

## Les ateliers Bien chez soi avec SOLIHA

### Pour découvrir les astuces et conseils qui facilitent la vie au quotidien



*Des moments d'échanges ludiques et conviviaux offrant des conseils et recommandations en matière de prévention des accidents domestiques, d'adaptation des logements liée au vieillissement et en matière d'économie d'énergie pour Bien vieillir chez soi.*

#### CONTEXTE

Bien que l'on s'y sente en sécurité, la maison n'est pas sans dangers. Les accidents domestiques représentent en effet presque la moitié des accidents en général et sont la cause de 15 000 décès par an, soit le double des accidents de la route ; **les personnes âgées sont particulièrement touchées**. En effet, chaque année, environ **1 personne de plus de 65 ans sur 3 est victime d'une chute**. Les accidents de la vie courante provoquent chaque année 20 000 décès dont 9 000 concernent des personnes âgées de plus de 75 ans, victimes d'une chute à leur domicile dans plus de 70% des cas. De plus, à l'heure d'une population vieillissante et alors que la majorité des français **souhaite pouvoir vieillir chez elle, à son domicile**, seuls 6% des logements en France sont adaptés aux plus de 65 ans.

#### DEMARCHE ET SAVOIR FAIRE

SOLIHA exerce depuis 50 ans son activité d'accompagnement social, de conseil technique et de montage financier dans le cadre de projet de travaux. Il est ainsi **un des principaux acteurs de l'adaptation du logement aux personnes âgées**. Chaque année, il contribue alors aux enjeux démographiques en permettant le maintien à domicile de près de 24 400 ménages. SOLIHA, par le biais de ces ateliers, **aide les personnes âgées à prévenir l'avenir et à repenser leur lieu de vie pour bien vieillir chez soi**.

**Depuis 2016, plus de 167 cycles d'ateliers ont été animés** par les équipes SOLIHA dans les Hauts de France, touchant plus de 1 500 personnes.

#### DES CYCLES DE 3 SEANCES :

Les cycles d'ateliers Bien Chez Soi s'organisent sous forme de **3 sessions** d'animation collective dans des locaux mis à disposition par les partenaires des territoires (CCAS, centre sociaux, ...) permettant ainsi d'être au plus proche des habitants et de lutter contre l'isolement des personnes âgées.

**Animés** par un travailleur social, un ergothérapeute et un conseiller habitat, chaque cycle comprend 3 ateliers, définis comme suit :

- ⇒ **Atelier 1 :** se rencontrer, échanger et comprendre comment bien vieillir dans mon logement
- ⇒ **Atelier 2 :** se faciliter la vie chez moi : gestes, postures et aides techniques
- ⇒ **Atelier 3 :** aménager mon logement : conseils, accompagnements et financements.

**Ces ateliers sont gratuits** pour les participants grâce au soutien financier de la CARSAT Hauts de France.

#### PUBLIC CIBLE

Toutes les personnes **retraitées autonomes** de plus de 55 ans quel que soit leur régime de retraite, locataire ou propriétaire.

#### MODALITES D'ORGANISATION

La tenue des ateliers nécessite la mise à disposition d'une salle équipée d'un moyen de diffusion (vidéo projecteur) sur le territoire concerné pour accueillir les retraités au plus proche de leur lieu de vie. SOLIHA met ensuite à disposition des flyers et affiches aux partenaires locaux, qui se chargent des inscriptions du public.

#### CONTACT : Blandine LESURE

SOLIHA SOMME

Responsable de l'accompagnement social

b.lesure@soliha.fr

03.22.22.67.40