

## La Maison du Bien Vieillir

Un établissement d'un genre nouveau à destination des seniors fragiles et isolés ouvre ses portes à Fontainebleau en cet été 2021.

La Maison du Bien Vieillir est **une maison familiale partagée** destinée aux **séniors qui ne veulent ou ne peuvent plus vivre seuls chez eux**, mais souhaitent **maintenir leur autonomie**.

Ce **lieu de vie à taille humaine** à la fois inédit et innovant puise sa raison d'être dans l'idée que rompre avec l'isolement pourrait être le 1<sup>er</sup> facteur du Bien Vieillir autrement !

Animé par une coordinatrice expérimentée, la « **gouvernante** » vit sur place, elle accueille, assiste ou encore coordonne chaque jour les intervenants, séniors et activités. **Elle crée les liens, favorise les relations, enchante de sa présence, des bonnes odeurs culinaires, cette maison d'accueil et de partage où se rencontrent quotidiennement des résidents mais aussi des extérieurs.**

**Cette maison familiale, solidaire, Humaine et amicale** où l'apprentissage du bien vieillir est mis en pratique chaque jour, dans chacun des actes du quotidien.. **propose avant tout une solution alternative à la maison de retraite autour des ateliers de maintien à l'autonomie.**

**Les ateliers du Bien Vieillir sont animés par une équipe de professionnels de santé dédiés** et engagés au projet. Chaque jour la coordination, la mémoire, l'équilibre nutritionnel, la prévention des chutes, la relaxation, la respiration et les émotions sont sollicités autour d'activités ludiques et pédagogiques, ... Parce que maintenir les bons réflexes au quotidien, c'est s'assurer de vieillir sans que ce ne soit jamais plus une fatalité....

Alors Infirmiers, orthophoniste, psychomotricienne, kinésithérapeute, ergothérapeute, psychologue, thérapeute en relation d'aide, ostéopathe, sophrologue et nutritionniste ont **développé un programme spécifique fondé sur les 5 facteurs de l'autonomie**. Chaque sénior fait l'objet d'un bilan complet et bénéficie d'un **programme d'accompagnement personnalisé** qui est régulièrement suivi et réadapté à ses évolutions.

*Le Concept est simple : « La maison du Bien Vieillir ajoute de la vie à vos années pour ajouter des années à votre vie »*

Alors **pour celles et ceux qui ne souhaiteraient plus vivre isolés**, la maison du Bien Vieillir vous ouvre ses **15 chambres en toute intimité complétées d'espaces communs partagés**.

Chacun pourra alors se ressourcer ou recevoir dans ses appartements privés, meublés, à la décoration soignée et chaleureuse (chambre /salon, cuisinette équipée, salle d'eau avec WC) mais aussi se retrouver en toute complicité au gré des moments de vie partagés, sur la terrasse, dans le jardin ombragé, au salon ou encore dans la cuisine pour y préparer un repas partagé.....mais aussi dans les espaces danse, gym douce, jeux ou musique et chant de notre maison.

Que vous ayez fait le choix d'être résident ou plutôt celui de nous rejoindre à moments choisis, **la maison du Bien Vieillir vous est ouverte chaque jour pour rejoindre notre petit collectif à l'occasion des ateliers d'autonomie**.

Du lundi au vendredi en journée ou en demie journée entre 9h et 17h, Venez y partager de bons moments !

**Plusieurs formules y sont donc proposées :**

**Une formule « résident »** incluant la location de votre espace privé ( entre 16 et 38 m2), les charges, les repas, la blanchisserie, l'entretien des espaces communs, les ateliers, les sorties et les loisirs à partir de 1500 euros tout inclus (ouvrant droit aux subvention APL en fonction de votre retraite et APA en fonction de votre autonomie)

**Une formule « Extérieurs »** donnant accès aux ateliers autonomie à partir de 30 euros par ½ journée repas et activités inclus

*J'espère que vous serez aussi touchés par ce projet que sa fondatrice à l'évoquer au point de ne jamais oublier que tous nos aînés sont finalement nos parents...Ceux qui nous ont données les 20 Ières meilleures années de notre vie...Alors offrons leurs dignement les 20 meilleures dernières années qu'ils méritent!*

Contact : contact@lamaisondubienvieillir.com - Laurence Régnier 0616196950 [www.lamaisondubienvieillir.com](http://www.lamaisondubienvieillir.com)

