



Val de Cher
services

Notre métier, vous rendre la vie plus facile




RÉSEAU
adédom

La fédération du domicile

Programme service prévention

2^{ème} trimestre 2025



 Scannez moi

Le 5 mars 2025 à 15h30 au cinéma de Vallon en Sully



HUGH BONNEVILLE

EMILY MORTIMER

JULIE WALTERS

AVEC OLIVIA COLMAN

AVEC ANTONIO BANDERAS

ET BEN WHISHAW
LA VOIX ORIGINALE DE PADDINGTON

PADDINGTON AU PÉROU

STUDIOCANAL présente en association avec KINOSHITA GROUP, avec le soutien de CANAL+, une production MARMALADE PICTURES "PADDINGTON AU PÉROU" HUGH BONNEVILLE, EMILY MORTIMER, JULIE WALTERS
JIM GROOMBENT, CARLA TEUS, avec OLIVIA COLMAN, avec ANTONIO BANDERAS, et BEN WHISHAW LA VOIX DE PADDINGTON. COOPÉRATION MARSHALL SIAN MULLER, COSTUME CHARLOTTE WALTER, STYLING ROBIN NICK ANGEL & CATHERINE GREAVES, JAGGER DIBRO MARINELLI
DOPPELSCHLAG ALEXIS WALSDORF, RÉGIEUR PABLO GRILL, MONTAGE LINA NI DINGNANLE, AVEC ANDY KELLY, PRODUCTIONS ERK & WILSON, MUSIQUE PAR NADYA KINOSHITA ANNA MARSH, ION HALPERN, DAN MACRAE, PAUL KING, JEFFREY CLIFFORD, ROB SILVA, TIM WELLSRING
DÉVELOPPEMENT "LOUIS PADDINGTON" PAR MICHAEL BOND, RÉGIEUR PAUL KING, SCÉNARISTES SWOON FARRABY, MARK BURTON, SCÉNARIO MARK BURTON, ION FOSTER & JAMES LAMONT, PRODUCTEUR RUSSE ALISON, RÉALISÉ PAR DOUGAL WILSON. MARMALADE PICTURES, STUDIOCANAL, KINOSHITA GROUP, DISNEY

AU CINÉMA LE 5 FÉVRIER 2025

STUDIOCANAL
A CANAL+ COMPANY



Val de Cher
services

Notre métier, vous rendre la vie plus facile



RÉSEAU
adédom

La fédération du domicile

Programme service prévention

Avril 2024



CINÉMA À VALLON EN SULLY

- Date : le mercredi 2 avril 2025 à 15h
- Lieu : Salle polyvalente 03190VALLON EN SULLY
- Prix du ticket de cinéma :
 - Tarif Plein : 5,00 €
 - Tarif réduit : 3,50 € (sur présentation de la carte d'adhérent à l'association Vallon Culture Cinéma. Adhésion possible les jours de séances)
- Nous vous proposons un accompagnement véhiculé pour participer aux séances de cinéma organisées :

5€ / personne.
- Nous connaissons la programmation quelques jours avant la séance de cinéma.

ATELIER CUISINE AVRIL 2025

- Le **mercredi 9 avril 2025 à partir de 9h**, le service prévention vous propose un atelier cuisine, où vous pourrez préparer un bon repas pour les festivités de Pâques, dans les locaux de l'association VAL DE CHER SERVICES (menu complet).
- **Tarif** : 10€ / personne (sous réserve de prise en charge par la CFPPA).



*Esprit
Nature*

Artisan Fleuriste

9 rue Paul Constans
03190 Vallon-en-Sully
04 70 64 19 39



**Val de Cher
services**

Notre métier, vous rendre la vie plus facile

RÉSEAU
adédom
Le Réseau de services

ATELIER ART FLORAL

- Cette année nous vous proposons un nouvel atelier art floral avec **Esprit Nature**. Durant cet atelier vous pourrez réaliser une couronne de Pâques afin de décorer votre intérieur ou votre table.
(nombre de place limitée à 8 personnes)
- **Date** : le lundi 14 avril 2025 à 13h30
- **Lieu** : Salle de réunion de Val de Cher Services,
14 route de Nassigny 03190 VALLON EN SULLY
- **Tarif** : 30€ / personne (sous réserve de prise en charge par la CFPPA).



RESTAURANT : LA COCOTTE DU CHÂTEAU

- **Date** : le mardi 22 avril 2025 à 12h30
- **Lieu** : 2 rue du Château 63330 PIONSAT
- **Tarif** : 16,90 € / personne (entrée, plat et dessert) ou 20€ / personne (entrée, plat, fromage et dessert)
- *Départ en minibus de la salle polyvalente de Vallon en Sully à 11h15.*



LA FORTERESSE DE MONTROND

- **Date** : le mardi 29 avril 2025 à 14h
- **Lieu** : 10 allée du Prince de Condé 18200 Saint Amand Montrond
- **Tarif** : 5€ / personne
- 8 personnes minimum pour que la sortie puisse avoir lieu.
- *Départ en minibus de la salle polyvalente de Vallon en Sully à 13h30*



To help protect your privacy, PowerPoint has blocked automatic download of this picture.

Coupon réponse - Avril 2025

A retourner au plus tard le **1 avril 2025**
(sans coupon réponse pas d'inscription).



Nom, Prénom : _____

Nom, Prénom (si 2ème personne) : _____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

- Cinéma avril :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Atelier cuisine avril :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Atelier art floral :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Restaurant « la Cocotte du Château » :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)
 - Minibus depuis le parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully (5€ / personne)

- La forteresse de Saint Amand Montrond
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)
 - Minibus depuis le parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully (5€ / personne)



Val de Cher
services

Notre métier, vous rendre la vie plus facile



RÉSEAU
adédom

La fédération du domicile

Programme service prévention

Mai 2025

ATELIER CUISINE MAI 2025

- Le **mercredi 7 mai 2025 à partir de 9h**, le service prévention vous propose un atelier cuisine, sur le thème de la cuisine Italienne, dans les locaux de l'association VAL DE CHER SERVICES (menu complet).
- **Tarif** : 10€ / personne (sous réserve de prise en charge par la CFPPA).



DOMAINE DE LA GANNE



- **Date** : le mardi 13 mai 2025 à 14h
- **Lieu** : Route d'Issac 03410 Prémilhat
- **Tarif** : environ 8€ / personne
- *Départ en minibus du parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully à 13h15.*



ATELIER NUMÉRIQUE

- Le mercredi 14 mai 2025 de 9h à 11h, le service prévention vous propose un atelier numérique sur le thème : « démarches en ligne sur le site des impôts » dans les locaux de l'association VAL DE CHER SERVICES.
- Durant cet atelier, vous pourrez donc découvrir comment créer votre espace personnel, modifier vos informations personnelles, accéder aux différents documents, etc.

- Gratuit



RESTAURANT : LE LION D'OR



- **Date** : le jeudi 22 mai 2025 à 12h30
- **Lieu** : 23 rue de Paris 03190 Estivareilles
- **Tarif** : 30€ / personne. *Voici le menu :*
 - Pot de bienvenu et ses amuses bouches
 - Chouquette crème ciboulette, chiffonnade de saumon fumé
 - Aiguillettes de canard jus au miel safrané et légumes du moment
 - Le délice de Virginie (entremet poire chocolat)
 - Petits fours et café
- *Départ en minibus de la salle polyvalente de Vallon en Sully à 12h.*



Coupon réponse – Mai 2025

A retourner au plus tard le 1 avril 2025
(sans coupon réponse pas d'inscription).

Nom, Prénom : _____

Nom, Prénom (si 2ème personne) : _____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

- Atelier cuisine mai :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Sortie au Domaine de la Ganne :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)
 - Minibus depuis le parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully (5€ / personne)

- Atelier numérique :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Restaurant le Lion d'Or :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)
 - Minibus depuis le parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully (5€ / personne)



Val de Cher
services

Notre métier, vous rendre la vie plus facile



RÉSEAU
adédom

La fédération du domicile

Programme service prévention

Juin 2025



CINÉMA À VALLON EN SULLY

- Date : le mercredi 4 juin 2025 à 15h
- Lieu : Salle polyvalente 03190VALLON EN SULLY
- Prix du ticket de cinéma :
 - Tarif Plein : 5,00 €
 - Tarif réduit : 3,50 € (sur présentation de la carte d'adhérent à l'association Vallon Culture Cinéma. Adhésion possible les jours de séances)
- Nous vous proposons un accompagnement véhiculé pour participer aux séances de cinéma organisées :

5€ / personne.
- Nous connaissons la programmation quelques jours avant la séance de cinéma.



SONO-THÉRAPIE

- Christelle PILARD vous propose un nouvel atelier : **la sono thérapie**.
- La sono thérapie est « un massage sonore » avec des bols tibétains et des diapasons. Les sons et vibrations apportent un lâcher prise physique et mental. Ce soin permet en outre de réduire le stress, améliorer le sommeil, renforcer le système immunitaire, améliorer la circulation, etc.
- Cet atelier aura lieu le **jeudi 5 juin 2025 de 9h à 12h** dans les locaux de l'association VAL DE CHER SERVICES (séance gratuite)



Le Comité départemental EPGV 03 et l'association

Val de Cher Services organise le

vendredi 6 juin 2025 une journée :

Repas des sportifs

9h30 : atelier cuisine

Animé par France BARSE.

Préparation du repas pour le déjeuner commun



12h : déjeuner commun

- Entrées froides
- Brochettes de viande et accompagnements
- Desserts
- Café

14h : activité Bungy Pump

Animée par Thibaut BRIERE.

Démonstration et pratique de bâtons à ressorts
pour la marche « gymnique »



Lieu : Salle polyvalente de Vallon en Sully

Journée gratuite

CONFÉRENCE MÉMOIRE



- **Date** : le mardi 10 juin à 14h
- **Lieu** : Salle de convivialité du village LIVAMO,
16 route de Nassigny 03190VALLON EN SULLY



- Le thème de cette conférence est : « la mémoire ». Cette conférence est ouverte à tous et vous permettra si vous le souhaitez de vous inscrire à l'atelier PEP'S EUREKA qui aura lieu pendant 10 séances entre les mois de septembre et de décembre 2025.

- Cet atelier aura pour objectifs de faire travailler votre mémoire grâce à différents exercices proposés par notre animatrice, France BARSE.



MAISON GEORGE SAND

- **Date** : le jeudi 12 juin 2025 à 10h
- **Lieu** : 2 place Sainte-Anne 36400 Nohant-Vic
- **Tarif** : 9€ / personne (groupe de moins de 20 personnes)
- Il faudra prévoir son pique-nique (une aire de pique nique est disponible à 100m de la maison).

• Pendant cette visite vous pourrez découvrir la maison dans laquelle la célèbre écrivaine du XIXème siècle, George Sand a vécu de nombreuses années.



- Départ en minibus de la salle polyvalent de Vallon en Sully à 9h

ATELIER BELLISSEMOI



- En partenariat avec l'institut de beauté Bellissémoi de Vallon en Sully, l'association Val de Cher Services vous propose un atelier pour prendre soin de vos mains. Durant cet atelier l'esthéticienne vous proposera une démonstration de modelage que vous pourrez refaire chez vous. Vous pourrez également vous exercer pendant cet atelier.
- **Date** : le vendredi 13 juin 2025 de 14h à 17h
- **Lieu** : salle de réunion de l'association Val de Cher Services.
- **Tarif** : 30€ / personnes (sous réserve de prise en charge par la CFPPA).



ATELIER PEINTURE

- Cette année, le service prévention vous propose un nouvel atelier peinture, vous pourrez aller dans le parc de Vallon en Sully au début de l'atelier, pour trouver l'inspiration . Cet atelier aura lieu le :

mardi 24 juin 2025 à 9h30

Dans la salle de réunion de Val de Cher Services

- Tout le matériel est fourni par l'association Val de Cher Services.



Il reste des
places !

Cluedo

- Le mercredi 19 mars 2025 à 14h, Elyse et Gohan vous proposent de venir participer à un jeu dans les locaux de l'association VAL DE CHER SERVICES : Le Cluedo. Le but du jeu est d'enquêter pour découvrir qui a volé le gâteau d'anniversaire du roi !
- Arriverez-vous à le découvrir, pour pouvoir enfin déguster ce gâteau ?



Coupon réponse – Juin 2025

A retourner au plus tard le **1 avril 2025**
(sans coupon réponse pas d'inscription).

Nom, Prénom : _____

Nom, Prénom (si 2ème personne) : _____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

- Atelier cinéma juin :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Atelier sono-thérapie :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Repas des sportifs :
 - Ateliers :
 - Je souhaite participer à l'atelier cuisine
 - Je souhaite participer à l'atelier Bungy pump
 - Je souhaite participer aux deux ateliers
 - Repas :
 - Je prendrais le repas sur place
 - Je ne prendrais pas le repas sur place

- Atelier conférence mémoire :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

Coupon réponse – Juin 2025 (suite)

A retourner au plus tard le **1 avril 2025**
(sans coupon réponse pas d'inscription).

Nom, Prénom : _____

Nom, Prénom (si 2ème personne) : _____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

- Maison George Sand :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)
 - Minibus depuis le parking de la salle polyvalente de Vallon en Sully (5€ / personne)

- Atelier Bellissemoi :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)

- Atelier peinture :
 - Véhicule personnel
 - Minibus depuis votre domicile (5€ / personne)



Val de Cher services

Notre métier, vous rendre la vie plus facile



Notre association est un Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile géré par une Association à but non lucratif créée en 1971. Nous fêtons nos 50 ans en 2021. Notre objectif est de permettre le maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie dans les meilleures conditions et le plus longtemps possible.



Services à la personne



Aide à domicile

Entretien de votre cadre de vie, courses, entretien du linge, préparation des repas, accompagnement...

Maintien à domicile



Auxiliaire de vie sociale

Aide au lever-coucher, aide à la toilette, à l'habillage-déshabillage, aide à la prise des repas

Téléassistance



Service Téléassistance

Boitier de téléassistance, coffre à clés, mobile, montre connectée

Prévention



Service Prévention séniors

Ateliers prévention, conférences, lien social, sorties collectives, découverte des outils numériques

Portage de repas à domicile

Parce que maintenir une alimentation saine et équilibrée, permet prévenir les risques de dénutrition et favorise le maintien à domicile, nous vous proposons ce service



Nous intervenons sur les communes suivantes de l'Allier et du Cher :

Département de l'Allier : Audes, Braize, Chazemais, Cosne d'Allier, Courçais, Estivareilles, Haut-Bocage, Hérisson, Huriel, La Chapelaude, Le Brethon, Le Vilhain, Meaulne-Vitray, Nassigny, Reugny, Saint-Angel, Saint-Caprais, Saint-Désiré, Saint Victor, Urcay, Vallon-en-Sully, Vaux, Venas, Verneix – **Département du Cher :** Epineuil-le-Fleuriel, Saulzais-le-Potier, Saint Vitte, Vesdun.

Val de Cher services – 14 route de Nassigny 03190 Vallon en Sully

04 70 06 54 84 - contact@valdecherservices.fr - www.valdecherservices.fr

Nous sommes à votre écoute du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Action financée par la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de l'Allier (CFPPA03) grâce aux concours de la CNSA

Vous souhaitez participer :

Merci de remplir le coupon réponse joint
et de le retourner à l'adresse suivante :

VAL DE CHER SERVICES
14 route de Nassigny
03190 VALLON EN SULLY

Besoin d'un renseignement :

Vous pouvez nous contacter:

- Par téléphone : 04 70 06 54 84
- Par mail : contact@valdecherservices.fr