

## Huelgoat. Des ateliers pour vivre plus sereinement à domicile

Ouest-France Publié le 20/11/2019 à 06h24

Le réseau associatif Soliha, pour Solidarité habitat, fédère 140 associations et organismes au plan national pour œuvrer à l'amélioration de l'habitat en coopération avec les collectivités locales et les institutions sociales.

Pour sa part, Soliha Finistère a élaboré un programme de formations sous forme d'ateliers à destination des personnes retraitées sur le thème du « Bien chez soi : pour un habitat pratique et confortable ». Les objectifs de ces ateliers pratiques et ludiques sont de sensibiliser les seniors aux problématiques de l'aménagement du logement, des bons gestes et postures, des accessoires innovants, de les informer sur les acteurs professionnels ; d'encourager les aménagements préventifs dans les logements et de créer du lien social sur les territoires.

Ces ateliers sont animés par une ergothérapeute ou une chargée de prévention seniors et sont réservés aux personnes retraitées de plus de 60 ans, vivant à domicile. Les ateliers se déclinent en quatre séances de deux heures chacune et réunissent de 10 à 15 personnes. Ces séances se tiendront dès ce vendredi.

Les thèmes abordés seront les suivants : un logement pratique et facile à vivre, astuces et conseils ; Être bien chez soi, les bons gestes et postures au quotidien ; Facilitez-vous la vie, le secret des accessoires innovants ; l'aménagement du logement et les aides existantes.

Vendredis 22 novembre, 29 novembre, 6 et 13 décembre, séances de 14 h à 16 h à la mairie, en salle du conseil. Gratuit sur inscription. Renseignements auprès de Soliha au 07 82 36 98 84.

<https://www.ouest-france.fr/bretagne/huelgoat-29690/huelgoat-des-ateliers-pour-vivre-plus-sereinement-domicile-6616670>