













Mai 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1 Férié Fête du Travail 	2	3
4 12h45 - 15h Ping-pong 	5 14h - 16h Temps d'échange 	6 14h - 16h Jeux partagé Audacia 	7 13h45 - 16h30 Bowling 14h30 - 16h30 Café Philo 	8 Férié Fête de la Victoire de 1945 	9 16h15 - 19h Piscine 	10 13h30 - 19h Loto du GIHP Poitou-Charentes 
11 12h45 - 15h Ping-pong 	12 13h45 - 17h Concert de l'OCNA au TAP  tap scène nationale	13 14h - 16h30 Détente nature Parc de Blossac 	14 Férié Ascension 	15 10h30 - 15h Cuisine 	16 15h - 18h Karaoke avec Happy's Charly  Happy's CHARLY 	17
18	19 14h - 16h Goûter Papote 	20 10h30 - 12h Groupe réflexion 14h - 16h Jeux 	21 14h30 - 16h30 Café Philo 	22 12h - 16h Foire Expo Années Rétro 	23 16h15 - 19h Piscine 	24
25 Férié Lundi de Pentecôte 	26 14h - 16h Atelier créatif 	27 14h - 16h30 Détente nature La Roseraie 	28 13h15 - 16h30 Cinéma 	29	30	31 8h - 20h Sortie à Fouras 

Détails des activités de Mai 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 06/05 à la Maison du relais d'Osmoy , 2 rue d'Osmoy à Poitiers	Adhérents et bénévoles
 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	Eurobowl à Buxerolles	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 - 4€ la séance	CSC des Trois Cités Place de France à Poitiers	Virginie de Audacia
 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	Memphis Coffee 2 avenue de Lafayette à Poitiers	Marc
 PISCINE	16h15 - 19h	Vous profiterez des bienfaits de l'eau autour de jeux. 1,80€ (prix de la piscine)	Piscine de Bellejouane 3 allée Roger Tagault à Poitiers	Fabrice

Activités récurrentes	Horaires	Tarif et informations complémentaires	Lieu	Animé par
 KARAOKE	15h - 18h	Permettre à chacun de s'amuser, de chanter, quel que soit sa situation de handicap, sans gêne et dans le partage. Gratuit - Pensez à apporter quelque chose (nourriture, boisson) pour le partager tous ensemble	Salle des Sabourins derrière le Leclerc à Buxerolles	Nicolas de Happy's Charly
 ATELIER CRÉATIF	14h - 16h	Découvrez les différentes techniques de la peinture, des crayons... Dessinez selon vos inspirations. 2€ par atelier - L'argent permettra de racheter du matériel régulièrement et de proposer de nouvelles activités créatives selon vos envies.	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
 DETENTE NATURE	14h - 16h30	Lorsqu'il fait beau, les adhérents se retrouvent pour se promener à un rythme adapté sur des sentiers praticables pour tous. En cas de mauvais temps, repli au GIHP et l'activité est remplacée par les jeux. Gratuit	Mercredi 13 mai Rendez-vous à l'entrée située rue Léopold Thézard Mercredi 27 mai Rendez-vous à l'entrée du parc de la Roseraie	Adhérents et bénévoles



Ce mois-ci, le temps d'échange aura lieu le **5 mai à 14h**.

Venez échanger et partager toutes vos idées d'activités et de sorties pour les prochains mois !

ÉVÈNEMENTS AVEC LE GIHP



Dimanche 10 mai – Loto du GIHP Poitou-Charentes

Nous organisons un loto ouvert à toutes et tous dans le but de récolter des fonds pour organiser un séjour à la mer en 2027. N'hésitez pas à venir nombreux pour nous soutenir et à communiquer l'information autour de vous !

Salle Raymond Sardet, 2 Esplanade des Citoyens à Fontaine-le-Comte

3€ le carton, 15€ les 7 cartons - Petite restauration sur place

13h30 - 19h



Mardi 12 mai – Concert de l'OCNA au TAP

Nous vous proposons de participer à une après-midi sous le signe de la musique classique en assistant à la répétition générale de l'Orchestre de Chambre Nouvelle-Aquitaine au Théâtre Auditorium.

Théâtre Auditorium de Poitiers, rue de la Marne à Poitiers.

13h45 - 17h // **Inscription OBLIGATOIRE avant le 5 mai**



Vendredi 22 mai – Sortie à la Foire Expo “Années Rétro”

Plongez (ou replongez) dans l'ambiance des Années Rétro ! Nous vous proposons de déjeuner ensemble dans l'un des nombreux points de restauration présents sur la Foire, puis de poursuivre la journée en flânant entre les différents stands. Pour ceux qui le souhaitent, un passage par la fête foraine sera également possible.

Parc des Expositions, 11 rue Salvador Allende à Poitiers.

Pensez à prévoir de l'argent pour vous restaurer et faire quelques achats si vous le souhaitez.

12h - 16h // **Inscription OBLIGATOIRE avant le 15 mai**



Dimanche 31 mai – Sortie à Fouras

Fabrice, notre bénévole spécialiste des sorties à la mer, vous propose une escapade maritime à Fouras !

Départ à 8h du GIHP Poitou-Charentes - Possibilité d'une prise en charge au domicile pour ceux qui le souhaitent.

Pensez à prévoir un peu d'argent de poche.

8h - 20h // **Inscription OBLIGATOIRE avant le 22 mai**