

# DES ATELIERS POUR REDONNER CONFIANCE AUX SÉNIORS

## DESCRIPTION

Pour mieux accompagner les seniors isolés, le centre communal d'action sociale de Thouaré-sur-Loire relance ses ateliers d'estime de soi. Ces ateliers dits « socio-esthétiques », comme ceux de lecture créative en groupe, aident les seniors à reprendre soin d'eux et à reprendre confiance.

Les ateliers se veulent les plus ludiques possible, entre rire, détente et échanges, et ponctués de conseils pour se sentir mieux dans sa tête et dans son corps, le tout animé par le CCAS. Au-delà des objectifs de bien-être, l'objectif est de recréer du lien social entre les seniors isolés, en suscitant ces moments d'échange.

Les ateliers sont gratuits, et les participants s'engagent à participer à au moins deux ateliers.



## CONTACT

📍 Thouaré-sur-Loire, 2023

✉ Mairie 02 40 68 09 70

## THÉMATIQUES

Solidarités et action sociale / Seniors

Vie locale / Cohésion entre habitants

## REPÈRES

6,95

