

atelier BIEN CHEZ SOI AVEC SOLIHA

Les bons gestes
et postures
au quotidien !

Des infos et
conseils habitat
pour les seniors !



DIE
Espace France
Service du Diois
les Mardis 25 avril,
2 et 9 mai 2023
A 14h



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Avec les Ateliers « BIEN CHEZ SOI » FACILITEZ-VOUS LA VIE !



Votre habitat reflète les différentes étapes de votre vie. La retraite est une de ces étapes !

Les ateliers « Bien chez soi » vous apportent des conseils pratiques, afin **d'aménager** votre habitat pour y vivre le plus confortablement en répondant à **l'ensemble de vos besoins**.

Les intervenants répondront à toutes vos interrogations sur les conditions **d'occupation** de votre logement pour vous permettre **d'y demeurer** en toute sérénité.

Des ateliers POUR GAGNER EN SÉRÉNITÉ !



Grâce aux ateliers, vous aurez toutes les informations et conseils qui vous permettront **d'améliorer** votre habitat au quotidien, en le rendant plus confortable, pratique et économe.

Ce sont 3 rencontres :

- Animées par un professionnel expert **de l'habitat**
- Interactives et ludiques (échanges, mises en situation, découverte et essais de matériel...)
- Un tour **d'horizon** complet des thèmes qui vous intéressent : économies **d'énergie, aides disponibles pour la réalisation** de vos travaux, aides et astuces ...





À qui cela s'adresse ?

Les ateliers s'adressent à toute personne retraitée, et quel que soit son régime de protection !



Qui les organise ?

Les ateliers sont organisés en partenariat avec les associations spécialisées du réseau SOLIHA



Combien ça coûte ?

Les activités sont gratuites pour les retraités (financées par Atouts Prévention Rhône-Alpes).



Ensemble

LES PRINCIPAUX ACTEURS DE LA RETRAITE **S'ENGAGENT !**



La CARSAT Rhône-Alpes, régime de retraite du régime général, gérant près de 1 300 000 retraités



L'essentiel & plus encore

La Mutualité Sociale Agricole (MSA) est le 2^{ème} régime de protection sociale en France. Elle couvre l'ensemble de la population agricole et ses ayants droit, et compte plus de 3,6 millions de retraités en métropole.



POUR PARTICIPER AUX 3 SÉANCES DE **L'ATELIER** « BIEN CHEZ SOI » DE LA

SOLiHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

DRÔME

Téléphone : 04 75 79 04 45 ou 30
Mail : ve@dromenet.org

SOLiHA, Solidaires pour **l'Habitat**, est le 1^{er} acteur associatif du secteur de **l'amélioration** de **l'habitat**. Depuis plus de 70 ans, l'association agit pour le maintien et l'accès au logement des personnes modestes à travers la rénovation énergétique, le maintien à domicile des personnes âgées et en situation de handicap, et l'accompagnement social.

PROCHAIN ATELIER à : l'Espace France Service du Diois - 200 av. de la Clairette à DIE -

VOUS INSCRIRE AUPRES DE :



Espace France Services du Diois
Proche de vous au quotidien.



- 04 75 22 31 87 -



ATELIER en 3 séances :

- **Mardi 25 avril de 14h à 16h30** – à l'Espace France Services du Diois
Séance 1 : Découvrez les astuces d'un logement pratique et confortable, avec le jeu « Mon logement et moi ».
- **Mardi 2 mai de 14h à 16h30** – à l'Espace France Services du Diois
Séance 2 : Les bons gestes et postures au quotidien avec un ergothérapeute.
- **Mardi 9 mai de 14h à 16h30** – à l'Espace France Services du Diois
Séance 3 : les démarches pour réaliser son projet de travaux et faire des économies d'énergie.

Atouts Prévention Rhône-Alpes

Atouts Prévention Rhône-Alpes
CS 23425
69441Lyon cedex 03
www.atoutsprevention-ra.fr



www.atoutsprevention-ra.fr

