

# Prévention **seniors**



**Programme**

**2026**

Gratuit

**Vie et  
Boulogne** communauté  
de communes



“  
J'avais besoin  
de reprendre  
confiance en moi  
pour la conduite  
et ce stage  
m'a conforté.  
”

### **Théorie**

(2 demi-journées)

10 et 12 fév. de 14h à  
17h30

à Saint-Paul-Mont-Penit

16 fév. de 14h à 17h30

17 fév. de 9h à 12h30  
au Poiré-sur-Vie

18 fév. de 14h à 17h30

19 fév. de 9h à 12h30  
à Saint-Denis-La-Chevassse

### **Pratique**

(1 demi-journée)

Entre le 3 et le 5 mars  
au Poiré-sur-Vie



Sur inscription

## **Stages de sensibilisation à la conduite**

# **Les seniors au volant**

Le service éducation routière de la Communauté de communes propose des **stages de sensibilisation à la sécurité routière** pour prolonger l'autonomie au volant, en partenariat avec les communes, l'association Prévention routière et la Préfecture (trois demi-journées). Professionnels et bénévoles accompagnent les participants dans leur mobilité, dans une approche conviviale, sans jugement ni examen.

## **La théorie**

- Actualisation des connaissances (règlementation, signalisation...)

## **La pratique**

- Essai d'un simulateur de conduite
- Parcours de sensibilisation aux effets de la somnolence et de l'alcoolémie
- Conduite sur un véhicule boîte automatique en situation réelle
- Contrôle préventif sur les véhicules...



# Initiation au vélo à assistance électrique

## Tous à vélo



Sur une demi-journée, découvrez les atouts de la pratique du **vélo à assistance électrique** : continuer à bouger et pratiquer de l'exercice avec facilité, vous déplacer en toute sécurité autrement qu'en voiture pour vos petits trajets...

Après une partie théorique sur les règles de circulation et un moment pour prendre en main le vélo, une balade encadrée vous permettra d'apprécier cette nouvelle pratique !

“  
*Une demi-journée  
conviviale, avec  
des conseils  
et de la  
pratique*”  
”

**Mercredi 8 avril**  
de 14h à 17h30 au Poiré-sur-Vie

**Mardi 14 avril**  
de 9h à 12h30 aux Lucs-sur-Boulogne



Sur inscription

## Ateliers

# Les gestes de premiers secours



**Jeudi 23 avril**  
**de 9h à 17h**  
**Saint-Etienne-du-Bois**

**Lundi 27 avril**  
**de 9h à 17h**  
**La Genétouze**

Malaise, plaie, brûlure, perte de connaissance, arrêt cardiaque... la journée de formation qualifiante de 7 heures **Premiers secours citoyen**, vous permettra d'acquérir les capacités nécessaires pour porter assistance à une victime, donner l'alerte, réaliser les gestes qui sauvent.

Sur inscription 



**Jeudi 12 et**  
**lundis 16, 23 et**  
**30 novembre**

**Palluau**  
France services

## Bienvenue à la retraite

L'atelier **Bienvenue à la retraite** vous permettra de mieux appréhender ce changement dans votre vie.

Au programme : connaître ses droits sociaux et les démarches administratives, continuer à prendre soin de soi et de sa santé, trouver sa place, son rythme de vie et définir ses projets, partager une activité et découvrir l'environnement local...

Cycle de 4 séances réservé aux futurs et nouveaux retraités.



Sur inscription

**Conférence**

# **AVC, prévenir et agir**



**Mardi 16 juin**

**15h à Bellevigny**

Salle L'Annexe

**Judi 17 septembre**

**18h30 à Falleron**

Salle Les Serments d'Or

Conférence animée par une infirmière de la filière AVC 85 du Centre Hospitalier Départemental et l'association France AVC

Les accidents vasculaires cérébraux sont la deuxième cause de décès et la première cause de handicap acquis chez les adultes. Chaque année, 150 000 personnes en France, 2 000 en Vendée, sont victimes d'AVC.

Qu'est-ce qu'un AVC ? Comment reconnaître les symptômes ? Quelles sont les causes ? Comment réduire les facteurs de risque ? Comment agir face à une personne victime d'un AVC ?

**Sans inscription  
Tout public**



**Conférence  
/Spectacle**

# Vieillesse en-chantées

Lors de **cette conférence chantée**, le sociologue Michel Billé et le philosophe Didier Martz explorent les représentations de la vieillesse à travers la chanson française.

Georges Brassens, Jacques Brel, Barbara, Claude Nougaro, Linda Lemay, Daniel Guichard mais également Calogéro ou encore MC Solaar... la chanson française révèle sa richesse et fait apparaître une vieillesse redoutée, refusée, dénigrée

mais aussi une vieillesse espérée, célébrée, jouissive, paillard même, du moins amoureuse, épicurienne, heureuse...

Une conférence en chanson pour penser la vieillesse, penser à la vieillesse.



**Judi 24  
septembre  
à 15h**

**La Chapelle Palluau**  
Espace A capella



**Sur inscription**



Ciné-débat

# “Un jour tu vieilliras”

**Jeudi 26 nov.  
à 14h15**

**Aizenay**  
Cinéma Cin'étoile

## **Projection du film « Un jour tu vieilliras » d'Edouard Carrion**

*« Suzanne, 81 ans, vit seule depuis le décès de son mari. Sa petite-fille, qui habite loin, l'incite à prendre internet pour qu'elle ne soit pas isolée. Mais l'installation par le fils de Suzanne révèle des tensions sous-jacentes.*

*Parallèlement, Jean-Daniel, un cadre supérieur proche de la retraite, se voit proposer par sa hiérarchie, un mécénat de compétences auprès d'une association d'aide aux personnes âgées. Il débarque avec maladresse dans cet univers envers lequel il a des préjugés.*

*Jean-Daniel et Suzanne ne se connaissent pas, pourtant, le hasard va les réunir et changer leur destin. »*

À l'issue de la projection, un débat sera animé par un psychologue et une médiatrice familiale de l'Areams.



**Sur inscription**

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc-arcco**

## Février

### STAGES DE SENSIBILISATION À LA CONDUITE

Saint-Paul-Mont-Penit  
Le Poiré-sur-Vie  
Saint-Denis-La-Chevasse

## Avril

### INITIATION AU VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

Le Poiré-sur-Vie  
Les Lucs-sur-Boulogne

### ATELIERS PREMIERS SECOURS CIVIQUES

Saint-Etienne-du-Bois  
La Genétouze

## Juin

### CONFÉRENCE AVC, PRÉVENIR ET AGIR

Bellevigny

## Septembre

### CONFÉRENCE AVC, PRÉVENIR ET AGIR

Falleron

### CONFÉRENCE / SPECTACLE VIEILLESSES EN-CHANTÉES

La Chapelle-Pallua

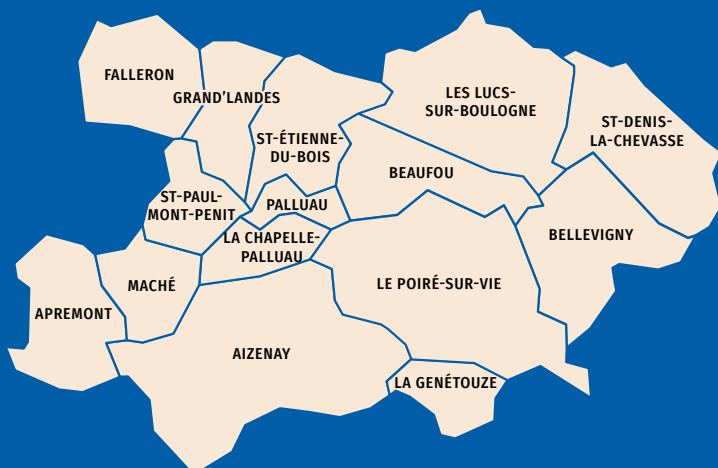
## Novembre

### ATELIER BIENVENUE À LA RETRAITE

Pallua

### CINÉ-DÉBAT UN JOUR TU VIEILLIRAS

Aizenay



## Renseignements/inscriptions

02 51 98 16 13 • [sante-preventionseiors@vietboulgne.fr](mailto:sante-preventionseiors@vietboulgne.fr)



Avec le soutien des communes du territoire  
et de l'ARS Pays de la Loire.

Directeur de publication : Guy Plissonneau, Président • Rédaction : Services de la CCVB • Création graphique : KolK.fr • Photos : AdobeStock, CCVB, ReSanté-Vous  
Impression : Imprimerie Yonnaise, Moulleron-le-Captif

