

<p>CCAS de Lorient</p>	<p>Horaires d'ouverture Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h15, le samedi matin (uniquement pour l'état civil) de 9h à 12h.</p>	<p>Mairie de Lorient 2 boulevard Leclerc 56100 Lorient</p>
<p>Retrouvez votre page</p>	<p>CCAS > Toutes les actualités > Résidence de Kerguestenen</p>	<p>tél : 02 97 02 22 00</p>

Résidence de Kerguestenen

Une salle de bien-être

Gym douce, kiné, massage, manucure ou détente : la nouvelle salle bien-être de la résidence autonomie de Kerguestenen offre un espace de confort et de rencontre aux soixante-dix seniors qui y vivent.

Lumière tamisée et musique relaxante, une douzaine de grands fauteuils à accoudoirs appellent à venir s'installer encercle au centre de la pièce. À gauche, un coin détente ceint de paravents ; à droite, un espace dédié aux exercices physiques, avec espalier, vélos elliptiques, tapis de marche. Un peu plus loin, des tables de massage... Sur près de 150 m², la salle bien-être déploie de multiples outils au service d'autant d'activités. " La salle est en libre accès pour les résidents, explique Isabelle Kermorvant, directrice de la résidence autonomie de Kerguestenen. On propose aussi un planning des activités avec, par exemple, des ateliers, des soins... "



Salle bien-être à Kerguestenen

Convivialité

Ils sont environ soixante-dix résidents seniors à vivre dans cet établissement où chacun dispose d'un logement mais aussi d'activités et de salles communes. Ateliers créatifs, salle de jeux, restaurant, parc : la salle bien-être vient ainsi compléter l'offre.

Si la résidence Kerguestenen accueille des personnes âgées autonomes, celles-ci peuvent être confrontées à une perte progressive de cette autonomie au fil du temps. " Plus les personnes âgées bougent, mieux elles préviennent leur perte d'autonomie dans leurs déplacements. Et puis c'est un moyen de créer un lien social entre les résidents. La salle bien-être est un lieu qui permet de se rencontrer et de se faire plaisir en s'occupant de soi : cela fait du bien ! " Ainsi, des murs blancs ou orange délimitent les espaces et des ambiances. Pour habiller l'ensemble, des expositions temporaires sont possibles, comme ces lithographies de la ville qui ponctuent l'espace. Et dans les grands placards, tapis, ballons, plots... Tout a été pensé avec les kinés et les animatrices pour faciliter des activités adaptées. " Tous les mercredis après-midi, on a mis en place de la gym douce avec des animatrices.

Certaines aides-soignantes proposent ponctuellement des soins : manucure, massage des mains, bains de pied, massage des cervicales... Mais on est encore en phase d'expérimentation pour faire fonctionner ce nouvel équipement. "

La salle n'a ouvert qu'au mois de janvier, et déjà les premiers retours sont très positifs de la part des résidents comme du personnel.