



agir
contre la maladie

Planning
des
activités

Septembre à décembre 2021



handi
loisirs
CLISSONNAIS



cancer
solidarité
VIGNOBLE

www.agircontrelamaladie.fr

contact@agircontrelamaladie.fr

02 40 03 73 25

La maison sport santé ACLM est accessible à tous les publics bénéficiant d'une prescription médicale sport sur ordonnance quels que soient l'âge et l'état de santé.

Nous vous accueillons :

Que vous vouliez pratiquer une activité physique à des fins de santé, de bien-être.

Que vous vouliez pratiquer une activité physique adaptée sécurisée à des fins thérapeutiques, de santé et de bien-être.

Les programmes d'activité physique adaptée deviennent un outil d'accompagnement thérapeutique non médicamenteux. Ils visent à favoriser le maintien et l'amélioration de l'autonomie, de la condition physique et plus globalement de votre qualité de vie.

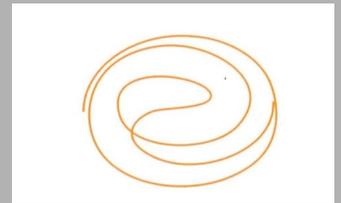
Ces programmes s'appuient sur un bilan de condition physique complet ainsi que sur un entretien individuel afin de vous proposer l'accompagnement le plus adapté.



Alexis

Educateur APA d'Agir sera là pour vous accompagner





Soin de support

Le vendredi
10h à 11h30

SOCIO-ESTHETIQUE avec Emilie

17 septembre	Soin des ongles et pose de vernis
24 septembre	Soin et protection du visage
1 octobre	Maquillage
8 octobre	Nouage de turban
15 octobre	Soin des ongles et pose de vernis
29 octobre	Soin et protection du visage
12 novembre	Maquillage
19 novembre	Nouage de turban
26 novembre	Soin des ongles et pose de vernis
3 décembre	Soin et protection du visage
10 décembre	Maquillage
17 décembre	Nouage de turban

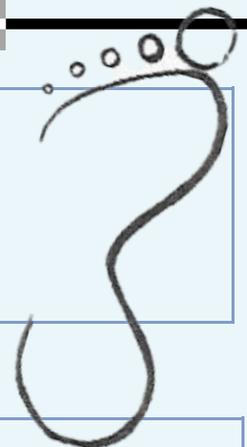


Soin de support

Le 3ème jeudi
9h à 13h00

réflexologie avec Karine

9 septembre	45 minutes - 4 séances par matinée sur rdv à raison de 5 euros la séance.
7 octobre	
18 novembre	
2 décembre	



SOCIO/ REFLEXOLOGIE
Avec Karine et Sophie

Un mardi par trimestre
De 14h30/16h

2 X 45 minutes en 2 groupes

Soin de support

Hypno-Ressource avec Murielle

Le mardi
De 10h30 à 12h

7 septembre

5 octobre

2 novembre

7 décembre

Moments de ressourcement par petits groupes

Soin de support

Café Plaisir avec Sandra

Le mercredi
De 10h30 / 12h

29 septembre

27 octobre

24 novembre

15 décembre

Moments de discussion et d'échange.



Activité Physique

Piscine/Aquagym avec Yves et Alexis

Le jeudi
De 11h 15 à 12h

Le vendredi
De 14h à 15h

A Cugand chez Sport et O. Prévoyez de venir un peu avant pour être dans l'eau à 11h15 et 14h. Merci !

La séance du vendredi de 15h à 16h est sans éducateur.



Activité Physique

Avirose

avec Hélène, Pauline et Chani

Le lundi

De 19 h à 20h

Le jeudi

De 11h30 à 12h30

De 15h à 16h

Lundi

6 septembre

13 septembre

20 septembre

27 septembre

4 octobre

11 octobre

18 octobre

25 octobre

8 novembre

15 novembre

22 novembre

29 novembre

6 décembre

13 décembre

Jeudi

9 septembre

16 septembre

23 septembre

30 septembre

7 octobre

14 octobre

21 octobre

28 octobre

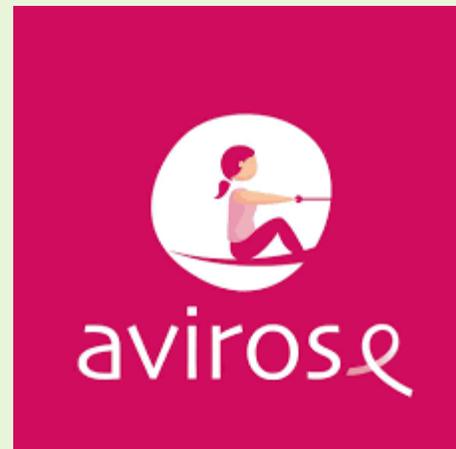
18 novembre

25 novembre

2 décembre

9 décembre

16 décembre



Gym Rose

sur les mêmes dates du lundi de 17h45 à 18h45

avec Hélène

CONFERENCES/ EXPOSITIONS FORUM / DEFILE DE MODE



cancer
solidarité
VIGNOBLE

LE 22 et 23 Octobre

Salle ARLEKINO -CLISSON

Conférences Vendredi 22 Octobre

13H30/ 13H45

Lingerie de contention : AMOENA

14H / 14H45

Traitements du cancer du sein : Dr CHOCTEAU

15H / 15H45

Les différentes techniques de reconstruction mammaire :

Dr ROUQUETTE

16H / 16H45

La radiothérapie dans le cancer du sein : Dr DOUADI-GACI

17H / 17H30

Lymphologie : MEDI FRANCE

Conférences samedi 23 Octobre

13H30 / 14H00

Nutrition Microbiotique : Dr HERI

14H 15 / 14H45

PINK PERFECT : VENUS MEDICAL

15H00 / 15H30

Capillaires / perruques /turbans: ELITE HAIR

15H45 / 16H15

Dermo pigmentation Réparatrice : L'EMBELL'VIE

DEFILE DE MODE :

Avec les plus grandes Marques (amoena , nuvéés , cœur de lys , ...)



ÉVÈNEMENT SPORTIF

AVIRON INDOOR

Relai en équipe de
4 personnes*



Inscription sur
www.agircontrelamaladie.fr

24 OCTOBRE 2021

14 H - 20 H

SALLE ARLEKINO
ROUTE DE LA DOURIE

CLISSON

8 €

(T-shirt, Boisson,
Barre de céréales
& Goodies)

3 RÉCOMPENSES

- Catégorie Entreprise
- Catégorie Famille & Amis
- Catégorie Soignants

Agirse

par AGIR CONTRE LE MALADIE



cancer
solidarité
VIGNOBLE



14H30 / 15H15



Restauration & Bar
sur place

OUVERT À TOUS à partir de 15 ans

Plus d'informations:
contact@agircontrelamaladie.fr



FÉDÉRATION
FRANÇAISE AVIRON



E.Leclerc
CLISSON



Crédit Mutuel

clisson

Prix Entreprise :

Venez entre collègues pour un moment sportif à l'image de votre entreprise .

Déguisements autorisés : Faites parler de vous !

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR LE SITE
ATTENTION PLACES LIMITEES



Prix Soignants :

Médecins , kinés , IDE , aide soignants , pharmaciens , ou tout autre personne du corps médical, il suffit de venir de former une équipe, et venez partager ce moment privilégié ensemble !

Prix Famille/Amis:

Venez avec vos amis , votre famille pour cette belle cause . Trouvez un nom drôle pour votre équipe. Venez remplir ce gymnase de joie , nous vous attendons !

Activité Physique

Pilates et L-Dance avec Chani

Le jeudi
De 14h à 15h et
De 16h à 17h

9 septembre

16 septembre

23 septembre

30 septembre

7 octobre

14 octobre

21 octobre

28 octobre

18 novembre

25 novembre

2 décembre

9 décembre

16 décembre



Activité Physique

Tir à l'arc avec Xavier et Jacky

Le jeudi
De 19h15 à 20h45

Tous les jeudis à la salle sport de AGIR



Activité Physique

Escrime

avec Benjamin

Mardi
De 19h15 à 20h45

MARDI A CLISSON

19h15/ 20H45 avec Benjamin

Tous les mardis sauf
Vacances
scolaires



Plaisir

Activités Manuelles

Le mardi et jeudi
De 14h00 à 16h30

Les ateliers sont définis en fonction de la saison et de la demande

Devenir mécène , donateur

Au cœur de votre territoire, vous soutenez nos actions et mettez en valeur votre entreprise. En devenant partenaire , vous vous appropriez l'état d'esprit et les valeurs de l'association . Héritez d'une image soignée et dynamique grâce à ACLM et accordez-le au caractère unique de votre entreprise

De plus , Agir est reconnue d'intérêt général , ce qui vous fait bénéficier d'une déduction fiscale , alors n'hésitez plus , nous avons besoin de vous !

Ci dessous : ils ont déjà franchi le pas , merci de leur soutien !



Institut de
Cancérologie
de l'Ouest



Activité Physique

Gym Active avec Isabelle

Le mercredi
De 10h à 10h45 et

De 11h à 11h45

8 septembre

15 septembre

22 septembre

29 septembre

6 octobre

13 octobre

20 octobre

27 octobre

10 novembre

17 novembre

24 novembre

1 décembre

8 décembre

15 décembre



Bien-Etre par la musique.

Réservez un moment de détente en musique dans le COCON...

Bien-Etre assuré !



Plaisir

Soirées Ludiques

Un vendredi par mois
De 18h à 22h

17 septembre

29 octobre

19 novembre

17 décembre

Jeux de société, jeux de cartes, crêpes, gaufres,....
Que du plaisir et du partage !

Soin de support

Sophrologie

avec Sophie

Le vendredi
De 15h à 16h30

24 septembre

15 octobre

26 novembre

10 décembre

Une fois de temps en temps, vous devriez faire une pause et vous rendre une petite visite.

Activité Physique

Marche Nordique

avec Alexis

Mardi
De 10h à 11h

Mercredi
De 19h à 20h

Sport d'endurance doux, qui préserve les articulations

Départ de la salle de sport AGIR



Soin de support

Sylvothérapie

avec Line

Le mardi
De 9h à 12h

21 septembre

19 octobre

Bain de Nature en forêt de Touffou (Vertou) de 9h à 12h

Tarif 30 euros la séance (participation de Agir pour 10 euros)

Activité Physique

Tai Chi

avec Alexis

Séances :

Mardi : 14h à 15h

15h à 16h

19h à 20h

Vendredi : 10h à 11h

11h à 12h



Activité Physique

Marche Active

avec Sabine

Le jeudi

De 9h30 à 11h

9 septembre

16 septembre

23 septembre

30 septembre

7 octobre

14 octobre

21 octobre

28 octobre

18 novembre

25 novembre

2 décembre

9 décembre

16 décembre

Allier marche rapide et exercices physiques



"Le loisir ne doit pas rester dans l'oubli"

ÊTRE MOBILE EST UNE CHOSE...

...mais pouvoir aller vraiment partout en se faisant plaisir en est une autre !

Pour accéder aux loisirs dans des conditions idéales, les personnes à mobilité réduite se retrouvent face à de nombreuses difficultés. C'est pour cela qu'Agir contre la Maladie a mené depuis plus de 6 ans de nombreuses actions afin de récolter des fonds.



DEPUIS JANVIER 2013,
NOUS AVONS ACQUIS
DU MATÉRIEL DE GRANDE QUALITÉ

Matériel adapté à différents handicaps, qui permet aux personnes à mobilité réduite de changer de point de vue sur l'accessibilité à de nombreux loisirs en famille.

Plus de
23 000 €
ont été récoltés pour
l'achat de matériel
spécifique au
handicap

Pour l'accès aux chemins de randonnée,

nous avons acquis des 3^e roues (1 200 €), matériel qui s'adapte à tous fauteuils, leur permettant un accès dans les espaces de loisirs, de redécouvrir en famille les pique-niques dans n'importe quel lieu, sentier, pelouse, etc. Un vrai bonheur qui n'a aucune limite !!!



Pour l'accès à la plage et à la baignade,

nous avons acheté un fauteuil hippocampe (2 600 €) qui va renouer avec les plaisirs de la plage, les balades les pieds dans l'eau, et l'accès à la baignade.

NOMBREUX SONT CEUX QUI RESTENT DERRIÈRE
LES MURETS À REGARDER, ILS SERONT DÉSORMAIS
ACTEURS ET NON PLUS SPECTATEURS

Le front de mer, les balades vélos, les randonnées vont prendre une autre dimension !



Sympa :)

Ce matériel est **PRÊTÉ À TITRE GRATUIT** aux personnes habitant sur le vignoble.

Pour les personnes extérieures, une participation symbolique sera demandée. Par exemple, ce matériel est loué aux festivaliers PMR afin de faciliter leur mobilité sur le site du HELLFEST.

ACLM

Secrétariat

Horaires

Lundi : 9h/12h30 13h30/17h

Mercredi : 9h/12h30 13h30/17h

Jeudi : 9h/12h30 13h30/17h

Pour les autres jours , sur RDV

Vous pouvez nous joindre soit :

par téléphone 02 40 03 73 25

ou par mail : contact@agircontrelamaladie.fr



Bénévoles

Rejoignez nous !

Vous souhaitez nous aider , alors n'hésitez pas , **rejoignez nous !!**

Contactez nous soit par tél ou mail en précisant votre demande de bénévolat