

## Café de l'Autonomie. Parlons-en !



*Hervé Herry, Julie Boudin, ergothérapeute, et Marie-Jeannine Tanguy encadrent le président de l'Orpam, Claude Le Luc.*

Jeudi 7 février, de 14 à 17 h, l'Orpam, 14, allée du Poan-Ben, accueillera un « Café de l'Autonomie », qui s'adressera à un groupe de huit seniors désireux de rendre leur logement plus pratique et confortable malgré l'avancée en âge. Des astuces que décriront par le menu deux intervenantes, membres de la fédération Soliha, dont le rôle est l'accompagnement dans la recherche de solutions pour l'amélioration de l'habitat.

Rozenn Le Bourdonnec, chargée d'opérations et Julie Boudin, ergothérapeute, présenteront objets et accessoires, dont certains très innovants : « L'idée, c'est de trouver des solutions à moindre coût », indique Julie Boudin. « On trouve des matériels, comme des luminaires avec détection de mouvement, de quoi ranger les fils électriques qui traînent et qui, comme les tapis, sont des causes d'accidents ».

### Les seniors à domicile en toute autonomie

Cette démarche s'inscrit dans un projet plus vaste, qui comporte également des « Ateliers pour être bien chez soi ». Là, cinq séances permettent de faire du lien entre les participants, en abordant les mêmes thématiques, ainsi que les gestes et postures. De même, les accessoires indispensables et leurs points de vente, sans omettre les subventions qu'il est possible d'obtenir, autant de possibilités offertes aux seniors de rester chez eux en toute autonomie. « Si nécessaire, on peut se rendre à domicile, pour répondre encore plus précisément aux besoins ».

### Des galettes pour les anciens

Par ailleurs, l'Orpam a convié ses adhérents, le 24 janvier, à la dégustation de galettes des Rois, dans la salle socioculturelle de Ploujean. L'occasion aussi d'assister au spectacle de Christine Kay, intitulé « Mais qui est le Père Noël ? ». Voilà qui aura permis à quelque 90 invités d'apprendre que, oui le Père Noël existe, et pourquoi il passe par la cheminée. Sachez enfin que, pour clore le mois de janvier, le goûter des seniors offert par la ville de Morlaix aux Morlaisiens de plus de 60 ans aura lieu le jeudi 31 janvier. Tél. 02 98 63 37 75, ou [office-de-personnes-agees-morlaix@orange.fr](mailto:office-de-personnes-agees-morlaix@orange.fr)

**Pratique :** Contact : Orpam, tél. 02 98 63 37 75 ou Soliha, tél. 07 82 36 98 84.

Le Télégramme - Plus d'information sur <https://www.letelegramme.fr/finistere/morlaix/cafe-de-l-autonomie-parlons-en-25-01-2019-12192299.php>