Ateliers « Bien Vieillir chez soi » à LALŒUF

L'Association de Santé, d'Éducation et de Prévention sur les Territoires de Lorraine (ASEPT Lorraine), en partenariat avec Collectif NVES - Nous Vieillirons Ensemble dans le Saintois, la Commune de LALŒUF, Monalisa, le Conseil Départemental de Meurthe-et-Moselle, la MSA Lorraine, la CARSAT Nord-Est et la CAMIEG, vous invite à participer à un programme dédié à la prévention et à la compensation de la perte d'autonomie, afin de permettre à chacun de vivre à domicile en toute sécurité et en toute sérénité.

Ce cycle comprend trois ateliers de 2 heures, animés par un ergothérapeute. Ils sont gratuits et ouverts à toutes les personnes de 55 ans et plus, quel que soit leur régime de retraite.
Ces ateliers sont financés par la Commission des Financeurs de Meurthe-et-Moselle, la CARSAT Nord-Est, la MSA Lorraine et la CAMIEG.

Programme des ateliers :

🏠 Séance 1 : *Vie quotidienne dans son logement*

- Faire le point sur son type d'habitat et les difficultés rencontrées ou à venir.
- Identifier les obstacles du quotidien et découvrir comment les éviter grâce à un meilleur aménagement de son logement.
- Apprendre les gestes et postures favorisant confort et sécurité à domicile.

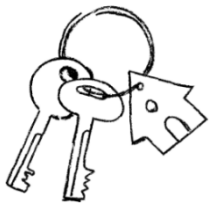
🛠️ Séance 2 : *Aides techniques, aménagement du logement et financements*

- Découvrir les aménagements possibles et les aides techniques disponibles.
- Identifier les professionnels à solliciter et apprendre à construire son projet.
- Connaître les différentes aides financières existantes.

📄 Séance 3 : *Les aménagements et les aides*

- Explorer les aménagements possibles **pièce par pièce**, des solutions simples et peu coûteuses aux projets plus conséquents.
- Comprendre comment se faire accompagner par des professionnels : **qui contacter, comment procéder, exemples de projets concrets.**
- Obtenir une **fiche récapitulative des contacts utiles et des aides financières** disponibles.

Association santé éducation et prévention sur les territoires Lorraine



PLANNING DES ATELIERS

Adresse des ateliers : Salle du conseil municipal, 60, rue de Puxe, 54115 LALŒUF.

Ateliers	Date	Heure
Atelier 1	Jeudi 12 novembre 2026	de 13h30 à 15h30 *
Atelier 2	Jeudi 19 novembre 2026	
Atelier 3	Jeudi 26 novembre 2026	

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 05 NOVEMBRE 2026
Bulletin d'inscription ci-dessous

Pour tout renseignement complémentaire, veuillez contacter l'ASEPT Lorraine au 07 84 58 88 57 ou par courriel à contact@aseptlorraine.fr



BULLETIN D'INSCRIPTION – ATELIERS BIEN VIEILLIR CHEZ SOI

Lieu des ateliers : LALŒUF

Nom : ……
Prénom : ……

Date de naissance : ……
Téléphone : ……
Adresse : ……

……..
Code postal : ……
Ville : ……

Caisse de retraite principale :

- MSA
- CARSAT
- CAMIEG
- Autre : ……

Engagement du participant

Après confirmation de mon inscription, je m'engage à **participer à l'ensemble des séances dans la mesure du possible**.

Date : ……/……../……..

Signature : ……

Pour participer aux ateliers, veuillez-vous inscrire auprès de l'ASEPT Lorraine au 07 84 58 88 57 ou par mail : contact@aseptlorraine.fr
www.aseptlorraine.fr