

Réseau Vendée Diabète

Mail : vendee-diabete@orange.fr - Site internet : www.reseauvendeediabete.fr - Tél : 02 51 37 89 46 - Port. : 06 48 18 04 62



Retrouvez toutes ces informations sur le site internet du Réseau.

Sommaire

- Ateliers « Osons la confiance »... 1
- Groupes d'activité physique adaptée..... 2
- Ateliers diététiques..... 5
- Ateliers relaxation..... 7
- Groupes de parole..... 7
- Ateliers « Hypoglycémie »..... 8

NOUVEAUTES 2016

Les ateliers « Relaxation » créés en 2015 sont renouvelés à la Roche et proposés également aux Sables d'Olonne.

Les ateliers « Osons la confiance » se poursuivent.

Les groupes de marche nordique sont créés avec SIEL BLEU sur 4 sites pour débiter : Challans, Luçon, Montaigu et Aizenay.

Les ateliers « Hypoglycémie » sont proposés sur les secteurs suivants : St Gilles Croix de Vie, Luçon, la Châtaigneraie et la Roche S/Yon.

Par ailleurs, nous renouvelons cette année la prise en charge par le réseau de 12 séances d'activité physique.

L'équipe du Réseau Vendée Diabète.

Dr Gérard FRADET, Annie LE ROUX et Delphine BABU les infirmières, Adeline JAULIN diététicienne et Maryvonne BERNARD secrétaire.

ATELIERS - « OSONS LA CONFIANCE »

Nous vous proposons des ateliers sur le thème de la confiance en soi qui se dérouleront sur un trimestre. Trois ateliers vous guideront vers l'approche et la mise en pratique de la confiance en soi dans votre quotidien.

Ils seront animés en binôme avec Corinne WAROQUET psychologue et Adeline JAULIN diététicienne. Ces 3 ateliers sont en continuité les uns des autres et nécessitent donc **vosre présence à chacune des 3 séances.**

LES SABLES D'OLONNE

« Osons la confiance »	Salle CORAIL - 4 ^{ème} étage CH Côte de Lumière Olonne S/Mer	Lundi 8 février Lundi 14 mars Lundi 18 avril Lundi 23 mai Lundi 20 juin Lundi 18 juillet	de 17h à 19h
------------------------	---	---	--------------



Pour faciliter la communication, n'hésitez pas à nous transmettre votre adresse mail.

Groupes d'Activité Physique Adaptée



1 - ATELIERS (Marche nordique et Gymnastique douce) par le Comité d'Athlétisme de Vendée avec Fabienne GAUTIER

GYMNASTIQUE DOUCE

COMMUNE	SALLE	Créneau horaire et dates	EDUCATEUR
LA ROCHE S/YON	Salle n°2 - Cité de Bretagne	Jeudi 28 janvier Jeudi 11 février Jeudi 25 février Jeudi 10 mars Jeudi 24 mars Jeudi 7 avril Jeudi 21 avril Vendredi 6 mai Jeudi 19 mai Jeudi 2 juin Vendredi 17 juin de 9h30 à 11h	Fabienne 07.82.87.76.80 coachathlesante85@gmail.com
OLONNE S/MER	Salle de danse Complexe OLONNESPACE Olonne S/Mer	Jeudi 28 janvier Jeudi 11 février Jeudi 25 février Jeudi 10 mars Jeudi 24 mars Jeudi 7 avril Jeudi 21 avril Jeudi 19 mai Jeudi 2 juin de 15h15 à 16h15	Fabienne 07.82.87.76.80 coachathlesante85@gmail.com

MARCHE NORDIQUE

COMMUNE	SALLE	Créneau horaire et dates	EDUCATEUR
LA ROCHE S/YON	Maison de quartier St André d'Ornay	Jeudi 21 janvier de 9h30 à 11h	Fabienne 07.82.87.76.80 coachathlesante85@gmail.com
	Parking du complexe sportif RIVOLI	Vendredi 5 février Jeudi 18 février de 9h30 à 11h	
	Parking de la Longère Vendéespace	Vendredi 4 mars Jeudi 17 mars Jeudi 9 juin Jeudi 23 juin de 9h30 à 11h	
	Maison de quartier Val d'Ornay L'Angelmière	Vendredi 1 ^{er} avril Jeudi 14 avril Jeudi 28 avril de 9h30 à 11h	
	Parking base de voile Barrage du moulin papon	Vendredi 13 mai Jeudi 26 mai de 9h30 à 11h	
LES SABLES D'OLONNE	Plage du Viviers de la Mine Talmont St Hilaire	Jeudi 21 janvier Vendredi 1 ^{er} avril Vendredi 14 avril Jeudi 28 avril de 14h30 à 16h	Fabienne 07.82.87.76.80 coachathlesante85@gmail.com
	Restaurant la St Emilienne (forêt d'Olonne) Olonne S/Mer	Vendredi 5 février Jeudi 18 février Vendredi 13 mai Jeudi 26 mai de 14h30 à 16h	
	Plage de Sauveterre	Vendredi 4 mars Jeudi 17 mars Jeudi 9 juin Jeudi 23 juin de 14h30 à 16h	


2 - ATELIERS – SIEL BLEU

COMMUNE	SALLE	HEURES et DATES	EDUCATEUR
AIZENAY	Salle des 4 rondes 25 impasse des 4 rondes	Tous les mardis de 11h à 12h	Elise M. 06.09.09.75.36
ANTIGNY	Salle Ben Hur Place Gabriel Débouté	Tous les mercredis de 9h15 à 10h15	Amandine 07.76.35.98.06
AUBIGNY	Salle des associations Rue Saint Laurent	Tous les vendredis de 10h à 11h	Olivier 06.29.98.06.64
		Tous les vendredis de 11h à 12h	
BEAUFOU	Salle de tennis de table Place des tilleuls	Tous les mardis de 9h30 à 10h30	Olivier 06.29.98.06.64
BERNADIÈRE (LA)	Salle de la Doline Rue du Chamoine Bouchet	Tous les jeudis de 9h15 à 10h15	Mickaël 06.12.98.01.55
BOULOGNE	Salle des sports ou foyer rural (place des anciens combattants)	Tous les vendredis de 9h30 à 10h30	Guillaume 06.98.96.66.04
CHALLANS	Salle de danse étage 1 Complexe Michel Vrignaud Boulevard Jean Yole	Tous les lundis de 16h30 à 17h30	Olivier 06.29.98.06.64
CHÂTAIGNERAIE	Salle des votes à la Mairie 38 rue de la République	Tous les lundis de 13h45 à 14h45	Amandine 07.76.35.98.06
	Salle de judo Complexe sportif Rue Clémenceau	Tous les mercredis de 10h30 à 11h30	
CHAUCHE	Salle Arc en Ciel 38 rue Grasia	Tous les vendredis de 16h45 à 17h45	Mickaël 06.12.98.01.55
CUGAND	Salle du Mingot Rue du Président Auguste Durand	Tous les vendredis de 9h30 à 10h30	Mickaël 06.12.98.01.55
GAUBRETIÈRE	Salle de l'étoile Rue du commandant Savageot	Tous les lundis 9h15 à 10h15	Mickaël 06.12.98.01.55
ILE D'YEU	Salle n°3 La Citadelle Rue de la citadelle Port Joinville	Tous les lundis de 10h à 11h	Pierre 06.33.47.94.31
		Tous les lundis de 11h à 12h	
LES EPESSÉS	Salle polyvalente Rue du stade	Tous les lundis de 13h30 à 14h30	Clarisse 06.25.12.62.08
LES HERBIERS	Salle de la Mijotièrre 86 rue Nationale	Tous les lundis de 9h30 à 10h30	Clarisse 06.25.12.62.08
LUCON	Maison des associations 8 rue du pont Gentilz	Tous les jeudis de 9h à 10h	Elise G. 06.42.42.68.41
	Salle polyvalente Chemin du bois mocqua	Tous les mercredis de 13h45 à 14h45	Amandine 07.76.35.98.06
MESNARD LA BAROTIÈRE	Salle polyvalente Rue de la vieille église	Tous les mercredis de 16h15 à 17h15	Clarisse 06.25.12.62.08
MONTAIGU	Salle du CLIC Espace Joseph Gaillard 1 rue Joseph Gaillard	Tous les mercredis de 9h30 à 10h30	Mickaël 06.12.98.01.55
		Tous les vendredis de 11h à 12h	
	Salle de l'Egault Complexe Maxime Bossis, rue du mondial	Tous les mardis de 9h15 à 10h15	
MORTAGNE SUR SEVRE	Salle de la cave Place de la Mairie	Tous les lundis de 13h45 à 14h45	Mickaël 06.12.98.01.55

COMMUNE	SALLE	HEURES et DATES	EDUCATEUR
MOUCHAMPS	Salle Notre Dame Rue de l'église	Tous les lundis de 16h30 à 17h30	Amandine 07.76.35.98.06
POIRE SUR VIE	Salle de la Martelle Rue de la Martelle	Tous les jeudis de 9h30 à 10h30	Olivier 06.29.98.06.64
RABATELIERE (LA)	Résidence du Parc Rue de la prée	Tous les mardis de 11h à 12h	Mickaël 06.12.98.01.55
REAUMUR	Salle des fêtes Rue du 11 novembre	Tous les vendredis de 9h30 à 10h30	Amandine 07.76.35.98.06
ROCHE S/YON	Salle de kiné - RDC EHPAD Le Pont Rouge Chemin des amoureux	Tous les mercredis de 18h30 à 19h30	Fanny 06.58.85.63.88
	Maison de quartier Les Pyramides 2 rue Jean-François Champollion	Tous les mardis de 13h45 à 14h45	Olivier 06.29.98.06.64
	Résidence le Cardinal Boulevard des Belges Salon Club (4 ^{ème} étage)	Tous les vendredis de 17h30 à 18h30	
	Salle du CLIC Entour'âge 29 rue Anatole France	Tous les mardis de 9h30 à 10h30	Guillaume 06.98.96.66.04
	Maison de quartier La Vallée Verte 10 avenue Picasso	Tous les jeudis de 16h30 à 17h30	Mickaël 06.12.98.01.55
	Maison de quartier Du Bourg /S la Roche 61 chemin de la giraudière	Tous les mercredis de 15h30 à 16h30	Amandine 07.76.35.98.06
ROCHETREJOUX	Salle des fêtes Rue de la mine	Tous les vendredis de 14h30 à 15h30	Clarisse 06.25.12.62.08
SABLES D'OLONNE	Maisonées de Lumière Boulevard Laplace Salle de kiné RDC	Tous les lundis de 17h15 à 18h15	Elise M. 06.09.09.75.36
		Tous les vendredis de 9h40 à 10h40	Félix 06.89.70.42.11
		Tous les jeudis de 9h à 10h	
ST ANDRE 13 VOIES	Salle des forges 6 rue de la mairie	Tous les lundis de 9h15 à 10h15	Guillaume 06.98.96.66.04
ST ETIENNE DU BOIS	Salle Beauséjour Rue Clémenceau	Tous les lundis de 17h à 18h	Guillaume 06.98.96.66.04
ST FULGENT	Salle de la tracolette Rue du Prieuré	Tous les vendredis de 10h15 à 11h15	Clarisse 06.25.12.62.08
		Tous les vendredis de 11h15 à 12h15	
ST GILLES CROIX DE VIE	Centre socio-culturel « La petite gare » 35 rue Maréchal Leclerc	Tous les jeudis de 11h à 12h	Pierre 06.33.47.94.31
ST PIERRE DU CHEMIN	Salle du dojo (gymnase) Rue des tuileries	Tous les mardis de 9h45 à 10h45	Amandine 07.76.35.98.06
ST MARS DES PRES	Salle des sources à St Mars des Prés 5 rue du moulin	Tous les vendredis de 16h à 17h	Clarisse 06.25.12.62.08
STE FLORENCE	Salle du lavoir 2 rue du foyer rural	Tous les vendredis de 9h à 10h	Clarisse 06.25.12.62.08
THOUARSAIS BOUILDROUX	Salle polyvalente	Tous les lundis de 11h à 12h	Amandine 07.76.35.98.06
VENDRENNES	MARPA Clair de Lune Rue du soleil levant	Tous les mardis de 9h30 à 10h30	Karim 06.84.58.36.36

MARCHE NORDIQUE (sous réserve d'un groupe de 8 pers min.)

COMMUNE	SALLE	Créneau horaire et dates	EDUCATEUR
CHALLANS	A voir avec l'éducateur	Tous les vendredis de 13h45 à 14h45	Félix 06.89.70.42.11
LUCON	A voir avec l'éducateur	Tous les jeudis de 14h30 à 15h30	Elise G. 06.42.42.68.41
MONTAIGU	A voir avec l'éducateur	Tous les mardis de 9h15 à 10h15 A partir du printemps	Mickaël 06.12.98.01.55
AIZENAY	A voir avec l'éducateur	Tous les mercredis de 9h30 à 10h30 ou de 13h45 à 14h45 à partir de mars 2016	Olivier 06.29.98.06.64

Ateliers Diététiques

CHALLANS

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Laure BARREAU	Leclerc de Challans	Jeudi 17 mars Jeudi 23 juin	à 10h30 à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Laure BARREAU	Cafétéria du Leclerc à Challans	Lundi 22 février Lundi 23 mai	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Laure BARREAU	Salle SIMONE 19 2 ^{ème} étage du bâtiment BIOCHAUD Hôpital de Challans	Jeudi 21 janvier Jeudi 21 avril	de 10h à 11h30

NOIRMOUTIER

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Christelle BOCHE-MARTIN	Super U de Noirmoutier en l'île	Mardi 8 mars	à 14h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Christelle BOCHE-MARTIN	Cafétéria du Super U de Noirmoutier en l'île	Mardi 24 mai	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Christelle BOCHE-MARTIN	En attente de réponse	Mardi 19 avril	de 14h à 15h30

LA ROCHE SUR YON

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Marie-Hélène RAFFIN	Super U Les Oudairies	Lundi 8 février Jeudi 7 avril Jeudi 16 juin	à 14h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Marie-Hélène RAFFIN	Cafétéria TOCQUENELLE de l'Hyper U Route de Nantes à la Roche S/Yon	Lundi 25 janvier	à 12h à l'accueil
	Cafétéria du Leclerc - Zone SUD Route de la Tranche à la Roche S/Yon	Lundi 9 mai	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Marie-Hélène RAFFIN	Salle QUALITE - 4 ^{ème} étage du bâtiment de l'administration générale CHD Les Oudairies	Mercredi 2 mars Lundi 4 juillet	de 18h à 19h30

LES HERBIERS

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Céline BROSSARD	Hyper U des Herbiers	Jeudi 17 mars	à 14h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Céline BROSSARD	Cafétéria de l'Hyper U (FLUNCH) aux Herbiers	Jeudi 21 avril	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Céline BROSSARD	En attente de réponse	Jeudi 19 mai	de 14h à 15h30

MONTAIGU

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Régine BONY	Super U de Boufféré	Mercredi 9 mars	à 10h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Régine BONY	Cafétéria du Leclerc à Montaigu	Mercredi 6 avril	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Régine BONY	Salle de réunion 3 ^{ème} étage Face à l'ascenseur - Bâtiment Clémenceau Hôpital de Montaigu	Jeudi 12 mai	de 18h à 19h30

LUÇON

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Solange MERIAU	Hyper U de Luçon	Mardi 22 mars Mardi 17 mai	à 17h à l'accueil
ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Solange MERIAU	Cafétéria de l'Hyper U de Luçon	Vendredi 4 mars	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Solange MERIAU	En attente de réponse	Mardi 2 février Mardi 19 avril	de 17h à 18h30

SAINT GILLES CROIX DE VIE – ST HILAIRE DE RIEZ

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » Christelle BOCHE-MARTIN	SUPER U de St Gilles Croix de Vie	Mercredi 24 février	à 14h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » Christelle BOCHE-MARTIN	Cafétéria de l'HYPER U de St Hilaire de Riez (FLUNCH)	Mercredi 20 avril	à 12h à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) Christelle BOCHE-MARTIN	Salle de réunion CLIC St Gilles Croix de Vie Quai Garcie Ferrande	Mercredi 23 mars	de 14h à 15h30

LES SABLES D'OLONNE

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Adeline JAULIN	Leclerc - Olonne S/Mer	Mercredi 3 février	à 10h à l'accueil
		Jeudi 19 mai	à 17h à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Adeline JAULIN	Cafétéria du Leclerc à Olonne S/Mer	Mercredi 13 avril	à 12h30 à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Adeline JAULIN	Salle TURQUOISE RDC CH Côte de Lumière Olonne S/MER	Jeudi 10 mars	de 17h à 18h30
		Jeudi 23 juin	de 10h à 11h30

FONTENAY LE COMTE

ATELIER EN SUPERMARCHÉ « Zoom sur les étiquettes » animé par Adeline JAULIN	Leclerc à Fontenay le Comte	Mercredi 9 mars	à 10h30 à l'accueil
ATELIER EN CAFÉTÉRIA « Manger équilibré à la cafétéria » animé par Adeline JAULIN	Cafétéria du Leclerc à Fontenay le Comte	Mercredi 9 mars	à 12h30 à l'accueil
ATELIER « A vos menus » (Réalisation de menus sur feuille) animé par Adeline JAULIN	En attente de réponse	Jeudi 26 mai	de 17h à 18h30

ATELIER CUISINE : « A votre tablier » (5 euros de participation par personne)

Animé par Céline GRELLIER	En attente de réponse (Mouilleron le captif)	Samedi 30 janvier Samedi 23 avril Samedi 25 juin	de 9h15 à 13h
	En attente de réponse (Olonne)	Samedi 12 mars Samedi 28 mai	de 9h15 à 13h

Activités Relaxation

LES SABLES D'OLONNE

Animé par Christiane BASTIEN	Salle de danse Complexe OLONNES- PACE OLONNE SUR MER	Jeudi 4 février Jeudi 18 février Jeudi 3 mars Jeudi 17 mars Jeudi 31 mars Jeudi 14 avril Jeudi 28 avril Jeudi 12 mai Jeudi 26 mai Jeudi 9 juin Jeudi 23 juin Jeudi 30 juin	de 15h15 à 16h45
---------------------------------	---	---	------------------

LA ROCHE SUR YON

Animé par Christiane BASTIEN	Salle motricité Ecole Pont Boileau rue Pont Boileau à la Roche S/Yon	Vendredi 5 février Vendredi 4 mars Vendredi 18 mars Vendredi 1 ^{er} avril Vendredi 29 avril Vendredi 13 mai Vendredi 27 mai Vendredi 10 juin Vendredi 24 juin Vendredi 1 ^{er} juillet	de 19h à 20h30
---------------------------------	---	--	----------------

Groupe de Parole (personnes diabétiques)

CHALLANS

Animé par Chantal RAVALLEC	Salle Simone 2 ^{ème} étage Bâtiment BIOCHAUD Centre Hospitalier de Challans	Mardi 13 octobre Mardi 15 décembre	de 14h à 15h
	Salle Jean Léveillé Bâtiment principal Centre Hospitalier de Challans	Mardi 19 avril	
	Salle DECHEN 2 ^{ème} étage Bâtiment BIOCHAUD Centre Hospitalier de Challans	Mardi 14 juin	

SAINT GILLES CROIX DE VIE - ST HILAIRE DE RIEZ

Animé par Chantal RAVALLEC	Salle de réunion CLIC St Gilles Croix de Vie Quai Garcie Ferrande	Mardi 19 janvier Mardi 15 mars	de 14h à 15h
	Bureau Parée Verte Maison des associations Chemin des garennes St Hilaire de Riez	Mardi 17 mai	

LA CHÂTAIGNERAIE

Animé par Christelle HERVOUET	Salle 2.3 - 2 ^{ème} étage Hôpital Les Collines Vendéennes	Mercredi 27 janvier Mercredi 24 février Mercredi 30 mars Mercredi 27 avril Mercredi 25 mai Mercredi 29 juin	de 17h30 à 18h30
----------------------------------	---	--	------------------

LA ROCHE SUR YON

Animé par Louise RIVALLIN	Salle DAL - 6 ^{ème} étage du bâtiment de l'administration générale - CHD Les Oudairies	Mercredi 24 février Mercredi 23 mars	de 16h30 à 17h30
	Salle QUALITE - 4 ^{ème} étage du bâtiment de l'administration générale - CHD Les Oudairies	Mercredi 20 avril Mercredi 18 mai Mercredi 15 juin	

ATELIERS « HYPOGLYCÉMIE »

LUÇON

Animé par Annie LE ROUX, infirmière	Salle de réunion Maison médicale ESCALAPE 1 place du Champ de Foire à Luçon	Mardi 8 mars Mardi 10 mai	de 10h à 11h30
--	---	------------------------------	----------------

SAINT GILLES CROIX DE VIE - ST HILAIRE DE RIEZ

Animé par Annie LE ROUX, infirmière	En attente de réponse	Lundi 2 mai	de 14h30 à 16h
--	-----------------------	-------------	----------------

LA CHÂTAIGNERAIE

Animé par Annie LE ROUX, infirmière	Salle 2.1 - 2 ^{ème} étage Hôpital Les Collines Vendéennes	Mardi 28 juin	de 10h30 à 12h
--	---	---------------	----------------

LA ROCHE SUR YON

Animé par Delphine BABU, infirmière	Salle QUALITE - 4 ^{ème} étage du bâtiment de l'administration générale - CHD Les Oudairies	Jeudi 3 mars Jeudi 19 mai	de 10h à 11h30
--	---	------------------------------	----------------