

Lannilis. Seniors : quatre ateliers pour être « bien chez soi »

En janvier et février, le centre communal d'action sociale propose quatre ateliers à destination des seniors pour un meilleur confort de vie à domicile.

Ouest-France Publié le 17/01/2020 à 05h44



Henri Lélias, adjoint aux affaires sociales, Nolwenn Roué, chargée d'accueil aux affaires sociales, et Rozenn Le Bourdonnec, chargée de prévention Soliha. | OUEST-FRANCE

Au fil des prochaines semaines, le centre communal d'action sociale (CCAS) de Lannilis, en partenariat avec Soliha Finistère (Solidaires pour l'habitat), proposera quatre ateliers articulés autour du thème du « bien chez soi : pour un habitat pratique et confortable ».

« Ces ateliers, animés par une ergothérapeute et une chargée de prévention seniors, sont réservés aux personnes retraitées de plus de 60 ans, vivant à domicile », précisent les organisateurs.

Déclinés autour des thèmes : logement pratique et facile à vivre ; être bien chez soi, les bons gestes et postures au quotidien ; facilitez-vous la vie, le secret des accessoires innovants ou encore l'aménagement du logement et les aides existantes.

Des séances gratuites

Ces séances de deux heures, seront l'occasion « d'ateliers ludiques et pratiques pendant lequel chacun trouvera astuces et conseils à mettre en œuvre facilement dès le retour à la maison ». Il s'agira par exemple « de tester des accessoires innovants, d'apprendre à préserver son dos au quotidien... » Autant de propositions pour vivre plus sereinement chez soi.

À l'issue des cinq rencontres, un kit-prévention, comprenant cône ouvreur, veilleuse lampe torche et bandes antidérapantes, ainsi que de la documentation sur les accessoires présentés seront remis à chaque participant. Les groupes seront constitués de dix à quinze personnes. Aucune participation financière n'est demandée.

Mardi 21 janvier, de 14 h à 16 h. Astuces et conseils pour un logement pratique et confortable.

Mardi 28 janvier, de 14 h à 16 h. Les bons gestes et postures au quotidien.

Mardi 4 février, de 14 h à 16 h. Présentation d'accessoires innovants permettant de se faciliter la vie.

Mardi 11 février, de 14 h à 16 h. L'aménagement du logement et les aides existantes.

Contact : 07 82 36 98 84, ou par courriel, rozenn.lebourdonnec@soliha-finistere.fr

<https://www.ouest-france.fr/bretagne/lannilis-29870/lannilis-seniors-quatre-ateliers-pour-etre-bien-chez-soi>