

Conférence des Financeurs de la perte d'Autonomie des personnes âgées de l'Isère



Classement par thématiques

FICHES DESCRIPTIVES DES ACTIONS DE PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE & DES ACTIONS DE SOUTIEN AUX AIDANTS 2023



Les fiches sont classées par thématiques :

- ◇ **Actions collectives d'accompagnement des proches aidants (p.4 à p.54) :**
 - ◇ Formation
 - ◇ Information
 - ◇ Prévention santé
 - ◇ Soutien psychologique

- ◇ **Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et Petites unités de vie) (p.56 à p.108)**
 - ◇ Accès à la culture et à l'expression artistique
 - ◇ Lien social, lutte contre l'isolement
 - ◇ Mobilité (dont sécurité routière)
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : Activités physiques et/ou sportives adaptées, atelier d'équilibre / prévention des chutes
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : bien-être et estime de soi
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : mémoire, stimulation cognitive
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : prévention de la dépression et du risque suicidaire

- ◇ **Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile**
 - ◇ **Accès à la culture et à l'expression artistique (p.110 à p.307)**
 - ◇ Accès aux droits
 - ◇ Habitat et cadre de vie
 - ◇ Lien social, lutte contre l'isolement
 - ◇ Mobilité (dont sécurité routière)
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : Activités physiques et/ou sportives adaptées, atelier d'équilibre / prévention des chutes
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : bien-être et estime de soi
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : mémoire, stimulation cognitive
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : nutrition, lutte contre la dénutrition, promotion d'une alimentation adaptée
 - ◇ Santé globale / Bien vieillir : autres actions
 - ◇ Usage du numérique

- ◇ **Actions collectives d'accompagnement des proches aidants :**
 - ◇ Formation
 - ◇ Information
 - ◇ Prévention santé
 - ◇ Soutien psychologique

Thématique : Formation

Nom du projet : Prévention de la dysphagie à domicile par l'accompagnement des aidants

Nom : EHPAD LES PIVOLES

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Les troubles de déglutition entraînent dénutrition, déshydratation, pneumopathies et isolement social.

Accompagner les aidants de personnes âgées dans la gestion alimentaire, les postures, les gestes à adopter permet de réduire le risque de fausses routes à domicile. Les ateliers se feront à l'EHPAD de la Verpillière afin de faire le lien avec le domicile.



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : La Verpillière

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 95 41 48 - direction@residencelespivoles.fr

Thématique : Information

Nom du projet : Prévenir l'isolement et l'épuisement des aidants familiaux

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Organisation d'une conférence sur le thème "Aînés : aidants ou aidés ?" avec échange en fin d'animation.

A l'issue de cette conférence, 2 dates seront prévues pour animer 2 sessions à l'aide du jeu "Super Zaidan"= sensibilisation du public (plus large que les aidants) sur la question de ce statut et de ses risques



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Allevard

Contact : Madame Lucie BIDOLI - 04 76 97 50 24 - j.pierre@allevard.fr



Thématique : Information

Nom du projet : Coup de pouce aux aidants

Nom : TECHNOPOLE ALPES SANTE A DOMICILE ET AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Cycle de sensibilisation et d'information en 4 phases :

1. Temps de présentation collectif « Ils vieillissent, quelle est la place ? »
2. Mise à disposition de supports en ligne (sous forme de courtes vidéos)
3. Atelier collectif : « Connaître les aides et les solutions pour le bien vieillir »
4. Des temps individuels d'écoute et d'accompagnement pourront être proposés par le CCAS



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Voironnais Chartreuse;Porte des Alpes;Vals du Dauphiné
Commune(e) : Echirolles;Eybens;Voiron;Saint-Quentin-Fallavier;La Tour-du-Pin;Claix

Contact : Charvet Julie - 04 58 00 38 86 - contact@tasda.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Répit pour les aidants familiaux

Nom : CCAS DE LA TOUR DU PIN

Type de structure : CCAS

Description : 38 séances de relaxation « sonore » pour aider les aidants avec une professionnelle art-thérapeute. Le son peut provenir d'un instrument de musique mais aussi par la voix. Les rythmes et les vibrations apaisent et relaxent corps et esprit



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Tour-du-Pin

Contact : Buthion Sandrine - 04 74 83 26 20 - sandrine.buthion@latourdupin.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Projet aidants-aidés / personnes isolées

Nom : CENTRE INTERCOMMUNAL D'ACTION SOCIALE DU PAYS VOIRONNAIS

Type de structure : CCAS

Description : 2 séances d'APA par semaine sur 39 semaines au sein du lieu ressource Innovadom, avec transport des bénéficiaires, en parallèle d'autres actions et programmes à destination des personnes aidantes ou aidées ou des personnes âgées isolées, pour favoriser la cohérence entre les différentes actions et les multiples acteurs accompagnant ce public et ainsi faciliter leur participation aux programmes



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Bako Alexandra - 04 76 93 17 82 - alexandra.bako@paysvoironnais.com



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Parcours prévention aidants Oisans

Nom : MADAME SONIA BONNEVILLE

Type de structure : Entrepreneur individuel

Description : Un parcours de prévention pour les aidants, en trois temps. 1er temps : 1 séance interactive sur les aidants et les problématiques qu'ils peuvent rencontrer
2ème temps : 5 séances collectives et 2 entretiens individuels : pour les aidants d'un proche ayant une maladie d'Alzheimer ou apparentées. Troisième temps : 9 séances collectives et 2 entretiens sur la gestion du stress et de l'anxiété



Territoire(s) : Oisans

Commune(e) : Livet-et-Gavet;Les Deux Alpes;Huez;Le Bourg-d'Oisans

Contact : Bonneville Sonia - 06 52 40 98 28 - soniabonneville2552@gmail.com



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Médiation animale avec des chevaux pour des binomes aidants/aidés

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Proposer 2 séances d'équithérapie par mois en avril, mai, juin, septembre et octobre, à des couples aidants/ aidés dont l'aidé présente des troubles cognitifs liés à des maladies neurodégénératives. La zoothérapie de groupe est une médiation qui s'exerce à l'aide d'un animal familier, ici le cheval, sous la responsabilité d'un professionnel et avec des animaux sélectionnés et éduqués



Territoire(s) : Agglomération Grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Sophrologie débutant pour les aidants

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 18 séances de 1h30 de sophrologie bimensuelles, à destination des personnes nouvellement accompagnées par la Maison des aidants ou n'ayant pas encore participé à cet atelier



Territoire(s) : Agglomération Grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Ateliers proches aidants

Nom : KINE PREVENTION AUVERGNE RHONE ALPES KPAURA

Type de structure : Association

Description : 1 réunion collective puis 4 ateliers animés par un kinésithérapeute pour permettre aux participants "aidants" de prendre un temps pour eux pour échanger et expérimenter les pratiques de leur gestes du quotidien . Il s'agit de les sensibiliser à la prévention de leur santé physique



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Eybens

Contact : Lestra Laurence - 06 10 01 08 97 - l.lestra.kpaura@formationprevention.fr



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Relaxation sonore pour les aidants

Nom : COMMUNE DE SAINT QUENTIN FALLAVIER

Type de structure : Commune

Description : 46 séances de 1h30 de relaxation sonore animées par une art-thérapeute, à destination des aidants. 2 groupes le mercredi et 2 groupes le jeudi du 1er février 2023 au 21 décembre 2023. 20 bénéficiaires attendus



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Quentin-Fallavier

Contact : Plattard Anne - 04 74 94 88 50 - anne.plattard@st-quentin-fallavier.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Offrir un moment pour soi à destination des proches aidants des personnes âgées en EHPAD

Nom : EHPAD CHATEAU DE LA SERRA

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : 22 séances de médiation de 2H30 deux mardis par mois alternative-ment sur chaque établissement du 01/02/2023 au 22/12/2023. Ateliers à destination des aidants des personnes âgées des Ehpads Château de la Serra et les Coralies, réalisées par des professionnels (musicothérapeute et sophrologue). 220 bénéficiaires attendus avec possibilité d'ouverture aux proches aidants des personnes âgées à domicile



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Villette-d'Anthon;Chozeau

Contact : Madame Ludivine GILLET - 04 78 31 25 12 - direction.ehp.ad.villette.anthon@outlook.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : L'après-midi des aidants

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Un temps d'accueil et d'échange de 3h un après-midi toutes les deux semaines avec 2 espaces séparés : l'un pour les aidants et un autre pour les aidés et les aidants. Proposition d'un atelier d'expression créative ouvert aux aidants et aux aidés, autour de 3 moments : expression corporelle, expression créative, temps d'expression verbale



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Egrève

Contact : Maron Corinne - 04 76 56 53 60 - corinne.maron@mairie-st-egreve.fr



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Séances de sophrologie dans le cadre de l'espace partagé

Nom : ADMR DU VOIRONNAIS

Type de structure : Association

Description : Séances de sophrologie partagées en binômes : aidant/aidé atteint d'une maladie neurocognitive dégénérative



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Bertrand Fillot Séverine - 06 71 46 62 75 - sfillot@fede38.admr.org



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Un pas vers mon bien-être : je ne suis pas qu'aidant

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : 7 ateliers collectifs de 3h à destination des proches aidants, pour questionner et analyser les situations vécues dans la relation au proche aidé afin de trouver les réponses adéquates, mieux connaître et mobiliser les ressources existantes près de chez eux, avec en parallèle une possible prise en charge des personnes aidées durant l'animation



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Aide aux proches aidants

Nom : SANTE EN VERCORS

Type de structure : Entreprise

Description : Structuration et modélisation de l'organisation de l'accompagnement des aidants sur le territoire, avec la mise en place d'un référent unique : lieu d'échange, veille, mobilisation, mutualisation et optimisation des ressources disponibles en local et en proximité, démarche "d'aller vers", conseil et orientation les aidants, accompagnement du projet politique



Territoire(s) : Vercors
Commune(e) : Saint-Nizier-du-Moucherotte;Engins;Autrans-Meaudre en Vercors;Correncon-en-Vercors;Villard-de-Lans;Lans-en-Vercors

Contact : Mouton Valérie - 06 15 43 48 06 - valerie.mouton.vercors@gmail.com



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Ateliers « Mieux-être » : outils pour prendre soin de soi

Nom : CTRE COM ACTION SOCIALE DE GIERES

Type de structure : CCAS

Description : Proposer 8 ateliers "mieux être" aux aidants pour les inviter à prendre soin d'eux avec un massage assis tout en leur fournissant des clés pour se ressourcer, réalisés par deux acteurs professionnels



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Domène;Gières

Contact : Barbier Jeanne - 04 76 89 69 40 - jeanne.barbier@gieres.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Prendre soin de soi pour prendre soin d'un proche

Nom : ACTI'FORME

Type de structure : Entreprise

Description : Favoriser une pratique physique pour préserver la santé physique, psychologique et sociale des aidants. Une action mélangeants apports théoriques sur un temps de conférence active et ouvert au partage. Puis un cycle spécifique en APA de 6 séances pour découvrir des "outils" (respiration, mobilité, ...) pour prendre soin de soi sans et avec son aidé.



Territoire(s) : Grésivaudan;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Villard-Bonnot;Bernin;Gières;Grenoble

Contact : Alussi Anthony - 06 38 05 12 44 - apa.actiforme@gmail.com

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Je me ressource !

Nom : COMMUNE D HEYRIEUX

Type de structure : Commune

Description : 3 ateliers de 2h30 répartis sur l'année 2023, de février à décembre, à Heyrieux au Foyer et Rural et à l'EHPAD les Colombes pour les personnes âgées de 60 ans et plus , les proches-aidants de la Commune, pour proposer des outils pour se détendre, prendre soin de soi et se ressourcer



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Monsieur Daniel ANGONIN - 04 78 40 00 14 - mairie@heyrieux.fr



Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Parenthèse

Nom : Maison de territoire de Porte des Alpes
Service autonomie

Type de structure :

Description : Organisation de 6 séances de 2h de sophrologie et de cohérence cardiaque, animées par un sophrologue diplômé , pour une pratique en groupe de séances de gestion du stress et des émotions, et permettre aux aidants de personne âgées de retrouver un bien-être au quotidien en instaurant des ressentis positifs



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu

Contact : Florence GAYTON - 04 26 73 06 47 - florence.gayton@isere.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Un temps pour soi

Nom : Maison de territoire de Porte des Alpes
Service autonomie

Type de structure :

Description : Organisation de 6 séances de 2h de sophrologie et de cohérence cardiaque, animées par un sophrologue diplômé , pour une pratique en groupe de séances de gestion du stress et des émotions, et permettre aux aidants de personnes en situation de handicap de retrouver un bien-être au quotidien en instaurant des ressentis positifs



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu

Contact : Florence GAYTON - 04 26 73 06 47 - florence.gayton@isere.fr

Thématique : Prévention santé

Nom du projet : Aidants: Préparer et traverser le deuil

Nom : Maison de territoire du Vercors
Service autonomie

Type de structure :

Description : Séances collectives hebdomadaires de yoga , à destination d'aidants de proches âgés ou de proches en situation de handicap, animées par un professionnel diplômé en sport adapté et en Yoga.



Territoire(s) : Vercors
Commune(e) : Lans-en-Vercors

Contact : Pascale Jalles - 04 57 38 49 00 - pascale.jalles@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Pique nic des aidants

Nom : CCAS VIF

Type de structure : CCAS

Description : 12 séances "bien être" de gym douce / yoga à destination des aidants, et moment convivial de pic nique, pour permettre un lieu et des temps dédiés à l'échange, à l'information, aux conseils, au bien-être, d'avoir un moment de répit, une bouffée d'oxygène, un moment à eux



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vif

Contact : Milliat Céline - 04 76 73 50 55 - das@ville-vif.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Aide aux aidants: Groupe de parole thématique autour d'un moment de convivialité

Nom : EHPAD LES PIVOLES

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Groupe mensuel de 3h d'accompagnement des aidants familiaux de personnes âgées qui sont soit à domicile et en attente d'une place en EHPAD, soit hébergés en EHPAD. Le groupe est accompagné par une psychologue et bénéficie de l'intervention de professionnels et de bénévoles d'association



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : La Verpillière

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 95 41 48 - direction@residencelespivoles.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Les ateliers du bonheur

Nom : COMMUNE DE SAINT MAXIMIN

Type de structure : Commune

Description : Ce programme complète les apports de la psychologie positive initialement abordés avec le programme CARE, et soutient les besoins du sujet âgé que sont la régulation des émotions, l'empathie, la motivation, le rire...10 séances de 2h



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Maximin

Contact : Monsieur Olivier ROZIAU - 06 62 65 57 93 - stephane.malard@stmaximin38.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Accompagnement des aidants familiaux en grande difficulté

Nom : MAISON DE RETRAITE DE CREMIEU

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Coordonner l'intervention d'un professionnel d'aide à domicile auprès du proche aidé afin de permettre à l'aidant de se rendre à un moment de convivialité animé par une psychologue et des professionnels de la santé : 1 à 2 séances par mois soit un total de 10 groupes de cinq aidants maximum



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Crémieu

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 94 70 07 - directeur@residencejeannedechantal.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Groupe de soutien "Jeunes aidants étudiants"

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Proposer un espace de parole et un lieu d'accueil et de soutien à des jeunes étudiants en situation d'aidance : 1 groupe de parole mensuel, le samedi matin hors été, soit 9 séances de 2 heures



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Ateliers en faveur des aidants

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 2 cycles de 14 ateliers collectifs de coaching et de communication pour les aidants, pour leur permettre de prendre conscience de leur rôle, d'identifier leurs limites, leurs ressources et leurs besoins, et de développer leurs capacités d'écoute et d'empathie pour gérer les situations conflictuelles du quotidien



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Grésivaudan
Commune(e) : Gières;Le Versoud;Domène

Contact : Debolle Sandra - 04 76 77 51 90 - ccas@mairie-domene.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Et les aidants là dedans ?

Nom : LES COULISSES A RESSORTS

Type de structure : Association

Description : Création collective, pour permettre la participation des aidants à une œuvre artistique et donner la voix à leurs réalités, mal connues : via des cercles de paroles, faire émerger des thèmes, puis écrire un spectacle diffusé ensuite dans différents lieux. Il s'agit aussi de permettre une bulle, un instant pour souffler et aider à la reprise de confiance



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : Morel Mathilde - 06 80 28 40 28 - lescoulissesaressorts@gmail.com



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Être soutenu pour mieux accompagner

Nom : ROMELO / AUXI'LIFE 38

Type de structure : Entreprise

Description : Mise en place d'un groupe de parole mensuel à destination des proches aidants de personnes âgées de plus de 60 ans fragilisées par l'âge, la maladie ou le handicap, animé par un psychologue libéral



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Quentin-Fallavier

Contact : BENMESSAOUD Nacera - 06 17 79 68 97 - nbenmessaoud@auxilife.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : La pause aidants

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 11 groupes de parole de 2h animés par un psychologue, pour proposer un soutien psychologique mais également des clés et astuces pour faciliter l'accompagnement de son proche au quotidien



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu

Contact : Claret-Tournier Sarah - 04 74 93 55 55 - sclaret-tournier@bourgoinjallieu.fr



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Ateliers "Je me ressource"

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 2 ateliers de 2h30 "je me ressource" : proposer un moment de répit, de détente, de ressourcement à toutes personnes qui accompagnent un parent et traversent des moments difficiles. Riche d'expérimentations pratiques, il fournit des clés invitant à mieux prendre soin de soi, à reprendre confiance, à insuffler du mieux être, à favoriser une présence juste (à soi, à l'autre)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Veurey-Voroize;Noyarey;Sassenage

Contact : Coigné Christian - 04 76 26 34 90 - cnemoz-morel@sassenage.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Cycle d'aide aux aidants

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Proposer un cycle d'actions destinées aux proches aidants :

- 4 groupes de paroles animés par une psychologue expérimentée
- 4 Temps forts animés par Vers l'Essentiel sur le thème du ressourcement
- 3 formations des Aidants



Territoire(s) : Grésivaudan;Matheysine;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Mury-Monteymond;La Mure;Gières

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Cafés des aidés en parallèle d'un café des aidants existant

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de 11 "Cafés des aidés" en parallèle du "Café des aidants" pour permettre à l'aidant d'avoir un temps avec des professionnels et des aidants en toute sécurité et sérénité. Pendant ce temps d'échange, les auxiliaires de vie s'occupent de l'aidé. Le lieu choisi permet aux aidés d'accéder aux livres et aux jeux de la bibliothèque.



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan

Contact : Menneron Sonia - 04 76 41 69 15 - sonia.menneron@meylan.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Information collective et groupe de paroles pour les aidants

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE SAINT-MARCELLIN

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place d'1 réunion collective puis 7 groupes de parole de 2h pour les aidants pour offrir un espace de partage, d'échange, de rupture de l'isolement



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Marcellin

Contact : Eudeline Ingrid - 04 76 38 61 03 - ingrid.eudeline@saint-marcellin.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : CCAS de Gières

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Gières

Contact : Ophélie Lusseau - 04 76 89 69 40 (Résidence Roger Meyffreys) - ophelie.lusseau@gieres.fr



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : CCAS de Meylan, Corenc,
La Tronche

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan; Corenc;
La-Tronche

Contact : Sonia Menneron (CCAS Meylan);

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : CCAS de Seyssins / Seyssinet

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Seyssins / Seyssinet

Contact : Gaëlle Martinez - 04 38 12 38 62 - gaelle.martinez@mairie-seyssins.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire de la Bièvre
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Sylvie DELEPINE - 04 37 02 25 11 - sylvie.delepine@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire de La Matheysine
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La-Motte-d'Aveillans

Contact : Valérie

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire de l'Isère Rhodanienne
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Isère Rhodanienne
Commune(e) : Roussillon / Assieu

Contact : Catherine AUBERT - 04 74 97 97 04 - catherine.aubert@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire de l'Isère Rhodanienne
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Isère Rhodanienne
Commune(e) : Vienne

Contact : Catherine AUBERT - 04 74 97 97 04 - catherine.aubert@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire de l'Oisans
Service solidarité autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Oisans
Commune(e) : Le-Bourg-d'Oisans

Contact : Angélique SPATARO - 04 76 11 10 85 - angelique.spataro@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire des Vals du Dauphiné
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Haut-Rhône Dauphinois
Commune(e) : Vézéronce-Curtin

Contact : Maëlys POMPIER - 04 74 18 66 24 - maelys.pompier@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire des Vals du Dauphiné
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Haut-Rhône Dauphinois
Commune(e) : Tignieu-Jamezyieu

Contact : Maëlys POMPIER - 04 74 18 66 24 - maelys.pompier@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire du Grésivaudan
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Froges

Contact : Laure VERGER - 04 56 58 16 26 - laure.verger@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire du Sud Grésivaudan
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Sud Grésivaudan
Commune(e) : Vinay

Contact : Mérédith LIÉTARD - 04 76 36 38 92 - meredith.lietard@isere.fr



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire du Vercors
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Vercors
Commune(e) : Villard de Lans

Contact : Pascale Jallès - 04 57 38 49 04 - pascale.jalles@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Café des aidants

Nom : Maison de territoire du Voironnais Chartreuse
Service autonomie

Type de structure :

Description : Le Café des Aidants est un lieu qui donne du temps et un espace d'information, à tous les aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de son proche. Ces rencontres ont lieu une fois par mois et sont coanimées par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. A chaque rencontre une thématique est proposée pour amorcer des échanges autour de son vécu d'aidant. L'objectif est d'offrir un lieu dédié, pour échanger et rencontrer d'autres aidants dans un cadre convivial (un café associatif, un bar, un restau-



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Coublevie

Contact : Sandrine SUCHET - 04 57 56 11 66 - sandrine.suchet@isere.fr



Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Comité des deux versants

Nom : Maison de territoire du Trièves
Service solidarité autonomie

Type de structure :

Description : Mise en place d'un temps d'échange collectif mensuel de 2h, à destination des aidants de personnes âgées, en alternance à Mens et à St Maurice en Trièves, animé par une psychologue formée par France Alzheimer, avec un transport possible en covoiturage par l'ADMR de Clelles. Intervention ponctuelle d'une sophrologue bénévole – 15 séances sur l'année



Où ?

Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Mens;Saint-Maurice-en-Trièves

Contact : Pascale SIMONE - 04 80 34 85 00 - pascale.simone@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Juste un temps, juste pour l'aidant

Nom : Maison de territoire du Trièves
Service solidarité autonomie

Type de structure :

Description : Mise en place d'un temps d'échange collectif mensuel de 3h, à destination des aidants de personnes âgées, animé par un binôme psychologue / infirmière. Intervention ponctuelle d'un médecin, d'un reflexologue.



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Monestier-de-Clermont

Contact : Pascale SIMONE - 04 80 34 85 00 - pascale.simone@isere.fr

Thématique : Soutien psychologique

Nom du projet : Du yoga pour les aidants, se ressourcer pour mieux accompagner

Nom : Maison de territoire du Vercors
Service autonomie

Type de structure :

Description : Mise en place d'un temps d'échange collectif mensuel , à destination d'aidants endeuillés, ayant perdu un proche âgé ou un proche en situation de handicap, animé par une psychologue.



Territoire(s) : Vercors
Commune(e) : Villard-de-Lans

Contact : Pascale Jalles - 04 57 38 49 00 - pascale.jalles@isere.fr

Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et Petites unités de vie)

- ◇ Accès à la culture et à l'expression artistique
- ◇ Lien social, lutte contre l'isolement
- ◇ Mobilité (dont sécurité routière)
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : Activités physiques et/ou sportives adaptées, atelier d'équilibre / prévention des chutes
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : bien-être et estime de soi
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : mémoire, stimulation cognitive
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : prévention de la dépression et du risque suicidaire

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Mémoire par l'écriture

Nom : CENTRE HOSPITALIER FABRICE MARCHIOL - LA MURE

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : 15 séances sur l'écriture de 60mn réparties sur 18 semaines chaque jeudi matin de début mars à fin juin pour solliciter l'éveil des résidents sur une activité accessible (une autre personne pourra donc écrire à leur place si besoin), leur faire prendre conscience et connaissance des différentes possibilités qu'offre l'écriture notamment au niveau de la mémoire et de la communication



Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La Mure

Contact : Faure Adeline - 04 76 81 42 64 - AFaure@ch-lamure.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Dans ma maison, le monde

Nom : COMPAGNIE DU JOUR

Type de structure : Association

Description : Action culturelle intergénérationnelle et pluridisciplinaire : partenariat entre la Compagnie du Jour, l'EHPAD Le Bon Pasteur de Saint-Martin-d'Hères et le DITEP Le Chalet Langevin (CODASE), voisin du Bon Pasteur, afin de travailler avec leurs publics sur leur imaginaire de la "maison idéale": écriture créative, petites percussions, dans le but de créer des pièces radiophoniques + spectacle



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Poisat

Contact : Martinet Hugo - 06 19 69 25 64 - compagniedujour@gmail.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Musique pour tous : le bao-pao en EHPAD et PUV

Nom : LA PUCE A L'OREILLE

Type de structure : Association

Description : 10 séances d'animation musicale en EHPAD pendant laquelle le public est lui-même acteur direct grâce à la baguette magique : il produit la musique directement, de manière intuitive et ludique. La valorisation est immédiate et permet aux usagers de reprendre confiance en eux, de chanter, de s'exprimer et de retrouver une estime de soi

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Sud Grésivaudan; Matheysine;Porte des Alpes; Pays Voironnais

Commune(e) : Grenoble;Corps;Mens;Beaurepaire;Noyarey;Voiron;Vourey;Diémoz et l'Isle d'Abeau

Contact : Reynaud-Parassols Emeline - 06 47 47 76 13 - lapucealoreille.culture@gmail.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Ateliers d'art-thérapie

Nom : EHPAD RESIDENCE BAYARD

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : 60 ateliers d'art-thérapie visant à aider les résidents à exprimer leur être intérieur (émotions, ressentis, craintes...) par des moyens d'expression autres que la parole. Ils sollicitent l'imagination et mettent les corps en mouvement pour créer une œuvre concrète, composée d'images et de formes dévoilant des aspects de soi-même. Chaque séance est un espace de liberté pour les résidents

Où ?

Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : Les Abrets en Dauphiné

Contact : Arnaud Mathieu - 04 76 32 07 08 - directeur@ehpadbayard.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Les concerts aux fenêtres des EHPAD

Nom : MUSIQUE EN TETE

Type de structure : Association

Description : 5 concerts interactifs de chansons françaises proposés aux résidents des EHPAD du territoire Voironnais



Où ?

Territoire(s) : Bièvre ;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : La Côte-Saint-André;Coublevie;Tullins;Moirans;Voreppe;Voiron

Contact : Dellamonica Emmanuelle - 06 34 95 80 49 - dellamonica.fr@gmail.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : QUAND LA MUSIQUE S'INVITE AUX OMBRAGES

Nom : FONDATION PARTAGE ET VIE

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : Nous souhaitons Inviter la musique au sein de notre structure. Ce projet est une ouverture pour la créativité, la joie, du partage et du bonheur. C'est également par le biais de la musicotherapie le maintien des capacités cognitives des résidents et la rencontre avec des artistes extérieurs.

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan

Contact : Hadjadj Soraya - 04 38 38 18 30 - soraya.hadjadj@fondationpartageetvie.org

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Prendre la route

Nom : TANGIBLES

Type de structure : Association

Description : Après plusieurs ateliers collectifs de pratique des outils du carnet de voyage et rencontre/correspondance avec des grands voyageurs, chaque participant.e réalise un aller retour d'une demi-journée sur un lieu de son choix, accompagné par une photographe et une preneuse des son, afin d'en réaliser un carnet de voyage



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Vercors
Commune(e) : Grenoble;Villard-de-Lans

Contact : Nicoladze Laure - 06 68 42 06 88 - production@tangibles.photo

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : J'ai fait une belle croisière avec Jean-Pierre

Nom : MAISON DE LA CULTURE DE GRENOBLE

Type de structure : Etablissement public à caractère industriel ou commercial

Description : 10 représentations dans 10 EHPAD un spectacle construit autour d'un répertoire musical de chansons populaires connues et dans un décor évoquant une guinguette, suivi d'un temps d'échanges avec les artistes, pour permettre aux personnes âgées dépendantes vivant en établissement d'accéder au spectacle vivant en l'amenant jusqu'à elles

Où ?

Territoire(s) : Agglomération Grenobloise;Grésivaudan;Trièves;Matheysine

Commune(e) : Corps;Grenoble;La Tronche;Le Versoud;Mens;Monestier-de-Clermont ;Pontcharra

Contact : Biscondi Agathe - 04 76 00 79 10 - agathe.biscondi@mc2grenoble.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : « Une odyssée du 21ème siècle » : souvenirs et fragments de mémoire au temps de la vieillesse

Nom : FONDATION PARTAGE ET VIE

Type de structure : Fondation

Description : Animation, tournage et montage d'un film avec 20 ateliers de 2h co-animés par 2 intervenants et un professionnel de l'EHPAD, réalisation de portraits photos en parallèle, pour favoriser l'expression du récit de vie des personnes âgées dans une dynamique socialisante de partage de l'expérience vécue. Film et exposition photos, dans et hors les murs, témoigneront d'histoires dans l'Histoire



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Tullins

Contact : Dhulst Adeline - 04 76 07 86 57 - adeline.dhulst@fondationpartageetvie.org

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Propositions de séances d'art-thérapie groupales destinées à des personnes âgées de plus de 60 ans isolées et en souffrances psychique.

Nom : ALEXANDRA PICARD ART-THÉRAPEUTE

Type de structure : Entrepreneur individuel

Description : 37 séances d'art-thérapie de 2h en groupe, + proposition de séances à des résidents très isolés, qui sortent très peu de leur chambre, pour les amener peu à peu à sortir de leur isolement, s'ouvrir et participer à la vie de l'établissement



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Chozeau

Contact : Madame Alexandra PICARD - 06 86 50 86 19 - apicard.arttherapie@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Zoothérapie : Médiation animale

Nom : CTRE COM ACTION SOCIALE DE VIF

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : Une intervenante diplômée en médiation animale et connue des résidents par son activité passée viendra proposer des séances de zoothérapie au sein de l'EHPAD avec des chiens, perruches et lapins, en salle d'activité avant les repas dans les deux unités classiques et unité psycho gériatrique. Des outils adaptés et destinés à solliciter les résidents leur permettent d'entrer en lien avec l'animal.

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vif

Contact : De Carvalho Alexandre - 04 76 73 57 13 - vie-sociale.ehpad@ville-vif.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Psychologie positive

Nom : ASSOCIATION LOCALE ADMR PETITE UNITE DE VIE SOLEIL DE PONT-CHARRA

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 21 séances de psychologie positive permettant lien social et stimulation cognitive des résidents



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Audiffred Flavie - 07 81 25 74 80 - puvpora@fede38.admr.org

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Atelier mémoire

Nom : ASSOCIATION LOCALE ADMR PETITE UNITE DE VIE SOLEIL DE PONT-CHARRA

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 24 séances bimensuelles d'1h30 d'ateliers mémoire pour soutenir les capacités cognitives, aider à s'inscrire dans la temporalité, permettre de s'exprimer

Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Audiffred Flavie - 07 81 25 74 80 - puvpora@fede38.admr.org

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Musicothérapie

Nom : MAISON RETRAITE PUBLIQUE INTERCOMMUNALE

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Continuation de séances de musicothérapie de groupe sur les 2 sites de l'établissement.

Approfondissement des concepts (Alliance groupale, exploration, imagination et créativité, travail sur la mémoire, et identité de la personne.



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Chef

Contact : Schlaffke Anonciade - 04 74 27 78 30 - mrsaintchef@wanadoo.fr



Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Séances de zoothérapie

Nom : CENTRE HOSPITALIER FABRICE MARCHIOL - LA MURE

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Une zoothérapeute qualifiée interviendra avec ses des chiens, un cochon d'inde et un perroquet pour réaliser des animations de groupes avec des personnes âgées de l'établissement, 1 fois par mois, avec 2 séances par journée dans des services différents (EHPAD / UPG ou USLD) - 20 séances au total



Où ?

Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La Mure

Contact : Faure Adeline - 04 76 81 42 64 - AFaure@ch-lamure.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Médiation équine dans les EHPAD

Nom : ASS ISERE CHEVAL VERT

Type de structure : Association

Description : Médiation équine dans les EHPAD, deux séances de mise en confiance des résidents avec des poneys : approche, soin, petite balade à pied avec les poneys, mise en selle si possible. Puis, 3 sorties en calèche à l'extérieur de l'établissement.



Territoire(s) : Grésivaudan;Bièvre Valloire;Agglomération Grenobloise;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Le Versoud;Saint-Jean-de-Bournay;Vizille;Saint-Laurent-du-Pont

Contact : Ode Marie-Noëlle - 06 43 83 59 08 - marienoelle@isere-cheval-vert.com



Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Interventions musicales en direction des personnes âgées dépendantes

Nom : SYND DE MUSIQUE JEAN WIENER

Type de structure : Etablissement public de coopération intercommunale

Description : 10 interventions musicales sur l'année pour apporter une aide à "mieux vivre" aux résidents de l'EHPAD de Pont-de-Claix



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Pont-de-Claix;Echiroilles

Contact : Alonso Julien - 04 76 99 25 26 - j.alonso@sim-jeanwiener.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les ateliers de musicothérapie partagés en EHPAD

Nom : MUSIQUE EN TETE

Type de structure : Association

Description : 30 ateliers collectifs de musicothérapie partagés entre 6 EHPAD du territoire Voironnais



Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Vourey;Rives;Tullins;Voreppe;Coublevie;Voiron

Contact : Dellamonica Emmanuelle - 06 34 95 80 49 - dellamonica.fr@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Voisinages : liens, solitudes, solidarités

Nom : LA COMPAGNIE DU SAVON NOIR

Type de structure : Association

Description : Afin d'explorer le thème des liens, solitudes et solidarités, un parcours est proposé aux participant.s : témoignages, ateliers d'écriture, exposition, débats animés dans 5 écosystèmes différents : un EHPAD, un immeuble en quartier populaire, une MDH incluant un conseil consultatif des aînés et deux villages ruraux. Au final, une exposition visuelle graphique et sonore, tournera en 38, 07 et 26

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan;Eybens;Grenoble

Contact : Dubois Fabing Delphine - 06 62 14 66 37 - artistique@ciedusavonnoir.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Des clowns dans la maison !

Nom : SI MAISON CANTONALE PERSONNES AGEES

Type de structure : Etablissement public de coopération intercommunale

Description : Des Clowns au service de l'humain, pour développer des échanges et des occasions de rencontre et de partage d'émotion : interventions bimensuelles de 2 clowns sur 1 journée avec rencontre de chambre en chambre auprès des personnes les plus isolées et au sein de l'espace commun de l'unité protégée accueillant des personnes atteintes de troubles du comportement, interactions avec les accompagnants

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan

Contact : Mey Nathalie - 04 76 41 84 00 - animation-mcpa@wanadoo.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ateliers et sorties nature pour les résident-es d'EHPAD

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Organisation d'ateliers et sorties nature avec un intervenant extérieur dans chaque EHPAD du CCAS :

- 8 ateliers/sorties à l'EHPAD Saint Bruno (qui fermera ses portes en juillet 2023 pour travaux)
- 10 ateliers/sorties nature à l'EHPAD Lucie Pellat
- 20 ateliers/sorties nature à l'EHPAD André Léo



Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Neveu Aurélie - 07 87 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Le jeu au service de la prévention de la perte d'autonomie des résident-es d'EHPAD

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Un partenariat est envisagé avec la Maison des Jeux, qui a une vraie expertise sur le jeu et interviendra en complémentarité avec les professionnel-les de EHPAD, pour des séances autour du jeu : 44 ateliers jeux d'une durée de 2h + 2 Animations jeux d'une durée de 3h, avec des grands jeux en bois



Territoire(s) : Grésivaudan; Agglomération grenobloise
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin; Grenoble

Contact : Neveu Aurélie - 07 87 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr



Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Plateforme collaborative CULTUREàVIE

Nom : GROUPE DES ANIMATEURS EN GERONTOLOGIE, GERIATRIE, STRUCTURES ET SERVICES POUR PERSONNES AGEES (G.A.G.)

Type de structure : Association

Description : Plateforme de mutualisation d'outils et de supports d'animation permettant aux animateurs en gérontologie de diversifier leurs animations et de gagner du temps de préparation au profit de leur présence auprès des aînés



Territoire(s) : Département de l'Isère
Commune(e) : TOUTES

Contact : Jondeau Carine - 03 85 78 79 16 - carine.jondeau@culture-a-vie.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Le chant des souvenirs

Nom : EMO-SON

Type de structure : Association

Description : Le projet "le chant des souvenirs" exploite la dynamique créée par l'écoute de la musique pour entraîner l'auditeur dans la redécouverte de son passé. Le but formel de ce projet est de réaliser un podcast ressemblant à une émission radiophonique qui pourra être partagé avec d'autres publics mais également avec les EHPAD.... 12 séances filmées, animées, montage et création CD

Où ?

Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Tour-du-Pin;Val-de-Virieu

Contact : Madame Karine LANCEMENT - 07 88 56 18 26 - contact@emo-son.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : FONDATION PARTAGE ET VIE

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : 48 séances d'activité physique adaptée, en prévention du risque de chute, pour promouvoir l'activité physique et créer du lien social entre résidents



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Allevard

Contact : La Ramée Bruno - 04 76 45 06 24 - bruno.chiatti@fondationpartageetvie.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Lutter contre la sarcopénie du sujet âgé en EHPAD

Nom : MAISON DE RETRAITE DE CREMIEU

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : La sarcopénie ou dystrophie musculaire liée à l'âge affecte une très grande majorité de résidents. Elle peut être accrue du fait de pathologies métaboliques. Afin de prévenir et ralentir la sarcopénie, nous souhaitons développer une stratégie nutritionnelle adaptée à chaque patient et développer une des ateliers d'activité physique adaptée.



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Crémieu

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 90 70 07 - directeur@residencejeannedechantal.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Actions de prévention de la perte d'autonomie, de bien-être et d'estime de soi et de prévention des chutes

Nom : CENTRE HOSPITALIER DE LUZY-DUFFEILLANT

Type de structure : Etablissement public de santé

Description : Ateliers de bien être et de valorisation de soi au sein des établissements sanitaires et médico-sociaux de Beaurepaire avec des séances d'Activités physiques adaptées, de soins d'esthétique (socio-esthéticienne), d'expression corporelle. Prévenir aussi les chutes des résidents déambulants par modération des troubles du comportement des résidents déments à l'aide de séances de snoezelen



Où ?

Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Vivès-Torrens Sébastien - 06 77 18 84 49 - s.vives-torrens@ch-beaurepaire.fr



Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : APA : " Aller on bouge ! "

Nom : CTRE COM ACTION SOCIALE DE VIF

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : 40 séances d'activité physique adaptée de 1h par semaine pour 45 Bénéficiaires résidents de l'Ehpad de mars à décembre 2023. Les séances d'APA seront proposées en salle d'activités à des groupes de 12 résidents maximum avec un temps d'échauffement et des jeux et/ou exercices mobilisant le corps, la motricité ...

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vif

Contact : De Carvalho Alexandre - 04 76 73 57 13 - vie-sociale.ehpad@ville-vif.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Prévention de la sarcopénie chez les résidents de l'EHPAD des Pivoles

Nom : EHPAD LES PIVOLES

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : La sarcopénie ou dystrophie musculaire liée à l'âge affecte une très grande majorité de résidents. Elle peut être accrue du fait de pathologies métaboliques . Afin de prévenir et ralentir la sarcopénie, nous souhaitons développer une stratégie nutritionnelle adaptée à chaque patient et développer une des ateliers d'activité physique adaptée.

Où ?

Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : La Verpillière

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 95 41 48 - direction@residencelespivoles.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Atelier prévention des chutes

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : Mise en place de 2 ateliers hebdomadaires de prévention des chutes pour 8 à 10 résidents (soit 16 à 20 participants) sur un public de personnes âgées dépendantes le plus souvent poly pathologiques en établissement d'hébergement, animés par un kinésithérapeute



Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Fontaine Chrystelle - 04 76 67 27 67 - chrystelle.fontaine@ville-voiron.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Yoga sur chaise

Nom : ASSOCIATION LOCALE ADMR PETITE UNITE DE VIE SOLEIL DE PONT-CHARRA

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 39 ateliers hebdomadaires de Yoga d'une heure pour aider les résidents sur des exercices de respiration et d'auto massages



Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Audiffred Flavie - 07 81 25 74 80 - puvpora@fede38.admr.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Gymnastique – prévention santé

Nom : ASSOCIATION LOCALE ADMR PETITE UNITE DE VIE SOLEIL DE PONT-CHARRA

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 52 séances de gymnastique et prévention des risques de chutes



Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Audiffred Flavie - 07 81 25 74 80 - puvpora@fede38.admr.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Balade sous les cimes

Nom : LES SENTIERS DU POSSIBLE

Type de structure : Association

Description : Organiser des sorties, en moyenne montagne, avec des fauteuils tout terrain tractés par des ânes pour des personnes fragiles accueillies dans 5 Ehpad actuellement . Le cycle de sorties est imaginé en lien avec les établissements et le personnel encadrant

Où ?

Territoire(s) : Bièvre ;Matheysine;Trièves

Commune(e) : Beaurepaire;La Côte-Saint-André;La Mure;Monestier-de-Clermont;Mens

Contact : Dienot Christian - 06 35 42 57 64 - christian.dienot@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Family Mouv'

Nom : CENTRE HOSPITALIER DE TULLINS SITE PERRET

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Mise en place par l'enseignant en activité physique adaptée et le diététicien d'un protocole innovant, individualisé et adapté, de séances d'activité physique hebdomadaires pour les résidents, en offrant la possibilité de rendre les familles actrices, pour lutter contre la sarcopénie/dénutrition et la perte d'autonomie des résidents - 50 séances au total



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Moirans;Tullins

Contact : Esposito Anthony - 04 76 07 30 30 - a.esposito@ch-tullins.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activités Physiques Adaptées

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Ateliers d'Activités Physiques Adaptées au niveau d'autonomie Séances proposées sous forme ludique avec un temps d'échauffement cardio-respiratoire et articulaire, du renforcement musculaire doux, des exercices de coordination et de coopération en lien avec une discipline sportive (basket, hockey, badminton, volley...) et enfin des exercices de relaxation (étirements, massages, respiration...)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Domène

Contact : Arnaud Larnicol Marylène - 04 76 77 29 27 - accueil.residence@mairie-domene.fr



Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité physique adaptée en EHPAD ouverte aux personnes âgées du quartier

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Organisation de séances d'activité physique adaptée hebdomadaires pour les résident-es d'EHPAD, ouvert aux personnes âgées du quartier (en particulier patients du SSIAD et du Centre de Jour) :

- 3 séances hebdomadaires de 3h au sein de l'EHPAD André Léo
- 2 séances hebdomadaires de 3h à l'EHPAD Lucie Pellat
- 2 séances de 2,5h à l'EHPAD Saint Bruno (de janvier à juin)



Territoire(s) : Grésivaudan; Agglomération grenobloise
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin; Grenoble

Contact : Neveu Aurélie - 07 87 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Groupe "Danse"

Nom : GROUPE ACCUEIL ET CONFORT POUR PERSONNES AGEES

Type de structure : Association

Description : Le groupe "Danse" a vu le jour au sein de la Maison des Anciens suite à la pandémie Covid-19 : l'envie de créer une prise en charge groupale permettant d'allier un travail psychomoteur global (prévention chutes, motricité, équilibre, cognitif, etc) avec de l'artistique (la Danse que nos anciens apprécient tout particulièrement) et en groupe pour pouvoir échanger, se retrouver, explorer ensemble.

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Arnoux Pauline - 04 76 09 10 36 - p.arnoux@acppa.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Réflexologie : Proche de toi

Nom : CTRE COM ACTION SOCIALE DE VIF

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : Une réflexologue certifiée intervient au sein de l'établissement pour proposer aux résidents des séances de réflexologie palmaire ou plantaires pour favoriser le bien-être de celui-ci : 22 séances de 4h, 1 vendredi sur 2



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vif

Contact : De Carvalho Alexandre - 04 76 73 57 13 - vie-sociale.ehpad@ville-vif.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Ateliers de socio-esthétique

Nom : MUTUALITE FRANCAISE ISERE SERVICES SOINS ET ACCOMPAGNEMENT MUTUALISTE

Type de structure : Organisme mutualiste

Description : 40 séances hebdomadaires d'1h30 de socioesthétique pour les résidents de l'EHPAD Folatière : estime de soi, voyage olfactif, atelier créatif (fabrication de produits cosmétiques), prendre soin de ma peau (conseil, hygiène, hydratation, auto-soin du visage), soin des mains, prendre soin de mon apparence (auto-maquillage), gérer son stress (auto-massage), atelier des cinq sens, gymnastique faciale

Où ?

Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu

Contact : Chapelin Christophe - 04 74 28 33 00 - cchapelin@mutualiteisere.org

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Développement des séances de réflexologie

Nom : CENTRE HOSPITALIER FABRICE MARCHIOL - LA MURE

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Mise en place de 34 journées hebdomadaires de réflexologie palmaire ou plantaire à destination de l'ensemble des résidents du pôle gériatrie. En une journée, l'intervenante prévoit 2 séances, une le matin et l'autre l'après-midi, dans des différentes unités EHPAD, Unité protégée et USLD



Où ?

Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La Mure

Contact : Faure Adeline - 04 76 81 42 64 - AFaure@ch-lamure.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Yoga sur chaise en EHPAD

Nom : CCAS ECHIROLLES

Type de structure : CCAS

Description : 30 séances hebdomadaires d'1h de yoga réalisées par un kinésithérapeute, à destination des résidents d'EHPAD qui se mobilisent peu du fait des douleurs et de la dépression liées à l'âge, et donc perdent de l'autonomie et le plaisir de bouger, pour rompre ce sédentarisme aux conséquences lourdes sur l'état de santé physique et psychique

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Chevaux Geneviève - 04 76 20 99 07 - g.chevaux@ville-echirolles.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Art-thérapie en établissement

Nom : AGAT : ASSOCIATION GRENOBLOISE D'ART-THERAPIE

Type de structure : Association

Description : 40 cycles de 10 séances d'art-thérapie dans 30 établissements, méthode s'appuyant sur les ressources créatives de la personne, en utilisant des techniques artistiques variées (musique, arts plastiques, mouvement...) pour améliorer sa qualité de vie, le maintien, l'amélioration, voire la restauration de ses capacités physiques, cognitives, psychologiques et sociales – professionnels diplômés

Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Grésivaudan;Agglomération grenobloise;Bièvre
Commune(e) : Moirans;Saint-Vincent-de-Mercuze;Saint-Martin-d'Hères;Le Grand-Lemps;Saint-Etienne-de-Saint-Geoirs;Saint-Georges-de-Commiers;Domène;Fontaine;Corenc;Sassenage;Seyssins;Noyarey;La Tronche;Le Versoud;Rives;Vif;Chabons;Voreppe;Coublevie;Voiron;Alleverd;Froges

Contact : De Beaufort Anne - 06 23 32 59 99 - debeauforta@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Médiation animale

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 30 séances de 1h30 de médiation animale à raison de 3 séances par mois, une séance par étage de l'Ehpad du 1er avril 2023 au 31 décembre 2023. L'intervenant diplômé en psychologie et son chien, Bouddha se déplaceront auprès des résidents de l'EHPAD pour apporter douceur et bien-être à chacun d'entre eux. 32 bénéficiaires attendus



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Domène

Contact : Arnaud-Larnicol Marylène - 04 76 77 29 27 - residence@mairie-domene.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Mise en place de séances de réflexologie plantaire et palmaire visant à améliorer l'autonomie, la qualité de vie et le bien-être des résidents de l'

Nom : FONDATION PARTAGE ET VIE

Type de structure : Fondation

Description : Proposer des séances de réflexologie plantaire et palmaire, outil de prévention et d'entretien du corps, de manière régulière au sein de la résidence Les Vergers, afin d'assurer la prévention de la perte d'autonomie des résidents en améliorant leur santé physique et psychologique.



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Noyarey

Contact : Madame Dominique GERBI - 04 76 86 96 60 - lesvergers@fondationpartageetvie.org

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Image et estime de soi en EHPAD

Nom : MAISON DE RETRAITE DE CREMIEU

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Atelier de sensibilisation à la photographie : travailler sur le ressenti face à un cliché de « vieux » et préparer l'image qu'on veut transmettre aux autres, pour améliorer l'estime de soi en tant que résident d'EHPAD, puis séances de photographie + exposition et vernissage à l'EHPAD où les résidents eux-mêmes présenteront leur travail



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Crémieu

Contact : Dubois Frédéric - 04 74 90 70 07 - directeur@residencejeannedechantal.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Autonomie des séniors par le bien-être et le soin de soi

Nom : MADAME AUDREY BEJUIT

Type de structure : Entrepreneur individuel

Description : 44 ateliers collectifs de socio-esthétique à destination des résidents de l'EHPAD de St Chef sur 2 unités (personnes âgées ayant un handicap psychique et personnes âgées dépendantes). La socio-esthétique est une pratique des soins de bien-être et d'image de soi s'adressant à un public en situation de fragilité (grand âge, maladie, handicap) qui apaise autant qu'elle (re)dynamise



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Chef

Contact : Bejuit Audrey - 06 99 08 47 36 - imageandcare@gmail.com

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Sophrologie en EHPAD

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Des séances collectives de sophrologie seront proposées aux résidents -es des 3 EHPAD du CCAS de Grenoble.

Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan; Agglomération grenobloise
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin; Grenoble

Contact : Neveu Aurelie - 07 87 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : La musique soigne aussi !

Nom : EHPAD LA MAISON

Type de structure : Etablissement d'hébergement

Description : La musique avait un réel bénéfice en qualité de vecteur de communication/liens sociaux pour les résidents de la structure avec de nombreux bienfaits. Son objectif principal est de donner au patient les moyens de devenir acteur de sa propre vie, de prendre ou reprendre le contrôle de son corps, de ses paroles et sentiments



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voreppe

Contact : Drost Frederique - 04 76 50 29 42 - fdrost@ehpad-voreppe.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus résidant en établissement (EHPAD et PUV)

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers créatifs : "Dis-moi dix mots"

Nom : CCAS ECHIROLLES

Type de structure : CCAS

Description : 8 ateliers hebdomadaires d'1h15 pour participer à la manifestation nationale du ministère de la culture "Dis moi dix mots"2023, portée en Isère par l'association Anagramme : construction de textes, mise en forme afin de les transmettre à une structure extérieure partenaire d'Anagramme. En retour les personnes de l'EHPAD recevront les créations d'une autre structure

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Chevaux Geneviève - 04 76 20 99 07 - g.chevaux@ville-echirolles.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Zoothérapie

Nom : GROUPE ACCUEIL ET CONFORT POUR PERSONNES AGEES

Type de structure : Association

Description : 53 séances hebdomadaires de zoothérapie de 2h. Cette action vise à maintenir ou améliorer le potentiel physique, émotionnel ainsi que la capacité motrice et intellectuelle des personnes que nous accueillons. La présence d'animaux permettant également une approche non médicamenteuse de troubles cognitifs / moteur et autres

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Claudet Valérie - 04 76 09 10 36 - v.claudet@acppa.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers sensoriels autour des animaux et de la ferme

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Présence sur 5 journées complètes d'une ferme animée proposant des ateliers sensoriels autour des animaux et de la ferme :

- 2 journées à l'EHPAD André Léo
- 2 journées à l'EHPAD Lucie Pellat
- 1 journée à l'EHPAD Saint Bruno

Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan; Agglomération grenobloise
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin; Grenoble

Contact : Neveu Aurélie - 07 87 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Prévention de la dépression et du risque

Nom du projet : Détente et toucher sonore

Nom : ASS AIDE DOMICILE MILIEU RURAL LA REVOLA

Type de structure : Association

Description : 40 séances "détente et toucher sonore" : les mouvements doux effectués sur chaise permettent à chaque personne de reprendre à son rythme une activité douce. L'isolement et le manque d'exercice durant la pandémie, ont majoré l'état dépressif de la plupart des résidents, aussi une augmentation des douleurs dues au manque d'activité



Territoire(s) : Vercors
Commune(e) : Villard-de-Lans

Contact : Braida Cécile - 04 76 95 57 41 - larevola@orange.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Prévention de la dépression et du risque

Nom du projet : Des clowns en EHPAD et animations d'ateliers d'écriture

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Les clowns seront présents sur 46 journées entières et animeront 12 ateliers d'écriture au sein des EHPAD André Léo et Lucie Pellat :

- 46 journées de clowns (13 dans chaque EHPAD)
- 12 ateliers d'écriture (6 dans chaque EHPAD)



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin

Contact : Neveu Aurélie - 07 47 44 16 62 - aurelie.neveu@ccas-grenoble.fr

Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile

- ◇ Accès à la culture et à l'expression artistique
- ◇ Accès aux droits
- ◇ Habitat et cadre de vie
- ◇ Lien social, lutte contre l'isolement
- ◇ Mobilité (dont sécurité routière)
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : Activités physiques et/ou sportives adaptées, atelier d'équilibre / prévention des chutes
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : bien-être et estime de soi
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : mémoire, stimulation cognitive
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : nutrition, lutte contre la dénutrition, promotion d'une alimentation adaptée
- ◇ Santé globale / Bien vieillir : autres actions
- ◇ Usage du numérique

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Café des aînés

Nom : CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE L'ILE DU BATTOIR

Type de structure : Association

Description : 11 séances de diffusion d'un film, documentaire ou comédie musicale sont proposées tout au long de l'année, suivies d'un temps convivial autour d'un café, d'une boisson, pour un temps d'échanges



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Renzy Stéphanie - 04 74 79 07 20 - centre-ile-battoir@wanadoo.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Carnet de vie

Nom : CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE L'ILE DU BATTOIR

Type de structure : Association

Description : Un groupe de seniors écrivent leurs souvenirs de vie selon la thématique proposée par l'animatrice (enfance, école, les saisons...), un vendredi après-midi par mois sauf juillet/août. Des interventions extérieures leur permettent d'illustrer et d'affiner leurs écrits en fonction de leur besoin. Exposition des écrits lors d'une manifestation culturelle sur Beaurepaire "Carnet de voyage



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Renzy Stéphanie - 04 74 79 07 20 - centre-ile-battoir@wanadoo.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Programme Apollo Sénior

Nom : LA FABRIQUE MUSICALE

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'un atelier hebdomadaire de pratiques artistiques (musique, écriture, danse) pour travailler l'expression artistique, entretenir les fonctions cognitives (mémoire, paroles, logique) et physiques (motricité), et organiser le lien social à travers une activité collective et sensible - 52 séances



Où ?

Territoire(s) : Porte des Alpes

Commune(e) : Heyrieux; Grenay; Valencin; Saint-Just-Chaleyssin; Saint-Georges d'Espéranche; Charantonnay; Oytier-Saint-Oblas; Diémoz; Roche; Bonnefamille

Contact : Gillet Dominique - 04 72 19 49 56 - dominique.gillet@lafabriquemusical.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Atelier création et convivialité

Nom : COMMUNE DE SAINT MAXIMIN

Type de structure : Commune

Description : Atelier d'exploration de techniques artistiques pour découvrir, expérimenter et surtout passer un moment convivial : 10 séances d'art-thérapies de 1h30 bimensuelles



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Maximin

Contact : Monsieur Olivier ROZIAU - 06 62 65 57 93 - stephane.malard@stmaximin38.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Chorale club bel âge

Nom : MUSIQUE EN OBIOU

Type de structure : Association

Description : Animation d'un atelier chorale hebdomadaire au sein du club Bel-Age,
34 séances sur l'année



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Mens

Contact : Martine Andriot - 06 10 27 94 03 - musiqueenobiou@gmail.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : RDV CULTUREL "donner ou redonner l'envie"

Nom : CCAS ST MARTIN D'HERES

Type de structure : CCAS

Description : Donner la possibilité aux personnes âgées de se rendre à un spectacle (en journée) accompagnés en véhicule adapté. 5 ateliers découverte corps/danse de 2 h animés par 2 compagnies de danse, découverte du milieu de la danse contemporaine : 4 rencontres de 2h, projection et débat autour d'un film sur le thème de la danse contemporaine, café rencontre avec les artistes, 1 spectacle à l'Heure Bleue



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : Barraud Nathalie - 04 56 58 91 29 - nathalie.barraud@saintmartindheres.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : O Phil des Saisons

Nom : L'ENVOL DE LA BALEINE

Type de structure : Association

Description : Le projet consiste à réaliser une œuvre artistique collective à partir de discussions philosophiques traitant de thèmes choisis par les participant·e·s (chaque thème sera formalisé en question philosophique) et répartis sur les 4 saisons de l'année : 24 séances, format de l'œuvre à définir (spectacle, film ou livre)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Le cycle gourmand de Chauffe Citron

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Programme "chauffe citron" : 24 ateliers mémoire d'1h, culturels et ludiques permettant d'enrichir le lien social. Chaque rendez-vous propose un programme original autour de la curiosité, du jeu et de la mémoire, un voyage multi sensoriel d'une heure autour des 5 sens. Séances interactives, conviviales et collaboratives



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Veurey-Voroize;Noyarey;Sassenage

Contact : Nemoz Morel Christine - 04 76 26 34 90 - cnemoz-morel@sassenage.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : L'odeur du café, et toi c'est quoi la madeleine de proust ?

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Une représentation du spectacle "l'odeur du café" et 5 ateliers de 3h
d'expression corporelle + 1 séance de restitution



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 04 76 72 80 14 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Favoriser le lien social et lutter contre l'isolement

Nom : LILA SERVICES

Type de structure : Entreprise

Description : Accès à la lecture à la bibliothèque du Sappey en Chartreuse avec possibilité de transport suivi d'un goûter : 1 conférence par trimestre « Lire : OUI mais comment quand mes capacités baissent ? » présentant des solutions pour favoriser l'accès à la lecture + 9 ateliers lecture (1xmois)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Proveysieux;Le Sappey-en-Chartreuse;Quaix-en-Chartreuse;Fontanil-Cornillon;Saint-Martin-le-Vinoux;Saint-Egrève

Contact : Madame Julie CHERMETTE - 04 76 50 72 26

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Promenons-nous aux carrières

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Sortie à la journée pour découvrir les carrières des lumières pour permettre le lien social, partage et découvertes avec d'autres seniors



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 04 76 72 80 14 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Conférence gesticulée

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'une conférence gesticulée d' 1h15 et d'un atelier de parole de 2h sur la thématique des idées reçues sur vieillissement



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 04 76 72 80 14 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Oh les Vieux Jours ! Trièves 2023

Nom : COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU TRIÈVES

Type de structure : Etablissement public de coopération intercommunale

Description : Après une première édition en 2022, portée en partie par une association (Tangibles, avec Nadine Barbançon), soutenue par la Conférence des financeurs, en partie en propre par la CCT, il est proposé de reconduire en 2023 "Oh les Vieux jours !" avec un portage d'ensemble par la Communauté de Communes du Trièves.



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Monestier-de-Clermont;Clelles;Mens

Contact : Bonte Raphaël - 04 76 34 86 54 - r.bonte@cdctrieves.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Au fil des rues, la ville aux couleurs du festival

Nom : JAZZ À VIENNE

Type de structure : Etablissement public à caractère industriel ou commercial

Description : Ateliers intergénérationnels pour création œuvres d'art collectives qui orneront la ville pendant le festival, hebdomadaires pendant 4 mois en début d'année, puis participations à des événements du festival



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Vienne

Contact : Cibert Chloé - 04 74 78 87 84 - chloe.cibert@jazzavienne.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Les ateliers d'Adèle, culture et pratiques artistiques

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'ateliers bimensuels d'accompagnement vers la pratique artistique pour deux groupes de 10 personnes, en alternance, et de sorties culturelles



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : La Belle Rencontre – Chorale de la Terrasse

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Chorale intergénérationnelle ouverte aux résidents de l'EHPAD, aux habitants de La Terrasse et des environs, aux bénéficiaires ADPA (accompagnés si besoin par un intervenant à domicile) : 16 séances de chant, d'une durée de 1h15, 2 concerts, une semaine sur deux, le mardi après - midi



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : La Terrasse

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : La Belle Chorale

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Chorale accueillant des personnes de 60 ans et plus et stage de chant proposé aux personnes âgées et également aux enfants du quartier : 20 séances de chant, 2 concerts, 6 séances intergénérationnelles avec des enfants



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Le K'fé des aînés

Nom : ASSOCIATION POUR LA GESTION ET L'ANIMATION DU CENTRE SOCIAL
ET CULTUREL D'HEYRIEUX

Type de structure : Association

Description : Organisation de 7 sorties culturelles locales de proximité pour les se-
niors, formidable source de savoirs et de découvertes tout en partageant des mo-
ments avec d'autres



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Perier Marie-France - 04 78 40 06 87 - referentefamilles@cscheyrieux.fr

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Projet intergénérationnel de création d'une fresque murale

Nom : COMMUNE DE LA BATIE MONTGASCON

Type de structure : Commune

Description : Projet intergénérationnel de création d'une fresque murale avec des ateliers interactifs



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Bâtie-Montgascon

Contact : Madame Françoise LAMBERERT - 04 74 88 81 80 - s.generale@batie-montgascon.com

Thématique : Accès à la culture et à l'expression artistique

Nom du projet : Racontez-vous

Nom : KALEIDOSCOPE

Type de structure : Association

Description : Action uniquement à domicile comprenant 30 représentations du spectacle "Un Moment ensemble" avec goûter et interview des spectateurs qui nous livreront leurs histoires de vie . Puis création d'une vidéo avec les seniors intitulée "racontez-vous" et édition d'un recueil départemental d'histoires de vie intitulé "Racontez-vous", pour obtenir un véritable kaléidoscope de vie



Où ?

Territoire(s) : Département de l'Isère

Commune(e) : Echirolles;Meylan;Sassenage;Chateau-Bernard ;Allemond;Jarrie;La Motte-saint-Martin;Saint-Martin d'Uriage;Lans-en-Vercors;Moirans;Saint-Sauveur;Vinay;Les Roches-de-Condrieu;Le Grand-Lemps;La Tour-du-Pin;Roussillon;Pont-de-Chéruy;Saint-Chef;Bourgoin-Jallieu

Contact : Grattaroly Laurence - 06 68 36 65 61 - contact@cie-kaleidoscope.com

Thématique : Accès aux droits

Nom du projet : Ateliers informatiques Clic'Aide

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Quatre cycles, sur quatre communes de 10 séances d'ateliers informatiques d'1h30. La découverte de l'outil informatique permet de lutter contre la précarité numérique des aidants et de leur permettre d'appréhender les démarches administratives plus sereinement



Territoire(s) : Grésivaudan; Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Ismier; Saint-Egrève; Vizille; Grenoble

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Une chambre en plus

Nom : ASSOCIATION DOMICILE INTER GENERATIONS ISEROIS (DIGI)

Type de structure : Association

Description : Pour permettre aux seniors de bénéficier d'une présence, mise en place de : réunions d'information en petits groupes auprès des locataires identifiés par les bailleurs sociaux pour promouvoir la cohabitation intergénérationnelle ; de temps d'échanges-formation pour les bénéficiaires avec l'appui des partenaires ; d'actions en petits groupes pour prévenir les difficultés liées à l'âge



Où ?

Territoire(s) : Trièves; Oisans;Vercors

Commune(e) : Avignonet;Chateau-Bernard;Chichilianne;Celles;Saint-Martin-de-la-Cluze;Cornillon-en-Trièves;Gresse-en-Vercors;Lalley;Lavars;Mens;Monestier-de-Clermont;Monestier-du-Percy;Le Percy;Prébois;Roissard;Saint-Andéol;Saint-Baudille-et-Pipet;Saint-Guillaume;Saint

Contact : BELLET Manon - 04 76 03 24 18 - secretariat@digis38.org

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Ciné-débat d'Unapparté

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES
AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 3 séances "Ciné-débat » pour faire découvrir aux seniors des supports audiovisuels en lien avec le bien-vieillir « les différentes formes d'habitat, vivre à l'ère de la connectivité, le libre-choix ». Le visionnage est suivi d'un temps d'échange leur permettant de réagir et de faire des rapprochements avec ce qu'ils vivent tout en créant du lien social, dans le cadre d'une démarche participative



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - i.millequant@una-isere.com

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Ateliers "Des solutions pour bien vieillir chez moi"

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES
AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 3 ateliers pour permettre aux seniors de s'informer et d'échanger sur les services et aménagements facilitant le soutien à domicile. Image de la vieillesse, dispositifs d'accompagnement, acteurs d'aide ou de soins, anticipation des retours à d'hospitalisation, démonstrations d'aides techniques : autant de sujet permettant aux aînés et à leurs aidants de mieux vieillir à domicile



Territoire(s) : Bièvre ;Sud Grésivaudan
Commune(e) : Roybon;Pont-en-Royans;La-cote-st-André

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - i.millequant@una-isere.com

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Unapparté dans mon quartier

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 5 ateliers réalisés dans des lieux ressources du bailleur social ACTIS, partenaire fondateur d'Unapparté. Dans une logique d'aller-vers, nous proposons aux locataires seniors d'ACTIS, en quartiers prioritaires de la ville, une sélection d'ateliers aux thématiques en lien avec leur préoccupation : initiation aux usages du smartphone, gestes de premiers secours, communication non violente



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - i.millequant@una-isere.com



Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : CICAT près de chez vous

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES
AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : Le CRIAS, au travers de son dispositif CICAT-ELSA (Centre d'Information et de Conseil en Aides Techniques) ELSA (Équiper son Logement en Solutions Adaptées), organisera 9 rencontres mensuelles collectives au sein de l'appartement de démonstration Unapparté, temps d'informations pour favoriser la découverte et l'usage des aides techniques, notamment au travers des activités de la vie quotidienne



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - contact@una-isere.com

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Les ateliers "Habitat sénior"

Nom : SOLIHA ISERE SAVOIE

Type de structure : Association

Description : Le "jeu mon logement et moi" est un outil pédagogique et visuel sous forme d'une maquette de maison visant à apporter une première information au public sur plusieurs thématiques qui concernent l'habitat. Les 3 ateliers proposent eux, des conseils, informations détaillées sur la question de l'adaptation, de son environnement et des comportements adaptés, pour bien vivre en toute sécurité chez-soi.



Territoire(s) : Agglomération grenobloise; Isère Rhodanienne
Commune(e) : Claix;Vienne

Contact : Dumazot Edith - 07 62 27 02 60 - soliha3873@soliha.fr

Thématique : Habitat et cadre de vie

Nom du projet : Le Truck de l'autonomie

Nom : SOLIHA ISERE SAVOIE

Type de structure : Association

Description : Le Truck de l'autonomie est un outil de prévention permettant "l'aller vers", destiné à sensibiliser les ménages âgés et/ou en perte d'autonomie sur le bien-vivre à domicile. Le Truck est aménagé de façon à permettre aux ménages de tester des aménagements et des équipements adaptés. Notre équipe spécialisée sur cette thématique délivre des informations personnalisées sur les aides et dispositifs.



Territoire(s) : Grésivaudan;Isère Rhodanienne;Bièvre ;Trièves;Porte des Alpes
Commune(e) : Crolles;Sonnay;Valencin;Echirolles;La-Côte-saint-André;Saint-Martin-de-Clelles-Saint-Quentin-Fallavier;Vienne;Pont-l'Evêque

Contact : Dumazot Edith - 07 62 27 02 60 - soliha3873@soliha.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Sorties culturelles

Nom : CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE L'ILE DU BATTOIR

Type de structure : Association

Description : Organisation de 8 sorties culturelles dans un périmètre de 40 km aux alentours du centre social



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Renzy Stéphanie - 04 74 79 07 20 - stephanie.renzy@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Rencontre d'automne 2023

Nom : LES AMIS DE L'AGE D'OR

Type de structure : Association

Description : Une journée conviviale et récréative de rencontres pour rassembler dans un lieu unique les personnes des Ehpad, des clubs, des villages (repérées par les CCAS)



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Monestier-de-Clermont

Contact : Christine Favre - 06 43 87 74 87 - christine.favre968@orange.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Lutter contre l'isolement des seniors fragiles, malades (cancers, SEP, parkinson,..), dépendants, isolés géographiquement et socialement, des ai-

Nom : MIEUX VIEILLIR EN GRESIVAUDAN

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'activités pour des seniors malades, dépendants, isolés, pour leur permettre de rencontrer d'autres personnes, d'avoir accès à la culture, de se sentir utile, d'avoir des projets : 1 sortie par mois pendant 10 mois



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Goncelin;Crêts en Belledonne;Allevard;Pontcharra

Contact : Martain Sylvie - 06 10 73 05 44 - mveg38@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ateliers de psychologie positive

Nom : CCAS DE NOYAREY

Type de structure : CCAS

Description : 10 ateliers collectifs de 2h de 6 personnes minimum et 15 personnes maximum. Ce programme reprend les pratiques de psychologie positive scientifiquement validées, et se déroule en 10 séances avec un thème différent par séance tel que : la bienveillance envers soi, envers les autres, la gratitude, les forces de caractère, les émotions positives, la pleine conscience



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Noyarey

Contact : Boulanger Jean-Baptiste - 06 45 95 79 96 - jb.boulanger@noyarey.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les escapades séniors

Nom : CCAS DE L'ISLE D'ABEAU

Type de structure : CCAS

Description : Proposer aux séniors de sortir de leur commune, afin de s'épanouir ailleurs, par le biais de 3 sorties et un mini séjour



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : L'Isle-d'Abeau

Contact : Kali Stéphanie - 06 72 87 87 73 - skali.colucci@mairie-ida.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Temps d'accueil séniors

Nom : CCAS DE L'ISLE D'ABEAU

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de temps d'accueil bimensuels pour les séniors avec diverses activités sportives, culturelles, artistiques les lundis et mercredis après midi de 13h30 à 17h00



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : L'Isle-d'Abeau

Contact : Kali Stéphanie - 06 72 87 87 73 - skali.colucci@mairie-ida.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Le Café des Générations

Nom : CCAS DE L'ISLE D'ABEAU

Type de structure : CCAS

Description : Temps d'échange intergénérationnel 1 fois par an. Moment de convivialité, de jeu, de débat autour d'un goûter commun



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : L'Isle-d'Abeau

Contact : Kali Stéphanie - 06 72 87 87 73 - skali.colucci@mairie-ida.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Bâtir des liens intergénérationnels au milieu des abeilles et pollinisateurs

Nom : EN'VIE ANIMALE – MEDIATION ANIMALE & EDUCATION A L'ENVIRONNEMENT

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 3 demi-journées intergénérationnelles pour 8 binômes personne âgée / petits enfants autour de l'abeille (jardin mellifère, miellerie)



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Izeron; Beauvoir-en-Royans

Contact : Rodriguez Anaïs - 06 86 80 19 43 - asso.envie.animale@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les rendez-vous chauffe-citron

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Il s'agit d'un jeu instructif, convivial, en groupe grâce à un diaporama projeté sur écran qui facilite le maintien du lien social, stimule la curiosité, et renforce l'ouverture vers autrui et la mémoire
Le cycle Gourmand de Chauffe Citron propose un voyage multi-sensoriel autour d'un sujet culturel. Les cinq sens sont stimulés grâce à des jeux et activités inédites
- 24 séances bimensuelles d'1h



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Roussillon

Contact : Morand Stéphanie - 04 74 86 17 90 - stephanie.morand@ville-roussillon-isere.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Aller vers le public fragile et isolé

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Intervention dans la ville en triporteur sur des lieux où les personnes âgées font leurs courses alimentaires quotidiennes afin d'aller à la rencontre du public âgé, et transmettre des informations sur le Registre Personnes Fragiles et Isolées ainsi que les autres dispositifs partenariaux - 18 interventions sont visées : 3 intervention/secteurs



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Sibille Joelle - 06 38 68 24 65 - joelle.sibille@ccas-grenoble.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Parcours santé bien-être

Nom : CENTRE INTERCOMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Pendant une intervention de 2 heures une auxiliaire de vie accompagne une personne âgée présentant des troubles cognitifs à un temps d'accueil et de convivialité pendant lequel sont proposées des activités ludiques, d'expression ou de créativité. Un parcours santé bien être est proposé avec différents ateliers : gym, socio-esthétique, yoga, musicothérapie, zoothérapie, art-thérapie...



Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse

Commune(e) : La Murette;Voreppe;Rives;Moirans;Tullins;Saint-Aupre;Saint-Etienne-de-Crossey;Voiron;La Buisse;Coublevie

Contact : Cialdella Emmanuelle - 04 76 32 74 30 - emmanuelle.cialdella@paysvoironnais.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Seniors en mouvement

Nom : CENTRE INTERCOMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Un programme de 14 animations collectives annuel sur le thème de la culture et des loisirs sera proposé à des personnes âgées de plus de 60 ans avec une prise en charge globale (transport, sortie/spectacle, accompagnement) un après-midi/ journée par mois pendant un an



Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse

Commune(e) : La Buisse;Saint-Aupre;Saint-Etienne-de-Crossey;Reaumont;Charnècles;Charavines;Coublevie;Montferrat;Rives;Voreppe;Moirans;Tullins

Contact : Cialdella Emmanuelle - 04 76 32 74 30 - emmanuelle.cialdella@paysvoironnais.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Souvenirs, souvenirs..

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE ST VERAND

Type de structure : CCAS

Description : Un réseau de personnes relais est créé pour redonner du lien social aux personnes isolées qui ne se déplacent pas vers les structures : recueil à domicile des paroles, des récits de vie ... puis animation de groupes d'échanges, retranscription des récits, exposition



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Vérand

Contact : Lions Léa - 04 76 38 82 19 - mixage-cafe-coordination@saint-verand-38.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Part'âge au Mixage

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE ST VERAND

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de temps permettant de créer du lien entre les générations et favorisant l'entraide, la solidarité, le partage, la convivialité : 1 soirée inter-générationnelle / mois + 2 sorties / an, pour contribuer à maintenir une dynamique pour les seniors et répondre aussi à la problématique de mobilité repérée sur le territoire



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Vérand

Contact : Lions Léa - 04 76 38 82 19 - mixage-cafe-coordination@saint-verand-38.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Musique ensemble

Nom : ARCAZIC

Type de structure : Association

Description : Nos ateliers autour du bao-pao, un instrument à corde laser, permet un accès immédiat à la pratique musicale. Dynamique et à visée thérapeutique, cette approche permet de stimuler certains mécanismes chez les participants qui peuvent ensuite (inconsciemment) s'en resservir dans la vie quotidienne – 4 ateliers de 3h par site, à hauteur d'une fois par trimestre, sur 3 sites, soit 12 ateliers



Territoire(s) : Porte des Alpes;Vals du Dauphiné;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Villefontaine;La Tour-du-Pin;Grenoble

Contact : Monsieur Lazare LETERRIER - 07 69 79 05 61 - arcazic@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Musique et autonomie

Nom : COMMUNE DE PONT DE CHERUY

Type de structure : Commune

Description : 30 ateliers musicaux hebdomadaires d'1h à destination des personnes âgées de soixante et plus vivant à domicile et en établissement



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Pont-de-Cheruy

Contact : Belloni Romain - 06 64 38 16 65 - ecoledemusiqueptdecheruy@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Quand les équidés permettent de développer les liens intergénérationnels

Nom : EN'VIE ANIMALE – MEDIATION ANIMALE & EDUCATION A L'ENVIRONNEMENT

Type de structure : Association

Description : "Prendre soin de l'autre et accepter en retour que l'on prenne soin de soi" à l'aide des équidés : 21 séances de médiation animale d'1h30 pour 14 binômes « personnes âgées de plus de 60 ans / petits-enfants », 3 séances par binôme, pour partir à la découverte du milieu équin (ânes, poneys, chevaux) en extérieur, dans la nature, au pied du massif du Vercors et de la Chartreuse



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Jean-de-Moirans;La Rivière

Contact : Rodriguez Anaïs - 06 86 80 19 43 - asso.envie.animale@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ce soir, je sors

Nom : MUSIQUE EN TETE

Type de structure : Association

Description : Proposer aux personnes de plus de 65 ans vivant à domicile des sorties culturelles (spectacles au Grand Angle /Voiron , à la MC2 /Grenoble et autres) par un accompagnement porte à porte



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Dellamonica Emmanuelle - 06 34 95 80 49 - dellamonica.fr@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Lutte contre l'isolement des personnes âgées en mobilisant des jeunes en service civique

Nom : UNIS CITE AUVERGNE RHONE ALPES

Type de structure : Association

Description : Unis-cité propose une mission de service civique pour lutter contre l'isolement des personnes âgées. En équipe de 4, ils proposent des ateliers collectifs hebdomadaires dans des salles communales (cille de Fontaine, Ville de la Tronche) et au sein des Ehpad



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Vercors
Commune(e) : Domène;Fontaine;La Tronche;Grenoble;Lans-en-Vercors

Contact : Maquin Solèsne - 06 98 20 85 84 - smaquin@uniscite.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Café des âges

Nom : ALERTES

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'un café des âges trimestriel pour lutter contre l'isolement des personnes âgées en favorisant le dialogue et le lien intergénérationnel par un débat autour d'un thème prévu à l'avance, lieux à définir



Territoire(s) : agglomération grenobloise; Grésivaudan
Commune(e) : Grenoble; Villard-Bonnod

Contact : Monsieur Edmond-Jean MENOUD - 06 84 70 58 73 - contact@alertes38.org

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les enfants rendent visite aux anciens les plus isolés en compagnie des équidés

Nom : EN'VIE ANIMALE – MEDIATION ANIMALE & EDUCATION A L'ENVIRONNEMENT

Type de structure : Association

Description : 6 demi-journées de visites en compagnie des animaux médiateurs (vecteur de liens) et d'un petit groupe d'enfants auprès des personnes âgées les plus fragiles et isolées. Ce projet révèle l'importance de la solidarité intergénérationnelle : « prendre soin de l'autre comme il a pris soin de nous ». Ceci participe au maintien du bien-être et à la stimulation des personnes âgées à domicile



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Jean-de-Moirans;La Rivière

Contact : Rodriguez Anaïs - 06 86 80 19 43 - asso.envie.animale@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Partages et rencontres, entre nous

Nom : VIVRE CHEZ SOI

Type de structure : Entreprise

Description : Mise en place d'ateliers mensuels, accompagnés par un Orthophoniste et d'une Assistante de Vie qualifiée, à destination des bénéficiaires identifiés comme « isolés », dans un espace d'échange et d'activité qui permettra de maintenir une activité cognitive



Où ?

Territoire(s) : Isère rhodanienne

Commune(e) : Agnin;Anjou;Assieu;Auberives-sur-Varèze;Beaurepaire;Bellegarde-Poussieu;Bouge-Chambalud;Chalon;Chanas;La Chapelle-de-Surieu;Chasse-sur-Rhône;Cheyssieu;Chonas-l'Amballan;Chuzelles;Clonas-sur-Varèze;Les Côtes-d'Arey;Cour-et-Buis;Estrablin;Eyzin-Pinet;Jarcie

Contact : Monsieur Jérôme RADUREAU - 06 19 75 55 69 - j.radureau@adhap.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Partages et rencontres, entre nous

Nom : ADOMNI

Type de structure : Entreprise

Description : Mise en place d'ateliers mensuels, accompagnés par un Orthophoniste et d'une Assistante de Vie qualifiée, à destination des bénéficiaires identifiés comme « isolés », dans un espace d'échange et d'activité qui permettra de maintenir une activité cognitive



Où ?

Territoire(s) : Porte des Alpes

Commune(e) : Bonnefamille;Bourgoin-

Jallieu;Charantonnay;Chateaufvillain;Chèzeneuve;Crachier;Diémoz;Domarin;Eclose-Badinières;Les Eparres;Four;Grenay;Heyrieux;L'Isle-d'Abeau;Maubec;Meyrié;Nivolas-Vermelle;Oytier-Saint-Oblas;Roche;Ruy-Montceau;Saint-Alban-de-Roche;Saint-G

Contact : Monsieur Jérôme RADUREAU - 06 19 75 55 69 - j.radureau@quemera.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Bistrot Mémoire Co-libree 38

Nom : CO-LIBREE 38

Type de structure : Association

Description : Proposer des ateliers bimensuels afin de permettre aux personnes âgées présentant des troubles cognitifs (avec leurs proches aidants s'ils le souhaitent) de rompre leur isolement, participer à des temps conviviaux autour du bien vieillir, du maintien de l'autonomie et des capacités cognitives (ateliers mémoire, souvenirs d'antan, temps conviviaux..) animés par des professionnels



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Jean-de-Bourney

Contact : Madame Bénédicte SCHMUTZ - 06 04 65 85 58 - colibree38@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : La médiation artistique pour limiter la perte d'autonomie

Nom : AGAT : ASSOCIATION GRENOBLOISE D'ART-THERAPIE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 22 cycles de médiation artistique encadrés par des professionnels diplômés ou certifiés de l'Association Grenobloise d'Art-Thérapie s' appuyant sur des techniques aussi variées que le mouvement, la musique, les arts plastiques, le chant, l'écriture, le conte... dans des structures ou institutions en lien avec les personnes âgées résidant à domicile - 132 séances au total



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Grésivaudan;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Saint-Georges-de-Commiers;Saint-Martin-d'Hères;Vарces-Allières-et-Risset;Froges;Le Versoud;Grenoble;Fontaine;Voreppe;Moirans

Contact : De Beaufort Anne - 06 23 32 59 99 - debeauforta@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Copains d'abord

Nom : AIDE DOMICIL MILIEU RURAL MONT AIGUILLE

Type de structure : Association

Description : Créer du lien social à l'aide d'un programme annuel avec une périodicité d'environ 2 temps forts par mois à destination des personnes âgées de + de 60 ans en perte d'autonomie et privées de sorties et d'activités



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Clelles

Contact : Monsieur Franck MAURICE-LAFORGE - 04 76 34 63 68

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Lutte contre l'isolement et prévention du suicide

Nom : ASS RECHERCHES ET RENCONTRES

Type de structure : Association

Description : Mise en place d'ateliers collectifs réguliers, accueil, suivi psychologique et groupes d'activité, à destination d'un public isolé et en souffrance



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Mens

Contact : Pirrello Antoinette - 06 42 51 10 42 - antoinette.pirrello@rrgrenoble.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Semaine bleue

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Une semaine dédiée aux personnes de plus de 60 ans pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités. Nous mettrons en place une multitude d'activités et animations en partenariat avec les acteurs du bien-vieillir sur le territoire.



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 04 76 72 80 14 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Récits de vie : parce que les aînés ont beaucoup à nous transmettre

Nom : ITINERAIRES DE SANTE RHONE-ALPES

Type de structure : Association

Description : Action à dimension intergénérationnelle entre les résidents d'un EHPAD et des lycéens : recueil de récits de vie par des lycéens en EHPAD, puis conception et impression de quelques livrets et exposition de photos



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Tour-du-Pin

Contact : Bonfils Elsa - 06 43 51 19 34 - bonfils.elsa@itinerairesdesante-ra.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Bien vieillir c'est rester dans la vie

Nom : ORGANIS. DE LA VIE INTERCOMMUNALE VAREZE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 14 ateliers culinaires + 5 thés dansants + 4 sorties culturelles + journées Part'Âge (rencontres Enfance-Jeunesse et Séniors) 1 fois par mois hors vacances, pour diversifier les temps de partage (culturel, culinaire, inter-générationnel, festif, etc.) et permettre aux personnes isolées via ces temps collectifs de créer des liens complémentaires à leur cercle social et quotidien



Où ?

Territoire(s) : Isère rhodanienne;Bièvre

Commune(e) : Auberives-sur-Varèze;Cour-et-Buis;Montseveroux;Monstereux-Milieu;Chalon;Vernioz;Cheyssieu

Contact : Germain Magaly - 04 74 54 14 37 - famille@cs-oviv.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ateliers bulles de son

Nom : MUSIQUE EN TETE

Type de structure : Association

Description : 20 ateliers vocaux animés par une musicothérapeute, destiné aux publics fragilisés par la maladie, le handicap et/ ou la perte d'autonomie et aux binômes aidant/aidé Le public peut venir seul ou à deux : en couple, avec l' auxiliaire de vie, avec un parent, ou avec un(e) ami(e)



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Frontonas

Contact : Dellamonica Emmanuelle - 06 34 95 80 49 - dellamonica.fr@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Bien vieillir chez soi

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mettre en place 2 programmes de 10 séances de 2h de psychologie positive pour permettre au public cible de sortir de chez soi, et recréer du lien social



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Allevard

Contact : Madame Lucie BIDOLI - 04 76 97 50 24 - j.pierre@alleverd.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place hebdomadaire de 2 ateliers de prévention et un 1 atelier avancé, avec des activités physiques adaptées permettant de prévenir la perte musculaire, la perte de l'amplitude articulaire et éviter le risque de chute dans un cadre convivial - 40 semaines



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Egrève

Contact : Maron Corinne - 04 76 56 53 47 - corinne.maron@mairie-st-egreve.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Le jardin collectif de Vaugelas

Nom : CCAS DE VILLEFONTAINE

Type de structure : CCAS

Description : Jardin collectif à vocation sociale permettant à des personnes de tous âges se retrouver régulièrement autour d'une activité de jardinage écologique, support de lien social. La production est partagée entre les participants et cuisinée sur place, permettant l'accès à une meilleure alimentation. Un accompagnement social est proposé - ouvert tous les matins, certains après-midis, sur 51 semaines



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Villefontaine

Contact : Badet Emmanuel - 06 25 39 29 60 - emmanuel.badet@mairie-villefontaine.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les rendez-vous Chauffe-Citron

Nom : CENTRE COMMUNALE D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 12 séances de 1h d'ateliers récréatifs et ludiques afin d'enrichir le lien social et stimuler les fonctions cognitives. Ces rendez-vous Chauffe-Citron auront lieu du 3 avril 2023 au 31 octobre 2023 sauf pendant les vacances d'été. 20 bénéficiaires attendus



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Corenc

Contact : Doretti Fabien - 04 76 18 50 08 - fabien.doretti@ville-corenc.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Siel ma mémoire

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 40 ateliers d'une heure par semaine du 1er février 2023 au 31 décembre 2023 hors vacances d'été et d'hiver. Rendez-vous collectifs et collaboratifs, animés à l'aide d'un diaporama projeté sur grand écran. avec des exercices de mémorisation prenant comme support les mouvements perpétuels du corps permettant de travailler la cognition d'une manière ludique et favorisant une mobilisation corporelle



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Egrève

Contact : Maron Corinne - 04 76 56 53 60 - corinne.maron@mairie-st-egreve.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ambre Services Animation – Atelier de rencontres et d'échanges

Nom : AMBRE SERVICES

Type de structure : Association

Description : Organisation d'un temps de rencontres et d'échanges avec un atelier animé par des professionnel, tous les mardis après-midis, pour les personnes âgées dépendantes – 32 séances de 3h (jeux,lotos, activités mémoire, travaux manuels..) transport organisé



Territoire(s) : Vals du Dauphiné

Commune(e) : Pressins;Aoste;Les Abrets en Dauphiné;Le Pont-de-Beauvoisin;Romagnieu

Contact : Queyron Isabelle - 04 76 05 51 89 - ambreservices@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ateliers thérapeutiques

Nom : ARPE ACCOMPAGNEMENT RELATION PROGRESSION EVOLUTION

Type de structure : Association

Description : Ateliers de danse thérapie adaptée au grand âge et à la mobilité réduite
Ateliers de musicothérapie, manipulation d'instrument de musique intuitifs



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Vernioz

Contact : Nguyen My-Trang - 06 74 50 61 13 - assoharpe38150@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Toujours plus proches des plus isolés

Nom : LES PETITS FRERES DES PAUVRES (LYON)

Type de structure : Association

Description : Mise en place de temps collectifs et conviviaux afin de lutter contre l'isolement des personnes âgées. L'idée est que la personne âgée fasse partie d'un groupe et que sa voix compte



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Egrève;Echiroilles;Grenoble;Bourgoin-Jallieu

Contact : Zaafour Makram - 07 56 30 30 22 - makram.zaafour@petitsfreresdespauvres.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : externaliser l'animation de l'ehpad vers le domicile

Nom : EHPAD LES TOURNELLES

Type de structure : Etablissement public local social et médico-social

Description : Accueil itinérant et ateliers à l'EHPAD, s'adressant aux personnes vivant à domicile mais aussi en établissement. A travers des activités diversifiées, favorise le lien social, promeut des actions de prévention de la perte d'autonomie (Activité Physique Adaptée, balade, jeu mémoire..) et facilite les transitions domicile/ maison de retraite et inversement. Transport des personnes si besoin



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : Val-de-Virieu

Contact : Bobeau Séverine - 04 74 33 56 00 - animation@ehpadlestournelles.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Art thérapie : activité proposée dans le cadre de la création de l'espace partagé

Nom : ADMR DU VOIRONNAIS

Type de structure : Association

Description : Activité d'art thérapie dans le cadre de l'espace partagé avec une professionnelle extérieure - 2 séances de 1 h30 par mois soit un total de 31.50 heures



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Bertrand Fillot Séverine - 06 71 46 62 75 - sfillot@fede38.admr.org

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Espace partagé

Nom : ADMR DU VOIRONNAIS

Type de structure : Association

Description : Accueil d'un groupe de 6 bénéficiaires dans les locaux mis à disposition par l'ADMR de Voiron autour d'un moment convivial et ludique (mallette de jeux...). La présence de 3 aides à domicile pendant ces temps partagés permettront le temps d'animation autour du jeu et d'assurer le transport pour chacun des participants. 40 séances hebdomadaires d'1h30



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Bertrand Fillot Séverine - 06 71 46 62 75 - sfillot@fede38.admr.org

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Conférence-débat d'Unapparté

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 3 conférences-débat pour permettre aux seniors d'approfondir des thèmes liés au bien-vieillir « les nouvelles formes d'habitat, communiquer en situation de stress ou encore appréhender son vieillissement physiologique ». Un temps d'échange permettra de réagir et de faire des rapprochements avec ce qu'ils vivent tout en créant du lien social dans le cadre d'une démarche participative



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - i.millequant@una-isere.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Les ateliers d'Unapparté 2023

Nom : UNION DEPARTEMENTALE DE L'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES AUX DOMICILES DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 5 ateliers de 2 heures où des sujets liés au bien-vieillir peuvent être abordés. Avec des thématiques variées et complémentaires les ateliers d'Unapparté peuvent être suivis en cycle. Pour cette édition 2023, ce sont les axes de l'usage du smartphone, les gestes de premiers secours seniors et enfin la mobilité senior en ville qui seront développés



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Millequant Isabelle - 04 38 42 93 64 - i.millequant@una-isere.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Musique pour tous : le bao-pao

Nom : LA PUCE A L'OREILLE

Type de structure : Association

Description : Proposer une animation musicale pendant laquelle le public est lui-même acteur direct grâce à la baguette magique : il produit la musique directement, de manière intuitive et ludique. La valorisation est immédiate et permet aux usagers de reprendre confiance en eux, de chanter, de s'exprimer et de retrouver une estime de soi



Où ?

Territoire(s) : Grésivaudan;Bièvre ;Isère rhodanienne

Commune(e) : Villard-Bonnot;Crolles;Goncelin;Le Touvet;Pontcharra;Roybon;Le Grand-Lemps;La Côte-Saint-André;Beaurepaire;Roussillon;Seyssuel;Pont-Evêque;Vienne

Contact : Reynaud-Parassols Emeline - 06 47 47 76 13 - lapucealoreille.culture@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Bien être et expression corporelle

Nom : GIERES SANTE

Type de structure : Société civile

Description : 42 séances bien-être et expression corporelle basées sur l'écoute et la reprise de confiance de son corps, pour travailler sur la reconstruction et la renaissance de celui-ci suite à des traumatismes liés à la maladie, la vieillesse ou encore au regard d'autrui



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Venon;Gières

Contact : Charreton Didier - 06 11 27 28 85 - gieressante.coordonateur@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Ateliers CAP BIEN-ETRE

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : 5 séances animées par une psychologue pour apprendre à gérer ses émotions et son stress, savoir repérer les moments de bien-être, comprendre que les interactions sociales sont bonnes pour la santé globale et le bien vieillir, et mettre en place des solutions pour ce faire



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Roybon; Beaurepaire; Saint-Pierre-de-Bressieux

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Mission de médiation santé en direction de personnes âgées isolées et vulnérables

Nom : RÉSEAU INTERMED

Type de structure : Association

Description : Actions collectives de prévention santé (ateliers, cafés santé...) sur des thématiques récurrentes rencontrées auprès d'un public âgé vulnérable et isolé, pour favoriser le maintien à domicile



Territoire(s) : Isère rhodanienne; Agglomération grenobloise; Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Le Péage-de-Roussillon; Echirolles; Saint-Martin-d'Hères; Fontaine; Seyssinet-Pariset; Pont-de-Cheruy; Grenoble

Contact : Herman Celine - 07 60 66 22 91 - celine.herman@intermed-asso.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Accompagnement à la mobilité des Seniors

Nom : WIMO OV

Type de structure : Association

Description : Sur le territoire Nord Isérois, proposer des accompagnements collectifs à la mobilité à des publics Séniors présentant des risques d'isolement : 16 ateliers de 2h30 sur 4 communes



Territoire(s) : Porte des Alpes; Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu; Villefontaine; Morestel; L'Isle-d'Abeau

Contact : Leonetti Rémi - 06 46 90 41 30 - remi.leonetti@wimoov.org

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : "Autonomie du Bien vieillir » par le bien-être et la solidarité

Nom : O' TEMPS PARTAGE!

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 2 à 3 ateliers collectifs mensuels de prévention santé bien-être (socio-esthétique, activité physique, diététique...)



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Grenay

Contact : Colson Julie - 06 52 72 71 77 - otempspartage@gmail.com

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Du marché à l'assiette

Nom : ASSOCIATION POUR LA GESTION ET L'ANIMATION DU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL D'HEYRIEUX

Type de structure : Association

Description : 10 ateliers cuisine : la question de la saisonnalité des produits, de la diversité alimentaire, du plaisir gustatif est abordée avec la diététicienne pour proposer un repas partagé, espace de convivialité et d'échanges. Les participants font le marché, achètent les produits et préparent les plats, dressent la table dans un esprit d'accueil et de respect de chacun puis mangent ensemble



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Perier Marie-France - 04 78 40 06 87 - referentefamilles@cscheyrieux.fr

Thématique : Lien social, lutte contre l'isolement

Nom du projet : Sortons ensemble

Nom : LE SEVE SERVICE DE VIE

Type de structure : Association

Description : Proposer aux bénéficiaires 9 sorties variées autour des loisirs, de la culture et de la découverte de lieux adaptés, discutées et proposées par le groupe d'expression de l'association, encadrées par un binôme professionnel / sénior membre du groupe d'expression



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : La Verpillière;Villefontaine;Bourgoin-Jallieu

Contact : Ramella Justine - 04 74 43 28 21 - qramella@asso-seve.com

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Action "Conduite Seniors" formule initiale 1.0

Nom : LES AUTO-ECOLES REUNIES

Type de structure : Association

Description : 5 sessions de 3 1/2 journées de sensibilisation aux risques routiers : ateliers théoriques (pour mieux comprendre comment on fonctionne et mieux intégrer la complexité de la tâche de conduite et bénéficier d'une remise à niveau des règles de circulation et du code avec les évolutions), et ateliers pratiques (pour corriger et améliorer ses comportements, et renforcer la confiance en soi ...)



Où ?

Territoire(s) : Bièvre ;Isère rhodanienne

Commune(e) : Montseveroux;Salaise-sur-Sanne;Saint-Maurice-l'Exil;Saint-Alban-du-Rhône;Clonas-sur-Varèze

Contact : Madame Céline COTTA - 06 27 17 31 24 - e2c.cheyssieu@gmail.com

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Conduite Seniors

Nom : LES AUTO-ECOLES REUNIES

Type de structure : Association

Description : Action de sensibilisation aux risques routiers.

Des ateliers théoriques (pour mieux comprendre comment on fonctionne et mieux intégrer la complexité de la tâche de conduite et bénéficier d'une remise à niveau des règles de circulation et du code avec les évolutions), et des ateliers pratiques (pour corriger et améliorer ses comportements, et renforcer la confiance en soi...).



Où ?

Territoire(s) : Isère rhodanienne;Bièvre

Commune(e) : Roussillon;Vernioz;Sonnay;Saint-Romain-de-Surieu;Beaurepaire

Contact : Madame Céline COTTA - 06 27 17 31 24 - e2c.cheyssieu@gmail.com

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Prévention Conduite 2, faisons le Point

Nom : LES AUTO-ECOLEES REUNIES

Type de structure : Association

Description : 4 sessions de 3 1/2 journées pour faire le point sur les changements de comportements à la suite de la 1ère action "Conduite Seniors", et pour travailler une thématique sur le piéton, avec la mise en place d'un parcours pédestre et traversées de chaussées afin de modifier les comportements dangereux



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Vernioz;Sonnay;Saint-Romain-de-Surieu;Roussillon

Contact : Madame Céline COTTA - 06 27 17 31 24 - e2c.cheyssieu@gmail.com

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Trouve ta route !

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE ST VERAND

Type de structure : CCAS

Description : 2 cycles 3 séances sécurité routière sous forme d'ateliers théoriques et pratiques



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Vérand

Contact : Lions Léa - 04 76 38 82 19 - mixage-cafe-coordination@saint-verand-38.fr

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Faciliter la mobilité des seniors en Matheysine

Nom : CAFES

Type de structure : Association

Description : Faciliter la mobilité des seniors à l'intérieur et extérieur du territoire, avec des séances de remise à niveau code de la route (et évaluation de leur conduite), les informer/sensibiliser aux différents mode de déplacement, en découvrant par exemple l'utilisation des plateformes numériques multimodales - 16 séances réalisées sur 4 communes, entre mars et juin puis de septembre à décembre



Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La Mure

Contact : Pourvis Jean-Michel - 04 76 30 94 42 - direction.cafes@associationcafes.org

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Tous mobiles

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Atelier prévention routière en 3 séances de 2h : mise à jour du code de la route et cours de conduite



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 06 34 43 40 39 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Partageons La Route Ensemble

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Mise en place d'une visioconférence puis animation de 2 ateliers en présentiel sur la thématique du bien vivre ensemble sur la route et dans la rue, avec des pistes proposées sur les modes d'utilisation des autres véhicules que la voiture, et surtout comment continuer à être autonome sans voiture



Territoire(s) : Porte des Alpes;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : L'Isle-d'Abeau;Tullins

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Ateliers Améliorer la Mobilité et la Sécurité des Conducteurs Seniors

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Cette action vise principalement la lutte contre l'isolement, en maintenant l'indépendance et l'autonomie des seniors – en toute sécurité pour eux-mêmes et pour les autres – par les moyens suivants :

- leur permettre de prendre conscience de leurs capacités en matière de conduite routière afin d'améliorer leur mobilité et renforcer leur sécurité,
- les faire s'exprimer sur leurs craintes et doutes.



Où ?

Territoire(s) : Agglomération Grenobloise; Vals du Dauphiné; Haut-Rhône dauphinois; Porte des Alpes; Voironnais Chartreuse; Sud Grésivaudan; Bièvre

Commune(e) : Meylan; Saint-Etienne-de-Crossey; La-Tour-Du-Pin; Tullins; Saint-Savin; Saint-Victor-de-Morestel; Renage; Porcieu

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Mobilité (dont sécurité routière)

Nom du projet : Prévention routière

Nom : COMMUNE DE LA BATIE MONTGASCON

Type de structure : Commune

Description : Action de sensibilisation des séniors aux principaux risques routiers et piétonniers par la mise en place de 3 séances de prévention routière



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Bâtie-Montgascon

Contact : Madame Françoise LAMBERERT - 04 74 88 81 80 - s.generale@batie-montgascon.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Mise en place d'Activités Physiques Adaptées

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de 36 ateliers hebdomadaires d'Activité Physique Adaptée en collectif pour les personnes âgées de plus de 60 ans autonome ou en perte d'autonomie de la commune. Les séances sont dédiées à la prise en charge des capacités posturales et locomotrices des bénéficiaires, encadrées par un éducateur sportif diplômé en Activité Physique Adaptée



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Champ-sur-Drac

Contact : Camus Olivier - 04 76 68 48 95 - ccas@ville-champsurdrac.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Bougeons ensemble dans les parcs de Grenoble

Nom : COMMUNE GRENOBLE

Type de structure : Commune

Description : 1 heure de marche active dans les parcs de Grenoble avec exercice d'étirement et d'assouplissement 6 fois par semaine sur 5 parcs différents, et 4 sorties montagne pour découvrir et profiter de la montagne à son rythme avec un guide de moyenne montagne



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Devroede Steffi - 06 48 11 46 00 - steffi.devroede@grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Gym adaptée

Nom : COMMUNE DE RIVES

Type de structure : Commune

Description : 31 séances de gymnastique adaptée pour permettre la rencontre d'un groupe d'anciens de la ville autour d'une activité adaptée et encadrée par un intervenant confirmé



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Rives

Contact : Drouaud Hebert Emeline - 07 50 72 89 42 - direction.csmo@ville-de-rives.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : CAFE DES AIDES En continuité avec les activités Chants Chorale, Poterie, nous souhaitons entrer une activité physique douce pour les aidés.

Nom : LA CHAUMIÈRE DP SMU

Type de structure : Association

Description : Dans le cadre du café des aidés : 1 séance mensuelle "Mouvement en conscience", pour travailler sur la dimension physique de nos activités : travail sur le schéma corporel, relaxation, prise de conscience de son corps, de ses gestes



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Martin-d'Uriage

Contact : Prouvost Aline - 06 77 57 59 23 - alineprouvost@yahoo.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Qi Gong adapté

Nom : MIEUX VIEILLIR EN GRESIVAUDAN

Type de structure : Association

Description : 9 séances de Qi gong adapté aux seniors, aux personnes en perte d'autonomie et/ou atteintes de maladies chroniques



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Crêts en Belledonne;Allevard;Pontcharra

Contact : Martain Sylvie - 06 10 73 05 44 - mveg38@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Bouger pour mieux vieillir

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Animation par des éducateurs spécialisés de 29 séances hebdomadaires de 2 heures d'activités physiques, d'activités de bien-être, de jeux de mémoires, et de moments de dialogue



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Roussillon

Contact : Morand Stéphanie - 04 74 86 17 90 - stephanie.morand@ville-roussillon-isere.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité Physique Adaptée

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE SAINT-MARCELLIN

Type de structure : CCAS

Description : 2 séances hebdomadaires de gym adaptée d'1h à destination des personnes en perte d'autonomie



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Marcellin

Contact : Mutel Lucile - 04 76 38 81 21 - contact.ccas@saint-marcellin.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Ateliers bien-être dans son corps et dans sa tête

Nom : CCAS DE L'ISLE D'ABEAU

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de 31 séances de Yoga et de Qi Gong pour les 60 ans et plus, pour répondre à une demande de plus en plus accrue des séniors



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : L'Isle-d'Abeau

Contact : Kali Stéphanie - 06 72 87 87 73 - skali.colucci@mairie-ida.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : GIERES SANTE

Type de structure : Société civile

Description : Mise en place de 2 ateliers de 1h par semaine d'activité physique adaptée animés par deux kinésithérapeutes DE pour patients de plus de 60 ans avec pathologies cardiovasculaire et rhumatismales, 40 semaines par an



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Venon;Gières

Contact : Monsieur Didier CHARRETON - 06 11 27 28 85 - gieressante.coordonateur@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : VA BENE

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE ST VERAND

Type de structure : CCAS

Description : Cycle de 182 ateliers sur le thème « santé bien-être, bien vieillir » : sophrologie, mémoire, philosophie, gymnastique adaptée, yoga, écriture + 1 rando zen par mois



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Vérand

Contact : Lions Léa - 04 76 38 82 19 - mixage-cafe-coordination@saint-verand-38.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : MIEUX VIEILLIR EN GRESIVAUDAN

Type de structure : Association

Description : 10 séances hebdomadaires d'activité physique adaptée pour 2 groupes en fonction d'une première évaluation pratiquée de façon individuelle par le kiné en fonction du degré d'autonomie et des possibilités du senior



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Crêts en Belledonne;Allevard

Contact : Martain Sylvie - 06 10 73 05 44 - mveg38@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Bouger à tout âge

Nom : COURS D'ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES POUR BIEN HARMONISER SES LOISIRS, SES ENVIES ET SA SANTE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 29 séances hebdomadaires d'activités physiques adaptée d'1h et de 2h de stages pendant les vacances scolaires, à destination de personnes âgées dans un but de prévention santé et prévention des chutes, réparties sur 6 cycles de 5 séances et 7 stages



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Trièves;Matheysine;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Voiron;Tullins;Moirans;Mens;La Mure;La Motte-d'Aveillans;Grenoble

Contact : Gaudais Celine - 07 84 60 97 10 - celine.capables@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Sport santé seniors

Nom : ASS SPORT POSTE FRANCE TELECOM DE GRENOB

Type de structure : Association

Description : Mettre en place des interventions spécifiques et assurer l'accueil privilégié des personnes seniors de plus de 60 ans pour garder la forme, maintenir un lien social étroit et prévenir de la perte d'autonomie, avec un encadrement professionnel



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin

Contact : Rivière Jeffrey - (06) 35 32 93 04 - jriviere@asptt.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Ateliers gym

Nom : CCAS ECHIROLLES

Type de structure : CCAS

Description : 15 ateliers hebdomadaires d'1h autour de la pratique d'une activité physique avec différents exercices pour se maintenir en forme, avec une attention particulière sur la mobilité articulaire et le renforcement musculaire



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Chevaux Geneviève - 04 76 20 99 35 - g.chevaux@ville-echirolles.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Acti'Seniors

Nom : ASSOCIATION POUR LA GESTION ET L'ANIMATION DU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL D'HEYRIEUX

Type de structure : Association

Description : Proposer 18 séances d'activité physique en collectif pour des personnes de plus de 60 ans pour permettre l'assouplissement des articulations à partir de petits mouvements et des interactions avec les autres à l'aide de matériel (cerceaux, balles, ballons, ...)



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Paris Laurent - 04 78 40 06 87 - direction@cscheyrieux.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Cours d'activité physique adaptée

Nom : COMMUNE DE MONTCHABOUD

Type de structure : Commune

Description : 46 séances d'ateliers de gymnastique physique adaptée pour patients de plus de 60 ans pour améliorer et/ou maintenir une bonne condition physique, prévenir les troubles liés au vieillissement mais aussi à l'isolement



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Montchaboud

Contact : Soto Guy - 04 76 68 29 96 - mairie-montchaboud@wanadoo.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Cours de gymnastique équilibre et mémoire

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 36 séances de Gym Équilibre d'1h30 pour augmenter la force des jambes et des bras, retrouver une aisance dans la marche, garder son équilibre, apprendre à descendre au sol et surtout à se relever, garder sa souplesse. Cela se combine avec des exercices de mémoire, visant à la stimuler, basés sur des exercices physiques



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Biviers

Contact : Marissal Loïc - 06 70 75 93 75 - dgs@mairie-biviers.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : COMMUNE DE MIRIBEL LANCHATRE

Type de structure : Commune

Description : 42 cours de pilates adaptés aux personnes âgées, effectués par une association et un professeur agréé



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Miribel-Lanchâtre

Contact : Monsieur Michel GAUTHIER - 06 81 55 27 74

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Les rendez vous Âge ilité

Nom : KINE PREVENTION AUVERGNE RHONE ALPES KPAURA

Type de structure : Association

Description : Programme de prévention des chutes et autonomie de la personne âgée de plus de 60 ans réalisé par des kinésithérapeutes formés à cette prise en charge . Les participants sont évalués en début et fin de programme , il s'agit de mettre en avant leurs capacités physiques et de les inciter à poursuivre leurs efforts pour conserver un bon équilibre et confiance .



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Isère rhodanienne
Commune(e) : Grenoble;Echirolles;Gières;Eybens;Vienne;Seyssinet-Pariset

Contact : Lestra Laurence - 06 10 01 08 97 - l.lestra.kpaura@formationprevention.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Les rendez vous Âge'ilité Grand âge

Nom : KINE PREVENTION AUVERGNE RHONE ALPES KPAURA

Type de structure : Association

Description : 13 ateliers de prévention des chutes à destination de personnes âgées de plus de 75 ans présentant des facteurs de fragilité, réalisés par des kinésithérapeutes formés à cette prise en charge, avec une évaluation en début et en fin de programme



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Meylan

Contact : Lestra Laurence - 06 10 01 08 97 - l.lestra.kpaura@formationprevention.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activité physique adaptée

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 35 séances hebdomadaires d'1h d'Activité Physique Adaptée, en continuité des ateliers de Prescri'bouge (le dispositif a pris fin en en 2021), dispensés par un personnel qualifié en vue de maintenir ou améliorer un état de santé, proposer une continuité des apprentissages



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Vinay

Contact : Guillaud Valerie - 04 76 36 58 23 - ccas.direction@vinay.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Développement du sport-santé en direction des séniors

Nom : CC BIEVRE ISERE

Type de structure : Etablissement public de coopération intercommunale

Description : Proposer des activités physiques et sportives aux séniors avec l'ouverture de créneaux dédiés d'activités physiques adaptées sur l'espace fitness et le centre aquatique de la Cote St André – possibilité de 10 séances par semaine / 36 semaines – et développer des activités diversifiées sur tout le territoire ; mener des actions de promotion aux bienfaits de la pratique sportive



Où ?

Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : La Côte-Saint-André; Saint-Etienne-de-Saint-Geoirs

Contact : Delphin Poulat Sophie - 06 19 07 07 43 - sophie.delphin@bievre-isere.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Marchons dans nos campagnes

Nom : COMITE REGIONAL DES OFFICES MUNICIPAUX DU SPORT AUVERGNE-
RHONE-ALPES

Type de structure : Association

Description : 33 séances de marche ou d'activités physiques adaptées par site, 1 fois par semaine hors vacances scolaires. Nous nous organisons pour récupérer ceux qui n'ont pas de moyens de locomotion et ne peuvent se rendre au lieu de départ de la marche, si mauvais temps, la marche n'a pas lieu mais une séance de gym douce a lieu dans une salle mise à disposition



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Bièvre ;Sud-Grésivaudan;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Voreppe;Renage;Saint-Jean-de-Moirans;Saint-Marcellin;Bilieu;Pont-en-Royans;Revel;Frogès;Jarrie

Contact : Fevre Emilie - 04 73 35 15 53 - efevre.croms.aura@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Réadaptation de la mobilité physique et psychique : activité proposée dans le cadre de la création de l'espace partagé

Nom : ADMR DU VOIRONNAIS

Type de structure : Association

Description : Accueil d'un groupe de 6 personnes dans les locaux de l'ADMR de Voiron dans le cadre de l'espace partagé pour un temps d'activité physique adapté animé par un moniteur d'activité physique adapté. La présence d'une aide à domicile pendant cette activité permettra un soutien au professionnel. 40 séances



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Bertrand Fillot Séverine - 06 71 46 62 75 - sfillot@fede38.admr.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Développement territorial de Prescri'Bouge

Nom : COMITE DEP OLYMPIQUE SPORTIF DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : Notre dispositif a pour objectif d'accompagner les personnes âgées de plus de 60 ans, vers une activité physique adaptée à leur état de santé. Pour cela nous développons un réseau sport santé en mettant en relation le monde médical et le monde sportif. Nous proposons un accompagnement de 2 ans, afin de les amener vers une pratique adaptée à leurs besoins et contraintes.



Territoire(s) : Vals du Dauphiné;Porte des Alpes;Isère rhodanienne
Commune(e) : La Tour-du-Pin;Bourgoin-Jallieu;Vienne

Contact : Bizard Fanny - 06 31 04 70 36 - fannybizard@franceolympique.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Yoga sur chaise

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 12 séances collectives d'1h30 de yoga sur chaise



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Egrève

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Bougez avec l'ADPA

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : 12 séances d'Activité Physique Adaptée hebdomadaires d'1h animées par une enseignante qualifiée pour les personnes de 60 ans et plus habitant les communes de Seyssinet- Pariset et du Versoud, ou alentours



Territoire(s) : Grésivaudan;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Le Versoud;Seyssinet-Pariset

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Axe : Actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Les ateliers anti- chute de l'ADPA

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : 4 ateliers de prévention des chutes (1h30), animés par une ergothérapeute de l'ADPA



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble;Saint-Egrève

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Vieillir en bonne santé dans une résidence sociale

Nom : OBSERVATOIRE SUR LES DISCRIMINATIONS ET LES TERRITOIRES INTERCULTURELS (ODTI)

Type de structure : Association

Description : Donner les moyens aux personnes âgées d'origine étrangère d'améliorer leur qualité de vie, de maintenir leur autonomie et d'orientation dans l'agglomération en prenant les transports en commun, en visitant des parcs et de s'ouvrir vers les structures du quartier ; favoriser une alimentation adaptée avec les conseils d'une diététicienne (petits déjeuners hebdomadaires)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Jacquier Claude - 607806040 - clau.jacquier77@orange.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Activités Physiques Adaptées pour seniors

Nom : ACTI'FORME

Type de structure : Entreprise

Description : Favoriser le bien vieillir des personnes âgées et lutter contre la sédentarité et ses méfaits, au travers d'un apport théorique et pratique afin de faire découvrir les activités physique adaptées de proximité : 4 sessions de 1 conférence / 12 ateliers d'activité physique adaptée sur 14 communes du bassin grenoblois



Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise

Commune(e) : Meylan;Poizat;Claix;Pont-de-Claix;Seyssins;Fontaine;Gières;Echirolles;Eybens;Saint-Martin-d'Hères;La Tronche;Grenoble

Contact : Alussi Anthony - 06 38 05 12 44 - apa.actiforme@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : L'activité physique, clé du bien vieillir

Nom : ORGANIS. DE LA VIE INTERCOMMUNALE VAREZE

Type de structure : Association

Description : Proposer 6 randos-yoga, 10 séances d'1h30 d'équilibre et de prévention des chutes pour encourager les seniors à réaliser une activité physique adaptée pour favoriser rencontres échanges tout en travaillant sur plusieurs champs : le renforcement musculaire, le maintien de l'équilibre, la marche, l'orientation spatiale, la coordination et/ou les étirements, la respiration



Où ?

Territoire(s) : Bièvre ;Isère rhodanienne

Commune(e) : Cour-et-Buis;Montseveroux;Monsteroux-Milieu;Chalon;Vernioz;Cheyssieu;Auberives-sur-Varèze

Contact : Germain Magaly - 04 74 54 14 37 - familles@cs-oviv.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Programme motivationnel D-marche

Nom : A LA DECOUVERTE DE L'AGE LIBRE

Type de structure : Association

Description : D-marche est un outil reconnu par Santé Publique France afin de mettre en œuvre les conditions favorables pour obtenir des changements durables de comportement. Il sert à informer, encourager et accompagner les bénéficiaires vers une prise en main de leur santé par la remise en mouvement et la valorisation de la marche au quotidien- 6 programmes de 4 rencontres collectives étalées sur 3 mois mini



Où ?

Territoire(s) : Voironnais Chartreuse;Grésivaudan

Commune(e) : Moirans;Pontcharra;Crêts-en-Belledonne;Charavines,Villages-du-Lac-de-Paladru;Montferrat;Bilieu;Saint-Jean-de-Moirans;Tullins;Vourey

Contact : Dailly Olivier - 06 99 62 67 81 - olivier.daily@adal.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Atelier prévention santé par l'activité physique et la nutrition

Nom : SPORT INITIATIVE ET LOISIR BLEU

Type de structure : Association

Description : Sensibilisation théorique et pratique sur l'importance d'une pratique régulière d'activité physique associée à un équilibre alimentaire + intégration d'une dimension environnementale : 34 séances hebdomadaires d'1h d'Activité Physique Adaptée , 5 séances de sensibilisation à la nutrition de 2h, 1 conférence sur les bienfaits de l'APA, 24 séances de sensibilisation à l'éco-mobilité (15min)



Territoire(s) : Porte des Alpes;Sud-Grésivaudan;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Satolas-et-Bonce;Poliénas;Grenoble;Revel;Bernin;Saint-Martin-d'Hères;Brié-et-Angonnes;Frogès

Contact : Desfargues Aurore - 06 27 08 31 00 - aurore.desfargues@sielbleu.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Activités physiques et/ou sportives adap-

Nom du projet : Lutter contre les conséquences de l'isolement des personnes de plus de 60 ans en perte d'autonomie, voire en situation de handicap moteur ou

Nom : COMITE HANDISPORT DE L ISERE

Type de structure : Association

Description : Renouvellement du dispositif opérationnel sur l'agglomération Grenoble ainsi que sur le Pays Voironnais.

Développement et proposition d'une offre similaire sur deux territoires du Nord-Isère : Porte des Alpes – Isère Rhodanienne.

Le CDHI souhaite structurer l'offre sportive sur l'ensemble de ces territoires et répondre aux sollicitations des acteurs du mouvement Handisport.



Territoire(s) : Isère rhodanienne;Porte des Alpes;Voironnais Chartreuse;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vienne;Bourgoin-Jallieu;Voiron;Grenoble

Contact : Escamilla Romain - 04 38 02 00 41 - cd38@handisport.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : renforcement ateliers prévention

Nom : COMMUNE GRENOBLE

Type de structure : Commune

Description : Renforcement des ateliers de prévention et de bien-être en direction des aîné-es grenoblois et grenobloises en proximité



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Devroede Steffi - 06 48 11 46 00 - steffi.devroede@grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Séances de Sophrologie pour accompagner les bénéficiaires du dispositif Prescri'Bouge , optimiser et renforcer leur autonomie dans la prise en

Nom : MADAME ISABELLE RAINERO

Type de structure : Entreprise

Description : Développer l'accessibilité des activités physiques de bien être aux personnes âgées. La Sophrologie joue un rôle important sur plusieurs facteurs : physique, psychologique et social, permet de développer et renforcer la motivation à la pratique d'activité physique, développer la volonté de devenir acteur de sa propre santé et conserver son autonomie . 1 séance découverte + 2 séances en continu



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Eybens

Contact : Madame Isabelle RAINERO - 07 50 49 69 83 - isabellerainero@orange.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Conférence santé

Nom : CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE L'ILE DU BATTOIR

Type de structure : Association

Description : 11 séances à l'année autour de 4 thématiques choisies avec le public en fonction des attentes et des besoins repérés sur le territoire.: 2 séances de lithothérapie ; 1 conférence Alzheimer ; 6 séances sur la gestion des émotions (Fleurs de Bach) ; 2 séances sur la réflexologie palmaire



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaufort

Contact : Renzy Stéphanie - 04 74 79 07 20 - centre-ile-battoir@wanadoo.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Les Ateliers du Bonheur

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Programme complétant les apports de la psychologie positive



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Murigneux Frédérique - 04 76 97 82 02 - frederique.murigneux@pontcharra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Les Ateliers du Bonheur

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Programme complétant les apports de la psychologie positive



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Pontcharra

Contact : Murigneux Frédérique - 04 76 97 82 02 - frederique.murigneux@pontcharra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Atelier Terre

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Réalisation d'un projet artistique collaboratif et/ou individuel autour de la poterie, art millénaire, qui met en exergue le sens créatif tout en apportant relaxation et apaisement : 33 séances de Février 2023 à Décembre 2023 hors vacances scolaires à raison de 1 séance par semaine



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr



Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Bien-vieillir par la psychologie positive : atelier d'approfondissement

Nom : CCAS ST MARTIN D'HERES

Type de structure : CCAS

Description : 10 séances d'approfondissement de psychologie positive pour aider les personnes âgées à accroître leur bien-être par la pratique d'exercices qui aident à repérer le positif dans le quotidien, trouver du sens à leur vie et améliorer la qualité de leurs relations. Ainsi, elles peuvent maintenir un degré de motivation et d'énergie suffisant pour pouvoir faire face à leurs situations difficiles



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : Barraud Nathalie - 04 56 58 91 29 - nathalie.barraud@saintmartindheres.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Comment être heureux et le rester

Nom : L'ESCALE (ESPACE DE RENCONTRES ET DE CONVIVIALITE)

Type de structure : Association

Description : 10 séances hebdomadaires de 2h de sophrologie pour apporter des outils de gestion du stress et d'estime de soi pour être bien avec soi même et avec les autres, un outil de lien social qui permettra au public sénior, vivant à domicile ou en établissement, de sortir de chez eux pour aller à la rencontre d'un autre lieu et d'autres personnes



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Vizille

Contact : Menant Véronique - 04 76 40 48 67 - veronique.menant@ville-vizille.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Expression bien être et ouverture aux autres

Nom : GIERES SANTE

Type de structure : Société civile

Description : Mise en place de 2 groupes de 42 séances d'expression bien-être et d'ouverture aux autres, animés par un professionnel du théâtre et une psychologue, pour encourager l'expression des émotions, le jeu, la communication non verbale, bousculer les habitudes et conforter la confiance jusqu'à l'échange



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Venon;Gières

Contact : Monsieur Didier CHARRETON - 06 11 27 28 85 - gieressante.coordonateur@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Yoga sur chaise

Nom : CCAS ECHIROLLES

Type de structure : CCAS

Description : 30 ateliers hebdomadaires de 1h30 de yoga, proposés par un kinésithérapeute, pour permettre aux participants de retrouver du plaisir dans différents mouvements, d'acquérir des moyens de contrôle autonome des tensions physiques (douleurs) et psychiques (stress, angoisse), de garder du lien social avec des pairs et d'investir les activités et équipements proposés par la collectivité



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Chevaux Geneviève - 04 76 20 99 07 - g.chevaux@ville-echirolles.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Apprendre à gérer son stress et à vivre plus sereinement

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 10 séances collectives de 2h de gestion du stress : 5 premières séances = apprendre une technique de gestion du stress basée sur la méthode CBSM, séances 6, 7, 8 et 9 = acquérir d'autres outils par une initiation aux pratiques de pleine conscience basée sur le programme MBCT. Chaque participant est invité à faire des pratiques à domicile



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-le-Vinoux

Contact : Le Peuch Sylvie - 04 76 85 14 61 - s.lepeuch@smlv.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Animation Détente Ressourcement

Nom : CCAS DE VOREPPE

Type de structure : CCAS

Description : 30 ateliers de détente et ressourcement animés par une Art-Thérapeute



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voreppe

Contact : Marain Sylvie - 04 76 50 81 26 - pole.seniors@ville-voreppe.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Atelier de peinture artistique par l'arthérapie

Nom : CCAS ECHIROLLES

Type de structure : CCAS

Description : Séances d'art thérapie par la peinture artistique dans lesquelles les participants seront capables de concevoir et de créer leur propre travail pictural avec les méthodes et techniques apprises dans les ateliers. La peinture permet de restructurer sa pensée et stimuler sa faculté de concentration. Elle renforce aussi son sentiment d'utilité et de confiance en soi



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Chevaux Geneviève - 04 76 20 99 07 - g.chevaux@ville-echirolles.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Programme de gestion du stress basé sur le CBSM

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 10 séances collectives de 2h de gestion du stress : 5 premières séances pour apprendre une technique de gestion du stress (méthode CBSM = Cognitive Behavioral Stress Management) complétée par des exercices de relaxation, les séances suivantes permettent d'acquérir d'autres outils sur le long terme et notamment par la pratique basée sur le programme MBCT (Mindfulness Based Cognitive Therapy)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Veurey-Voroize;Noyarey;Sassenage

Contact : Coigné Christian - 04 76 26 34 90 - cnemoz-morel@sassenage.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Les ateliers bien-être seniors

Nom : ARPE ACCOMPAGNEMENT RELATION PROGRESSION EVOLUTION

Type de structure : Association

Description : La collaboration du cheval aide les personnes vieillissantes à améliorer leur tonicité, leur auto estime et leur confiance en soi et en l'autre. C'est une mise en relation par l'apprivoisement mutuel humain/animal et l'évolution marchée et dansée grâce à la communication verbale , gestuelle et posturale. Les activités intergénérationnelles apportent plaisir et communication partagés .



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Vernioz

Contact : Nguyen My-Trang - 06 74 50 61 13 - assoharpe38150@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Programme de gestion du stress et initiation à la pleine conscience

Nom : COMMUNE SAINTE MARIE D ALLOIX

Type de structure : Commune

Description : Mise en place de 10 séances de 2h hebdomadaires de gestion du stress, le vendredi matin, pour apprendre à gérer son stress et à vivre plus sereinement



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Sainte-Marie-d'Alloix

Contact : Descazeaux Dominique - 06 86 85 48 95 - dominique.descazeaux@saintemariedalloyx.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Vie affective des seniors : il n'y a pas d'âge pour parler d'amour !

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Dispositif de prévention en 3 séquences collectives pour sensibiliser et informer les seniors sur la vie affective et la sexualité avec l'avancée en âge : "faire couple ou vivre seul, qu'en est il après 60 ans ?" 1 conférence puis 2 ateliers de 2h, animés par un psychologue et un médecin du centre de prévention



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Ateliers de sophrologie "inspirez- vous !"

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Proposer des séances hebdomadaires d'1h de sophrologie aux personnes âgées de 60 ans et plus, les accompagner à la découverte de techniques et d'outils qu'ils pourront reprendre seuls et appliquer au quotidien - 24 séances au total



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Permanence dansée

Nom : ROTATIONS CULTURELLES

Type de structure : Association

Description : "Permanence dansée" destinée à réunir les personnes de plus de 60 ans, les proches aidants, des professionnels de santé et des artistes pour développer le lien social en milieu rural avec des ateliers organisés à Clelles autour de la danse associée à d'autres pratiques artistique : 15 séances de 2h qui lie les arts (danse, plasticiens, musiciens) et la santé



Territoire(s) : Trièves
Commune(e) : Clelles

Contact : Perroud Céline - 06 35 56 32 87 - rotationsculturelles@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Les sens en éveil *

Nom : BRAIN UP ASSOCIATION

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 15 programmes de 5 séances de 2h de sensibilisation des retraités sur l'importance de préserver et d'entretenir au quotidien les 5 sens : la vision, le toucher, la proprioception et l'équilibre, le goût et l'odorat, l'audition



Où ?

Territoire(s) : Haut Rhône Dauphinois; Agglomération Grenobloise; Bièvre ; Porte des Alpes; Voironnais
Chartreuse; Trièves; Isère Rhodanienne;

Commune(e) : Frontonas; Grenoble; Fontaine; Beaure-
paire; Villefontaine; Seyssins; Tullins; Voreppe; Claix,; Saint- Martin-de-la-Cluze; La-Côte-St-
André; Domène; Salaise-su-Sanne; L'Isle-d'Abeau; Villette-de-Vienne; Sassenage; Champ-sur-Drac

Contact : Genestoux Nathalie - 07 82 89 46 27 - ngenestoux@brainup.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Bien-être et estime de soi

Nom du projet : Etre heureux à la retraite *

Nom : BRAIN UP ASSOCIATION

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 15 programmes de 4 séances de 2h sur la thématique du bien vieillir, dans une approche conviviale, positive, participative, animés par des psychologues et neuropsychologues



Où ?

Territoire(s) : Haut Rhône Dauphinois; Agglomération Grenobloise; Bièvre ; Porte des Alpes; Voironnais Chartreuse; Trièves; Isère Rhodanienne;

Commune(e) : Frontonas; Grenoble; Fontaine; Beaurepaire; Villefontaine; Seyssins; Tullins; Voreppe; Claix, ; Saint- Martin-de-la-Cluze; La-Côte-St-André; Domène; Salaise-su-Sanne; L'Isle-d'Abeau; Villette-de-Vienne; Sassenage; Champ-sur-Drac

Contact : Genestoux Nathalie - 07 82 89 46 27 - ngenestoux@brainup.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Les rendez-vous Chauffe citron

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Il s'agit par un rendez-vous régulier culturel et ludique, d'enrichir le lien social et stimuler les fonctions cognitives. Chaque séance propose un programme original autour de la curiosité, du jeu et de la mémoire = 24 séances collectives, animées à l'aide d'un diaporama projeté sur grand écran



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Renage

Contact : Krouk Karine - 04 76 91 22 56 - ccas@ville-renage.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Poursuite des séances d'ateliers mémoires

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de 15 ateliers mémoire de 1h30, programmées 1 semaine sur deux, le lundi matin de 10h30 à 12h00, encadrés par une psychologue clinicienne

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Champ-sur-Drac

Contact : Camus Olivier - 04 76 68 48 95 - ccas@ville-champsurdrac.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Musicothérapie

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place d'un atelier de musicothérapie comme outil d'accompagnement, de soin, de soutien auprès de personnes âgées souffrant de troubles cognitifs : 38 séances hebdomadaires de Février 2023 à Décembre 2023 hors été



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Les rendez-vous "chauffe citron"

Nom : CCAS ST MARTIN D'HERES

Type de structure : CCAS

Description : Il s'agit par un rendez-vous régulier culturel et ludique, d'enrichir le lien social et stimuler les fonctions cognitives. Chaque séance propose un programme original autour de la curiosité, du jeu et de la mémoire = 24 séances thématiques portant sur un sujet mystère à découvrir en 4 étapes basées sur une énigme, des questions de curiosité, une lecture à voix haute et un test de mémoire



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : Barraud Nathalie - 04 56 58 91 29 - nathalie.barraud@saintmartindheres

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Stimulation cognitive, ateliers mémoire

Nom : GIERES SANTE

Type de structure : Société civile

Description : 38 ateliers de groupe (1h30) en prévention du déclin cognitif associé au vieillissement : jeux, exercices et activités qui mobilisent les fonctions cognitives, animés dans un état d'esprit convivial et bienveillant

Où ?

Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Venon;Gières

Contact : Monsieur Didier CHARRETON - 06 11 27 28 85 - gieressante.coordonateur@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers mémoire à destination des séniors

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 24 ateliers mémoire d'1h30 en 2 sessions pour stimuler différentes fonctions cognitives, grâce à des temps de travail consacrés à des jeux et des exercices de difficulté adaptée, ainsi que l'apport distillé de contenus théoriques, de conseils et d'outils



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Biviers

Contact : Marissal Loïc - 06 70 75 93 75 - dgs@mairie-biviers.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Comment détecter les premiers signes de la maladie d'Alzheimer
et en retarder l'évolution

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Une conférence/débat sur comment détecter les premiers signes de la
maladie d'Alzheimer et en retarder l'évolution, organisée en après-midi, sur la com-
mune de Saint Martin d'Hères en novembre 2023, suivie d'ateliers, dont un atelier
mémoire, et de stands d'information sur les ressources du territoire à destination
des personnes âgées et des aidants



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : German-Labaune Catherine - 04 56 58 91 08 - catherine.german-labaume@saintmartindheres.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Stimulez votre cerveau

Nom : CCAS DE VOREPPE

Type de structure : CCAS

Description : 1 conférence puis 3 cycles de 7 ateliers stimulation cognitive d'1h pour maintenir, voire améliorer, la performance cognitive des aînés autonomes et aider ainsi à prolonger leur autonomie + 2 ateliers visant à aider à la concentration (qui diminue avec l'âge), et à mieux réguler le stress



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voreppe

Contact : Marain Sylvie - 04 76 50 81 26 - pole.seniors@ville-voreppe.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : La mémoire au service de l'intergénérationnel

Nom : ALFA 3A

Type de structure : Association

Description : Nous souhaitons mettre en place des ateliers visant le bien-être des seniors tout en travaillant la mémoire à travers différentes formes et notamment en intégrant les enfants ponctuellement au cours de ces ateliers.



Territoire(s) : Isère rhodanienne
Commune(e) : Vienne

Contact : Madame Elysa CHAVARIN - 04 74 57 12 00 - malissol.cs.sante@alfa3a.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Bien-être, bien-vieillir, la mémoire mais pas que !

Nom : COMMUNE DE SAINT QUENTIN FALLAVIER

Type de structure : Commune

Description : 90 séances de 2h chaque lundi en deux groupes animées par un intervenant autour d'ateliers mémoire et bien-être avec des idées sorties et bons plans près de chez soi. Une séance de deux heures tous les 15 jours pour les bénéficiaires 2022 + 4 rencontres ponctuelles (lecture, débat, patrimoine, café-théâtre) du 6 février 2023 au 18 décembre 2023. 40 bénéficiaires attendus



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Quentin-Fallavier

Contact : Plattard Anne - 04 74 94 88 50 - anne.plattard@st-quentin-fallavier.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Prévenir et lutter contre l'isolement des personnes âgées les plus à risque

Nom : SANTE COMMUNAUTAIRE EN CHANTIER

Type de structure : Association

Description : L'action consiste à mettre en place un groupe de personnes pour leur faire vivre une dynamique collective de lien et de soutien tout en maintenant une activité physique adaptée, des séances de prévention et de travail de la mémoire et des moments d'échanges et de loisirs



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Echirolles

Contact : Cohadon Benjamin - 06 02 49 93 60 - bcohadon@levillage2sante.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers mémoire PEPS EUREKA

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Le Programme d'Éducation et de Promotion de la Santé (PEPS) est un programme complet qui prend en compte toutes les composantes du "bien-vieillir", conçu par la MSA en collaboration avec la Fondation Nationale de Gérontologie : 1 réunion de présentation + 10 séances hebdomadaires de 2h30 de stimulation cognitive + 1 réunion bilan à 3 ou 6 mois, X 6 soit 72 séances



Territoire(s) : Portes des Alpes;Vals du Dauphiné;Haut Rhône Dauphinois;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Saint-Savin;Charavines;Morestel;Frontonas;Saint-Laurent-du-Pont

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers "Je chouchoute mon cerveau"

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Proposer des ateliers pour acquérir des connaissances de base permettant de comprendre le fonctionnement de son cerveau et apprendre à en prendre soin par différents moyens : cognitifs, physiques, alimentaires etc ... et ainsi vieillir en toute autonomie - 1 conférence + 6 ateliers mémoire



Territoire(s) : Gresivaudan;Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Bernin;Saint-Laurent-du-Pont

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Ateliers GYM NEURONES

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Atelier collectif en présentiel, ludique et convivial, ayant pour objectif de stimuler toutes ses fonctions cognitives.



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois;Vals du Dauphiné
Commune(e) : Saint-Victor-de-Morestel;Saint-Clair-de-la-Tour;Charavines

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Les rendez-vous Chauffe Citron

Nom : ORGANIS. DE LA VIE INTERCOMMUNALE VAREZE

Type de structure : Association

Description : Organisation de 4 cycles de 6 rendez-vous collectifs réguliers d'1h, culturels et ludique, dans 4 communes, pour enrichir le lien social et stimuler les fonctions cognitives avec un programme original autour de la curiosité, du jeu et de la mémoire, animés à l'aide d'un diaporama projeté sur grand écran



Où ?

Territoire(s) : Bièvre ;Isère rhodanienne

Commune(e) : Cour-et-Buis;Montseveroux;Monsteroux-Milieu;Chalon;Vernioz;Cheyssieu;Auberives-sur-Varèze

Contact : Germain Magaly - 04 74 54 14 37 - familles@cs-oviv.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Mémoire, stimulation cognitive

Nom du projet : Mémoire et écriture

Nom : ASSOCIATION POUR LA GESTION ET L'ANIMATION DU CENTRE SOCIAL
ET CULTUREL D'HEYRIEUX

Type de structure : Association

Description : L'atelier proposé permettra d'organiser le temps des évènements, de repérer les moments fondateurs, d'observer les similitudes et les différences du temps passé et du temps présent, d'identifier les valeurs à transmettre, de construire un récit attractif qui vient fixer la mémoire et devient un instrument de transmission pour son entourage, la collectivité, et d'autres générations.



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Perier Marie-France - 04 78 40 06 87 - referentefamilles@cscheyrieux.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Nutrition, lutte contre la dénutrition, pro-

Nom du projet : Ateliers culinaires

Nom : CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DE L'ILE DU BATTOIR

Type de structure : Association

Description : Organisation d'ateliers culinaires tous les mardis matin, hors vacances scolaires, encadrés par un bénévole, en partenariat avec le potager solidaire, pour apprendre à cuisiner "ce qu'il y a dans mon panier"



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Renzy Stéphanie - 04 74 79 07 20 - centre-ile-battoir@wanadoo.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Nutrition, lutte contre la dénutrition, pro-

Nom du projet : Lutte contre l'isolement des usagers pris en soin au domicile et prévention de la perte d'autonomie et des risques de dénutrition des usagers du

Nom : CENTRE HOSPITALIER DE LUZY-DUFFEILLANT

Type de structure : Etablissement public de santé

Description : Proposer des repas conviviaux aux usagers du SSIAD au sein de l'établissement médico-social. Cette participation à ce moment voire à une activité à la suite par les usagers constitue une action de prévention de la perte d'autonomie et constitue un lien avec la collectivité médico-sociale. Appui psychologique aux proches aidants à cette occasion.



Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : Beaurepaire

Contact : Vivès-Torrens Sébastien - 06 77 18 84 49 - direction@ch-beaurepaire.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Nutrition, lutte contre la dénutrition, pro-

Nom du projet : Aliment'actions : concilier santé et plaisir avec une alimentation adaptée

Nom : CCAS ST MARTIN D'HERES

Type de structure : CCAS

Description : Pour sensibiliser à la dénutrition : 12 ateliers cuisine mensuels en 2 parties : 1 information théorique suivie par une mise en pratique : 1 atelier cuisine, puis partage du repas, de 10h à 15h dans les différentes maisons de quartiers, afin de couvrir le territoire communal. Chaque "aliment'action" sera préparée, et animée par un binôme de professionnels de la nutrition et de la gérontologie



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Saint-Martin-d'Hères

Contact : Barraud Nathalie - 04 56 58 91 29 - nathalie.barraud@saintmartindheres.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Nutrition, lutte contre la dénutrition, pro-

Nom du projet : Ateliers cuisine, animations diététiques et nutritionnelles

Nom : GIERES SANTE

Type de structure : Société civile

Description : Mise en place hebdomadaire de 2 groupes de 10 personnes, sur 26 semaines, soit 52 séances, en alternance : atelier cuisine (2h) et atelier d'animations diététiques et nutritionnelles (1h30)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Venon;Gières

Contact : Monsieur Didier CHARRETON - 06 11 27 28 85 - gieressante.coordonateur@gmail.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Nutrition, lutte contre la dénutrition, pro-

Nom du projet : Bien dans mon assiette

Nom : ACCOMPAGNER A DOMICILE POUR PRESERVER L'AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 2 cycles de 6 ateliers de 2h, sur 2 lieux différents, pour proposer aux personnes de 60 ans et plus de repenser leur alimentation, de découvrir ou redécouvrir le plaisir de manger en adéquation avec leurs besoins, de revisiter des recettes, comprendre les besoins liés à l'avancée en âge



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Seyssinet-Pariset;Gières

Contact : Gaillard Jessica - 07 77 75 23 92 - prevention@adpa38.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Bien vieillir à Fontaine : la santé des seniors fontainois

Nom : COMMUNE FONTAINE

Type de structure : Commune

Description : Le projet Bien vieillir à Fontaine s'articule autour de deux axes distincts : ateliers réguliers (cuisine, danse, activité physique adaptée, numérique, mémoire, expression artistique) et activités conviviales ponctuelles (culture - nature : sorties à la journée, soirée ou après-midi)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Fontaine

Contact : Loustalot-Forest Camille - 04 76 26 63 46 - camille.loustalotforest@ville-fontaine.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Activités culturelles, bien être et prévention pour séniors présentant des troubles cognitifs

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Proposer à des personnes âgées de plus de 60 ans présentant des troubles cognitifs légers et débutants ou entrant dans la maladie une activité culturelle ou bien être en groupe: visite de musée, de lieux insolite, exposition, cinéma, balade , terrasse de café... 38 sorties



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Tiebi Sandrine - 04 76 23 11 16 - sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Pack activités "prévenir pour Bien vieillir"

Nom : ASS AIDE DES PERSONNES AGEES

Type de structure : Association

Description : A travers des ateliers collectifs diversifiés il s'agit de "prévenir pour bien vieillir". Ce pack Activités prévention qui s'adresse aux personnes âgées de plus de 60 ans participe également à une démarche de prévention individuelle à travers des activités ludiques, conviviales et novatrices dispensées par des animateurs dédiés.



Territoire(s) : Porte des Alpes; Vals du Dauphiné; Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Bourgoin-Jallieu; Pont-de-Cheruy; La-Tour-du- Pin

Contact : Flachet Christine - 04 74 93 85 85 - cflachet@adpa-nordisere.org

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : atelier prévention santé-activité physique adaptée et stimulation cognitive pour les plus de 60 ans

Nom : MAISON HYGEIA

Type de structure : Entreprise

Description : Dans un même lieu labellisé Maison Sport Santé, reconnaissance des **Ministères des Sports et de la Santé** : prendre soin de la forme physique et de la forme mentale des personnes âgées de plus de 60 ans, vivant à domicile, en région grenobloise



Territoire(s) : Grésivaudan
Commune(e) : Montbonnot-Saint-Martin

Contact : Monsieur Vincent MASSON - 06 62 87 56 10 - melanie.ott-masson@maisonhygeia.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : HappyVisio : les webconférences en faveur du bien vieillir

Nom : ADAM VISIO

Type de structure : Entreprise

Description : Poursuivre la diffusion des activités en visioconférence à destination des seniors et des aidants sur le département. Les bénéficiaires ont accès au site happyvisio.com sur une page personnalisée pour la conférence des financeurs. A cet espace sont associés les informations du département et la programmation du cycle seniors. Ils accéderont à plus de 800 activités en direct sur l'année .



Territoire(s) : Département de l'Isère
Commune(e) : TOUTES

Contact : Monsieur Benjamin RASPAIL - 06 50 10 38 97 - benjamin@happyvisio.com

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Ateliers collectifs de prévention des chutes, conseils nutritionnels et promotion de la santé

Nom : SENIORALIS

Type de structure : Entreprise

Description : Mise en place de 18 séances de prévention des chutes, sous le format d'un parcours, grâce à une action coordonnée entre ergothérapeute D.E, enseignante en activité physique adaptée et diététicienne, afin d'aborder différentes composantes pouvant prévenir le risque de chute et favoriser le maintien à domicile, en sécurité



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Vals du Dauphiné;Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Grenoble;La Tour-du-Pin;Saint-Marcellin

Contact : Monsieur Michaël CARRE - 07 71 77 52 31 - infos@merci-julie.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Ateliers VITALITE

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : Les ateliers "Vitalité" sont proposés sous forme d'ateliers collectifs de 6 séances hebdomadaires, ayant pour objectif principal de faire adopter les bons réflexes au quotidien pour prendre soin de soi et pouvoir avancer en âge de manière sereine et heureuse, en améliorant sa qualité de vie et préserver son capital santé.



Territoire(s) : Bièvre ;Porte des Alpes
Commune(e) : Saint-Pierre-de-Bressieux;Villefontaine

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@carsat-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Journée d'animation thématique "seniors de demain"

Nom : ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES

Type de structure : Groupement de coopération sanitaire

Description : 1 journée d'animation / consultation de 2 groupes de 8 retraités pour les faire s'exprimer sur les formats, thématiques, messages de prévention pour demain - puis analyse et restitution



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Tour-du-Pin

Contact : Arisenet Clémentine - 06 03 19 38 15 - clementine.arisenet@atoutsprevention-ra.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Repérage de la fragilité d'un public de séniors

Nom : LA POSTE

Type de structure : Entreprise

Description : Préfiguration du programme ICOPE : campagne grand public de sensibilisation à la prévention de la perte d'autonomie sur l'ensemble du Département - Ciblage de personnes âgées à Grenoble et dans le Grésivaudan pour autoévaluation des capacités fonctionnelles / inscription à des ateliers collectifs (10) - Coordination et orientation des personnes âgées en fonction de l'évaluation de leurs fragilité



Territoire(s) : Grésivaudan;Agglomération grenobloise
Commune(e) : Pontcharra;Grenoble

Contact : Ray Berengere - 06 07 15 42 19 - berengere.ray@laposte.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Un job en partage

Nom : TECHNOPOLE ALPES SANTE A DOMICILE ET AUTONOMIE

Type de structure : Association

Description : Cycle de sensibilisation et d'information sur les dispositifs d'aides et de solutions pour le bien vieillir et pour permettre l'accès aux droits :
2 cycles de webinaires collectif ouverts aux seniors et aux aidants (dont les étudiants de Job en part' âge)
3 ateliers collectifs en présentiel à destination des seniors et ouverts aux étudiants de Job en part'âge



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Charvet Julie - 04 58 00 38 86 - contact@tasda.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : Jardin'Âges

Nom : ASSOCIATION POUR LA GESTION ET L'ANIMATION DU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL D'HEYRIEUX

Type de structure : Association

Description : Aménagement d'un espace sécurisé pour jardiner, 1/2 journée par semaine, toute l'année : un grand nombre de nos aînés étant issus du monde rural, ceci permettra le partage avec d'autres (enfants, adultes) des savoir-faire intarissables et des rencontres valorisantes, de lutter contre le vieillissement



Territoire(s) : Porte des Alpes
Commune(e) : Heyrieux

Contact : Perier Marie-France - 04 78 40 06 87 - referentefamilles@cscheyrieux.fr

Thématique : Santé globale / Bien vieillir Autres actions

Nom du projet : En Route pour la retraite

Nom : MUTUALITE FRANCAISE AUVERGNE RHONE ALPES

Type de structure : Organisme mutualiste

Description : Une journée destinée aux futur.e.s et jeunes retraité.e.s dans un cadre convivial pour accompagner le passage à la retraite et favoriser un vieillissement en accord avec soi.

Une journée loin des injonctions du bien vieillir, suivie de demi-journées pour découvrir des activités et oser être en accord avec soi avec l'âge !



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Aurélia Plenet - 06 34 45 52 31 - a.plenet@mfara.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Les séniors de l'informatique

Nom : ACTY INITIATIVES

Type de structure : Association

Description : Ateliers d'initiation à l'informatique de 2h, pour des groupes de 5 personnes maximum, sur 5 séances, toute l'année. Organisation en "ateliers à la demande", dans le but de permettre aux personnes de se familiariser avec l'outil informatique, de trouver une autonomie dans l'usage qu'elles souhaitent en avoir



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : Le Pont-de-Beauvoisin

Contact : Le Bihan Isabelle - 04 76 37 33 13 - i.lebihan@isactys.com

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Nom@d-e

Nom : MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

Type de structure : Association

Description : Ce projet répond à l'enjeu fort qu'est la lutte contre la fracture numérique et s'inscrit dans une démarche d'aller vers, d'itinérance, importante en milieu rural. Il propose de mettre à disposition les outils et les compétences nécessaires pour rompre l'isolement et s'initier aux numériques, avec 96 permanences en alternance dans 6 villages (visité chaque quinzaine)



Où ?

Territoire(s) : Vals du Dauphiné

Commune(e) : Chimilin;Saint-Jean-d'Avelanne;Valencogne;Pressins;Les Abrets en Dauphiné

Contact : Perrin Matthieu - 04 76 32 26 95 - direction@mjcabrets.org

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : connectez-vous

Nom : ESPACE PUBLIC NUMERIQUE DU TRIEVES

Type de structure : Association

Description : permettre aux personnes d'utiliser un ordinateur ou smartphone et de se familiariser avec les démarches en ligne



Où ?

Territoire(s) : Trièves

Commune(e) : Mens;St-Martin-de-Clelles

;Clelles;Chichilianne;Monestier-du-Percy;Monestier-de-Clermont;St-Baudille-et Pipet;Prébois;Lalley;Chatel-en-Trièves

Contact : Monsieur Michel RIBET - - michel.ribet38@orange.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Inclusion numérique des séniors Isérois

Nom : GENERATIONS MOUVEMENT FEDERATION DE L'ISERE

Type de structure : Association

Description : 2 cycles de 5 ateliers numériques de 2 heures : découverte du smartphone, des tablettes et des ordinateurs portable, utilisation de la messagerie, recherche d'informations , savoir consulter l'actualité, prendre des photos et les partager sur internet



Où ?

Territoire(s) : Bièvre
Commune(e) : La Forteresse

Contact : Chollat Adrien - 06 08 49 60 79 - fede38@gmouv.org

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Les connectés

Nom : UNIS CITE AUVERGNE RHONE ALPES

Type de structure : Association

Description : Proposer des ateliers et rendez-vous adaptés aux besoins des participants afin de favoriser l'inclusion numérique, d'accroître leurs connaissances et permettre une meilleure autonomie dans l'utilisation des outils



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Vercors
Commune(e) : Grenoble;Lans-en-Vercors

Contact : Maquin Solèsne - 06 98 20 85 84 - smaquin@uniscite.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Accompagnement au numérique pour les seniors de la Matheysine

Nom : CAFES

Type de structure : Association

Description : Réalisation de sessions d'animations/formations aux outils numériques et informatiques pour les seniors de la Matheysine, de 12 ateliers chacune, réalisées dans notre Espace Numérique à La Mure, 2x semaine, et en itinérance sur le territoire de la Matheysine (4 après-midis par mois de juin à Sept.), en lien avec la Maison France Services (basée à La Mure) pour le soutien aux démarches en ligne



Territoire(s) : Matheysine
Commune(e) : La Mure

Contact : Pourvis Jean-Michel - 04 76 30 94 42 - directon.cafes@associationcafes.org

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers numériques

Nom : CENTRE INTERCOMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 5 ateliers numériques sous format de parcours de 6 séances hebdomadaires (pour 8 personnes), pour faciliter la socialisation par le maniement des outils numériques et permettre l'accès à la culture dématérialisée - 4 séances de 2h type "one shot" pour aider les usagers dans leurs différentes démarches administratives



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse

Commune(e) : Voiron;La Murette;Saint-Etienne-de-Crossey;Voreppe;Coublevie

Contact : Pollin-Brotel Sebastien - 04 76 32 74 30 - sebastien.pollin-brotel@paysvoironnais.com

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers collectifs et intergénérationnels d'initiation au numérique

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 36 ateliers intergénérationnels de 2h d'initiation informatique en 2 sessions - 12 ateliers de 2h d'initiation au smartphone - 4 ateliers de découverte de la tablette, dans le cadre du tiers lieu numérique



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Saint-Marcellin

Contact : Rivet Anne - 04 76 36 09 17 - anne.rivet@saint-marcellin.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Lutter contre la fracture numérique

Nom : ALERTES

Type de structure : Association

Description : Ateliers bimensuels d'1h30 d'initiation au numérique à destination des bénéficiaires utilisant le dispositif DIGI, domicile Intergénérationnel Isérois



Territoire(s) : agglomération grenobloise; Grésivaudan
Commune(e) : Grenoble;Villard-Bonnod

Contact : Monsieur Edmond-Jean MENOUD - 04 76 25 08 63

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers numériques

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : 1 réunion d'information et 8 ateliers de 2 h 30 pour proposer des ateliers numériques thématiques dont le contenu sera élaboré avec les participants



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Tullins

Contact : Ancarnat-Piccardi Christelle - 04 76 07 40 00 - c.ancarnat@ville-tullins.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Le numérique à la portée de toutes et tous

Nom : ASS CENTRE CULTUREL EMILE ROMANET

Type de structure : Association

Description : Proposer un accompagnement et une éducation au numérique : 14 ateliers de 3h + 2 ateliers de sport sur console + 2 séances sur le remplissage des impôts



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Varcès-Allières-et-Risset

Contact : Scaringella Julie - 04 76 72 80 14 - j.scaringella@varces.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Adéqua" song digitale

Nom : MUSIQUE EN TETE

Type de structure : Association

Description : Accompagnement à l'autonomie numérique en s'appuyant sur des prestations musicales pour apprendre le "Numérique en Musique" : 6 h (3 cycles de 2h) se servir du téléphone, télécharger une musique, imprimer les paroles, se filmer / photographie



Territoire(s) : Voironnais Chartreuse
Commune(e) : Voiron

Contact : Dellamonica Emmanuelle - 06 34 95 80 49 - dellamonica.fr@gmail.com

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers informatiques

Nom : CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Type de structure : CCAS

Description : Mise en place de 2 sessions de 20h d'ateliers informatiques pour rendre accessible à tous l'outil informatique et son utilisation



Territoire(s) : Sud-Grésivaudan
Commune(e) : Vinay

Contact : Guillaud Valerie - 04 46 36 58 23 - ccas.direction@vinay.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Vas-y raconte "Mur-Mûr"

Nom : EMO-SON

Type de structure : Association

Description : Le projet « Vas-y Raconte » a pour but d'alimenter les archives communales par la collecte de mémoire des anciens et permettre l'échange intergénérationnel.

Il vise également à développer des projets culturels, éducatifs et artistiques à partir de ces mémoires collectées et diffusées via un QR code.



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : Val-de-Virieu;La Tour-du-Pin

Contact : Madame Karine LANCEMENT - 07 88 56 18 26 - contact@emo-son.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Devenir un Senior Geek

Nom : ASSOCIATION CYPIEE

Type de structure : Association

Description : Amener progressivement les usagers vers l'autonomie numérique, avec un cursus de formation tablette et smartphone ainsi qu'un "Club Numérique" pour approfondir ses connaissances sur des thèmes d'actualités (fake news, mails frauduleux,..). Nous supportons les plus éloignés du numérique avec des permanences d'aide aux démarches (APA, Viatrajectoire, ...). Objectif final : devenir un Senior Geek.



Territoire(s) : Agglomération grenobloise;Matheysine
Commune(e) : Vaulnaveys-le-Haut;Vaulnaveys-le-Bas;Vizille;Jarrie;Corps;Susville;La Motte-d'Aveillans;Pierre-Châtel

Contact : Madame Annie Raynaud - 04 76 30 15 78

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers d'initiation numérique en milieu péri-urbain

Nom : L'AGE D'OR

Type de structure : Association

Description : Nous souhaitons coordonner un projet de médiation numérique centré sur des cours collectifs d'initiation à l'informatique sur un ensemble de structures/communes du département de l'Isère.

Nous proposons une solution adaptable pour l'apprentissage, en fonction des besoins :

- un livret pédagogique individuel
- sur ordinateurs, smartphones ou tablettes (prêt du matériel)



Territoire(s) : Agglomération grenobloise.Grésivaudan
Commune(e) : Domène;Villard-bonnot;Saint-Martin-le-Vinoux;Varces

Contact : Caffoz - Soulat Océane - Renaud - 04 76 09 54 86 - admin@cyberdeclic.org

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Favoriser l'inclusion numérique

Nom : ASS ANIMATION CENTRE SOCIAL JEAN BEDET

Type de structure : Association

Description : 16 séances de 2h permettant la prise en main des outils informatiques, et des outils numériques plus largement (tablettes, téléphones). Les participants viennent avec leur matériel et découvrent à la fois le fonctionnement de l'outil mais également les bases de mails, utilisation d'internet, sécurité informatique, etc...



Territoire(s) : Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : Les Avenières Veyrins-Thuellin

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Démarche d'accompagnement des seniors à l'usage du numérique sur la Vallée de la Varèze.

Nom : ORGANIS. DE LA VIE INTERCOMMUNALE VAREZE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 20 ateliers numériques de 2h sur 3 villages, soit 60 séances, sur 2 périodes, afin de répondre à la fracture numérique auprès du public sénior éloigné des usages et pratiques au sein d'un vaste territoire d'intervention rural. Le projet inclut également un volet mobilité avec des trajets de récupération à domicile pour les personnes éloignées et sans moyen de transport



Territoire(s) : Bièvre ;Isère rhodanienne
Commune(e) : Cour-et-Buis;Auberives-sur-Varèze;Montseveroux

Contact : Germain Magaly - 04 74 54 14 37 - famille@cs-oviv.fr

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers numériques

Nom : LE SEVE SERVICE DE VIE

Type de structure : Association

Description : Mise en place de 27 ateliers numériques sur 3 lieux différents, animés par les professionnelles du domicile formées



Territoire(s) : Porte des Alpes;Haut-Rhône dauphinois
Commune(e) : La Verpillière;Crémieu;Bourgoin-Jallieu

Contact : Ramella Justine - 04 74 43 28 21 - qramella@asso-seve.com

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Accompagnement vers l'autonomie numérique des publics seniors

Nom : EMMAUS CONNECT FONDATEUR ABBE PIERRE

Type de structure : Association

Description : Poursuite de l'accompagnement des seniors en situation de précarité dans leur démarche d'autonomisation par 2 types d'accompagnements collectifs : des parcours d'initiation de 12 heures sur les compétences numériques de base et des permanences connectées se focalisant sur des besoins plus spécifiques dans les usages numériques



Territoire(s) : Agglomération grenobloise
Commune(e) : Grenoble

Contact : Baysang-Michelin Victor - 06 99 12 07 40 - vbaysangmichelin@emmaus-connect.org

Thématique : Usage du numérique

Nom du projet : Ateliers numériques et bureautiques

Nom : COMMUNE DE LA BATIE MONTGASCON

Type de structure : Commune

Description : Organisation de 20 ateliers numériques par cycle de 6 à 8 participants par sessions de 2 heures, avec proposition de thèmes et de différents niveaux



Territoire(s) : Vals du Dauphiné
Commune(e) : La Bâtie-Montgascon

Contact : Madame Françoise LAMBERERT - 04 74 88 81 80 - s.generale@batie-montgascon.com