

Parcours de prévention organisé par le PRIF*

Du 9 novembre au 14 décembre

Le PRIF* est un organisme inter-régimes de retraite qui propose un parcours de prévention et bien-être en direction des seniors de 60 ans et plus. Six rendez-vous sont prévus à Osny du 9 novembre au 14 décembre.

- **Jeudi 9 novembre 2023** : conférence de présentation du dispositif Prévention retraite Île-de-France.
- **Jeudi 16 novembre 2023** : penser son lieu de vie, appréhension des notions de confort, de sécurité.
- **Jeudi 23 novembre 2023** : pièces de vie (1^{re} partie), appréhension des pièces intimes, avec l'intervention d'une ergothérapeute sur les différentes problématiques liées à la toilette, l'habillement.
- **Jeudi 30 novembre 2023** : pièces de vie (2^e partie), appréhension des circulations extérieures et intérieures, avec l'intervention d'une ergothérapeute sur les problématiques liées à l'organisation de l'espace de vie, l'appréhension des facteurs de risque et des conseils plus globaux sur les gestes et postures à adopter dans la réalisation des activités quotidiennes.
- **Jeudi 7 décembre 2023** : éco-gestes et rénovation, appréhension du bâti et des éco-gestes à adopter pour un logement durable, avec l'intervention d'un technicien(ne) habitat sur les mesures à mettre en place pour modérer sa consommation d'énergie.
- **Jeudi 14 décembre 2023** : réaliser son projet, présentation des aides existantes, notamment pour le financement d'aides techniques.

De 10h à 12h à l'hôtel de ville - Gratuit

Réservations obligatoires auprès du CCAS avant le 1^{er} novembre.

*PRIF : Prévention Retraite Île-de-France

Contact presse

Cécile Dyskiewicz : 06 46 23 22 61 - c.dyskiewicz@ville-osny.fr

Frédérique Behr : 01 34 25 42 77 - f.behr@ville-osny.fr

