

Les clés d'un logement confortable



**POUR Bien
VieILLIR**



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

AVEC LE PRIF,

FACILITEZ-VOUS LA VIE

→ **Pourquoi améliorer son habitat ?
Comment le rendre confortable ?
Votre habitat reflète les différentes
étapes de votre vie. La retraite est une
de ces étapes.**

Rendre son habitat facile à vivre au quotidien sans le modifier considérablement ou bouleverser ses habitudes n'est ni impossible, ni compliqué. L'objet des ateliers Bien chez soi est d'apporter des conseils pratiques, afin d'aménager son habitat pour y vivre le plus confortablement en répondant à ses nouveaux besoins.

“

**Les échanges
avec le groupe
m'ont donné plein
d'idées. ”**

“

**Ces ateliers
m'ont permis
de repenser ma
salle de bain
de manière plus
confortable. ”**

“

**Grâce à ces
ateliers, je
consomme
beaucoup moins
d'eau chez moi. ”**

ATELIERS BIEN CHEZ SOI, GAGNEZ EN SÉRÉNITÉ !

→ Grâce aux ateliers Bien chez soi, vous aurez toutes les informations et conseils qui vous permettront d'améliorer votre habitat au quotidien, en le rendant plus confortable, pratique et économe.

**Les ateliers Bien chez soi, ce sont,
au choix : 5 rencontres en présentiel,
en visio ou en audio**

- Chaque séance dure en moyenne 1 h à 2 h 30 et regroupe 8 à 15 personnes. Elles sont animées par un expert de l'adaptation de l'habitat.
- **Au programme des séances** : aménager votre logement selon votre budget, vous équiper et adopter les bons gestes pour faciliter votre quotidien et préserver votre santé. Mais aussi faire des économies d'énergie pour préserver la planète. L'occasion de donner vie à vos projets et de faire le point sur la façon de les financer.
- Interactives et ludiques, ces séances vous permettront non seulement de partager vos expériences, mais aussi de découvrir et tester des accessoires ou équipements (pour les sessions en présentiel uniquement).

- **96 %* des participants ont déjà mis ou comptent mettre en place des gestes et postures qui facilitent l'adaptation de leur espace et logement à l'issue de l'atelier** (*Source : rapport d'évaluation du Prif 2021)

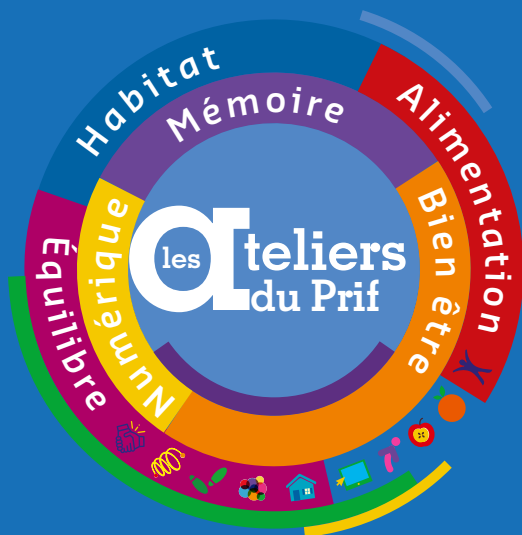
**Vous voulez aller plus loin et passer à l'action ?
Vous avez besoin de conseils spécifiques pour mener à bien vos projets d'aménagements ou de travaux ?**
À l'issue de l'atelier, vous pouvez bénéficier de la visite d'un ergothérapeute à votre domicile, offerte par votre caisse de retraite.

LE PRIF, PARTENAIRE DES JEUNES DE PLUS DE 60 ANS

→ Le Prif vous propose une série d'ateliers consacrés chacun à un aspect du bien vivre à tout âge : la santé, l'activité physique, l'alimentation, l'aménagement du logement, la mémoire, le sommeil, la marche, le numérique, etc.

Ces ateliers sont des moments d'échange et de partage autour d'un professionnel qualifié. Ils vous apporteront des informations précises et des conseils personnalisés pour améliorer votre bien-être au quotidien et prendre confiance en vous.

Le Prif, c'est aussi le site www.mieuxvivremonlogement.fr qui vous propose des conseils pratiques et concrets pour un chez-soi sûr et confortable.



ENSEMBLE, AU SERVICE DE LA PRÉVENTION

Le Prif, acteur incontournable de la prévention vise à vous accompagner tout au long de votre retraite. Le Prif regroupe les principaux acteurs de la retraite.

→ Les membres du Prif

- Premier régime de retraite français, l'Assurance retraite accompagne les salariés, les travailleurs indépendants, les contractuels de la fonction publique et les artistes-auteurs. Cela représente 78 % des actifs, 16 millions de retraités, dont 3 millions en Île-de-France.
- La Mutualité sociale agricole (MSA) est le deuxième régime de protection sociale en France. Elle accompagne l'ensemble de la population agricole et des ayants droit et compte plus de 3.9 millions de retraités en métropole, dont 197 000 en Île-de-France.

→ Les partenaires institutionnels du Prif



→ Les conférences de financeurs



À QUI ÇA S'ADRESSE ?

Les ateliers Bien chez soi s'adressent à toute personne retraitée en Île-de-France, quel que soit son régime de protection sociale.

QUI LES ORGANISE ?

Le Prif organise ces ateliers en partenariat avec des experts de la prévention ou des thématiques abordées (fédération, association, entreprise) et les acteurs locaux de votre territoire (Mairie, CCAS, Clic, Résidence autonomie, Clubs sénior, Centre socio-culturel, Bailleur social, association locale ...).

QUI LES FINANCE ?

Les activités proposées sont intégralement financées par le Prif et ses partenaires, acteurs de la protection sociale et départements, dans le cadre des conférences de financeurs. Aucune participation financière ne vous sera demandée.



Plus d'information sur www.prif.fr - contact.prif@prif.fr

.../en Personne 360 - 11/2023



POUR Bien VieILLIR



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent