

### - Liste par communes -

Lieux de l'action	Domaine	Activité	Description	Structure
<b>ANDELOT- BLANCHEVILLE</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR Andelot</b>
<b>ARC-EN-BARROIS</b>	<b>Lien social</b>	<b>Débat théâtral</b>	"Opération sourire" : animation musico-théâtrale par un clown à l'EHPAD Saint-Martin. 2 heures dans les chambres puis en salle commune.	<b>Association Théâtre Actif</b>
<b>ARC-EN-BARROIS</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier de perfectionnement tablette numérique. Du 17 avril au 26 juin 2023, le lundi de 10h à 12h.	<b>Sos Futur</b>
<b>AUBERIVE</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR des 4 Vallées</b>
<b>BETTANCOURT-LA- FERREE</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	"Atelier remue-méninges" tous les lundis de 14h à 17h.	<b>Médiathèque</b>

<b>BOURBONNE-LES-BAINS</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	6 séances sur 6 mois qui débuteraient en avril 2023. Le mercredi de 14h30 à 16h à la salle du Clocheton de Bourbonne-les-Bains.	<b>Plateforme de Repit (Centre Hospitalier)</b>
<b>BOURBONNE-LES-BAINS</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	Atelier animé par SIEL BLEU. 1 h par semaine.	<b>EHPAD La Croix l'Albin</b>
<b>BOURBONNE-LES-BAINS</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Bien-être</b>	Animé par Sophie PETIT-HUSSON, Sophrologue.	<b>EHPAD La Croix l'Albin</b>
<b>CHALINDREY</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques</b>	Activité sportive adaptée animée par un éducateur. Séance de 1h15. Salle communautaire Corgirnon.	<b>CIAS AVENIR</b>
<b>CHALINDREY</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Atelier culinaire</b>	Confection de repas et échanges autour de l'alimentation, atelier animé par une nutritionniste. 5 séances de 2 heures sur l'année. Salle communautaire Corgirnon.	<b>CIAS AVENIR</b>
<b>CHALINDREY</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier initiation à la tablette numérique. Du 05 avril au 07 juin 2023, le mercredi de 10h à 12h.	<b>Sos Futur</b>
<b>CHAMOUILLEY</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier de perfectionnement tablette numérique. Du 05 septembre au 31 octobre 2023, le mardi de 10h à 12h.	<b>Sos Futur</b>
<b>CHATEAUVILLAIN</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier initiation à la tablette numérique. Du 05 avril au 07 juin 2023, le mercredi de 14h à 16h.	<b>Sos Futur</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	"Les Jeux Originaux au service des générations". 54 séances d'activités physiques et sportives "Jeux Originaux" le lundi après-midi de 14h30 à 15h30 à la résidence autonomie et de 15h45 à 16h45 à l'EHPAD ADEF Résidences. 1 projet de fabrication de 2 "Jeux Originaux" en bois en partenariat avec l'IME du Val de Suize. 9 demies-journées de 3h00 par séance.	<b>CDSFR 52</b>

			1 événement "Les Jeux Originaux" à la rencontre des "Jeux Olympiques" : journée de découverte et de pratique de 10h00 à 17h00.	
<b>CHAUMONT</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	1 fois par semaine. Séance ouverte aux habitants de l'habitat inclusif.	<b>EHPAD La Maison de l'Osier Pourpre</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Bien-être</b>	Séance de sophrologie en groupe. 1 heure par semaine. Ouverte aux habitants de l'habitat inclusif.	<b>EHPAD La Maison de l'Osier Pourpre</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR du Pays Chaumontais</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Débat théâtral</b>	Thème du sommeil : débat théâtral "Mes nuits sont trop courtes" suivi d'un échange avec un gériatre. Septembre ou octobre 2023.	<b>ASEPT</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Sécurité routière</b>	<b>Activités ludiques</b>	"Préserver son autonomie, seniors au volant" 9 ateliers sur deux sessions dont un animé par la protection civile.	<b>Le Point Commun</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	« La Parenthèse des aidants » Temps d'échange et d'information. Chaque deuxième mardi du mois.	<b>Conseil départemental</b>

<b>CHAUMONT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Bien-être</b>	"La fabrique du lien" Atelier créativité chaque lundi de 14 h à 17h 30. 6 ateliers Chauffe citron (atelier mémoire). 2 ateliers quizz olympique. 1 sortie annuelle	<b>Le Point Commun</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Nature</b>	"En route vers un mieux être" 3 séances de communication et confiance en soi avec Samuel Stolarz formateur en communication positive. 6 séances de sophrologie avec une sophrologue certifiée Kathy Guidel. 4 séances de Qi gong avec une animatrice Pascale DUBREUIL certifiée. 4 séances alimentation et santé naturelle avec une naturopathe diplômée Alexandra Henrissat.	<b>Le Point Commun</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Santé</b>	Atelier avec "CAP BIEN ETRE, apprendre à gérer son stress " 5 séances à la suite du débat théâtral.	<b>ASEPT</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	"Au cœur de l'actualité, les médias au service du lien social" Création d'un journal de portraits de personnes de plus de 60 ans en lien avec l'atelier journal de la MJC. 4 ateliers par mois de 2 heures.	<b>MJC de Chaumont</b>
<b>CHAUMONT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	"Mon atelier numérique - le numérique n'a pas d'âge" Atelier d'inclusion numérique. 5 ateliers/rencontres de 2 heures.	<b>MJC de Chaumont</b>

<b>CHEVILLON</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR de Haute Borne</b>
<b>CLEFMONT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR du Bassigny</b>
<b>COLOMBEY-LES-DEUX- EGLISES</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR des Vals Boisés</b>
<b>DAMPIERRE</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	<p>Atelier initiation à la tablette numérique. Du 13 avril au 22 juin, le jeudi de 10h à 12h.</p>	<b>Sos Futur</b>
<b>DANCEVOIR</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	<p>Atelier Chauffe-citron. 6 séances de 2 heures, le jeudi matin.</p>	<b>Familles Rurales</b>

<b>DOMMARTIN-LE-SAINT-PERE</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR Rives de la Blaise</b>
<b>DOULAINCOURT-SAUCOURT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Nature</b>	<p>Activité "évasion équestres"</p> <p>Séances au sein du Centre Equestre de Chalvraines et au sein de l'EHPAD, afin de permettre à un grand nombre de résidents d'en bénéficier.</p>	<b>EHPAD de Pougny</b>
<b>DOULAINCOURT-SAUCOURT</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Activités physiques adaptées avec le comité départemental Handisport avec des personnes provenant d'autres établissements.</li> <li>- Activités physiques à travers le jeu avec Foyers Ruraux "Jeux Originaux" avec des personnes extérieures souhaitant participer.</li> </ul>	<b>EHPAD de Pougny</b>
<b>DOULAINCOURT-SAUCOURT</b>	<b>Création</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	<p>Atelier d'activité artistique/peinture avec une artiste peintre, au sein de l'EHPAD.</p>	<b>EHPAD de Pougny</b>
<b>DOULAINCOURT-SAUCOURT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR Marne Rognon</b>

<b>DOULAINCOURT- SAUCOURT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Atelier culinaire</b>	Atelier "instants savoureux" : "des diners partagés" autour de la pâtisserie revisitée sous forme sucrée-salée, avec le pâtissier de la boulangerie du village.  Atelier pâtisserie : avec un artisan boulanger de Froncles, atelier ouvert à des résidents d'autres établissements du territoire (EHPAD de Poissons, Foyer de Vie de St Blin, MAS Andelot, MFR de Doulaincourt...).	<b>EHPAD de Pougny</b>
<b>ECLARON- BRAUCOURT-SAINTE- LIVIERE</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier de perfectionnement tablette numérique. Du 17 avril au 26 juin 2023, le lundi de 14h à 16h.	<b>Sos Futur</b>
<b>FAYL-BILLOT</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	Atelier gym douce animé par Maxence ROBERT - Educateur technique spécialisé (MAPA). 1 heure par semaine.	<b>EHPAD Aux Brins d'osier</b>
<b>FAYL-BILLOT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR de Fayl Billot</b>
<b>FAYL-BILLOT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	Atelier d'art thérapie peintre animé par HAASTAGUE - Art - thérapeute. 1h30 par séance.	<b>EHPAD Aux Brins d'osier</b>
<b>FAYL-BILLOT</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Bien-être</b>	Animé par Sophie PETIT-HUSSON, Sophrologue. 1h par semaine.	<b>EHPAD Aux Brins d'osier</b>

<b>FAYL-BILLOT</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	Atelier Chauffe-citron. 12 séances de 2 heures, le lundi après-midi.	<b>Familles Rurales</b>
<b>HAUTE-AMANCE</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR de Terre Natale</b>
<b>HUMBECOURT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier de perfectionnement tablette numérique. Du 11 avril au 30 mai 2023, le mardi de 14h à 16h.	<b>Sos Futur</b>
<b>JOINVILLE</b>	<b>Lien social</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	Atelier scrapbooking. Mercredi de 13h30 à 16h, à l'espace Vall'Age.	<b>CCAS</b>
<b>JOINVILLE</b>	<b>Lien social</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	Atelier cartonnage. Vendredi de 14h à 16h30, à l'espace Vall'Age.	<b>Centre Socio-Culturel</b>
<b>JUZENNECOURT</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	Atelier Chauffe-citron. 6 séances de 2 heures, le vendredi après-midi.	<b>Familles Rurales</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Création</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	-Sycha'Art : ateliers peinture, sculpture, modelage-poterie. -Samuel Stolarz : atelier Sabot de Vénus, activités de créations festives.	<b>ADMR de Langres</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Interventions de deux professionnels du numérique. Le mercredi de 10h à 12h.	<b>Médiathèque</b>



<b>LANGRES</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	Atelier d'art thérapie peintre animé par HAASTAGUE - Art - thérapeute. 1h30 par séance.	<b>EHPAD La Trincassaye</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Lien social</b>	<b>Activités ludiques</b>	Thomas Claude "Chats Perchés" jeux de société, maintien des facultés cognitives autour du jeu. Atelier animé par l'ADMR.	<b>ADMR de Langres</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Lien social</b>	<b>Culture</b>	Office du Tourisme Langres : sortie culturelle pour découvrir ou redécouvrir Langres et son environnement naturel et culturel.	<b>ADMR de Langres</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Lien social</b>	<b>Débat théâtral</b>	"Opération sourire" : animation musico-théâtrale par un clown à l'EHPAD La Trincassaye". 2 heures dans les chambres puis en salle commune.	<b>Association Théâtre Actif</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Bien-être</b>	Animé par Sophie PETIT-HUSSON, Sophrologue.	<b>EHPAD La Trincassaye</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR de Langres</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	6 séances sur 6 mois qui débuteraient en avril 2023. Le jeudi de 14h30 à 16h00 à la salle ADAM de Langres.	<b>Plateforme de Repit (Centre Hospitalier)</b>
<b>LANGRES</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	Sonia GOUSSAN "SO Sport Nature", activités physiques gym douce, gym.	<b>ADMR de Langres</b>

<b>LE MONTSAUGEONNAIS</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Bien-être</b>	Séjour de 3 jours et 3 nuits au Château de Prauthoy avec des ateliers de bien-être : sophrologie, gymnastique, massage shiatsu, reflexologie plantaire.	<b>Le Relais du Bien Etre</b>
<b>LE MONTSAUGEONNAIS</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier initiation à la tablette numérique. Du 05 avril au 07 juin 2023, le mercredi de 14h à 16h.	<b>Sos Futur</b>
<b>LONGEAU-PERCEY</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier culinaire</b>	« Dessines-moi une recette » réunir enfants et résidents lors de demi-journées autour de l'alimentation. 1 Atelier d'échanges autour de l'alimentation (produits locaux, saisonnalité, anti-gaspillage). 1 atelier de réalisation d'illustrations. 1 atelier de cuisine avec des produits locaux et de saison, suivi d'une dégustation des plats préparés par les participants.	<b>EHPAD Saint-Augustin</b>
<b>LONGEAU-PERCEY</b>	<b>Lien social</b>	<b>Débat théâtral</b>	"Opération sourire" : animation musico-théâtrale par un clown à l'EHPAD de Percey le Pautel. 2 heures dans les chambres puis en salle commune.	<b>Association Théâtre Actif</b>
<b>LONGEAU-PERCEY</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	Atelier Chauffe-citron. 12 séances de 2 heures, le lundi matin.	<b>Familles Rurales</b>
<b>MANOIS</b>	<b>Lien social</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	Les Olympiades de la Côte des Charmes : « Séances-rencontres » avec les résidents, les enfants, les familles autour d'Olympiades et de jeux ludiques intergénérationnels.	<b>EHPAD La Côte des Charmes</b>
<b>MARANVILLE</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	Atelier Chauffe-citron. 6 séances de 2 heures, le jeudi matin.	<b>Familles Rurales</b>
<b>NOGENT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Débat théâtral</b>	"Opération sourire" : animation musico-théâtrale par un clown à l'EHPAD Felix Grelot. 2 heures dans les chambres puis en salle commune.	<b>Association Théâtre Actif</b>

<b>NOGENT</b>	<b>Création</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	Atelier « Art thérapie » sur aquarelle animé par Jérôme SAUNOIS, artiste peintre et arthérapeute, aidé par l'animatrice et des bénévoles de l'association "Les Amis de Félix". Tous les jeudis après-midi.	<b>EHPAD Félix Grelot</b>
<b>NOGENT</b>	<b>Création</b>	<b>Nature</b>	Atelier « Art floral » animé par Estelle QUENTIN, fleuriste "L'atelier aux fleurs". 1 fois par mois le mardi après-midi.	<b>EHPAD Félix Grelot</b>
<b>NOGENT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR l'Univers de Guiciny</b>
<b>NOGENT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier initiation à la tablette numérique. Du 05 septembre au 31 octobre 2023, le mardi de 14h à 16h.	<b>Sos Futur</b>
<b>POISSONS</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR de Poisson Thonnance</b>

<b>PREZ-SOUS-LAFAUCHE</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR de Saint-Blin</b>
<b>RIAUCOURT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Débat théâtral</b>	<p>"Opération sourire" : animation musico-théâtrale par un clown à l'EHPAD Jean-François Bonnet.</p> <p>2 heures dans les chambres puis en salle commune.</p>	<b>Association Théâtre Actif</b>
<b>RIAUCOURT</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	<p>Atelier escrime adaptée animé par le CERCLE DES ARMES DE CHAUMONT.</p> <p>1 séance par semaine de avril à novembre 2023.</p>	<b>EHPAD Jean-François Bonnet</b>
<b>RIVES DERVOISES</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Ateliers mémoire</b>	<p>Atelier mémoire tous les 15 jours de février à décembre 2023 hormis juillet et aout animé par Janine CHANTEREAUX, bénévole ADMR.</p> <p>Résidence séniors Hamaris au 1, rue des saisons à La Porte du Der.</p>	<b>ADMR Rives de la Blaise</b>
<b>RIVES DERVOISES</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	<p>Atelier de gym douce tous les 15 jours de février à décembre 2023 animé par SIEL BLEU.</p> <p>Résidence séniors Hamaris au 1, rue des saisons à La Porte du Der.</p>	<b>ADMR Rives de la Blaise</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	<p>"Les connectés" : ateliers numériques avec des jeunes en Service Civique Solidarité Seniors.</p> <p>Locaux de l'Association Unis Cité à Saint-Dizier.</p>	<b>UNI-CITES</b>

<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	« L'Alzheimer café 52 » Temps d'échange et d'information. Chaque dernier mardi du mois.	<b>Conseil départemental</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Lien social</b>	<b>Culture</b>	Visites guidées de lieux d'intérêts à Saint Dizier et dans le secteur suivi d'un accueil au Club ou dans un café extérieur, avec une collation pour un temps d'échange convivial et/ou un atelier bien-être. Une fois par mois.	<b>Club Léo Lagrange</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	Atelier numérique de 1h30 le vendredi matin.	<b>Club Léo Lagrange</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	Pour le proche aidant : -Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste. - Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur. - Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe. Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.	<b>ADMR La Champenoise 52</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Débat théâtral</b>	Thème du sommeil : débat théâtral "Mes nuits sont trop courtes" suivi d'un échange avec un gériatre. Septembre ou octobre 2023.	<b>ASEPT</b>
<b>SAINT-DIZIER</b>	<b>Bien-être</b>	<b>Santé</b>	Atelier avec "CAP BIEN ETRE, apprendre à gérer son stress ". 5 séances à la suite du débat théâtral.	<b>ASEPT</b>
<b>SAINTS-GEOSMES</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	"Mieux vivre chez soi" activités sportives. 12 séances sur 2 sessions. Maison de Courcelles.	<b>Saint Geosmes en Forme</b>

<b>SAINT-THIEBAULT</b>	<b>Aidants aidés</b>	<b>Lien social</b>	<p>Pour le proche aidant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Groupes d'entraide entre pairs, d'échange et d'information animé par un psychanalyste.</li> <li>- Atelier bien être et estime de soi animé par Samuel Stolarz, artisan, formateur et animateur.</li> <li>- Atelier naturopathie animé par Alexandra Henrissat, Naturopathe.</li> </ul> <p>Ateliers de 2 à 3 heures tous les 2 mois.</p>	<b>ADMR de Bourmont</b>
<b>SEMILLY</b>	<b>Création</b>	<b>Activités manuelles et créatives</b>	<p>Atelier d'art-thérapie de février à décembre 2023 animé par Carole Sylar, Art-thérapeute "Air2lien".</p> <p>Résidence séniors Hamaris au 1, rue des saisons à La Porte du Der.</p>	<b>ADMR Rives de la Blaise</b>
<b>SOMMEVOIRE</b>	<b>Mémoire</b>	<b>Atelier mémoire</b>	<p>Atelier Chauffe-citron.</p> <p>12 séances de 2 heures, le mardi après-midi.</p>	<b>Familles Rurales</b>
<b>VALCOURT</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	<p>Atelier de perfectionnement tablette numérique.</p> <p>Du 11 avril au 30 mai 2023, le mardi de 10h à 12h.</p>	<b>Sos Futur</b>
<b>VAL-DE-MEUSE</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	<p>Activités collectives hebdomadaires : 1 l'après-midi et 2 le matin, animées par Maxence Robert.</p>	<b>EHPAD La Providence</b>
<b>VARENNES-SUR-AMANCE</b>	<b>Lien social</b>	<b>Atelier numérique</b>	<p>Communauté de communes des Savoir-Faire.</p> <p>2 heures par semaine.</p>	<b>Sud Haute-Marne Multimédia</b>
<b>WASSY</b>	<b>Sport</b>	<b>Activités physiques adaptées</b>	<p>2 heures par semaine le lundi.</p>	<b>EHPAD Saint-Charles</b>