

**Ateliers gratuits réservés aux seniors de 60 ans et plus.
Pass sanitaire valide et inscription obligatoires.**



Mardi 9 Novembre 2021 - 14h30 à 16h30

Année après année, garder, ranger, entreposer...Et si je faisais de la place ?

Nos placards, nos armoires, nos caves, garages et greniers, sont souvent pleins d'objets qui se sont accumulés tout au long des années, jusqu'à en oublier parfois l'existence. Et si vous décidiez de trier pour commencer à faire de la place ? Un atelier pour trouver des conseils et astuces pour laisser partir l'inutile, ce dont vous ne vous servez plus, pour y voir plus clair et se sentir mieux.

Mardi 16 Novembre 2021 - 14h30 à 16h30

Classement des documents personnels.

*Quelle est la durée d'archivage des différents documents ?
Quels sont ceux dont il ne faut absolument pas se séparer et ceux dont on n'a pas besoin ?
Comment constituer un classeur familial d'urgence ?
Cet atelier d'échanges vous apportera quelques bonnes pratiques pour vous faciliter la vie.
Un classeur récapitulatif est remis aux participants en fin d'atelier.*



Mardi 30 Novembre 2021 - 14h30 à 16h30

Rester Chez Soi à tout prix ou partir... pourquoi et pour aller où?

*Le logement et son environnement constituent la clé de voûte d'un bien vieillir à domicile.
Votre habitat permet-il ce bien vieillir en toute autonomie ?
Pourquoi et quand envisager un départ de chez soi et pour aller où ?*

Cet atelier vous propose d'échanger sur un sujet sensible: notre Chez Soi, son histoire, ses bons côtés et ses limites, mais aussi nos habitudes et nos repères, bousculés pendant cette période du Covid.

Un atelier où l'on discute en toute bienveillance de confinement, d'isolement et de l'anticipation d'un départ vers un autre chez Soi, si cela doit être le cas.



Mardi 14 Décembre 2021 - 14h30 à 16h30

Organiser son projet de changement de lieu de vie ou celui d'un proche

Comment s'y prendre et comment démarrer la démarche d'un changement de lieu de vie? Quelles étapes et chronologie être respecter pour limiter angoisse et épuisement?

Un atelier qui s'adresse aux personnes dans une démarche de départ vers un autre lieu de vie, à celles qui se questionnent mais aussi aux aidants qui accompagnent dans cette étape sensible.

Un classeur méthodologique est remis aux participants en fin d'atelier.



Renseignements & Inscriptions
Centre local d'information et de coordination - CLIC
04 50 41 04 04 ou clic@paysdegexagglo.fr

Les ateliers se tiendront à la **salle des fêtes de Chevry** (168 rue Saint Maurice).