

Octobre 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			1 14h - 16h Temps d'échange 	2 19h30 - 00h Soirée Karaoké à la Belle Aurore 	3	4
5 12h45 - 15h Ping-pong 	6	7 14h - 16h Jeux partagé Audacia 	8 13h45 - 16h30 Bowling 	9 10h30 - 15h Cuisine 	10	11
12 12h45 - 15h Ping-pong 	13 13h - 15h Animation avec les Lycéens 	14 14h - 16h Jeux 	15 14h30 - 17h Café Philo 	16	17	18
19 12h45 - 15h Ping-pong 	20 14h - 16h Goûter Papote 	21 10h30 - 12h GIHP'rend part  14h - 16h Jeux 	22 13h15 - 16h30 Cinéma 	23 15h - 17h Réunion - Projet Séjour à la mer 	24	25
26 12h45 - 15h Ping-pong 	27 14h - 16h Atelier créatif 	28 13h45 - 16h30 Bowling 	29 14h - 16h Jeux 	30	31	

Détails des activités d'Octobre 2026

Pensez à vous inscrire sur chaque activité et sortie

Activités récurrentes	Horaires	Tarif et informations complémentaires	Lieu	Animé par
 TENNIS DE TABLE	12h45 - 15h	Activité sportive et ludique 40€ par trimestre - Certificat médical pour l'année	Complexe sportif Marie Amélie LEFUR, C7 à Poitiers	Fabienne
 JEUX	14h - 16h	Venez passer un après-midi convivial autour des jeux de société. Gratuit	GIHP Le 07/10 à la Maison du relais d'Osmoy , 2 rue d'Osmoy à Poitiers	Adhérents en autonomie
 CUISINE	10h30 - 15h	Apprenez à gérer des gestes quotidiens lors de la préparation de repas. 16€ ou 7€ pour seulement le partage du repas	AVH Poitiers	Vincianne (ergothérapeute)
 BOWLING	13h45 - 16h30	Marc, bénévole, réservé les pistes et vous rejoint sur place. 3,50€ la partie avec chaussures INSCRIPTION OBLIGATOIRE	Game Parc 15 avenue de Châtellerault à Migné-Auxances	Marc
 CAFE PHILO	14h30 - 16h30	Permettre à chacun de s'exprimer et d'échanger sur une thématique définie, sur un sujet d'actualité ou sur tout autre sujet que les adhérents souhaitent évoquer. En partenariat avec Audacia - 5€ la séance	Maison Relais Majoris 4 rue Edouard Glissant à Poitiers	Valérie
 GOÛTER PAPOTE	14h - 16h	Marc, notre bénévole, vous propose de vous retrouver autour d'une boisson chaude et d'une viennoiserie pour un moment papotage et convivial tous ensemble. Gratuit	La Feuillette 3 rue de Châlons à Poitiers	Marc

Activités récurrentes	Horaires	Tarif et informations complémentaires	Lieu	Animé par
 ATELIER CRÉATIF	14h - 16h	Découvrez les différentes techniques de la peinture, des crayons... Dessinez selon vos inspirations. 5€ par atelier - <i>L'argent permettra de racheter du matériel régulièrement et de proposer de nouvelles activités créatives selon vos envies.</i>	GIHP	Manon
 GROUPE DE REFLEXION GIHP'REND PART	10h30 - 12h	Pour remplacer l'ancienne activité journal, nous avons imaginé un nouveau groupe de réflexion sur la communication du GIHP Poitou-Charentes. Venez échanger avec nous sur vos idées pour faire connaître encore plus votre association ! Gratuit	GIHP	Audrey, Sylvie et Manon
 CINEMA	13h15 - 16h30	Rendez-vous devant le cinéma. La séance sera choisie sur place selon les envies des participants. 7,60€ pour une séance classique // 13.60€ pour une séance premium A NOTER : Pour le moment, il n'est plus possible de regarder des films en audiodescription pour les malvoyants et les malentendants.	CGR Buxerolles	Marc



Ce mois-ci, le temps d'échange aura exceptionnellement lieu le **jeudi 1er octobre à 14h**.
Venez échanger et partager toutes vos idées d'activités et de sorties pour les prochains mois !

Sortir avec le GIHP

Ce mois-ci, dans le cadre du dispositif *Sortir avec le GIHP*, nous vous proposons une sortie !



Vendredi 2 octobre – Soirée Karaoké à la Belle Aurore

DJ Will s'invite à La Belle Aurore ! Une soirée riche en chansons, dans une ambiance conviviale et festive. **Lors de votre inscription, merci de préciser si vous souhaitez un couscous ou un tajine.**

📍 Restaurant la Belle Aurore - 2 route de Mon Repos à Saint-Benoît

💰 **Prévoir entre 30€ et 40€ pour le repas.**

🕒 19h30 - minuit // **INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 24 SEPTEMBRE**

Evènements avec le GIHP



Mardi 13 octobre - Animation avec les lycéens de Saint-Jacques de Compostelle

Les lycées du BAC Pro Animations vous proposent une après-midi riche en animations et en rencontres ! Cette démarche s'inscrit dans l'obtention de leur diplôme.

📍 Lycée Saint-Jacques de Compostelle - 2 avenue de la Révolution à Poitiers

🕒 13h - 15h (**horaires à confirmer**)



Vendredi 23 octobre – Réunion pour le projet “Séjour à la mer”

Nous vous proposons une réunion pour échanger autour du projet de séjour à la mer, dans un gîte adapté aux Sables-d'Olonne. L'objectif sera de recueillir les besoins de chacun en termes d'accompagnement, notamment pour les tâches de la vie quotidienne, afin de préparer le budget et faire avancer le projet.

👉 **La réunion est ouverte à toutes les personnes intéressées par le projet !**

📍 Locaux du GIHP Poitou-Charentes

🕒 15h - 17h // **INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 19 OCTOBRE**