



## EDITO

Les affaires reprennent avec un peu retard certes mais avec entrain ! Vos animateurs habituels attendent le feu vert et sont impatients de vous retrouver et vous aider à mieux vivre ces mois incertains.

Les bénévoles actifs, souvent référents d'activité, seront aussi vos référents COVID pour assurer la plus grande sécurité de tous.

Durant les derniers mois, nous nous sommes régulièrement rencontrés en visio conférence pour nous informer des conséquences de cette épidémie et connaître les mesures de protection à mettre en œuvre. Cela a permis dès le mois de septembre à chaque groupe local d'organiser de petites sorties dans le respect des gestes - barrière.

Saluons à cette occasion le choix des bénévoles du groupe de Blois qui sont maintenant, et pour deux ans, entraînés dans une saine dynamique par Michelle Pally.



Des difficultés subsistent dans l'organisation des activités, croyez que nous essayons de les résoudre au plus vite. Dans le tableau en annexe, vous retrouvez vos rendez-vous habituels. Comme annoncé en juillet pour toute activité physique, munissez vous d'un **certificat médical** à remettre à l'animateur. **Inscrivez-vous** auprès du référent d'activité dès que possible, car il est important que nous connaissions le nombre potentiel de participants pour éventuellement ajuster la fréquence d'une activité.

Xavier Lahouste, délégué départemental

## Les rendez-vous du 4<sup>ème</sup> trimestre 2020 :

### Blois rappel :

Les Lobis le 3 octobre à 16h : **PARKINSON MELODY**

Ce n'est pas un documentaire sur la maladie de Parkinson mais sur le parcours de Chantal qui reçoit l'annonce de cette maladie, la découvre, essaye de la nier, tente de l'accepter, de l'apprivoiser, de la sublimer dans l'art de la danse de la musique.

Un hymne à la Vie !

Venez nombreux à cette séance après laquelle vous pourrez apporter votre témoignage et nous interviendrons pour présenter l'association et nos activités dans le département



**La participation demandée par CinéFil (8 €) sera prise en charge par le Comité départemental France Parkinson sur présentation de la carte d'adhérent 2020.**

**Romorantin** : Vendredi 20 novembre : Musée de l'ocre à Saint Georges sur la Prée (18), suivi par un repas à Vierzon puis musée de la porcelaine à Foëcy (18). **Inscription auprès de Louise-Marie**

**Vendôme** : Sortie jeudi 15 octobre à partir de 14h30 **au plan d'eau de Villiers sur Loir**. On se retrouve à l'entrée principale sur le parking et différentes activités vous sont proposées :

- Le tour du plan d'eau à pieds
- Jeu de pétanque
- Divers autres jeux d'extérieur et de société (*Nous vous invitons à apporter vos propres jeux*)
- Ou simplement profiter d'un moment de détente.
- Possibilité de proposer une activité créative avec des éléments naturels ou non pour les personnes ne souhaitant pas ou ne pouvant pas participer au tour de l'étang ou/et aux jeux. Penser à le préciser au moment de **l'inscription auprès de Christiane - Tel : 06 22 39 00 77**
- Nota : Cette sortie pourra être annulée en cas de mauvais temps



Autre sortie au mois de novembre en cours de préparation : Découverte pour ceux qui le souhaitent de quelques traits du village qui nous accueillera pour le repas du midi puis visite d'une champignonnière.

\*\*\*\*\*

### INFORMATION UTILE

\*\*\*\*\*

#### Orthophonie, protocole de recherche :

« **Résolution des troubles de l'écriture chez un(e) malade de Parkinson.** »

Mesdames Hélène Sagne, orthophoniste à Blois et Claire Gentil, orthophoniste à Lyon encadrent des étudiants préparant leur mémoire de fin d'études en orthophonie à l'université de Tours. Dans ce cadre est lancée une étude visant à évaluer les effets d'une rééducation orthophonique intensive sur les troubles de l'écriture dans la maladie de Parkinson. Pour cela, Mme Sagne et les étudiantes concernées proposent des séances de rééducation précédées et suivies d'une évaluation de l'écriture, dans son cabinet d'orthophonie à Blois.

Ces séances – gratuites - seront au nombre de 16, réparties en 4 séances d'une heure, par semaine durant 4 semaines.

Vous êtes concerné(e) et intéressé(e) ? alors **contactez votre délégué** qui vous transmettra une fiche d'information complémentaire

**ou directement : Hélène SAGNE au 02 54 20 18 15 – 06 77 65 06 15 courriel : [helenesagne@orange.fr](mailto:helenesagne@orange.fr) .**

Cette étude sert de base à la validation par l'Unité de recherche de Lyon d'un nouveau protocole pour ensuite former les orthophonistes à cette méthode LSVT<sup>®</sup> qui s'ajoutera à celle mise en œuvre dans le domaine du langage (LSVT Loud<sup>®</sup>) ou dans celle du mouvement (LSVT Big<sup>®</sup>).

#### PROJET

#### RENDEZ VOUS AU REPAS DE FIN D'ANNEE

#### PROJET



Nous verrons bien, d'ici quelques semaines, comment l'évolution de la situation sanitaire nous conduit à envisager de maintenir ou pas ce rendez-vous, et sous quelles conditions. Nous vous en informerons le plus rapidement possible, mais notez d'ores et déjà de



#### RESERVER LE 8 DECEMBRE 2020

pour notre repas de fin d'année dans la très grande salle du Carroir à La Chaussée Saint Victor.

Dès que possible, vous recevrez toutes les indications utiles pour vous inscrire.

#### Pour votre information

- Début novembre, **campagne de renouvellement des adhésions** au titre de 2021 ; répondez de suite svp pour éviter les rappels de janvier et février 2021.
- Mi-décembre : **Appel aux dons**.
- Et tout au long de l'année, **renouvellement à échéance à la revue ECHO**, en fonction de votre date d'abonnement.
- Et pour recevoir des informations complémentaires, **transmettez-moi une adresse de messagerie, SI** vous n'avez pas reçu cette lettre via internet c'est que je n'en ai pas.

## Remerciements aux organismes pour les subventions accordées à FP41 pour la saison 2020-2021



LIEU	ATELIER	JOUR Horaire	Participation	Contacts (référents) POUR INSCRIPTION
<b>Blois</b> <b>Lieu à préciser par votre référent</b>	<b>DANSE EN LIGNE</b> Animée par l'ass° Sourires de Bal <i>Objectifs</i> : « explorer » ses appuis, apporter fluidité aux mouvements, un sentiment de bien-être lié au plaisir d'être en groupe ; pratique charleston, madison, country... <b>Calendrier</b> : 24/09 ; 1-8-15/10 ; 5-12-19-26/11 ; 3-10-17/12 ; 07-14-21/28/01/2021	<b>Le jeudi</b> <b>10h à 11h30</b> (Hors vacances scolaires)	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Françoise GOYER 06 07 52 46 73 02 54 20 22 76 <a href="mailto:francoise.goyer@gmail.com">francoise.goyer@gmail.com</a>
<b>La Chaussée Saint-Victor</b> Résidence l'Écureuil 3 rue des Grèves	<b>GYM ADAPTEE PARKINSON</b> Animée par Siel Bleu <i>Objectifs</i> : Stimulation de l'équilibre, optimisation de la marche, activation réflexe de prévention des chutes <b>Calendrier</b> : 29/09 ; 6-13-20-27/10 ; 3-17-24/11 ; 1-8-15-22/12 ; 5-12-19-26/01/2021	<b>Le mardi</b> <b>11h15-12h15</b> ; <i>Accès/jardin</i>	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Jean-Pierre MENON 06 83 81 66 01 02 54 42 60 43 <a href="mailto:jpmenon@wanadoo.fr">jpmenon@wanadoo.fr</a>
<b>La Chaussée Saint-Victor</b> Parc des Mées Levée des Tuileries	<b>MARCHE NORDIQUE</b> Animée par Florian - CDSA 41 <i>Objectifs</i> : améliorer la posture, la longueur de la foulée, la vitesse de marche, l'endurance, et l'équilibre. <b>Calendrier</b> : 25/09 ; 2-9-16/10 ; 6-13-20-27/11 ; 4-11-18/12 ; 5-12-19-26/01/2021	<b>Le vendredi</b> <b>10h45-12h15</b> (Début en commun ; suite réservée aux plus endurants)	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Cécile DAVID 06 64 15 84 55 02 54 43 84 55 <a href="mailto:ceciledeblois@hotmail.fr">ceciledeblois@hotmail.fr</a>
<b>La Chaussée Saint-Victor</b> Rés.l'Écureuil 3 rue des Grèves	<b>TRAVAIL DE LA VOIX</b> Animé par Françoise Koreneff, Chef de chœur <i>Objectifs</i> : Travail de la posture, du souffle, articulation et voix, chant et détente, convivialité <b>Reprise début octobre</b>	<b>Le jeudi</b> <b>15h à 16h30</b> 2 fois par mois	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Jean-Pierre MENON 06 83 81 66 01 02 54 42 60 43 <a href="mailto:jpmenon@wanadoo.fr">jpmenon@wanadoo.fr</a>
<b>La Chaussée Saint-Victor</b> « La Grange »  En face de la mairie	<b>Les après-midis « DETENTE A LA GRANGE »</b> - 1 <sup>ère</sup> partie : Détente : accueil des nouveaux adhérents & activités récréatives en groupe : jeux de société, atelier créatif - 2 <sup>ème</sup> partie : Gym Mémoire : ¾ h exercices ludiques en groupe pour faire travailler équilibre, coordination et mémoire (animée par Siel Bleu) suivie d'un Goûter <b>Calendrier</b> : 23/09 ; 07/10 ; 4-18/11 ; 09/12 ;	<b>Le mercredi</b> <b>14h à 17h</b> 2 fois par mois	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Isabelle POMMIER 06 63 09 62 67 <a href="mailto:isabellepommier@gmail.com">isabellepommier@gmail.com</a>  Xavier LAHOUSTE 06 89 30 20 10 <a href="mailto:comite41@franceparkinson.fr">comite41@franceparkinson.fr</a>
<b>La Giraudière</b> Route de Soings-en-Sologne Mur de Sologne	<b>ART FLORAL « les Ateliers de Catherine »</b> Groupe 15 participants max ; fournitures, fleurs, goûter inclus Co-voiturage possible (trajet 1/2h minimum) <b>Calendrier</b> : 29 septembre et 15 décembre	<b>De 14h30 à 16h30</b>	<b>8€/ séance</b>	Michelle Pally 02 54 70 03 90 <a href="mailto:mic.pally@laposte.net">Mic.pally@laposte.net</a>
<b>Blois</b> Cabinet Psychologue	<b>GROUPE DE PAROLE pour les malades</b> <i>Objectifs</i> : partager, s'exprimer autour de thèmes liés à la maladie : <b>Calendrier</b> : 16/10 ; 16/12	<b>Le vendredi</b> <b>de 10h 30 à 12h</b>	<b>Gratuit</b> Saison 2020-2021	Chantal LAHOUSTE 06 71 03 93 69 <a href="mailto:chantal.lahouste@orange.fr">chantal.lahouste@orange.fr</a>
LIEU	ATELIER	JOUR Horaire	Participation	Contacts (référents) POUR INSCRIPTION
<b>Romorantin</b> Centre Administratif salle A	<b>GYM DOUCE PARKINSON</b> Animée par Elisabeth LAGARDE <i>Objectifs</i> : Stimulation des facteurs moteurs de l'équilibre et de la coordination <b>Calendrier</b> ; 21-28/09 ; 5-12/10 ; 2-9-16-23/11 ; 7-14/12 ; 4-11-18-25/01/2021	<b>Le lundi</b> <b>10h45 à 11h45</b>	<b>Gratuit</b> Saison 2018-2019	Louise-Marie TICHIT 06 30 69 82 08 Evelyne BILLEBAUT 06 62 65 43 19
<b>Romorantin</b> Centre Administratif Salle A	<b>DANSE EN LIGNE</b> Animée par l'ass° Sourires de Bal <b>Calendrier</b> : 25/09 ; 02-9-16/10-13-20-27/11 ; 4-11-18/12 ; 8-15-22-29/01/2021	<b>Le vendredi</b> <b>10h à 12h</b>	<b>Gratuit</b> Saison 2018-2019	Louise-Marie TICHIT 06 30 69 82 08 Evelyne BILLEBAUT 06 62 65 43 19

<b>Romorantin</b> Résidence Domitys 13, rue Fr Mitterrand	<b>AQUAGYM</b> <b>Organisateur : Domitys</b> Séances collectives dans la piscine de la résidence, ➤ Se réinscrire ensuite au plus tard 72h avant chaque séance ➤ Contact : 02 54 83 12 00 <a href="mailto:romorantin@domitys.fr">romorantin@domitys.fr</a>	<b>Le mardi matin</b>	<b>Acheter une Carte Domitys 80€</b> (40% remboursés / FP41, limite 2 cartes par saison)	Louise-Marie TICHIT 06 30 69 82 08
<b>Romorantin</b> RV Longueville- Romorantin	<b>MARCHE</b> En groupe, sans animateur et un référent de groupe	<b>Le mercredi 10h</b>	Gratuit	Louise-Marie TICHIT 06 30 69 82 08
<b>Romorantin</b> Espace Serrault	<b>DEJEUNER &amp; JEUX DE SOCIETE</b> <b>Suspendu actuellement et temporairement</b>	<b>Le vendredi à 12h</b>	Prix du repas	Cécile 06 67 31 67 57 (sur inscript° 8 jours avt)
<b>Mur en Sologne La Giraudière</b>	<b>ART FLORAL : « les Ateliers de Catherine »</b> Groupe 9 participants max ; fournitures, fleurs, goûter <b>Calendrier : 1ère séance 30/09 et 07/10 ; 2ème séance 09-16/12</b>	<b>Le mercredi 14 h- 16 h</b>	<b>8€/ séance</b>	Louise-Marie TICHIT 06 30 69 82 08
LIEU	ATELIER	JOUR Horaire	Participation	<b>Contacts (référents) POUR INSCRIPTION</b>
<b>Vendôme</b> Bois de l'Oratoire (parking des Fontaines)	<b>MARCHE NORDIQUE ;</b> Animée par CDSA 41 <b>Objectifs</b> : améliorer la posture, la longueur de foulée, vitesse de marche, endurance, équilibre ➤ <b>Calendrier : 22/29 Sept. ; 6/13 Oct. ; 3/10/17/24 Nov. ; 1/8/15 Déc.</b>	<b>Le mardi 10h à 12h</b> (1 <sup>ère</sup> heure en commun suivie d'une 2 <sup>ème</sup> heure pour les plus endurants)	Gratuit Saison 2020-2021	Frédérica BOUCHET 02 54 82 85 65 <a href="mailto:frederica.bouchet@sfr.fr">frederica.bouchet@sfr.fr</a>
<b>Vendôme</b> Pôle Chartrain <b>bât C salle 1</b> Côté parking	<b>SOPHROLOGIE</b> (Ass° Parenthèse). ➤ Prévenir en cas d'absence ➤ <b>Calendrier : 28 Sept. ; 5/12/19 Oct. ; 9/16/23 Nov. ; 7/14/21 Déc.</b>	<b>Le lundi 10h00 à 11h00</b>	Gratuit Saison 2020-2021	Raymonde GILMARDAIS 06 10 39 46 30 ou 02 54 77 37 30
<b>Vendôme</b> 37 av Georges Clémenceau	<b>LOISIRS CREATIFS, promenades, repas partagés</b> Organisateur : Ass°. PARENTHESE Séances collectives ouvertes aux adh. FP41 ➤ Préinscription auprès de Valérie Bigot	Se procurer le programme auprès de Parenthèse 2020-2021	Tarif en vigueur sur programme	Valérie BIGOT 06 50 50 08 16 <a href="mailto:parenthese_asso@yahoo.fr">parenthese_asso@yahoo.fr</a>
<b>Vendôme</b> Pôle Chartrain <b>bât A salle 5</b>	<b>BIBLIOTHEQUE – JEUX DE SOCIETE</b> Animés par des bénévoles ➤ <b>Calendrier : 30 Sept ; 4 Nov. ; 2/16 Déc.</b>	<b>Le mercredi 14h30 à 17h30</b>	Gratuit Saison 2020-2021	Françoise FANEN 02 54 72 89 91 <a href="mailto:claud.fanen@orange.fr">claud.fanen@orange.fr</a>
<b>Vendôme</b> Pôle Chartrain <b>Bât A salle 5</b>	<b>ATELIER INFORMATIQUE (initiation, renforcement, en fonction des demandes)</b> Animé par des bénévoles ➤ <b>Calendrier : 14 Oct. ; 18 Nov.* ; 9 Déc.</b>	<b>Le mercredi 14h30 à 16h30</b>  <b>* 16h00 à 17h45</b>	Gratuit Saison 2020-2021	Raphaël BARBOSA 02 54 82 87 08 <a href="mailto:irene.b2@laposte.net">irene.b2@laposte.net</a>
<b>Vendôme</b> Pôle Chartrain <b>Bât A salle 5</b>	<b>DETENTE – REFLEXOLOGIE PALMAIRE - OLFACTION</b> Animée par Mme Bodin (8 personnes maximum) ➤ <b>Calendrier : 14 Oct. ; 18 Nov.</b>	<b>Le mercredi 14h30 à 15h30</b> Puis convivialité	Gratuit (8 places)	Christiane 06 22 39 00 77
<b>Vendôme</b> Pôle Chartrain <b>Bât A salle 5</b>	<b>ART FLORAL</b> Animée par Audrey Gatineau (5 à 10 participants) condition hors sanitaire Matériaux et végétaux fournis ➤ <b>Calendrier : 23 Sept. ; 7 Oct. ; 25 Nov.</b>	<b>Le mercredi 14h30 à 16h30</b>	8 € la séance (Règlement à l'inscription)	Irène BARBOSA 02 54 82 87 08 <a href="mailto:irene.b2@laposte.net">irene.b2@laposte.net</a>
<b>Blois</b>	<b>CAFE JEUNES PROFESSIONNELS</b> Groupe de paroles ouvert aux patients en activité professionnelle avec une psychologue	<b>Une fois par mois vers 18h30</b>	Gratuit	Pierre <a href="mailto:Cafejp41@franceparkinson.fr">Cafejp41@franceparkinson.fr</a> Ou Xavier votre délégué