

## Poullan-sur-Mer

# MFR. Un forum sur le maintien à domicile

Mardi, toute la journée, c'était l'effervescence au centre de formation Maison famille rurale (MFR). Après des mois de travail, ce premier forum inédit a ouvert ses portes dès 10 h. Les conférences traitant notamment de diététique, du gérontopôle, de l'habitat participatif ont attiré une centaine de participants le matin et 80 l'après-midi. En marge de ces interventions, 31 exposants étaient répartis dans l'ensemble des locaux de l'établissement.

### Lien social, bon pour la santé

Animé par Alain Liébot, les interventions se sont enchaînées. Le matin, Marie-Annick Morvan de la société Diétalia a vanté les mérites d'une alimentation équilibrée et l'importance de bien manger dans un contexte de maintien à domicile. C'est ensuite Sonia Le Burel, qui a rappelé l'existence d'un service de portage de repas à domicile sur le territoire dans le cadre du CIAS. « La moyenne d'âge des personnes aidées en la matière



Marie-Annick Morvan a présenté une conférence sur le plaisir du bien manger devant des auditeurs des plus intéressés. Les questions ont été nombreuses.

est de 84 ans ». Guillaume Louërat, a expliqué le fonctionnement de « Paupiette », une association qui souhaite créer du lien entre personnes âgées isolées et étudiants ou jeunes actifs. Gwenaël Planchin a présenté Kozh ensemble et le gérontopôle en précisant l'implication de Pascal Nourry, président de

la MFR notamment sur les réseaux sociaux. Côté stands, ils ont proposé quelques ateliers mémoire, prévention des chutes tout au long de la journée. L'entreprise Le Saint, de Bourg-Blang, grossiste en fruits et légumes, a fait goûter de nombreux fruits et légumes et des jus de fruits.

## QUE SONT-ELLES VENUES CHERCHER AU FORUM ?



Marie-Paule Mével, 62 ans, La Forêt-Fouesnant

### Heureuse de revoir ses anciens élèves

« Mes parents, à Pouldreuzic, ont 88 et 90 ans et nous souhaiterions qu'ils restent vivre à la maison dans les meilleures conditions possibles. Ils utilisent les services chèque emploi service et l'ADMR pour le ménage et un service infirmier. Pour le moment, ils sont autonomes au niveau des repas. Je suis heureuse de voir le parcours d'Enora et Guillaume, mes anciens élèves du Likès impliqués dans cette belle aventure humaine de l'association Paupiette ».



Marina Bouchet, 39 ans, L'Hôpital-Camfrout

### « J'ai présenté l'habitat participatif »

« Je suis psycho-sociologue et cofondatrice de Rosalie Life. C'est un réseau de proximité de partage pour impulser des dynamiques collaboratives. Aujourd'hui, j'ai présenté l'habitat participatif mais la mutualisation peut toucher bien d'autres choses. L'habitat participatif a été lancé dans les années 60 par des militants. Depuis les années 2000, le sujet a commencé à intéresser les collectivités. C'est la Loi Alur qui a légitimé ce concept et lui a permis de changer d'échelle ».



Célia Pichon et Laurianne Berreher, 16 et 20 ans, de Lanvéoc-Poulmic

### Des élèves en seconde service à la personne

« Nous sommes élèves en seconde service à la personne et au territoire à la MFR. Nous avons participé avec toute notre classe à l'élaboration du forum. Nous avons bien aimé la dégustation de fruits, légumes et jus de fruits proposée par l'entreprise Le Saint et puis le test auditif. Toutes les deux, nous avons fait un stage auprès de personnes âgées à l'hôpital local de Crozon et à la fin de nos études nous aimerions nous engager dans l'armée en tant qu'infirmières ».