SOLIHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

ILLE ET VILAINE

Pays de Brocéliande
Syndicat Mixte
Territoire d'avenir



PLANNING DE L'ATELIER

« BIEN CHEZ SOI »

LIEU DES SÉANCES

Garderie- Square des écoles, rue du prélois 35380 MAXENT

Séance 1 : Pour un logement pratique et confortable : Astuces et Conseils

Mardi 19 janvier de 10h00 à 12h00

Séance 2 : Les gestes et postures dans les activités de la vie quotidienne

Mardi 26 janvier de 10h00 à 12h00

Séance 3 : L'habitat durable : L'importance des relations habitat santé - confort - économies et les moyens d'agir.

Mardi 02 février de 10h00 à 12h00

Séance 4 : Facilitez-vous la vie : Le secret des accessoires innovants

Mardi 09 février de 10h00 à 12h00

Séance 5 : L'aménagement du logement et les aides existantes : comment se faire accompagner dans son projet

Mardi 16 février de 10h00 à 12h00

➡ **Atelier gratuit à destination des retraités**

➡ **Inscription lors de la Réunion d'information (accès libre):**

Mardi 15 décembre 2026 de 14h00 à 15h00

Garderie- Square des écoles, rue du prélois 35380 MAXENT

Contact et renseignements: Mairie de Maxent au 02 99 06 70 15

Pour Bien Vieillir Bretagne
ars Agence Régionale de Santé Bretagne
Ille & Vilaine Le Département
Les ateliers Bien chez soi

SOLIHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

ILLE ET VILAINE

Pays de Brocéliande
Syndicat Mixte
Territoire d'avenir



PLANNING DE L'ATELIER

« BIEN CHEZ SOI »

Atelier **ludique et pratique** animé par notre ergothérapeute et experts habitat, pendant lequel vous trouverez **astuces et conseils** à mettre en œuvre facilement une fois rentré chez vous.



Venez tester des accessoires innovants, apprendre à préserver votre dos au quotidien, faire des économies d'énergie, tout y est pour vivre plus sereinement chez soi.



Un atelier financé par les caisses de retraite et votre département afin de préserver au maximum votre capital santé.



Un moment **convivial**, à chaque séance !

N'hésitez plus, inscrivez-vous !

POUR BIEN VIEILLIR BRETAGNE

ars Agence Régionale de Santé Bretagne

Ille & Vilaine LE DÉPARTEMENT

Les ateliers Bien chez soi