

## Cinq ateliers pour bien vieillir chez soi, en janvier

Publié 08/12/2018. Guipavas.



« **Beaucoup de retraités sont propriétaires de leur logement qui, au fil du temps, n'est plus adapté, notamment pour les déplacements chez soi** », rappellent Cécile Ansquer, du centre communal d'action sociale (CCAS) et Rozenn Le Bourdonnec, de l'association Soliha Finistère. Beaucoup d'habitations comportent par exemple des étages, ce qui augmente le risque de chute.

Pour bien aménager sa maison, cinq ateliers d'une durée de deux heures seront animés par un ergothérapeute ainsi qu'un expert en habitat. Ils permettront d'aborder différentes thématiques comme les astuces pour aménagement sans se ruiner, les bons gestes et postures au quotidien, les économies d'énergie, les accessoires innovants... Ces ateliers apporteront des solutions simples et économiques pour mieux vivre dans son logement.

Les mardis 8, 15, 22, 29 janvier et 5 février, à la Maison des solidarités. Renseignements et inscriptions au CCAS, au 02 98 32 88 33. Tarif : 10 € pour les cinq séances.

<https://www.ouest-france.fr/bretagne/guipavas-29490/cinq-ateliers-pour-bien-veillir-chez-soi-en-janvier-6117324>