

Habitat. Être « bien chez soi » avec SOLiHA



Catherine Jacopin, responsable du CCAS ; Rozenn Le Bourdonnec ; Gaëlle Malgorn, adjointe au maire chargée de la vie sociale ; Dominique Mazéas, directrice du centre social et Renée Guérec, présidente de l'association La Courte Échelle.

L'association Soliha se propose d'aider les retraités de plus de 55 ans à « rendre son chez soi plus facile à vivre », à travers cinq ateliers organisés tout au long de l'année prochaine.

L'association Soliha (Pact'Arin auparavant) organise, en partenariat avec la commune de Plouzané, une série d'ateliers « Bien chez soi ». Cette opération, soutenue par Cap retraite, est à destination des retraités de plus de 55 ans. L'objectif est de sensibiliser les seniors aux problématiques de l'aménagement du logement, des bons gestes et postures, mais aussi d'encourager les aménagements préventifs, tout en créant du lien social sur les territoires. « Ces ateliers sont animés par une ergothérapeute ou un expert de l'habitat. Ils permettent de rendre son chez soi plus facile à vivre, sans le modifier considérablement. Nous ne sommes pas là pour bouleverser les habitudes, mais pour apporter des conseils pratiques », explique Rozenn Le Bourdonnec, chargée d'opération à Soliha.

Cinq rencontres

Les ateliers « Bien chez soi », ce sont cinq rencontres d'environ deux heures, où sont abordées différentes thématiques comme les économies d'énergie, des conseils et astuces, etc.

« Elles sont interactives et ludiques, et chacun peut apporter son expérience lors des échanges », poursuit Rozenn Le Bourdonnec. Les cinq séances se tiendront au centre social La courte échelle, espace Éric Tabarly, de 13 h 30 à 15 h 30. Mardi 9 janvier, la première séance s'intitulera : pour un logement pratique et confortable. Le mardi 16 janvier, une ergothérapeute animera la rencontre qui sera dédiée aux bons gestes et postures à adopter au quotidien. Lors du troisième rendez-vous, le mardi 23 janvier, les participants pourront découvrir des accessoires innovants, avec essai du matériel. La quatrième séance traitera de l'habitat durable, le mardi 30 janvier. La clôture de ces ateliers aura lieu le mardi 6 février, avec comme thème : l'aménagement du logement et les aides existantes. Ces ateliers seront précédés d'une réunion d'information et d'un échange, le vendredi 15 décembre, à 15 h, en mairie. À l'issue de cette rencontre, les personnes désirant participer aux ateliers pourront s'inscrire. À noter que les places sont limitées et que l'inscription est obligatoire pour la totalité des séances.

Contact

Soliha Finistère, tél. 07.82.36.98.84 ; courriel, rozenn.lebourdonnec@soliha-finistere.fr