

Dates de l'atelier : chaque mardi du mois de janvier de 10h à 12h

- Le 10/01
- Le 17/01
- Le 24/01
- Le 31/01
- Le 07/02

Pour tout renseignement,
Contacter : FranceServices au
02 96 92 33 46

LES CINQ MODULES DE L'ATELIER



Lieu : salle France Services



MODULE 1

Pour un logement pratique et confortable

OBJECTIF

L'objectif principal de ce module est de **transmettre des astuces et conseils aux retraités pour vivre dans un logement pratique et confortable**.

Cette première séance est, également, l'occasion que chacun expose sa situation de vie et apprenne à se connaître, les uns et les autres : une dynamique de groupe sera créée pour les prochains modules.

DEROULEMENT

Ce module prend appui sur un **jeu de questions-réponses** aux thématiques diverses : environnement, eau, chauffage, droit et devoirs, santé, électricité, sécurité, adaptation ; par le biais d'une **mallette « Mon Logement et Moi »**.

MODULE 2

Gestes et postures

OBJECTIF

L'objectif principal de ce module est d'**apporter les bons gestes et postures à adopter** pour un certain bien-être au quotidien.

DEROULEMENT

Ce module se base sur des **mises en situation** pour pointer du doigt les « mauvaises » positions et manutentions puis mettre en pratique les bons gestes et postures lors de différentes activités du quotidien.

Pour une meilleure compréhension, l'ergothérapeute apporte des **notions d'anatomie sur le dos**.

A la suite de ce module, un **livret** est remis aux retraités. Celui-ci regroupe les bons gestes et postures à adopter et à appliquer au quotidien.

MODULE 3

Le secret des accessoires innovants

OBJECTIF

L'objectif principal de ce module est de **présenter un maximum d'accessoires innovants** aux retraités pour pouvoir répondre à leurs besoins -aussi différents qu'ils soient- et ainsi, leur faciliter le quotidien.

DEROULEMENT

Lors de ce module, **les accessoires innovants sont présentés et essayés** par les retraités. Les activités du quotidien au sein de la cuisine, le salon, la chambre à coucher, le jardin, la salle de bain et les toilettes mais aussi la mobilité et la préhension sont ainsi représentées.

Les **fiches de chaque accessoire présenté** sont à disposition des retraités.

MODULE 4

L'habitat durable

OBJECTIF

L'objectif principal de ce module est de **mettre en avant l'importance des relations habitat-sécurité-confort-économie** pour un logement sain, respirable, sécurisé, confortable et économe.

DEROULEMENT

Lors de ce module, sur la base d'échanges, **des astuces indispensables ainsi que des moyens d'agir** seront évoqués avec les retraités.



MODULE 5

L'aménagement du logement et les aides

OBJECTIF

L'objectif principal de ce module est d'**apporter le maximum d'informations** aux retraités par rapport aux aménagements du logement ainsi qu'aux financements et divers accompagnements existants.

DEROULEMENT

Lors de ce module, les retraités pourront **réfléchir à l'intérêt d'un aménagement de leur domicile** grâce à des échanges entre participants.

Le rôle de SOLiHA sera exposé pour anticiper les éventuels besoins.

Des exemples et illustrations de projets servent de support d'échanges.

Le retraité partira avec de la documentation propre à SOLiHA mais aussi, à d'autres partenaires.