

Atelier bien-être à Fort Mardyck

Solidarité

Semaine *bleue*

Du 18 au 25 octobre, dans le cadre de la semaine nationale des retraités et des personnes âgées, événement qui vise à sensibiliser le grand public à la place et au rôle des aînés dans la société, le Centre d'Action Sociale a proposé un programme riche :

Pour débiter cette semaine, 2 visites étaient organisées autour de la chicorée. La 1^{re} lieu que les participants ont pu découvrir est une ancienne sécherie à Vieille église. Dans un second temps, le groupe s'est rendu à l'usine de Chicorée du Nord, entreprise familiale de torréfaction à Oye Plage. Puis, il y a eu la **marche bleue** le samedi 19, l'**après-midi jeux de société** le lundi 21, l'**atelier mémoire inter-génération** le mercredi 23 et la **conférence sur l'histoire**



* Explication du fonctionnement de la machine à conditionnement de la chicorée.

du zoo le jeudi 24. La semaine s'est achevée le vendredi 25 octobre avec les **ateliers cuisine et composition florale** ainsi qu'un **atelier bien-être** animé par l'ADAR, nouveauté qui a fait l'unanimité auprès des participants.

Témoignage de

Sylvie DELATTRE, sur l'atelier bien-être

"C'est super, il y a une très bonne ambiance. Je tiens à souligner la gentillesse des animatrices qui nous ont donné de nombreux conseils et explications. J'ai pu réaliser un soin très simple avec des produits qui ne coûtent rien, et le massage des mains a été un moment de détente. J'ai passé un bon moment et cela m'a permis de rencontrer d'autres personnes. Cela me donne envie de venir à d'autres ateliers."

Sylvie DELATTRE a pu fabriquer une crème pour les mains à base de miel, de sucre et d'huile d'olive.



[Consulter le magazine](#)