

Communiqué de presse

Atelier BIEN VIEILLIR

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) définit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social, [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité » Avoir des relations satisfaisantes avec ses proches contribue à la bonne santé.

La maison de santé Jenny d'Héricourt conduit des ateliers « bien vieillir ». Un nouveau cycle démarre le 17 octobre à destination des aînés : la médiation, la communication bienveillante, le rôle et la place des aînés dans la famille, les rythmes de vie, les besoins selon les âges.

Les rencontres qui se dérouleront dans les locaux de la maison de santé, 14 rue du 11 novembre à Héricourt, sont ouvertes aux plus de 60 ans ; la participation est gratuite, mais l'effectif est limité en raison des mesures sanitaires en vigueur, l'inscription est obligatoire auprès des intervenantes : Sophie BOLLE-REDDAT, thérapeute, tél. 06 80 17 44 26 ou Véronique MOUGEY médiatrice familiale D.E. Tél. 06 36 99 90 22, ou par mel à veronique.mougey@sfr.fr.

Plusieurs ateliers sont prévus avec à chaque fois des apports d'information. Le 17 octobre, dans le cadre de la semaine internationale de la médiation, Véronique Mougey présentera la médiation : si le conflit fait partie de la vie, gérer et dépasser le conflit sans se fâcher, c'est possible.