

Exposition Facilha - visite libre en extérieur

Du 28 septembre au 16 octobre 2020, Place du Champ au Roy, Guingamp



ATELIERS PROPOSÉS DU 28 SEPT AU 02 OCT

Pour participer gratuitement aux ateliers, hall de la médiathèque de Guingamp, merci de valider votre inscription en appelant le CAUE au 06 34 45 21 12.

Droit et protection des personnes âgées (ADIL)

Locataires, copropriétaires, propriétaires occupants âgés, quelles sont les réglementations en vigueur pour rendre accessible et adapter mon logement à ma situation.

Lutte contre la fracture numérique (Microtel)

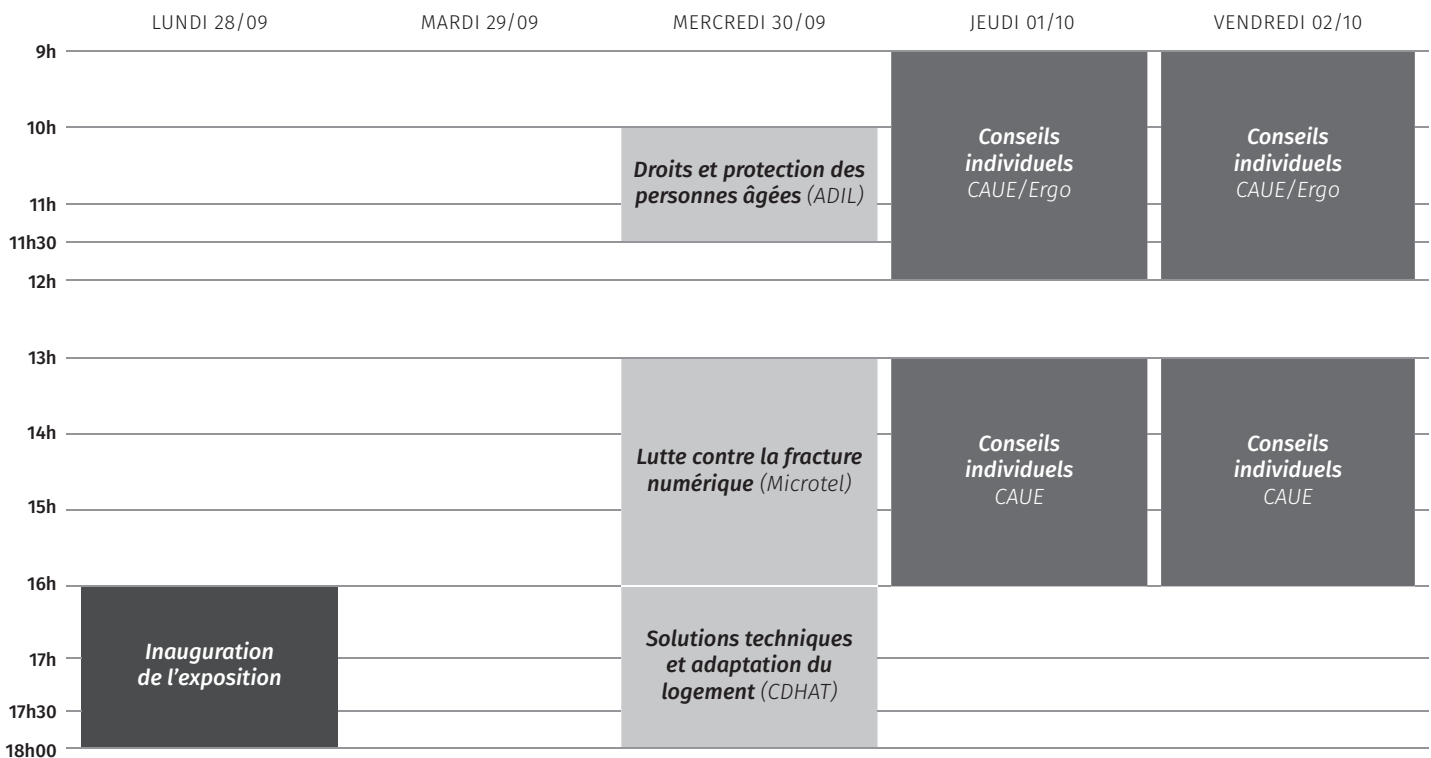
L'association Microtel vous propose un atelier pour vous aider à remplir les dossiers administratifs en ligne (impôts, CAF, Améli ou MSA, banques, dossier médical partagé...).

Solutions techniques et adaptation du logement (CDHAT)

Avec l'assistance du CDHAT, des exemples concrets de remplacement d'une baignoire par une douche, d'adaptation d'une salle de bain et d'une cuisine vous seront présentés. Ultérieurement, un diagnostic de votre logement pourra être réalisé afin d'identifier les futures problématiques en cas de perte d'autonomie.

Conseils individuels (CAUE-Ergothérapeute)

Venez rencontrer un architecte-conseil du CAUE accompagné d'un ergothérapeute pour vous guider dans votre projet d'adaptation, de rénovation ou de construction.



Exposition Facilha - visite libre en extérieur

Du 28 septembre au 16 octobre 2020, Place du Champ au Roy, Guingamp

ATELIERS PROPOSÉS DU 05 AU 09 OCTOBRE

Pour participer gratuitement aux ateliers, hall de la médiathèque de Guingamp, merci de valider votre inscription en appelant le CAUE au 06 34 45 21 12.



Solutions techniques et adaptation du logement (CDHAT)

Avec l'assistance du CDHAT, des exemples concrets de remplacement d'une baignoire par une douche, d'adaptation d'une salle de bain et d'une cuisine vous seront présentés. Ultérieurement, un diagnostic de votre logement pourra être réalisé afin d'identifier les futures problématiques en cas de perte d'autonomie.

Atelier culinaire, santé et gourmandises (C Très Bio !)

Bien se nourrir et adapter ses besoins nutritionnels pour conserver une bonne santé sans oublier de prendre du plaisir à cuisiner.

Comment financer mes travaux ? (CDHAT, ADIL, Action Logement)

Les travaux d'adaptation peuvent être éligibles à l'octroi de différentes aides via l'ANAH ou encore avec l'aide d'Action Logement. Cet atelier permet de faire le point sur les aides liées aux travaux d'adaptation de votre logement mais également sur les avantages fiscaux comme le crédit d'impôt.

Conseils individuels (CAUE-Ergothérapeute)

Venez rencontrer un architecte-conseil du CAUE accompagné d'un ergothérapeute pour vous guider dans votre projet d'adaptation, de rénovation ou de construction.

AXEO, informez-vous sur vos solutions de mobilité sur le territoire de Guingamp-Paimpol Agglomération (Transdev Guingamp-Paimpol Agglomération)

Venez vous renseigner sur le réseau Axéo pour faciliter vos déplacements. Vous y trouverez un panel d'informations sur l'offre de transport à la demande ainsi que de transport de personnes à mobilité réduite, de bus, de vélos électriques en location longue durée (1 à 6 mois) ainsi que de voitures en autopartage.

Information, orientation et accompagnement de l'avancée en âge des habitants de l'agglomération (CLIC)

Les services du département (CLIC) vous accueillent et vous accompagnent pour toutes questions relatives à la perte

d'autonomie. Venez les rencontrer!

Jardiner c'est la santé! (Vert Le Jardin)

A travers cet atelier, sera abordé: l'échauffement avant de jardiner, les gestes et postures ergonomiques, la présentation de matériel pour faciliter la vie du jardinier et des conseils pour jardiner longtemps.

Etre accueilli au domicile d'un particulier agréé (Département des Côtes d'Armor, service des personnes âgées et des personnes handicapées)

Pour les personnes âgées ou en situation de handicap, il est parfois nécessaire de trouver des solutions pour pallier les conséquences liées à la perte d'autonomie. Pour répondre aux besoins et attentes de ces personnes, le Département propose une solution alternative: l'accueil en famille agréée. Ce dispositif vous sera présenté.

Ma maison change d'air (Mutualité Française)

Cet atelier est un lieu d'échange et d'information sur tout ce qui touche aux sources possibles de pollution intérieure (plastiques, cosmétiques, produits d'entretien...). A travers différents jeux et exercices, dont le décryptage d'étiquettes, vous apprendrez à repérer les polluants, leurs impacts sur votre santé et, surtout, à chercher des alternatives plus saines, plus économiques et simples à mettre en oeuvre.

Le démarchage: les précautions à prendre (ADIL)

Les personnes âgées peuvent être des proies faciles pour les démarcheurs peu scrupuleux pourtant la réglementation en matière de lutte contre le démarchage abusif existe.

Conseils individuels (CAUE)

Venez rencontrer un architecte-conseil du CAUE pour vous guider dans votre projet d'adaptation, de rénovation ou de construction.

	LUNDI 05/10	MARDI 06/10	MERCREDI 07/10	JEUDI 08/10	VENDREDI 09/10
9h					
10h	Solutions techniques et adaptation du logement (CDHAT)	Conseils individuels CAUE/Ergo	Présentation des services AXEO (Transdev)	Etre accueilli au domicile d'un particulier agréé (Département des Côtes d'Armor)	Conseils individuels CAUE/Ergo
11h					
12h					
13h	Atelier culinaire, santé et gourmandises (C Très Bio)	Conseils individuels CAUE	Information, orientation et accompagnement de l'avancée en âge des hab. de l'agglomération (CLIC)	Ma maison change d'air (Mutualité Française)	Conseils individuels CAUE
14h					
15h					
16h	Comment financer mes travaux ? (CDHAT, Action Logement et ADIL)		Jardiner c'est la santé (Vert Le Jardin)	Le démarchage, les précautions à prendre (ADIL)	
17h					
17h30					



Exposition Facilha - visite libre en extérieur

Du 28 septembre au 16 octobre 2020, Place du Champ au Roy, Guingamp



ATELIERS PROPOSÉS DU 12 AU 15 OCTOBRE

Pour participer gratuitement aux ateliers, hall de la médiathèque de Guingamp, merci de valider votre inscription en appelant le CAUE au 06 34 45 21 12.

Conseils individuels (CAUE)

Venez rencontrer un architecte-conseil du CAUE pour vous guider dans votre projet d'adaptation, de rénovation ou de construction.

Etre accueilli au domicile d'un particulier agréé (Département des Côtes d'Armor, service des personnes âgées et des personnes handicapées)

Pour les personnes âgées ou en situation de handicap, il est parfois nécessaire de trouver des solutions pour pallier les conséquences liées à la perte d'autonomie. Pour répondre aux besoins et attentes de ces personnes, le Département propose une solution alternative: l'accueil en famille agréée. Ce dispositif vous sera présenté.

Gym douce (Actimut)

Atelier collectif proposant un travail de dérouillage articulaire, de renforcement musculaire et d'étirements pour diminuer les sensations de douleur et retrouver un dynamisme et une aisance dans les gestes de la vie quotidienne.

Gym équilibre (Actimut)

Atelier collectif proposant un travail de mobilité articulaire, de coordination et de renforcement musculaire adapté pour favoriser un meilleur équilibre au quotidien et prévenir les chutes et leurs conséquences.

Solutions techniques et adaptation du logement (CDHAT)

Avec l'assistance du CDHAT, des exemples concrets de remplacement d'une baignoire par une douche, d'adaptation d'une salle de bain et d'une cuisine vous seront présentés. Ultérieurement, un diagnostic de votre logement pourra être réalisé afin d'identifier les futures problématiques en cas de perte

d'autonomie.

L'accès à une mutuelle pour tous (Actiom)

L'association ACTIOM, propose d'accompagner tous les habitants (ayant une mutuelle ou non). A travers un rendez-vous gratuit, personnalisé, et individuel, des conseils vous seront proposés afin de vous guider vers une offre adaptée à la fois à vos besoins de santé et à vos ressources financières.

	LUNDI 12/10	MARDI 13/10	MERCREDI 14/10	JEUDI 15/10
9h				
10h	Conseils individuels CAUE	Conseils individuels CAUE/Ergo	Etre accueilli au domicile d'un particulier agréé (Département des Côtes d'Armor)	Conseils individuels CAUE/Ergo
11h				
12h				
13h				
14h	Conseils individuels CAUE	Conseils individuels CAUE	Gym douce (Actimut)	Solutions techniques et adaptation du logement (CDHAT)
15h			Gym équilibre (Actimut)	
16h				L'accès à une mutuelle pour tous (Actiom)
17h				
17h30				

