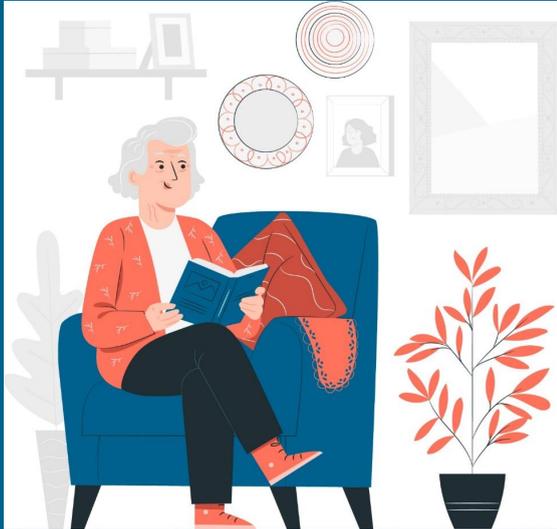


# L'ATELIER BIEN CHEZ SOI



## Qu'est-ce que c'est?

L'atelier Bien chez soi, c'est un ensemble de cinq modules offerts par la Prévention Retraite Ile-de-France (PRIF) dans le cadre de son Parcours prévention, afin de favoriser votre maintien à domicile en vous aidant à identifier les projets à développer pour votre logement.

D'une durée d'environ 2h30, les séances vous permettront de réfléchir à l'aménagement de votre logement en explorant chacune des pièces: les pièces de vie, les pièces intimes et la structure même de l'habitat. Intégralement animés par des professionnels de l'habitat, ils vous serviront par ailleurs à découvrir les aides et dispositifs auxquels vous êtes éligible, et vous permettront de développer des projets adaptés à vos

besoins —du simple réagencement de votre cuisine, au projet global de rénovation énergétique.

## Par qui c'est fait?

**SOLIHA** est un réseau d'associations agréées service social d'intérêt général (SSIG). Ouvrant pour l'intérêt public, nous travaillons depuis plusieurs décennies pour l'accès et le maintien dans l'habitat, sur l'ensemble du territoire métropolitain comme en outre-mer.

Avec quatre structures généralistes qui couvrent l'intégralité du territoire et des métiers du Mouvement, les structures franciliennes sont engagées depuis plusieurs décennies dans le domaine de l'amélioration de l'habitat, de la rénovation et de l'adaptation. A l'origine des ateliers Bien chez soi, et partenaires historiques de l'Assurance Retraite Ile-de-France, nos équipes comptent ainsi de nombreux architectes, ergothérapeutes, conseillers et techniciens habitat, et nous avons impulsé diverses actions de prévention et de sensibilisation.

## Pourquoi faire?

L'adaptation du logement est un besoin complexe, effrayant parfois, et on n'entame généralement les travaux nécessaires qu'une fois les difficultés observées. Alors qu'une très grande majorité des Français souhaitent profiter de leur domicile, il n'est pourtant jamais trop tôt pour

commencer à réfléchir aux gestes et postures, aux aides techniques ou aux menus travaux qui facilitent la vie quotidienne, et ces modules vous permettront d'anticiper des décisions importantes pour toujours vous sentir chez vous à domicile.

Bien qu'ils s'inscrivent dans la prévention de la perte d'autonomie, ces ateliers ne se limitent pas à des conseils d'adaptation, et ils permettent avant tout d'échanger avec des professionnels qui pourront vous fournir des conseils concrets sur l'aménagement et les aides qui existent en général, notamment pour améliorer la performance énergétique de votre logement.

### **Comment ça marche?**

Les ateliers Bien chez soi sont gratuits, pour vous comme pour l'institution qui les accueille. Ceci dit, il s'agit d'une formation relativement longue qui s'étend sur diverses semaines, et il est attendu de chaque participant qu'il assiste à chacun des modules. Pour participer aux ateliers, il faut donc être intéressé par le sujet et s'engager pleinement, afin d'assurer la pérennité de l'atelier.

Pour s'inscrire il suffit de contacter le partenaire qui vous a invité, ou d'écrire directement à [atelierbienchezsoi@soliha.fr](mailto:atelierbienchezsoi@soliha.fr) afin de participer à des ateliers en distanciel via Microsoft Teams. Vous pouvez également contacter la structure de

SOLIHA qui intervient sur votre territoire.

