

## Des ateliers pour le bien-être des locataires



Pour la troisième fois, l'Opac 36 et l'Union départementale des associations familiales de l'Indre (Udaf) ont proposé aux locataires de l'Opac une parenthèse bien-être dans leur quotidien. Ce troisième atelier a été animé par Natacha Trouselet, socioesthéticienne CODES, accompagnée de Laurence Lemaire, conseillère sociale Opac du secteur d'Issoudun et de Stéphanie Lory, gardienne aux Lavandières. *« Tous les ateliers ont été ouverts à l'ensemble des locataires de l'Opac d'Issoudun, peu importe le quartier habité. Les deux premières séances avaient été consacrées aux soins des mains et du visage. Ce troisième et dernier atelier a été réservé à la typologie. Nous avons étudié la façon de choisir telle ou telle couleur de vêtement pour accompagner notre quotidien. A l'aide d'un foulard utilisé comme bavette, le visage s'illumine suivant les couleurs chaudes ou froides. Les cernes semblent plus atténués et le visage plus détendu. Le choix de la couleur a donc un rôle essentiel. »*

Tous ces ateliers ont permis de rompre l'isolement entre les locataires. *« Ce sont des moments de convivialité et d'échanges qui permettent aux locataires de mieux se connaître et d'échanger des idées, des conseils dans de nombreux domaines. Les participantes, principalement des femmes, sont très reconnaissantes à l'Opac de se pencher sur leur bien-être. »*