

MARS

DATE	HORAIRE	ACTIVITE	INTERVENANT
MARDI 3 MARS	9H30 - 11H30	Pause Bien-Etre & Santé : Gérer son stress	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 3 MARS	14H - 17H	FORMATION "Prendre soin de soi en tant qu'aidant" SUR INSCRIPTION	
MERCREDI 4 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	MSA Poitou
MERCREDI 4 MARS	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
VENDREDI 6 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
VENDREDI 6 MARS	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°6 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	😊😊
LUNDI 9 MARS	9H30 - 11H30	Prendre soin de son corps : Faites travailler votre équilibre	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 10 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 10 MARS	14H - 17H	FORMATION "Prendre soin de soi en tant qu'aidant" SUR INSCRIPTION	
MERCREDI 11 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	France Alzheimer
JEUDI 12 MARS	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "SANTE MENTALE"	ASEPT : Psychologue
VENDREDI 13 MARS	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°7 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	😊😊
LUNDI 16 MARS	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 17 MARS	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "ACCES AUX SOINS"	ASEPT : Infirmière de prévention en santé
MERCREDI 18 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	MSA Poitou
MERCREDI 18 MARS	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
JEUDI 19 MARS	9H30 - 11H30	Pause créative : Venez partager vos savoir-faire !	Coordinatrice de la Maison LISA
JEUDI 19 MARS	14H - 16H30	Marche et découverte SUR INSCRIPTION	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 20 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
VENDREDI 20 MARS	14H - 16H	Réunion d'informations aux familles avec FRANCE ALZHEIMER	France Alzheimer
LUNDI 23 MARS	9H30 - 11H30	Réunion d'information sur les solutions de répit et d'accompagnement	CCAS : Plateforme de répit & Vienne Autonomie Conseils
MARDI 24 MARS	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 24 MARS	14H - 16H30	Prendre soin de son corps : Travaillez votre mobilité et votre souplesse	Coordinatrice de la Maison LISA
JEUDI 26 MARS	9H30 - 11H30	Pause Bien-Etre & Santé : Prenons soin de notre sommeil	Coordinatrice de la Maison LISA
JEUDI 26 MARS	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 27 MARS	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°8 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	😊😊



5 rue Madame - 86100 Châtellerault
(dans les locaux du CCAS)

05 86 98 01 86

contact@maisonlisa.fr



La Maison LISA

Un lieu pour **TOUS LES PROCHES AIDANTS**

quelque soit l'âge de l'aidant et la pathologie de l'aidé

Cet espace accessible et convivial permet un accueil physique, individuel et/ou collectif des proches aidants avec des animations organisées par l'ensemble des acteurs & professionnels engagés.

1er Trimestre 2026

**ET SI JE PRENAIS SOIN
DE MOI AUSSI ?**

TOUS LES PROCHES AIDANTS

PRÉVENTION SANTÉ

CONSEILLER & ORIENTER

LIEN SOCIAL

FAVORISER L'ACCES AUX
DROITS & SOINS

ACTIONS
COLLECTIVES

SANTÉ MENTALE

CONVIVIALITÉ

ACCOMPAGNER
& ECOUTER

LES ACTEURS À VOS CÔTÉS

UN LIEU CENTRAL & UNIQUE

5 rue Madame - 86100 Châtellerault
(dans les locaux du CCAS)

05 86 98 01 86

contact@maisonlisa.fr



Programme 1^{er} Trimestre 2026

TOUTES NOS ACTIVITÉS SONT GRATUITES



ET SI JE PRENAIS SOIN
DE MOI AUSSI ?

JANVIER

DATE	HORAIRE	ACTIVITE	INTERVENANT
MARDI 6 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 6 JANVIER	14H - 16H30	Conférence par le DR SIMON "Aidant ? Et si vous preniez soin de vous ?"	
MERCREDI 7 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	MSA Poitou
MERCREDI 7 JANVIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
VENDREDI 9 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
MARDI 13 JANVIER	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "ACCES AUX SOINS"	ASEPT : Infirmière en prévention en santé
MERCREDI 14 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	France Alzheimer
VENDREDI 16 JANVIER	14H - 16H	Réunion d'informations aux familles avec FRANCE ALZHEIMER	France Alzheimer
VENDREDI 16 JANVIER	14H - 16H	Accueil, écoute et orientations	Vienne Autonomie Conseils
LUNDI 19 JANVIER	9H30 - 11H30	Prendre soin de son corps : Travaillez votre adresse et votre motricité	Coordinatrice de la Maison LISA
LUNDI 19 JANVIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 20 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 20 JANVIER	14H - 16H30	Pause Bien-Etre & Santé : Les besoins nutritionnels et les recettes à petit budget	Coordinatrice de la Maison LISA
MERCREDI 21 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	MSA Poitou
MERCREDI 21 JANVIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
JEUDI 22 JANVIER	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "SANTE MENTALE"	ASEPT : Psychologue
JEUDI 22 JANVIER	14H - 16H30	Prendre soin de son corps : Travaillez votre souplesse articulaire	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 23 JANVIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
VENDREDI 23 JANVIER	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°1 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	
MARDI 27 JANVIER	9H30 - 11H30	Pause créative : Venez avec vos savoir-faire	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 27 JANVIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MERCREDI 28 JANVIER	9H30 - 11H30	Atelier "Sensibilisation à la Santé Mentale" - SUR INSCRIPTION	MSA Services Poitou : psychologue
JEUDI 29 JANVIER	9H30 - 11H30	Marche et découverte SUR INSCRIPTION	Coordinatrice de la Maison LISA
JEUDI 29 JANVIER	14H - 16H30	Pause Bien-Etre & Santé : Plaisir de la fourchette et équilibre alimentaire	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 30 JANVIER	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°2 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	

LÉGENDE

Accès libre

Activités collectives

Inscription obligatoire

FEVRIER

DATE	HORAIRE	ACTIVITE	INTERVENANT
MARDI 3 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Prendre soin de son corps : Coordination et gym mémoire	Coordinatrice de la Maison LISA
MERCREDI 4 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Atelier "Sensibilisation à la Santé Mentale" - SUR INSCRIPTION	MSA Services Poitou : psychologue
MERCREDI 4 FÉVRIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
VENDREDI 6 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
VENDREDI 6 FÉVRIER	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°3 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	
MARDI 10 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Pause Bien-Être & Santé : Faites bouger vos neurones !	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 10 FÉVRIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 10 FÉVRIER	14H - 16H30	Formation des aidants avec Fance ALZHEIMER - Sur inscription	France Alzheimer
MERCREDI 11 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	France Alzheimer
MERCREDI 11 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Atelier "Sensibilisation à la Santé Mentale" - SUR INSCRIPTION	MSA Services Poitou : psychologue
JEUDI 12 FÉVRIER	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "SANTE MENTALE"	ASEPT : Psychologue
VENDREDI 13 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Prendre soin de son corps : Faites travailler votre souplesse et votre musculation	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 13 FÉVRIER	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°4 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	
MARDI 17 FÉVRIER	9H30 - 11H30 14H - 16H30	Permanence "ACCES AUX SOINS"	ASEPT : Infirmière en prévention en santé
MERCREDI 18 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	MSA Poitou
MERCREDI 18 FÉVRIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Pôle Handicap
JEUDI 19 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Pause Bien-Etre & Santé : Le pouvoir apaisant des plantes	Coordinatrice de la Maison LISA
JEUDI 19 FÉVRIER	14H - 16H30	Pause culturelle SUR INSCRIPTION	Coordinatrice de la Maison LISA
VENDREDI 20 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Accueil, écoute et orientations	CCAS : Plateforme de répit
VENDREDI 20 FÉVRIER	14H - 16H	Réunion d'informations aux familles avec FRANCE ALZHEIMER	France Alzheimer
MARDI 24 FÉVRIER	9H30 - 11H30	Pause créative : Venez partager vos savoir-faire !	Coordinatrice de la Maison LISA
MARDI 24 FÉVRIER	14H - 16H30	Accueil, écoute et orientations	Coordinatrice de la Maison LISA & MSA Poitou
JEUDI 26 FÉVRIER	9H - 17H	Formation "Gestes & Postures" Dédicée aux professionnels & sur inscription	
VENDREDI 27 FÉVRIER	14H30 - 15H30	Atelier "Yoga du rire" - séance n°5 SUR INSCRIPTION (8 séances possibles)	