



Contact des éducateurs et éducatrices

LES ATELIERS PASSERELLE*

cycle de 3 à 6 mois d'octobre 2025
à fin juin 2026

GYM MULTI-ACTIVITÉS 1 :

À la salle de danse de l'Oumière,
Saint Pierre d'Oléron
• Paul TALAZAC (Siel Bleu) Tél. : 07 60 94 01 11
paul.talazac@sielbleu.org

GYM MULTI-ACTIVITÉS 2 :

À la salle de danse du Chai, Saint Georges d'Oléron,
• Jonah AUSSANT (GE APA) Tél. : 07 64 01 58 31
jonah.aussant@ge-apa-sante.com



*Activités destinées aux personnes nécessitant un accompagnement spécifique comprenant un reconditionnement à l'activité physique et/ou un travail axé sur la reprise de confiance et la motivation.

PRISE EN CHARGE COMPLÉMENTAIRE

SOPHROLOGIE :

À la salle du chai zen de 14h30 - à 15h30

• Nathalie FREISS

nathalie.freiss@wanadoo.fr
Tél. : 06 10 72 74 49

PODOLOGIE :

• Mélanie RAPICAULT
Tél. : 06 85 33 46 15

PSYCHOLOGIE :

• Cécile GEOFFRIAULT
Tél. : 06 87 13 99 34
Dispositif Monparcours Psy



LES ATELIERS ÉLAN*

possibilité de faire 2 ateliers par semaine
d'octobre 2025 à fin juin 2026

PILATES ADAPTÉ :

À la salle du dojo du chai, Saint Georges d'Oléron
• Laurence GAHÉNEAU
Tél. : 05 46 85 76 81
laurencegaheneau@gmail.com



GYM ÉQUILIBRE ET COORDINATION & ACTIVITÉ AQUATIQUE

À la salle du dojo du chai, Saint Georges d'Oléron
ILEO Centre aquatique Dolus d'Oléron
• Stéphanie LAFONT
Tél. : 06 09 26 31 84
lafont.stephanie17@gmail.com

DANSE LIBRE ADAPTÉE :

À la salle de danse du chai, Saint Georges d'Oléron
• Sophie CAMPAGNE
sophiecampagne@hotmail.com
Tél. : 05 46 85 76 81

* Activités destinées à des personnes présentant des limitations fonctionnelles (modérées ou sévères) et avec des facteurs de risques plus importants, inactives ou porteuses de pathologies chroniques, très éloignées de toute activité physique.

LES ATELIERS DÉCLIC*

TENNIS : d'octobre 2025 à fin juin 2026

(hors vacances scolaires)

Club la raquette Cayenne, Saint Pierre d'Oléron

• Ludovic LAGARDE
Tél. : 06 95 93 11 73



TIR À L'ARC : toute l'année

Club des archers oléronais, Saint Georges d'Oléron
• Michel ARMENGOL (GE APA)
Tél. : 06 47 00 35 56



* Activités destinées à des personnes ayant des limitations fonctionnelles minimes et avec de faibles facteurs de risques, inactives ou porteuses de pathologies chroniques.



Réseau
Sport
Santé
Oléronais

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE SUR ORDONNANCE

Faire des séances d'activité physique adaptée (APA) :

- encadrées par des professionnels
- ateliers Passerelles : pris en charge par la MSP Oléron Nord
- ateliers Elan et Déclic : demande de participation financière* aux bénéficiaires



Comment les contacter ?

Retrouvez le contact de nos différent.e.s
intervenant.e.s de Charente-Maritime.



ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES 2025 ► 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN			DANSE LIBRE ADAPTÉE : 11h45 - 12h45 St Georges d'Oléron		GYM ÉQUILIBRE & COORDINATION : 11h30 - 12h30 St Georges d'Oléron ACTIVITÉ AQUATIQUE 12h45 - 13h45 ILEO Dolus d'Oléron	
APRÈS-MIDI	TENNIS : 14h15 - 15h15 St Pierre d'Oléron MULTI ACTIVITÉ 1 : 13h30-16h30 St Pierre d'Oléron	PILATES ADAPTÉ : 16h00 - 17h00 St Georges d'Oléron	TIR À L'ARC : 17h00 - 19h00 St Georges d'Oléron MULTI ACTIVITÉ 2 : ENFANTS 17h00 - 18h00 St Georges d'Oléron	MULTI ACTIVITÉ 1 : 15h30-16h30 St Pierre d'Oléron	MULTI ACTIVITÉ 2 : ADULTES 17h00 - 18h00 St Georges d'Oléron	TIR À L'ARC : 17h00 - 19h00 St Georges d'Oléron
SOIRÉE		PILATES ADAPTÉ : 17h00 - 18h00 St Georges d'Oléron	MULTI ACTIVITÉ 2 : ADULTES 18h00 - 19h00 St Georges d'Oléron			

Les ateliers sont divisés en trois catégories :
 ● les Ateliers Passerelle ● les Ateliers Élan ● les Ateliers Décllic
 Voir au verso pour plus d'informations.



VOTRE PARCOURS



- 1 Votre médecin vous fait une ordonnance d'activité physique.
- 2 Bilan APA : contacter un kinésithérapeute du réseau sport santé Oléron.
- 3 Contacter un éducateur APA selon les recommandations de votre médecin, du kinésithérapeute et de vos envies.

CONTACT

Coordinateurs de la M.S.P.
 coordomsp.oleronnord@gmail.com

Plus d'infos sur le site :
<https://maisondesante-oleronnord.fr/>
 ou en scannant
 le QR code ci-contre



*ATELIERS PASSERELLES : financés par la MSP

*ATELIERS ELAN : participation annuelle de 100€
 (2 x 50€)

*ATELIERS DECLIC (pilates adaptés) : participation
 annuelle de 100€
 (2 x 50€)