h	centre social de Marmiers	Siel Bleu
AURILLAC	1 cours spécifique aux malades chroniques	le vendredi de 15h30 à 16h30	centre social de Marmiers	Siel Bleu

AURILLAC	1 cours spécifique aux malades chroniques (adhérents MNH)	le Mardi et le Mercredi de 17h30 à 18h30	gymnase du Centre Hospitalier d'Aurillac	Siel Bleu
AURILLAC	gym douce	le jeudi matin	centre social ALC Hélicas	le club des aînés
JUSSAC	gym senior	le Jeudi de 19h à 20h		l'Association de Gym Volontaire de Jussac
JUSSAC	gym senior	le vendredi de 10h30 à 11h30		l'Association de Gym Volontaire de Jussac
LAROQUEBROU	Marchons dans nos campagnes	Le mardi de 9h à 11h		Siel Bleu
MARCOLES	gym seniors			l'Association de Gym Volontaire de Marcolès
MAURS	Gym seniors	le lundi de 9h à 10h		l'Association de Gym Volontaire de Maurs
MAURS	Marchons dans nos campagnes	le mercredi de 13h à 15h		Siel Bleu
MONTSALVY	Marchons dans nos campagnes	Le vendredi de 9h à 11h		Siel Bleu
NAUCELLES	gym seniors	le Jeudi de 10h30 à 11h30		l'Association de Gym Volontaire de Naucelles
NAUCELLES	gym seniors	le mardi de 10h30 à 11h30		l'Association de Gym Volontaire de Naucelles
POLMINHAC	gym seniors	le mardi de 9h30 à 10h30		Les ateliers de la forme
POLMINHAC	gym douce	le vendredi de 14h30 à 15h30		le Gym club de la Cère
REILHAC	gym seniors	le mardi de 10h30 à 11h30		l'Association de Gym Volontaire de Reilhac
REILHAC	gym senior	le mardi et le vendredi	à l'EHPAD	?
SAINT PAUL DES LANDES	gym seniors	le mercredi de 9h à 10h		l'Association de Gym Volontaire de Saint-Paul-des-Landes
SAINT PAUL DES LANDES	gym seniors	le vendredi de 9h à 10h		l'Association de Gym Volontaire de Saint-Paul-des-Landes
SAINT JACQUES DES BLATS	gym douce	le mardi de 15h30 à 16h30	à la salle des expositions	Saint Jacques Gym
SANSAC VEINAZES	Gym séniors			l'ARSEPT et le Comité départemental de gym volontaire
THIEZAC	gym douce/Yoga	le jeudi de 18h15 à 19h15		Thiézac Energy Club
VELZIC	un atelier d'activité physique			

	adaptée			
VIC SUR CERE	gym douce	le mercredi de 10h à 11h		Gym club de la Cère
VIC SUR CERE	randonnées encadrées, adaptées et accessibles à tous			l'Amicale laïque de Vic-sur-Cère
YTRAC	Atelier Bien-être physique et sport santé	Les Jeudis matins	Au dojo bas	le centre socioculturel « A la croisée des autres »
YTRAC	Une balade en forêt une fois par mois			le centre socioculturel « A la croisée des autres »

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
AYRENS	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
CALVINET	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
JUSSAC	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
NAUCELLES	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
MAURS	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
MONTSALVY	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
ROUGET PERS	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
TEISSIERES DE CORNET	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive
YTRAC	Activités physiques diverses			Comité Départemental de la Retraite Sportive

 **Visites**

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Visites à domicile			Secours Catholique
AURILLAC	Visites à domicile			Société Saint Vincent de Paul
ARPAJON SUR CERE	Visites à domicile			Société Saint Vincent de Paul
ARPAJON SUR CERE	Visites à domicile			le centre social d'Arpajon sur Cère et le pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère
YTRAC	Visites à domicile			centre socioculturel « A la croisée des autres »

 **Loisirs**

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
ARPAJON SUR CERE	Navette pour les retraités non desservis par les transports (la navette de la Cère)	le Jeudi après-midi	Centre-ville, centre social, EHPAD, lieux d'animation (salle de la vidalie)	le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère
ARPAJON SUR CERE	Offres promotionnelles chez les commerçants	le Jeudi après-midi		le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère
ARPAJON SUR CERE	Activités de convivialité			Club des aînés
ARPAJON SUR CERE	Ateliers de jeux de société	les jeudis après-midi	Au centre social	Centre social d'Arpajon sur Cère
ARPAJON SUR CERE	Après-midi en chanson « Charles Aznavour » Mr REYGNIER chante « Aznavour »	Jeudi 7 novembre à 15h00	Au Centre Social	Centre social d'Arpajon sur Cère en partenariat avec le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère
ARPAJON SUR CERE	Rencontres intergénérationnelles autour du jeu (jeux anciens/jeux actuels)	Du 12 novembre au 13 décembre	A la Vidalie, à l'école et à l'EHPAD	le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère, l'EHPAD et le groupe scolaire
ARPAJON SUR CERE	Lecture à voix haute	Mercredi 13 novembre, Mercredi 27 novembre, Mercredi 4 décembre, Mercredi 11 décembre	A l'EHPAD	le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère, l'EHPAD et la médiathèque

		de 16h à 17h00 A l'EHPAD		
ARPAJON SUR CERE	Atelier aquarelle et pastel	Jeudi 19 Décembre à 14h30	A l'EHPAD	le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère. Animé par les peintres Arpajonnais.
ARPAJON SUR CERE	Projet intergénérationnel avec l'école la Calendreta del Vernhat » Echanges et partages de moments de vie en occitan entre les élèves et les séniors, travail de chansons en occitan. Pour les résidents de l'EHPAD, les séniors de la commune et les élèves de l'école la Calendreta del Vernhat ».	Mardi 5 novembre Mardi 17 décembre 14h30	A l'EHPAD	le Pôle senior du CCAS d'Arpajon sur Cère, l'EHPAD et l'école la Calendreta del Vernhat ».
AURILLAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
AURILLAC	sorties intergénérationnelles	Pendant les vacances scolaires		le club des aînés des alouettes et le centre social Héлитas ALC
AURILLAC	« café des âges »		à l'ancienne poste des alouettes	le club des aînés des alouettes et le centre social Héлитas ALC
AYRENS	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
AYRENS	3 ateliers d'échange de savoirs : loisirs créatifs, cuisine et généalogie	tous les vendredi après-midi		le centre socioculturel « A la croisée des autres »
AYRENS	une séance cinéma	4 fois par an, le vendredi après-midi		le centre socioculturel « A la croisée des autres »
BADAILHAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
BOISSET	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
CALVINET	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
CARLAT	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal

CASSANIOUZE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
CRANDELLES	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
CRANDELLES	séance cinéma	tous les deux mois		Le centre social de la vallée de l'Authre
GIOU DE MAMOU	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
JUSSAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
JUSSAC	séance cinéma	tous les deux mois		Le centre social de la vallée de l'Authre
LABROUSSE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LADINHAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LAFEUILLADE EN VEZIE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LAROQUEBROU	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LASCELLE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LEUCAMP	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
LEYNHAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
MARCOLES	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
MARMANHAC/LAROQUEVIEILLE	Activités de convivialité			Club des aînés
MAURS	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
MONTSALVY	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
MOURJOU	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
PARLAN	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les

				aînés ruraux du Cantal
POLMINHAC	jeux de société		à la salle de réunion	« les ateliers de la forme »
POLMINHAC	atelier tricot, crochet, couture	les jeudis de 10h à 12h	à l'ancienne Poste	Réseau d'Echanges de Savoirs de l'Espace de Vie Sociale du Carlades
PRUNET	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
RAULHAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SAINT ETIENNE DE MAURS	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SAINT JACQUES DES BLATS	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SAINT MAMET LA SALVETAT	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SAINT PAUL DES LANDES	Atelier d'écriture	Le 19 Décembre		Pôle séniors de Saint-Paul-des-Landes
SAINT PAUL DES LANDES	Clubs des lecteurs	Le 28 Novembre		Pôle séniors de Saint-Paul-des-Landes
SAINT PAUL DES LANDES	Belote et jeux de société	Le 12 Décembre		Pôle séniors de Saint-Paul-des-Landes
SAINT PAUL DES LANDES	Club des chiffres et des lettres	Le 5 Décembre		
SAINT SANTIN CANTALES	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SAINT SANTIN DE MAURS	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
SANSAC DE MARMIESE	Activités de convivialité			Club des aînés
SANSAC VEINAZES	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
TEISSIERES LES BOULIES	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
THIEZAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
VEZAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
VIC SUR CERE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les

				aînés ruraux du Cantal
VIEILLEVIE	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
VITRAC	Activités de convivialité			Génération mouvement – Les aînés ruraux du Cantal
VOGUË	Séjour vacances	du 04 au 08 novembre 2019		ASeD-CANTAL en partenariat avec l'ANCV et AG2R La Mondiale
YOLET	Activités de convivialité			Club des aînés
YTRAC	Activités de convivialité			Club des aînés
YTRAC	« Comme au resto » repas en collectivité	le mercredi midi	à la cantine scolaire d'Ytrac	le centre socioculturel « A la croisée des autres »
YTRAC	Sorties et séjours			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
YTRAC	accompagnement aux courses sur Aurillac. Ramassage par un minibus au domicile.	le mardi matin et le samedi matin		le centre socioculturel « A la croisée des autres »
YTRAC	ateliers d'échange de savoirs (loisirs créatifs, cuisine, généalogie, photos...)	un jour par semaine ou un jour par mois		le centre socioculturel « A la croisée des autres »

Ateliers informatiques ou téléphonie :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
ARPAJON SUR CERE	un atelier Tablettes. Possibilité d'emprunter une tablette sur place ou de venir avec la sienne.	tous les jeudis de 15h00 à 16h30	à l'EHPAD	le pôle senior du CCAS D4Arpajon sur Cère
ARPAJON SUR CERE	un atelier informatique	les mardis et jeudis	au centre social	
AURILLAC	un atelier informatique (tablettes, ordinateur portable, ardoises La Poste),		au CLIC	le CLIC du bassin d'Aurillac
AURILLAC	2 ateliers informatiques	le lundi de 14h à 16h et de 16h à 18h	Au centre social ALC Héлитas	le centre social ALC Héлитas avec le CLIC du bassin d'Aurillac et le club des aînés

AYRENS	ateliers tablettes numériques simplifiées et adaptées, ateliers téléphones portables			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
BEX (LE)	ateliers téléphone portable			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
ESPINAT	ateliers téléphone portable			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
LACAPELLE VIESCAMP	atelier tablette			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
POLMINHAC	atelier tablette débutant	le lundi à 17h	à la salle des fêtes	le Réseau d'échanges réciproques de savoirs de l'Espace de Vie du Carladès
POLMINHAC	Atelier pc portable débutant et confirmé	Le lundi à 18h	à la salle des fêtes	le Réseau d'échanges réciproques de savoirs de l'Espace de Vie du Carladès
SANSAC DE MARMIESSE	atelier informatique débutant et de perfectionnement, tablettes numériques simplifiées et adaptées			le centre socioculturel « A la croisée des autres »
SAINT JACQUES DES BLATS	atelier informatique	le Mercredi une semaine sur deux à 10h30	à l'agence postale	le Réseau d'échanges réciproques de savoirs de l'Espace de Vie du Carladès
SAINT PAUL DES LANDES	Coups de pouces informatiques	le jeudi matin de 9h à 11h	à la mairie	Pôle sénior de Saint-Paul-des-Landes
YTRAC	atelier informatique débutant et de perfectionnement, tablettes numériques simplifiées et adaptées, atelier téléphones portables			le centre socioculturel « A la croisée des autres » avec le GRETA

 **Ecrivain public :**

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	permanence d'un écrivain public		au café associatif des alouettes	centre social ALC Hélicas

 Programmes bien-veillir

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
CRANDELLES	Atelier « Bienvenue à la retraite »			ARSEPT et CLIC du Bassin d'Aurillac

 Evènementiel Bien-veillir :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	3 conférences par an sur le bien-veillir		au centre social ALC Hélitias	le club des aînés

 Actions aidants :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	ateliers de sophrologie	Jeudi tous les 15 jours de 14h à 15h30 à partir de Novembre	au Clos des Alouettes	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
AURILLAC	un Atelier Qi-Gong	Mercredi tous les 15 jours de 14h à 15h30 depuis Avril, fin en Décembre (groupe constitué)	au Clos des Alouettes	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
AURILLAC	1 groupe de rencontre	tous les deux mois	à l'accueil de jour du Clos des alouettes	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
AURILLAC	1 groupe de parole	tous les 2 ^{ème} lundis du mois de 14h45 à 16h45	à l'UDAF	France Alzheimer
AURILLAC	un café mémoire	le troisième lundi du mois de 15h à 17h	au café la source	France Alzheimer
AURILLAC	halte relais (activités aidants et/ou aidés)	le 1 ^{er} lundi du mois de 15h à 17h	au centre social de Marmiers	France Alzheimer
Arrondissement Aurillac	Sortie conviviale aidants (restaurant)	Mardi 17 Décembre à 12h00	Aurillac	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
AURILLAC	Sortie conviviale aidants/aidés (Quine)	Mardi 03 Décembre à 17h30	Clos des Alouettes	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux

				du Cantal (PFAR) et Clos des Alouettes
MAURS	1 groupe de rencontre	tous les deux mois	à l'EHPAD	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
MAURS	Atelier « Accompagner sans s'épuiser »	De 14h à 16h30 Mercredi 27 Novembre Mercredi 04 Décembre Mercredi 11 Décembre Mercredi 18 Décembre	Salle de réunion de la Communauté de Communes de la Châtaigneraie à Maurs	Mutualité Française Auvergne Rhône Alpes et Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR)
MAURS	Maison à jouer	07 Novembre	à l'EHPAD	Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR) & ASeD CANTAL

Actions logement :

COMMUNE	ACTION	DATE/HORAIRE	LIEU	OPERATEUR
AURILLAC	Atelier sur les économies d'énergie dans le logement	Le 5 Novembre 2019 de 14h à 17h	Appartement pédagogique CCI/ASeD-CANTAL	ASeD-CANTAL en partenariat avec EDF
AURILLAC	Atelier sur les économies d'énergie dans le logement	Le 6 Novembre 2019 de 9h à 12h	Appartement pédagogique CCI/ASeD-CANTAL	ASeD-CANTAL en partenariat avec EDF
AURILLAC	Atelier sur les économies d'énergie dans le logement	Le 28 Novembre 2019	Appartement pédagogique CCI/ASeD-CANTAL	ASeD-CANTAL en partenariat avec EDF
AURILLAC	Atelier sur les économies d'énergie dans le logement	Le 29 Novembre 2019	Appartement pédagogique CCI/ASeD-CANTAL	ASeD-CANTAL en partenariat avec EDF
AURILLAC	Atelier sur la qualité de l'air intérieur	Le Mercredi 13 Novembre 2019 de 14h à 17h	Appartement pédagogique CCI/ASeD-CANTAL	ASeD-CANTAL en partenariat avec la Mutualité Française Auvergne Rhône Alpes

CONTACTS : Organismes/Intervenants (par ordre alphabétique)

A :

<p>ADAPEI du Cantal : Aurore Lhuisset Adapei du Cantal 1 Rue Laparra de Fieux, 15000 Aurillac Tél : 04 71 43 56 65 Courriel : a.lhuisset@adapei15.com</p>	<p>Association de Gym Volontaire d'Aurillac (AGVA) : 14 Rue Meallet de Cours, 15000 Aurillac Téléphone : 04 71 43 20 53 Courriel : agvaurillac@laposte.net</p>	<p>Amicale Laïque de Vic-sur-Cère : Bernard Prout : 06 72 75 42 72</p>
<p>Association Régionale Santé Education et Prévention sur les Territoires (ARSEPT) : Patricia Billoux 9 rue Jean Bonnefon 15 000 Aurillac Tel : 04 71 64 49 04 Courriel : billoux.patricia@auvergne.msa.fr Site web : www.arsept-auvergne.fr</p>	<p>Association d'aide à domicile UNA ASED Cantal : Véronique Frédéric 30 Avenue Milhaud 15 000 AURILLAC Tel : 04 71 48 42 46 Courriel : v.frederic@asedcantal.fr Site web : www.una15.fr</p>	<p>Association de Gym Volontaire de Jussac : Hélène Lesmarie Tel : 04 71 62 10 19 ou 07 85 99 67 31</p>
<p>Association de Gym Volontaire de Marcolès : Dominique Delmas Tel : 04 71 46 96 13</p>	<p>Association de Gym Volontaire de Mours : Marie-Claude Gentil Tel : 04 71 46 72 66 ou 06 84 01 73 05</p>	<p>Association de Gym Volontaire de Naucelles : Maria Place Tel : 04 71 47 27 89 ou 06 89 98 35 14</p>
<p>Association de Gym Volontaire de Reilhac : Christiane Soubrier Tel : 04 71 47 22 39</p>	<p>Association de Gym Volontaire de Saint Paul des Landes : Agnès Claveyrolles Tel : 04 71 45 03 94 ou 06 32 42 47 12</p>	

B :

<p>Banque de France – Succursale d'Aurillac 61 bis avenue de la République 15001 Aurillac Tel : 04 71 46 24 96 https://www.banque-france.fr https://www.mesquestionsdargent.fr</p>

C :

Centre social ALC Hélitias : 68 Boulevard Louis Dauzier 15000 Aurillac Tel : 04 71 62 70 05 Courriel : centresocialalc@yahoo.fr Site web : www.centresocialalc.fr	Centre social d'Arpajon-sur-Cère : 15 Avenue du Général Leclerc, 15130 Arpajon-sur-Cère Tel : 04 71 64 55 33 Site web : www.centresocial-arpajon.com	Centre social du Cap Blanc : 77 Bis Boulevard Jean Jaurès 15000 Aurillac Tel : 04 71 45 48 60 Courriel : accueil.capblanc@aurillac.fr
Centre socioculturel « A la croisée des autres » Marion Berthélémy 2 rue Jean de la Fontaine 15130 Ytrac Tel : 04 71 46 83 00 Courriel : seniorfamillecentresocial@laposte.net Site internet : www.centresocioculturelytrac.fr	Centre social de Marmiers : 10 Rue Raymond Cortat 15000 Aurillac Tel : 04 71 64 63 44 Courriel : centre-social-marmiers@wanadoo.fr Site web : www.centresocial.fr	Centre social de la vallée de l'Authre : Le Bourg 15250 Reilhac Tel : 04 71 47 24 10 Courriel : centre.social.vallee.authre@wanadoo.fr
Centre Local d'Information et de Coordination du Bassin d'Aurillac (CLIC BA) : Estelle Valy 5 rue Eloy Chapsal 15 000 Aurillac Tel : 04 71 62 88 95 Courriel : clic@aurillac.fr	Comité Départemental de Gym volontaire du Cantal (CODEP EPGV 15) : Gisèle Duffour-Guiard Maison des sports 130 Avenue du Général Leclerc 15 000 Aurillac Tel : 04 71 64 46 55 Courriel : codep-gv-cantal@wanadoo.fr	Comité Départemental de Randonnée Pédestre du Cantal : Maison des sports 130 Avenue du Général Leclerc 15 000 AURILLAC Tel : 06 70 91 54 36 Courriel : cantal@ffrandonnee.fr
Comité Départemental de la Retraite Sportive du Cantal : Maison des Sports 130 avenue du Général Leclerc - 15000 Aurillac Tel : 04.71.48.52.86 Courriel : coders.cantal@wanadoo.fr Site : www.coders15.fr	Comité des Œuvres Sociales du Pays Vert (COS): 12 Rue Louis Farges 15000 Aurillac Téléphone : 04 71 48 45 62 Courriel : cos.aurillac@orange.fr	

F :

France Alzheimer 8 Rue de la Gare 15000 Aurillac Téléphone : 04 71 63 31 15 Courriel : francealzheimer15@orange.fr	Fédération Départementale des Centres sociaux Brigitte Chavignier, Présidente ; Jean-Michel Lac, Coordinateur 68 Boulevard Louis Dauzier 15000 Aurillac Tel : 04 71 62 70 08 Courriel : fdcs15@yahoo.com
--	--

G :**Généralités Mouvement – Les aînés ruraux du Cantal**

9 rue Jean Bonnefon
15000 Aurillac
Tel : 04 71 63 46 94
Courriel : fede15@gmouv.org

Gym Club de la Cère :

Présidente : Josiane Silva
Polminhac
Tel : 06 85 53 28 83
Courriel : gymclubdelacere@gmail.com

L :**Les ateliers de la forme :**

Polminhac
Tel : 04 71 47 53 90

M :**Mutualité Française Auvergne Rhône Alpes (MFARA) :**

Evelyne Delanoue
12 place de la paix
15 000 Aurillac
Tel : 06 47 87 98 54
Courriel : e.delanoue@mfara.fr | Site internet : www.ara.mutualite.fr

P :**Plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux du Cantal (PFAR) :**

Lucile Picaud-Spaletta
8 rue de la gare
15 000 Aurillac
Tel : 04 71 43 43 43
Courriel : aideauxaidants@orange.fr | Site internet : www.udaf15.fr
Facebook : UDAF du Cantal

Pôle senior du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) d'Arpajon sur Cère :

Céline Boyer
23 Rue Louis Dauzier
15130 Arpajon-sur-Cère
Tel : 07 84 44 45 71
Courriel : liensocial.arpajonsurcere@gmail.com
Site internet : www.arpajonsurcere.com

Pôle senior de la mairie de Saint-Paul des Landes

2 rue de la Mairie
15250 Saint-Paul des Landes
Nathalie Vidalens-Brassat : 04 71 46 34 28
David Altayrac : 04 71 46 30 24
Courriel : mairie-st-paul-des-landes@wanadoo.fr

R :

Rando Cap : Claude Mery Tel : 04 71 45 80 60	Réseau d'échanges réciproques de savoirs, Espace de vie sociale du Carladès : Amélie Legouff : 06.60.57.68.34 Courriel : rerscarlades@gmail.com
---	--

S :

Saint-Jacques Gym : Contacter la mairie de Saint-Jacques-des-Blats au 04 71 47 05 90	Secours Catholique Délégation du Cantal 8 bis rue du Cayla 15000 AURILLAC Tel : 04 71 48 59 02	Siel Bleu (activité physique adaptée) : Linda Henrys Tel : 06 16 80 69 00 Courriel : joris.martin@sielbleu.org Site internet : https://www.sielbleu.org
SOLIHA CANTAL (Solidaires pour l'Habitat) : 9 Avenue Aristide Briand 15000 Aurillac Téléphone : 04 71 48 32 00	Société Saint Vincent de Paul 14 rue Méallet de Cours 15000 AURILLAC Tel : 04 71 48 29 34	

T :

Thiézac Energy : Président : Benjamin ESCALIERE Tel : 06 70 30 15 78

- [Information globale sur les questions liées au bien- vieillir :](#)

Sur la CABA : Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) du Bassin d'Aurillac : 5 rue Eloy Chapsal 15 000 Aurillac Tel : 04 71 62 88 95 Courriel : clic@aurillac.fr	Sur tout le Pays d'Aurillac : Maison de l'Autonomie Pôle de la solidarité départementale Conseil Départemental du Cantal : 1 rue Alexandre Pinard 15 000 AURILLAC Tel : 04 71 43 88 99
--	--

- [Réalisation de la légende et de la cartographie :](#)

Association pour le Développement du Pays d'Aurillac (ADEPA) :

Sophie Culson
Coordinatrice territoriale de santé
33 Boulevard Jean Jaurès
15 000 Aurillac
Tel : 04 71 63 87 08
Courriel : sante@pays-aurillac.com

**Maison de l'Autonomie - Pôle de la solidarité départementale - Conseil
Départemental du Cantal**

Bernadette Bapst
1 rue Alexandre Pinard
15 000 AURILLAC
Tel : 04 71 43 88 99
Courriel : bbapst@cantal.fr

GRUPE DE TRAVAIL SUR L'ETAT DES LIEUX ET LA COORDINATION DES ACTIONS DE PREVENTION EN DIRECTION DES

SENIORS

CONTRAT LOCAL DE SANTE DU PAYS D'AURILLAC

