

## LES CINQ MODULES DE L'ATELIER



### 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, la 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.