



### Ce document a pour but de :

- Présenter les projets subventionnés par la Conférence des financeurs
- Connaître les partenaires qui initient ces projets
- Permettre d'orienter les personnes vers ces dispositifs
- Inciter les partenaires à déposer des dossiers de demande de subvention

Ces projets œuvrent pour la prévention de la perte d'autonomie des personnes de plus de 60 ans.

### Communauté de Communes de Damvillers - Spincourt

- **LE BIEN VIEILLIR GRÂCE A LA SOPHROLOGIE** : Détendre en profondeur, pacifier son état intérieur, retrouver le chemin du bonheur, en prenant sa santé à cœur.

➤ **30 séances d'avril à décembre 2018 - 1€ par séance**

Pour tout renseignement, contacter [l'ILCG de Damvillers](#) au 03 29 85 52 58

### Communauté de Communes du Pays de Stenay et du Val Dunois

- **ATELIER INITIATION À L'INFORMATIQUE POUR LES SENIORS** : Découvrir l'outil informatique, son utilité et son environnement, apprendre les fonctions de base du traitement de texte pour pouvoir les appliquer à un document, découvrir l'environnement d'internet et les modalités d'accès, apprendre à naviguer sur les sites internet et outils de communication.

➤ **37 ateliers - 2 fois par mois les vendredis - hors vacances scolaires - de janvier à décembre 2018**

Pour tout renseignement, contacter [le Centre social et culturel de Stenay](#) au 03 29 80 39 08

- **ATELIER DE SOPHROLOGIE POUR LES SENIORS À STENAY** : Gérer le stress et ses conséquences, développer la confiance en soi et en ses capacités, travailler sur la mémoire et la concentration, gérer les troubles du sommeil et créer des liens sociaux pour favoriser le maintien à domicile et la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées.

➤ **10 ateliers de 2h - de septembre 2018 à juin 2019**

Pour tout renseignement, contacter [le Centre social et culturel de Stenay](#) au 03 29 80 39 08

- **ATELIER ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE POUR LES SENIORS - TERRITOIRE DE STENAY** : Pratiquer une activité physique régulière pour maintenir l'autonomie des personnes âgées du territoire et prévenir le risque de chute en renforçant l'équilibre et le tonus musculaire.

➤ **25 ateliers - 2 fois par mois les mardis matin - hors période de vacances scolaires - d'avril à décembre 2018**

Pour tout renseignement, contacter [le Centre social et culturel de Stenay](#) au 03 29 80 39 08





### Communauté d'agglomération Bar-le-Duc Sud

- **PROGRAMME HABITAT ET CADRE DE VIE :** Ateliers collectifs sur le thème de l'habitat permettant d'apporter des informations et des conseils par un ergothérapeute sur les aides techniques, les nouvelles technologies de l'information et de la communication en appui de la domotique et des adaptations de l'Habitat visant à prévenir les risques de chutes et les accidents domestiques. Optimiser la sécurité et l'accessibilité du logement de la personne vieillissante, et répondre aux besoins des seniors souhaitant préserver leur autonomie à domicile.

Faciliter le travail de l'aidant en compensant certaine défaillance par des aides techniques.

- **1 réunion d'information et 1 atelier de 3 séances à thèmes de 2h30 à Silmont - de mars à juin 2018 - 15 €**

Pour tout renseignement, contacter [ILCG du Barrois](#) au 03 29 78 14 05

### Communauté de Communes Argonne Meuse

- **PROGRAMME HABITAT ET CADRE DE VIE :** Ateliers collectifs sur le thème de l'habitat permettant d'apporter des informations et des conseils par un ergothérapeute sur les aides techniques, les nouvelles technologies de l'information et de la communication en appui de la domotique et des adaptations de l'Habitat visant à prévenir les risques de chutes et les accidents domestiques.

Optimiser la sécurité et l'accessibilité du logement de la personne vieillissante, et répondre aux besoins des seniors souhaitant préserver leur autonomie à domicile. Faciliter le travail de l'aidant en compensant certaine défaillance par des aides techniques.

- **1 réunion d'information et 1 atelier de 3 séances à thèmes de 2h30 à Montfaucon - de mars à juin 2018 - 15 €**

Pour tout renseignement, contacter [ILCG du Pays de Montfaucon d'Argonne](#) au 03 29 85 14 77

### Communauté de Communes Pays de Commercy - Void - Vaucouleurs

- **BIEN VIEILLIR AVEC LA MÉTHODE FELDENKRAIS :** Permettre aux personnes de plus de 60 ans d'améliorer leur qualité de vie et de récupérer des capacités physiques. Encourager les personnes âgées à pratiquer un minimum d'activité en sortant de chez elles et créer ainsi un lien social.

Permettre par la méthode feldenkrais de mettre l'individu dans une situation qui lui permette d'apprendre à découvrir par ses propres moyens la meilleure façon pour lui d'agir en présence d'un trouble fonctionnel, il y a une relation entre le squelette, les muscles, le système nerveux ou encore l'environnement.

Les caractéristiques de lenteur, de réduction des efforts et de non-dépassement des limites caractéristiques de la méthode, sont particulièrement adaptées aux personnes âgées.

- **Séances hebdomadaires - hors période de vacances scolaires - d'octobre 2018 à juin 2019**

Pour tout renseignement, contacter [l'association "Bouger pour la santé"](#) au 06 76 17 57 84





### Communauté de Communes du Canton de Fresnes en Woëvre

- **PROGRAMME HABITAT ET CADRE DE VIE :** Ateliers collectifs sur le thème de l'habitat permettant d'apporter des informations et des conseils par un ergothérapeute sur les aides techniques, les nouvelles technologies de l'information et de la communication en appui de la domotique et des adaptations de l'Habitat visant à prévenir les risques de chutes et les accidents domestiques. Optimiser la sécurité et l'accessibilité du logement de la personne vieillissante, et répondre aux besoins des seniors souhaitant préserver leur autonomie à domicile. Faciliter le travail de l'aidant en compensant certaine défaillance par des aides techniques.

- **1 réunion d'information et 1 atelier de 3 séances à thèmes de 2h30 à Fresnes en Woëvre - de mars à juin 2018 - 15 €**

Pour tout renseignement, contacter [ILCG du Territoire de Fresnes en Woëvre](#) au 03 29 88 81 60

