

AVEC LES ATELIERS « BIEN CHEZ SOI »

Facilitez-vous la vie !

Ces rencontres sont interactives et ludiques. Au programme, des échanges, des présentations de matériels, etc.

L'objectif est de répondre à toutes les questions que vous vous posez et de vous aider à gagner en sérénité.

4 Ateliers les lundis

De **14h00 à 16h00**

24 septembre

1er octobre

8 octobre

15 octobre

Salle multimédias

de la mairie de

St-Pierre d'Irube / Hiriburu

**VENEZ-Y NOMBREUX, SEUL, EN
COUPLE OU ACCOMPAGNÉS DE
VOS AMIS !**

⇒ À QUI ÇA S'ADRESSE ?

A toute personne retraitée, quel que soit son régime de retraite sociale.

⇒ QUI LES ANIME ?

Une ergothérapeute de SOLiHA Pays Basque

⇒ QUI LES FINANCE ?

La CARSAT, la MSA et le RSI.

⇒ QUI CONTACTER ?

Pour tout renseignement et inscription, vous pouvez contacter :

**CCAS de
Saint-Pierre d'Irube/
Hiriburu**

05 59 44 03 53

Nos partenaires sur cette action :



SOLiHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

PAYS BASQUE



Les ateliers « BIEN CHEZ SOI » « GOXOKI ETXEAN »



Un logement pratique et confortable

Guide pratique

L'habitat durable

Les accessoires innovants

Les gestes et postures au quotidien

AVEC LES ATELIERS « BIEN CHEZ SOI »

Facilitez-vous la vie !

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

Les ateliers « Bien chez soi » ce sont 4 séances animées par un ergothérapeute et un conseiller énergie

Elles abordent différentes thématiques :

- Les économies d'énergie
- Les conseils et astuces pour aménager les pièces de votre logement
- Les accessoires innovants qui peuvent vous faciliter la vie au quotidien
- L'accompagnement qui peut vous être apporté dans votre projet

4 ateliers gratuits

à Saint-Pierre d'Irube / Hiriburu

► MODULE 1 :

Pour un logement pratique et confortable : astuces et conseils

Le lundi 24 septembre

► MODULE 2 :

L'habitat durable : l'importance des relations habitat-santé-confort-économie et les moyens d'agir

Le lundi 1er octobre

► MODULE 3 :

Être bien chez soi: comment se faciliter la vie (bons gestes et postures, le secret des accessoires innovants)

Le lundi 8 octobre

► MODULE 4 :

Aménagement du logement : quelles possibilités, et quelles aides financières ?

Le lundi 15 octobre

Les accessoires innovants



Un logement pratique et confortable



Guide pratique



L'habitat durable

