

Vieillir et mieux vivre chez soi

OLORON L'association Santé éducation et prévention sur les territoires (Asept) Sud-Aquitaine propose, à compter du jeudi 18 janvier, un atelier habitat destiné aux seniors, à Oloron-Sainte-Marie. Durant ce module interactif et ludique, les participants recevront des conseils pratiques pour vivre

plus sainement chez eux. L'objectif de cet atelier est de favoriser la prise de conscience du lien qui existe entre habitat, santé et bien-être. Les seniors bénéficieront aussi de conseils pour limiter leurs dépenses énergétiques et optimiser leur budget. L'atelier est organisé en cinq séances de deux heures, chaque jeudi du 18 janvier au 15 février, de 9 h 30 à 11 h 30, à l'Espace de vie sociale d'Oloron, 6 rue de Sègues. Les ateliers sont accessibles gratuitement et réservés aux personnes âgées de plus de 55 ans. Inscriptions par téléphone au 05 59 80 98 88 ou directement sur le site de l'Asept: asept-sudaquitaine.fr