

JUILLET - DÉCEMBRE 2021



# LE GUIDE POUR BIEN VIVRE ET BIEN VIEILLIR CHEZ SOI

**GRATUIT**

# Les numéros d'urgence

## 112 Numéro d'appel d'urgence européen

Si vous êtes victime ou témoin d'un accident dans un pays de l'Union européenne.

## 15 SAMU

Pour obtenir l'intervention d'une équipe médicale lors d'une situation de détresse vitale, ainsi que pour être redirigé vers un organisme de permanence de soins.

## 17 Police secours

Pour signaler une infraction qui nécessite l'intervention immédiate de la police.

## 18 Pompiers

Pour signaler une situation de péril ou un accident concernant des biens ou des personnes et obtenir leur intervention rapide.

## 114 Numéro d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes

Si vous êtes victime ou témoin d'une situation d'urgence qui nécessite l'intervention des services de secours. Numéro accessible par fax et SMS.

CE GUIDE VOUS EST OFFERT PAR :

### Mentions légales

*Le guide pour bien vivre et bien vieillir chez soi* est une publication de **Silver Alliance**.  
Il est imprimé par le Groupe Morault, dont le siège est situé 2 rue de Torricelli, 75017 Paris.  
**Directeur de la publication** : Benjamin ZIMMER - **Rédactrice en chef** : Céline FIAUDRIN  
**Conception graphique** : Oui Care Communication - **Crédits photos** : Adobe Stock®, Shutterstock®.



*Chère Madame, cher Monsieur,*

Notre société fait aujourd'hui face à d'importantes mutations politiques, économiques, démographiques, énergétiques, numériques, pour ne citer qu'elles ; et les acteurs publics et privés se doivent d'agir pour éviter d'avoir à en subir les conséquences sociétales, financières et environnementales.

Chez Silver Alliance, premier collectif d'entreprises au service des seniors, **le défi auquel nous avons décidé de consacrer toute notre énergie est celui de la transition démographique.** En effet, jamais en France, nous n'avons compté autant de personnes âgées de 60 ans et plus. Une situation inédite qui illustre plus de 50 ans de progrès sanitaire et médico-social.

Néanmoins, derrière cette évolution considérable, certains fléaux persistent et l'un d'entre eux, l'âgisme, mobilise tous nos efforts. **L'âgisme désigne l'ensemble des préjugés défavorables et stigmatisations dont sont victimes les personnes âgées aujourd'hui.**

Selon le rapport mondial sur l'âgisme publié par les Nations Unies en mars 2021, **une personne sur deux dans le monde aurait des attitudes âgistes** et cela aurait des conséquences négatives sur la santé physique et mentale des personnes âgées ainsi que sur leur qualité de vie.

En tant qu'acteur engagé en faveur du « bien vieillir », **notre responsabilité est de lutter contre ce mépris de l'âge ; lequel doit être combattu de façon collective, avec force et détermination.** C'est pourquoi nous avons lancé avec nos alliés « Rêves de Seniors », une opération qui vise à changer le regard que porte la société sur le vieillissement en permettant à des personnes âgées de réaliser leur rêve (p. 55).

André Malraux écrivait à juste titre : « *On ne voit vieillir que les autres* ». En effet, **nous sommes tous concernés par l'avancée en âge**, ce qui implique des mesures d'adaptation pour que toutes les générations puissent s'épanouir ensemble au sein d'une même société.

Changer de regard sur la vieillesse, renforcer les droits des personnes âgées et de leurs aidants, faire évoluer les consciences et les attitudes sont devenus, aujourd'hui plus que jamais, indispensables pour **vivre dans une société solidaire, plus respectueuse du bien-être de chacun de ses citoyens, et cela quel que soit son âge !**

**Benjamin Zimmer**  
Directeur de Silver Alliance





## PROFITER DE MON TEMPS

UNE AIDE À LA GARDE DES PETITS-ENFANTS	7
UNE TABLETTE TACTILE SIMPLIFIÉE	8
DES TÉLÉPHONES SIMPLES ET ADAPTÉS	9
DES SOLUTIONS DE JARDINAGE ET DE SOIN DES PLANTES	10
UNE AIDE AU JARDINAGE	11
DES POUSSETTES DE MARCHÉ PRATIQUES ET MANIABLES	12
DES PRODUITS DE PETIT-DÉJEUNER ERGONOMIQUES	13

NOUVELLE  
MARQUE



## BIEN VIVRE CHEZ MOI

DES RÉSIDENCES SENIORS OÙ IL FAIT BON VIVRE	15
DES REPAS ÉQUILIBRÉS ET SAINS À DOMICILE	16
UNE AIDE À DOMICILE	17
UNE SOLUTION À TOUS VOS PROBLÈMES DE CLÉS	18
UN INTERPHONE SANS FIL DE CONTRÔLE D'ACCÈS	19
DES GARDES DE NUIT PAR DES ÉTUDIANTS EN SANTÉ	20
UN SERVICE D'AIDE À LA DÉTECTION DE CHUTE 24H/24	21
UN SERVICE DE TÉLÉASSISTANCE MOBILE 24H/24	22
UN SERVICE DE GÉOLOCALISATION 24H/24	23

NOUVELLE  
MARQUE



## AUGMENTER MON POUVOIR D'ACHAT

LE SITE N°1 DE L'EMPLOI DES 50 ANS ET PLUS	25
L'ASSURANCE DES SENIORS	26
LA SOLUTION VIAGER MUTUALISÉ®	27

# Sommaire



## ME SIMPLIFIER LA VIE ADMINISTRATIVE

LE SITE SPÉCIALISÉ DANS LA RETRAITE EN FRANCE	29
UNE AIDE À LA RECHERCHE D'UN LOGEMENT SENIOR	30
UN ACCOMPAGNEMENT AU DÉMÉNAGEMENT	31



## AMÉNAGER MON LOGEMENT

DES SOLUTIONS ERGONOMIQUES POUR LA MAISON	<b>NOUVELLE MARQUE</b>	33
DES ERGOTHÉRAPEUTES POUR ADAPTER SON LOGEMENT		34
UN MONTE-ESCALIERS 100 % SÉCURISÉ		35
DES AIDES AU CONFORT ET À LA MOBILITÉ		36
DES ÉQUIPEMENTS MÉDICAUX POST-HOSPITALISATION	<b>NOUVELLE MARQUE</b>	37
UNE SALLE DE BAIN SUR MESURE ET SÉCURISÉE		38



## VEILLER SUR MA SANTÉ

UN SERVICE DE TÉLÉCONSULTATION MÉDICALE	40
DES PHARMACIENS À VOS CÔTÉS POUR BIEN VIEILLIR	41
UN RÉSEAU DE PROFESSIONNELS DE SANTÉ LIBÉRAUX	42
LE PROFIL DE SANTÉ INTERACTIF	43
DES SOLUTIONS AUDITIVES PERSONNALISÉES	44
UN OPTICIEN À DOMICILE SUR RENDEZ-VOUS	45
UNE ALIMENTATION PERSONNALISÉE LIVRÉE À DOMICILE	46
DES PRODUITS DE SANTÉ NATURELLE	47
UN SERVICE D'ORGANISATION DU TRANSPORT SANITAIRE	48
DES PRODUITS D'INCONTINENCE LIVRÉS À DOMICILE	49

## ET AUSSI...

NOS COUPS DE CŒUR	50
LES AIDES FINANCIÈRES	51
NOS JEUX	52
NOS ENGAGEMENTS	54
NOTRE OPÉRATION RÊVES DE SENIORS	55

# Le saviez-vous ?



**Les grands-parents qui gardent leurs petits-enfants vivent en moyenne cinq ans de plus.** C'est ce que révèle une étude réalisée par l'Université Australienne Edith Cowan pendant 20 ans sur 500 personnes âgées de 70 ans et plus. Balades en forêt, jeux de société, activités manuelles... S'occuper de ses petits-enfants lorsque l'on est à la retraite permet de rester « jeune » !



Vous aimez voyager en train ? **La SNCF propose une carte de réduction pour les 60 ans et plus : la Carte Avantage Senior SNCF** (ancienne carte Vermeil ou Senior+). Valable pendant un an, tous les jours de l'année sans exception, cette carte vous donne accès à des réductions sur tous vos voyages en train en France et en Europe (Suisse, Italie, Allemagne et Luxembourg). [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)



Pourquoi Michel-Ange est-il revenu signer sa Pietà comme un voleur ? Pourquoi la serveuse du bar des Folies-Bergères représentée par Manet semble-t-elle si mélancolique ? **De l'Antiquité à l'art contemporain, Artips dépoussière gratuitement l'Histoire de l'art.** Recevez trois fois par semaine une anecdote amusante, décalée et mémorable sur une œuvre d'art, à lire en une minute. [www.artips.fr](http://www.artips.fr)



**Généralions Mouvement, premier réseau associatif de seniors en France,** accompagne les retraités dans leur vie quotidienne. Activités physiques, culturelles et de loisirs, ateliers de promotion et de prévention santé, rencontres intergénérationnelles... Autant d'occasions pour les 600 000 adhérents de se rencontrer, d'échanger et de maintenir un lien social. [www.generations-mouvement.org](http://www.generations-mouvement.org)



## UNE AIDE À LA GARDE DES PETITS-ENFANTS

📞 01 82 88 60 33  
Appel non surtaxé

🌐 [www.o2.fr](http://www.o2.fr)

### La situation

Alice adore accueillir ses trois petits-enfants pendant les vacances scolaires, mais entre les jeux, la préparation des repas, les lessives et le moment du bain, elle est parfois dépassée ! Il faut dire que ce n'est pas de tout repos de s'occuper de ces enfants qui débordent d'énergie, tout en continuant à gérer l'intendance.

### La solution

O<sub>2</sub> propose des prestations de garde grand-parentale<sup>(1)</sup> pour vous permettre de prendre soin de vos petits-enfants avec l'aide d'une nounou. L'intervenant, formé pour répondre aux besoins des enfants en termes d'éveil, de sécurité et d'alimentation, vous apporte un soutien dans la réalisation de certaines tâches.

*N°1 des services à domicile en France, O<sub>2</sub> marque certifiée NF<sup>(2)</sup>, accompagne chaque jour plus de 70 000 familles grâce à plus de 360 agences de proximité et 14 000 professionnels de confiance.*

- Vous contactez le **service client O<sub>2</sub>** par téléphone ou via un formulaire en ligne disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)
- Après avoir exprimé vos besoins, une **visite gratuite et sans engagement** est organisée à votre domicile par un conseiller O<sub>2</sub>.
- Une fois l'horaire et la fréquence de l'intervention définis, votre **prestation d'aide à la garde des petits-enfants** peut commencer.



Deux heures de prestation offertes pour toute souscription à un contrat O<sub>2</sub><sup>(4)</sup> avec le code SILVER21.

(3)  
**-50%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT

(1) Sous réserve de couverture géographique par notre réseau d'agence et des autorisations qu'elles détiennent - zone de couverture disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)  
(2) Réseau d'agences soumis aux règles de certification (3) C. 301 et 302 du CGI - Services aux personnes à partir de 18 ans - Les agences agréées O<sub>2</sub> offrent toujours un service personnalisé et gratuit. Pour plus d'informations, consultez la page O<sub>2</sub> sur le site [www.silveralliances.fr](http://www.silveralliances.fr) et/ou rapprochez-vous de votre agence O<sub>2</sub> la plus proche.



## UNE TABLETTE TACTILE SIMPLIFIÉE

 01 84 88 98 20  
Appel non surtaxé

 [www.facilotab.com](http://www.facilotab.com)

### La situation

Inès et Bilal, les enfants de Madeleine, souhaitent lui offrir une tablette tactile pour son anniversaire afin de rester en contact malgré la distance qui les sépare. Mais Madeleine n'est pas très à l'aise avec les nouvelles technologies, ses enfants sont donc à la recherche d'une tablette simplifiée pour senior débutant.

### La solution

Facilotab propose des tablettes simplifiées pour seniors. Leurs atouts : une interface claire, une taille de police réglable, une lecture facilitée des documents, la reconnaissance vocale pour dicter des messages ou encore des applications simplifiées pour communiquer avec ses proches, se divertir et profiter d'Internet.

*Conçue en collaboration avec des spécialistes des personnes âgées, Facilotab est une tablette tactile simplifiée pour faciliter l'accès au numérique des seniors.*



**15 € de remise immédiate** sur toute la gamme de tablettes et sur tous les packs Facilotab **avec le code SILVER21.**



## DES TÉLÉPHONES SIMPLES ET ADAPTÉS

☎ 01 82 88 64 94

*Appel non surtaxé*

🌐 [www.doro.com](http://www.doro.com)

### La situation

Catherine ne vit pas dans la même région que sa fille, Christelle. Les deux femmes aimeraient pourtant pouvoir partager davantage leurs petits plaisirs quotidiens : balades, recettes, jardinage... Mais Catherine recherche avant tout un téléphone qui lui permette de bien entendre ses discussions avec sa fille !

### La solution

Doro propose une large gamme de téléphones fixes, mobiles et smartphones adaptés à vos besoins. Leurs atouts : un son clair et puissant, un grand écran, des touches espacées, une interface intuitive et une touche d'assistance, sans oublier d'autres fonctionnalités incontournables pour rester connecté à ses proches.

*Avec plus de 40 ans d'expérience, Doro est l'expert des téléphones adaptés aux besoins des seniors pour plus de simplicité et de sécurité au quotidien.*



**10 % de remise immédiate** sur toute la gamme de téléphones fixes et mobiles Doro avec le code **SILVER21**.



DES SOLUTIONS DE JARDINAGE ET DE SOIN DES PLANTES

☎ 01 84 88 89 63  
Appel non surtaxé

🌐 [www.jardins-animés.com](http://www.jardins-animés.com)

### La situation

Charles adore jardiner et cultiver son potager. Il s'en occupe tous les après-midis et souhaite le préserver des attaques de maladies et d'insectes. Il cherche donc des solutions qui soient à la fois écologiques et ergonomiques pour prolonger la vie de ses plantes et continuer à jardiner sans douleur.

### La solution

Jardins Animés propose une large gamme de traitements bio (des coccinelles pour se débarrasser des pucerons, des pièges naturels pour limiter les attaques de chenilles...) et des accessoires pour prendre soin de son jardin, sans solliciter son dos : potagers surélevés, outils astucieux, arrosage autonome...

*Spécialiste de l'entretien et de l'aménagement du jardin depuis 1995, Jardins Animés propose plus de 2 000 produits locaux, bio et naturels.*



Passez commande par téléphone ou sur [www.jardins-animés.com](http://www.jardins-animés.com)

Recevez votre colis chez vous sous **7 jours ouvrés**.

Bénéficiez de la **garantie satisfait ou remboursé** pour un achat 100 % réussi.



**10 % de remise en bon d'achat** sur les carrés potagers en plastique et les potagers en bois surélevés (H.80cm) **avec le code MKG-SILVER21**. Une paire de gants souples et un sachet de graines offerts pour tout achat.



## UNE AIDE AU JARDINAGE

 **01 82 88 60 33**  
Appel non surtaxé

 **www.o2.fr**

### La situation

Sylvie rêve de participer au concours des Villes, Villages et Maisons Fleuris, mais depuis quelques temps, elle ne peut plus s'occuper toute seule de son jardin. Mila et Luis passent, quant à eux, deux mois de l'année au Portugal. Ils recherchent un professionnel qui saura prendre soin de leur jardin pendant leur absence.

### La solution

O<sub>2</sub> propose des prestations de jardinage<sup>(1)</sup> : taille des haies, tonte de pelouse, désherbage des massifs, plantation de fleurs et arbustes, nettoyage des terrasses, évacuation des déchets verts... Les jardiniers O<sub>2</sub> interviennent pour l'entretien ponctuel ou régulier de vos espaces extérieurs avec un équipement professionnel.

*N°1 des services à domicile en France, O<sub>2</sub> marque certifiée NF<sup>(2)</sup>, accompagne chaque jour plus de 70 000 familles grâce à plus de 360 agences de proximité et 14 000 professionnels de confiance.*

Vous contactez le **service client O<sub>2</sub>** par téléphone ou via un formulaire en ligne disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)

Après avoir exprimé vos besoins, une **visite gratuite et sans engagement** est organisée à votre domicile par un conseiller O<sub>2</sub>.

Une fois l'horaire et la fréquence de l'intervention définis, votre **prestation d'aide au jardinage** peut commencer.



**Deux heures de prestation offertes** pour toute souscription à un contrat O<sub>2</sub><sup>(4)</sup> avec le code **SILVER21**.

<sup>(3)</sup>  
**-50%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT

(1) Sous réserve de couverture géographique par notre réseau d'agence et des autorisations qu'elles détiennent - zone de couverture disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)  
(2) Réseau d'agences soumis aux règles de certification NF des Agences de Services aux Personnes à Partir du 1er Mars 2015. Pour plus d'informations, consultez la page O<sub>2</sub> sur le site [www.silveralliances.fr](http://www.silveralliances.fr) et/ou rapprochez-vous de votre agence O<sub>2</sub> la plus proche.  
(3) Réserve de couverture géographique par notre réseau d'agence et des autorisations qu'elles détiennent - zone de couverture disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)  
(4) Réseau d'agences soumis aux règles de certification NF des Agences de Services aux Personnes à Partir du 1er Mars 2015. Pour plus d'informations, consultez la page O<sub>2</sub> sur le site [www.silveralliances.fr](http://www.silveralliances.fr) et/ou rapprochez-vous de votre agence O<sub>2</sub> la plus proche.



## DES POUSSETTES DE MARCHÉ PRATIQUES ET MANIABLES

☎ 01 84 88 88 51

Appel non surtaxé

### La situation

Anne et Christian aiment recevoir chaque semaine leurs enfants et leurs petits-enfants autour de bons petits plats faits maison. Ils se rendent donc régulièrement au marché pour faire le plein de produits frais, mais ils ont de plus en plus de difficultés à porter leurs sacs de courses qu'ils trouvent lourds et encombrants.

### La solution

Sidebag propose une large gamme de poussettes de marché et de lator modelito avec un ou plusieurs sacs imperméables ou isothermes et, selon le modèle, un siège intégré. Faciles à pousser ou à tirer avec leurs 2, 4 ou 6 roues, ces poussettes et modelito facilitent le transport de courses et le passage d'obstacles.

*Concepteur, créateur et fabricant de chariots et accessoires de courses depuis plus de 25 ans, Sidebag (Groupe Herdegen) est le leader français des poussettes de marché et des aides à la mobilité.*



**Garanties trois ans**, les poussettes de marché Sidebag sont **fabriquées en France**.

GARANTIE  
**3**  
ANS



**Tefal**

DES PRODUITS DE PETIT-DÉJEUNER ERGONOMIQUES

 [www.tefal.fr/includeo](http://www.tefal.fr/includeo)

## La situation

Myriam et Patrick, un couple de bons vivants, aiment se retrouver chaque matin autour d'un petit-déjeuner complet : tartines, yaourt, thé, café... Mais depuis quelques mois, Myriam a de plus en plus de difficultés à lire les indicateurs de sa cafetière et de sa bouilloire pour bien doser le niveau d'eau.

## La solution

Les produits ergonomiques de la gamme Includeo de TEFAL sont créés avec et pour vous, quels que soient vos besoins. Leur conception innovante et bien pensée vous garantit une utilisation vraiment facile au quotidien : poids léger, large bouton poussoir, poignée facile à attraper, indicateurs bien visibles...

*Leader dans le domaine des appareils de cuisine, TEFAL (marque du Groupe SEB) propose des produits astucieux pour rendre la cuisine plus simple et plus agréable.*



En partenariat avec HandiCaPZéro, le mode d'emploi de ces produits est disponible en audio, caractères agrandis et braille sur demande.



**10 € de remise<sup>(1)</sup> immédiate** sur tous les produits de la gamme Includeo de TEFAL avec le code **TEFINCLUDEO**.

<sup>(1)</sup> Offre limitée jusqu'au 31 décembre 2021.

## Le saviez-vous ?



À partir de 2022, le **crédit d'impôt pour des services à domicile** (entretien de la maison et travaux ménagers, assistance aux personnes âgées...) devient « instantané ». Concrètement, les Français concernés ne paieront que 50 % du coût réel de la prestation, l'Etat se chargeant de régler l'autre moitié directement auprès du salarié ou de l'entreprise prestataire.



Vous partez bientôt en vacances ? Le **dispositif gratuit Opération tranquillité vacances** des services de police et de gendarmerie propose de veiller sur votre logement pendant votre absence et de vous prévenir en cas d'anomalie. Pour s'inscrire, vous devez remplir un formulaire disponible sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr), avant de le déposer dans votre commissariat ou gendarmerie au moins deux jours avant votre départ.



**Les enceintes à commande vocale séduisent de plus en plus les seniors.** Selon le baromètre de Médiamétrie publié en juin 2019, on compte aujourd'hui 3,2 millions d'utilisateurs d'enceintes à commande vocale en France, et parmi eux 33 % sont âgés de 50 ans et plus. Parmi les requêtes les plus effectuées par les utilisateurs : consulter la météo et écouter de la musique en streaming.



Aussi surprenant que cela puisse paraître, l'air à l'intérieur de nos logements peut s'avérer jusqu'à 5 à 10 fois plus pollué que l'air extérieur. La pollution de l'air intérieur peut avoir un impact non négligeable sur la santé : allergies, irritations des voies respiratoires, maux de tête... L'ADEME a publié « Un air sain chez soi », **un guide pratique pour améliorer la qualité de l'air de son logement.** [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)



**SENIORIALES**  
patrimoine & services

**DES RÉSIDENCES SENIORS OÙ IL FAIT BON VIVRE**

 **01 84 88 86 89**  
*Appel non surtaxé*

 [www.senioriales.com](http://www.senioriales.com)

## La situation

Olga vit dans un appartement de la région lyonnaise, mais depuis qu'elle est à la retraite, elle rêve de rejoindre sa sœur qui s'est installée dans le Sud-Ouest, en bord de mer. À la recherche d'une solution clé en main, elle souhaite que son futur logement allie confort, sécurité, convivialité et services de proximité.

## La solution

Le groupe Senioriales propose plus de 5 000 logements partout en France, au cœur de résidences seniors où il fait bon vivre. Leur promesse : un logement adapté, un Salon-Club convivial, une équipe sur place, des services et des animations à la carte... Tout est pensé pour une retraite sereine !

*Avec 20 ans d'expérience, 90 destinations et plus de 6 000 résidents partout en France, Senioriales est la référence des résidences seniors.*



**La troisième nuit en résidence Senioriales est offerte** pour toute souscription à une formule « Week-end découverte » sur une sélection de destinations **avec le code SILVER21.**



## DES REPAS ÉQUILIBRÉS ET SAINS À DOMICILE

☎ 01 84 88 03 81  
Appel non surtaxé

🌐 [www.famileat.fr](http://www.famileat.fr)

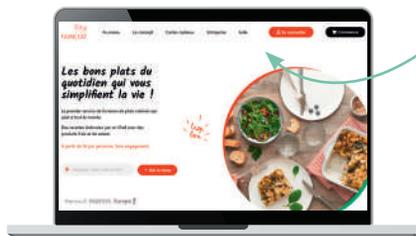
### La situation

Maryse est très gourmande, mais elle ne peut plus passer des heures en cuisine, car cela la fatigue beaucoup. Brigitte et Didier, un couple de seniors très actifs, n'ont quant à eux ni le temps, ni l'envie de s'occuper de la corvée des courses et de la préparation des repas. Tous cherchent des plats faits maison livrés à domicile.

### La solution

FamilEat cuisine et livre à domicile partout en France des repas faits maison pour régaler tout le monde. Elaborés par un Chef avec des ingrédients de qualité, frais et de saison, les plats FamilEat (1 à 20 parts) sont cuisinés à la commande et se conservent 10 à 15 jours grâce à un système de conservation naturelle (le sous-vide).

*FamilEat est le premier service de livraison de plats faits maison accessibles à tous et livrés partout en France (domicile, vacances, travail).*



Vous **sélectionnez** vos plats (35 € de commande minimum).

Vous choisissez votre créneau de livraison et **réglez** vos achats.

Vos plats sont **livrés à domicile** : vous n'avez plus qu'à les **déguster** !



**20 € de remise immédiate** sur votre première commande FamilEat avec le code **SILVER20**.



## UNE AIDE À DOMICILE

📞 01 82 88 60 33  
Appel non surtaxé

🌐 [www.o2.fr](http://www.o2.fr)

### La situation

Gisèle souhaite continuer à vivre chez elle le plus longtemps possible, mais elle commence à éprouver des difficultés à réaliser certains actes du quotidien. Pascal et Marie-Christine envisagent, quant à eux, de déléguer leurs tâches ménagères pour profiter pleinement de leur retraite.

### La solution

Pour vous permettre de vivre sereinement chez vous, O<sub>2</sub> propose des services personnalisés et adaptés à chaque situation<sup>(1)</sup> : entretien du domicile (ménage, repassage...), aide aux actes de la vie courante (lever, coucher, habillage, toilette...), aide aux courses et aux repas, accompagnement aux loisirs.

*N°1 des services à domicile en France, O<sub>2</sub> marque certifiée NF<sup>(2)</sup>, accompagne chaque jour plus de 70 000 familles grâce à plus de 360 agences de proximité et 14 000 professionnels de confiance.*

- Vous contactez le **service client O<sub>2</sub>** par téléphone ou via un formulaire en ligne disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)
- Après avoir exprimé vos besoins, une **visite gratuite et sans engagement** est organisée à votre domicile par un conseiller O<sub>2</sub>.
- Une fois l'horaire et la fréquence de l'intervention définis, votre **prestation d'aide à domicile** peut commencer.



Deux heures de prestation offertes pour toute souscription à un contrat O<sub>2</sub><sup>(4)</sup> avec le code SILVER21.

(3)  
**-50%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT

(1) Sous réserve de couverture géographique par notre réseau d'agence et des autorisations qu'elle les détiennent - zone de couverture disponible sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr)  
(2) Réseau d'agences soumis aux règles de certification NF des agences de services à domicile  
(3) C. 1710 du CGI et C. 1711 du CGI  
(4) Les conditions de l'offre sont disponibles sur [www.o2.fr](http://www.o2.fr) ou par téléphone au 01 82 88 60 33. Pour plus d'informations, consultez la page O<sub>2</sub> sur le site [www.silveralliances.fr](http://www.silveralliances.fr) et/ou rapprochez-vous de votre agence O<sub>2</sub> la plus proche.



## UNE SOLUTION À TOUS VOS PROBLÈMES DE CLÉS

 [www.kibolt.fr](http://www.kibolt.fr)

### La situation

Rose aime rendre service à son entourage : elle va chez son fils tous les mercredis pour garder ses petits-enfants, nourrit régulièrement le chat de sa voisine et arrose les plantes de son voisin lorsqu'il part en vacances. Mais avec toutes ces clés, Rose ne s'y retrouve plus. Ce serait magique d'avoir une seule clé !

### La solution

Posé en 3 minutes, sans raccordement électrique, le canon de serrure Kibolt s'installe sur toutes vos portes ou celles de vos proches. Avec votre clé, vous pourrez ouvrir toutes les portes Kibolt sur lesquelles vous êtes autorisé. Mieux encore, vous pourrez permettre l'accès à votre domicile à une personne extérieure.

*Kibolt est une marque française du groupe Cogelec, fabricant français de solutions de contrôle d'accès, implanté en Vendée depuis 20 ans.*



- Vous installez une serrure Kibolt sur la ou les portes de votre choix puis vous téléchargez l'**application mobile gratuite KiHome**.
- Depuis KiHome, vous gérez à distance et en direct les **autorisations des clés Kibolt** en circulation (famille, jardinier...).
- Vous avez perdu votre clé ? Désactivez-la en **trois clics sur KiHome**. Vous l'avez retrouvée ? Réactivez-la aussi vite !



**Une clé offerte** pour l'achat d'un cylindre<sup>(1)</sup> de porte et de trois clés au choix **avec le code SA2021K1**.



**intratone**  
Faites le choix de la liberté

## UN INTERPHONE SANS FIL DE CONTRÔLE D'ACCÈS

 **01 86 65 02 60**  
Appel non surtaxé

 [www.intratone.fr](http://www.intratone.fr)

### La situation

Isabelle souffre d'arthrose au genou et à la hanche, ce qui l'empêche de réaliser certains gestes de la vie courante, mais elle peut compter sur l'aide quotidienne de sa fille, Marie, et de son auxiliaire de vie, Claire. En revanche, elle éprouve de plus en plus de difficultés à se lever pour aller leur ouvrir la porte de l'immeuble.

### La solution

L'interphone sans fil Intratone est une solution inédite qui permet de sécuriser tous les accès d'une résidence, depuis le portail jusqu'aux caves. Les résidents peuvent ouvrir la porte du hall de leur immeuble à partir de leur téléphone ou de leur tablette, et cela sans avoir à se déplacer.

*Intratone est une marque du groupe Cogelec, fabricant français de solutions de contrôle d'accès, implanté en Vendée depuis 20 ans.*

-  **Un visiteur vous contacte** en appuyant sur l'interphone. Votre téléphone ou votre tablette vous « appelle » pour vous prévenir.
-  Vous voyez votre visiteur sur votre téléphone ou votre tablette et **vous lui répondez**, que vous soyez chez vous ou à l'extérieur.
-  **Vous lui ouvrez la porte de l'immeuble** en appuyant sur une touche de votre téléphone ou de votre tablette, sans avoir à vous déplacer.



**3 mois de mises en relation et de services offerts** pour toute nouvelle installation d'un interphone Intratone **avec le code SILVER03.**


**ernesti**

## DES GARDES DE NUIT PAR DES ÉTUDIANTS EN SANTÉ

 01 84 88 93 28

*Appel non surtaxé*

 [www.ernesti.fr](http://www.ernesti.fr)

### La situation

C'est maintenant la troisième fois que Martine chute pendant la nuit en allant aux toilettes, sans pouvoir se relever toute seule. Caroline, sa fille, est inquiète : elle sait sa mère angoissée et craint qu'elle ne chute à nouveau. Pour être plus sereine, elle aimerait savoir sa mère entre de bonnes mains toute la nuit.

### La solution

Ernesti met en relation des étudiants en santé et des aidants familiaux à la recherche d'une présence de nuit pour leur proche en perte d'autonomie (risque de chute, angoisse, désorientation, déambulation...). Ces étudiants assurent une présence humaine vigilante, stimulante et sécurisante.

*Avec plus de 7 000 étudiants en santé disponibles partout en France, Ernesti est le spécialiste de l'accompagnement de nuit pour seniors.*

- Un conseiller Ernesti analyse **vos besoins et votre situation familiale** pour vous proposer le meilleur accompagnement.
- En fonction de votre situation, Ernesti vous présente une **sélection d'étudiants en santé** sous la forme de vidéo.
- Un **premier rendez-vous au domicile de l'accompagné** est réalisé en présence de l'aidant familial et de l'étudiant en santé.



**20 % de réduction immédiate** sur les frais de service de vos 5 premières gardes de nuit Ernesti **avec le code SILVER21.**



**Bluelinea**  
CARING INNOVATION

UN SERVICE D'AIDE À LA DÉTECTION DE CHUTE 24H/24

 **01 82 88 62 35**  
*Appel non surtaxé*

 [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com)

## La situation

Louise vit seule dans une maison à la campagne. Récemment, elle a été victime d'une chute, heureusement sans gravité. Sa fille, Natacha, est inquiète. Pour la rassurer, Louise cherche une solution qui lui permettrait d'être secourue à tout moment, d'autant plus qu'elle n'a pas toujours son téléphone à portée de main.

## La solution

Connecté 24h/24 7j/7 aux équipes de Bluelinea, le bracelet d'appel avec détection de chute est conçu pour améliorer le maintien à domicile des personnes ayant des troubles de la marche et de l'équilibre. En cas de chute, les équipes de Bluelinea reçoivent automatiquement une alerte et organisent une intervention à domicile.

*Spécialisée dans la gestion des situations d'urgence, Bluelinea accompagne 24h/24 7j/7 près de 30 000 particuliers et coordonne l'intervention des secours en cas de chute.*



- **Contactez Bluelinea** par téléphone au 01 82 88 62 35, sur [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com) ou dans l'une des agences régionales.
- **Abonnez-vous** du lundi au dimanche par téléphone, sur Internet ou auprès d'un conseiller en agence Bluelinea.
- Pour toute commande effectuée avant 17h, vous êtes **livré le lendemain matin**, samedi compris.



**Un mois d'abonnement offert** pour toute souscription au service d'aide à la détection de chute de Bluelinea **avec le code SILVER21**.

**-50%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT



**Bluelinea**  
CARING INNOVATION

UN SERVICE DE TÉLÉASSISTANCE MOBILE 24H/24

 **01 82 88 62 35**  
Appel non surtaxé

 [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com)

## La situation

Odile se sent en sécurité chez elle, mais une fois à l'extérieur, entre la circulation automobile et les chantiers de voirie, elle n'est pas vraiment rassurée. Elle cherche donc une solution pour pouvoir être rapidement mise en contact avec des professionnels qui sauront lui apporter tout le soutien nécessaire.

## La solution

Le service HELP Mobile de Bluelinea s'appuie sur une montre géolocalisée qui apporte assistance et réconfort. Le bénéficiaire peut, à tout moment et en un simple appui, contacter Bluelinea pour lui signaler une situation d'urgence, à domicile comme en extérieur, ou pour discuter, être écouté et rassuré.

*Avec son service de téléassistance mobile simple et rassurant, Bluelinea accompagne 24h/24 7j/7 près de 30 000 particuliers partout en France.*



- **Contactez Bluelinea** par téléphone au 01 82 88 62 35, sur [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com) ou dans l'une des agences régionales.
- **Abonnez-vous** du lundi au dimanche par téléphone, sur Internet ou auprès d'un conseiller en agence Bluelinea.
- Pour toute commande effectuée avant 17h, vous êtes **livré le lendemain matin**, samedi compris.



**Un mois d'abonnement offert** pour toute souscription au service de téléassistance mobile de Bluelinea **avec le code SILVER21**.





**Bluelinea**  
CARING INNOVATION



UN SERVICE DE GÉOLOCALISATION 24H/24

 **01 82 88 62 35**  
*Appel non surtaxé*

 [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com)

## La situation

Ali adore se promener dans le parc à côté de chez lui mais, atteint de la maladie d'Alzheimer, ses troubles de l'orientation sont de plus en plus fréquents. Sa femme, Sonia, et leurs enfants sont à la recherche d'un service d'accompagnement qui lui permettrait de continuer à sortir de chez lui, pour son plus grand plaisir, en toute sécurité.

## La solution

Le service HELP GPS s'appuie sur une montre GPS avec bracelet sécurisé, connectée 24h/24 7j/7 aux équipes de Bluelinea. Cette montre permet aux personnes désorientées de se déplacer librement dans une zone de vie définie au préalable par leur famille, de manière à conserver leur autonomie et à rassurer leurs proches.

*Avec son service HELP GPS, Bluelinea accompagne 24h/24 7j/7 plus de 1 000 particuliers, à domicile ou en EPHAD, atteints de troubles de l'orientation.*



- **Contactez Bluelinea** par téléphone au 01 82 88 62 35, sur [www.bluelinea.com](http://www.bluelinea.com) ou dans l'une des agences régionales.
- **Abonnez-vous** du lundi au dimanche par téléphone, sur Internet ou auprès d'un conseiller en agence Bluelinea.
- Après confirmation de votre abonnement, la **montre GPS** est **envoyée en 48/72h** et le service est immédiatement fonctionnel.



**Un mois d'abonnement offert** pour toute souscription au service de géolocalisation de Bluelinea **avec le code SILVER21**.

**-50%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT

# Zoom sur le pouvoir d'achat des retraités\*



Un foyer de retraités vit en moyenne avec 2 199 € par mois (2 625 € pour un couple ; 1 563 € pour un retraité vivant seul) et dépense 1 524 € par mois (1 756 € pour un couple ; 1 188 € pour un retraité vivant seul). Un solde positif qui permet à 51 % des retraités d'épargner régulièrement. **Le montant d'épargne des retraités s'élève en moyenne à 3 137 € par an.**



**Les retraités concentrent l'essentiel du patrimoine immobilier.** En effet, 69 % des retraités sont propriétaires de leur résidence principale. Parmi eux, la quasi-majorité (92 %) a déjà fini de rembourser son prêt immobilier. 14 % des retraités sont également propriétaires d'au moins une résidence secondaire.



**Les retraités n'ont que très peu recours aux plateformes de l'économie collaborative** qui leur permettraient pourtant d'améliorer leur niveau de vie. Seuls 15 % des retraités ont déjà acheté ou vendu des produits d'occasion sur Internet (Ebay, Leboncoin...), 8 % ont déjà pratiqué le covoiturage et 6 % le prêt de matériel entre particuliers.



**Les retraités privilégient les programmes de fidélité** (52 %), les soldes et les ventes privées (35 %) pour augmenter leur pouvoir d'achat. Viennent ensuite les codes promos et les réductions (33 %), loin devant les comparateurs de prix en ligne (19 %) et les brocantes (18 %). Les cartes de réduction seniors ne sont, quant à elles, plébiscitées que par 14 % des retraités.

\* Étude de Silver Alliance réalisée par l'Institut CSA en mars 2021 auprès de 604 retraités âgés de 65 ans ou plus, vivant seuls ou en couple.



LE SITE N°1 DE L'EMPLOI DES 50 ANS ET PLUS

☎ 01 84 88 97 60  
Appel non surtaxé

🌐 [www.teepy-job.com](http://www.teepy-job.com)

## La situation

Xavier, un jeune senior actif qui est à la retraite depuis peu, ne souhaite pas arrêter de travailler. Il envisage donc de reprendre une activité professionnelle à temps complet ou à temps partiel pour transmettre son savoir-faire et compléter sa pension de retraite, tout en se rendant utile auprès des entreprises.

## La solution

TeePy Job propose des offres d'emploi et des missions à temps complet, temps partiel, télétravail et en cumul emploi retraite dans tous les secteurs d'activité et dans toute la France. Après votre inscription en ligne, votre profil sera visible par les recruteurs et vous accéderez aux offres d'emploi disponibles près de chez vous.

*TeePy Job est le site n°1 du recrutement et de l'emploi des 50 ans et plus, seniors et retraités actifs.*



Créez gratuitement **votre profil** (expériences, disponibilités...).

Consultez les offres d'emploi en ligne et **postulez directement**.

Suivez l'évolution de **vos candidatures** depuis votre espace personnel.



Aujourd'hui, TeePy Job, c'est plus de **4 000 entreprises inscrites** et **plus de 80 000 seniors actifs utilisateurs** de la plateforme.



## L'ASSURANCE DES SENIORS

 01 84 88 98 40

*Appel non surtaxé*

 [www.partner-assurances.com](http://www.partner-assurances.com)

### La situation

Éric et Annie n'ont plus accès à la mutuelle de leur employeur. Ils s'inquiètent pour leurs remboursements médicaux et les cotisations qu'ils devront payer. Irène se demande comment augmenter ses garanties en réduisant le coût de sa mutuelle. Il y a tellement d'offres qu'ils ne savent pas quel contrat souscrire.

### La solution

Partner Conseils vous aide à optimiser, sans frais, vos contrats d'assurance. Les spécialistes Partner Conseils se déplacent à votre domicile, sur simple rendez-vous, pour vous apporter des conseils adaptés et un service sur mesure. Leurs atouts : proximité, assistance, accompagnement et suivi personnalisé.

*Avec déjà 10 ans d'expérience et 15 000 clients qui lui font confiance, le réseau Partner Conseils Assurances est la référence pour les mutuelles et assurances des seniors.*

-  Vous prenez rendez-vous pour une **étude gratuite de vos besoins en Santé et Prévoyance**.
-  Vous échangez, physiquement ou par téléphone, avec un conseiller et découvrez vos **nouveaux avantages**.
-  Vous êtes accompagné et **suivi sur la durée** par votre conseiller de proximité qui vous est dédié.



**50 € offerts<sup>(1)</sup>** pour toute souscription à un contrat Santé avec Partner Conseils Assurances **avec le code SILVER21**.



## LA SOLUTION VIAGER MUTUALISÉ®

 **01 82 88 61 88**  
Appel non surtaxé

 [www.vitalimmo.fr](http://www.vitalimmo.fr)

### La situation

Françoise et Antoine constatent chaque année que leur pouvoir d'achat diminue. Ils souhaitent pourtant continuer à se faire plaisir, à vivre chez eux sereinement et à faire face, sans appréhension, aux aléas de santé. Ils réfléchissent également à aider leurs enfants et petits-enfants aux moments opportuns.

### La solution

Radicalement différent du viager traditionnel, le Viager Mutualisé® Vitalimmo met en relation des propriétaires avec des acheteurs institutionnels à forte capacité financière (caisses de retraite, mutuelles...). Les vendeurs perçoivent ainsi immédiatement et en une seule fois le paiement en capital de la valeur occupée de leur logement.

*Conçu et développé par Virage-Viager,  
Vitalimmo, le Viager Mutualisé®,  
est une solution innovante et soucieuse d'équité.*

- Une **amélioration de votre pouvoir d'achat** selon votre âge et la valeur de votre habitation.
- Une **mise à disposition immédiate du capital** correspondant à la valeur occupée de votre bien immobilier.
- Une **transaction réalisée devant le notaire** dans un délai rapide.



Une expertise de la valeur immobilière de votre bien offerte par Vitalimmo, le Viager Mutualisé®, avec le code **SILVER21**.

## Le saviez-vous ?



La perte d'autonomie des personnes âgées s'évalue selon des critères bien précis. En France, la grille nationale AGGIR (Autonomie Gérontologie Groupe Iso Ressources) est **l'outil de référence pour évaluer le degré de dépendance d'une personne âgée** et déterminer si elle peut bénéficier de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA). Aujourd'hui, il existe six GIR classés de 1 à 6.



La paperasse s'accumule chez vous ? **Le délai de conservation des papiers varie selon le type de document** : assurance, logement, véhicule, banque... Comptez trois ans pour une déclaration de revenus et cinq ans pour une facture d'énergie ou un relevé de compte. En revanche, un contrat de travail, de même qu'un bulletin de salaire, doit être conservé jusqu'à la liquidation de la retraite.  
[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)



Accessible à tous les internautes, le « **compte personnel** » du site **Service-public.fr** simplifie les démarches administratives.

Une bonne chose ! Les informations personnelles, qui y sont stockées de manière sécurisée, permettent de préremplir des formulaires en ligne. Un « fil personnel d'activité » permet également de suivre l'état d'avancement de ses démarches en cours et, si besoin, d'échanger avec l'administration.



**France services est un nouveau modèle d'accès aux services publics.** Son objectif : permettre à chaque Français d'accéder aux services publics du quotidien dans un lieu unique et de proximité. Les agents des 1 300 structures réparties partout en France accompagnent les usagers dans toutes leurs démarches administratives (santé, famille, retraite, droit, logement, impôt...).  
[www.agence-cohesion-territoires.gouv.fr/france-services-36](http://www.agence-cohesion-territoires.gouv.fr/france-services-36)

Retraite.com

LE SITE SPÉCIALISÉ DANS LA RETRAITE EN FRANCE

 [www.retraite.com](http://www.retraite.com)

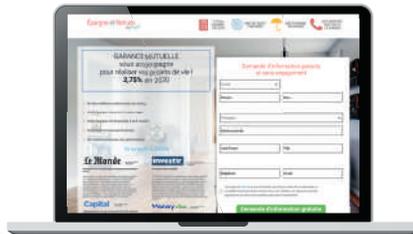
## La situation

Jean-Pierre, qui a toujours été dans l'anticipation, est inquiet. En effet, il se demande si la réforme des retraites aura une incidence sur sa pension de réversion. En parallèle, Jean-Pierre cherche une solution pour libérer ses enfants de la charge financière liée à l'organisation de ses futures obsèques.

## La solution

Retraite.com est un site d'information gratuit spécialisé dans la retraite en France. Retraite.com présente les solutions retraite existantes pour transmettre son patrimoine, se protéger et protéger ses proches : produits d'épargne retraite (assurance vie...), mutuelle santé senior, contrat d'assurance obsèques...

*Avec plus de 3,5 millions de visiteurs en 2020, Retraite.com est le premier media 100 % indépendant spécialisé dans la retraite en France.*



Bénéficiez d'une **rémunération de l'épargne à 2,75 %<sup>(1)</sup> sans risque en fonds euros sur [www.epargne-et-retraite.com](http://www.epargne-et-retraite.com)**. Une offre deux fois supérieure au marché et soutenue par la presse spécialisée.

<sup>(1)</sup> Net de frais de gestion et brut de prélèvements sociaux.



## UNE AIDE À LA RECHERCHE D'UN LOGEMENT SENIOR

 **01 84 88 87 54**  
Appel non surtaxé

 [www.papyhappy.fr](http://www.papyhappy.fr)

### La situation

Hélène vit seule dans une maison devenue trop grande pour elle. Elle aimerait déménager dans un logement plus petit, situé à proximité de ses enfants, mais n'étant pas férue de nouvelles technologies, elle souhaiterait être accompagnée dans ses recherches par des professionnels du logement senior.

### La solution

Papyhappy propose du conseil et un accompagnement sur mesure en France et en Espagne. Des experts du logement senior effectuent les recherches, visitent et trouvent les résidences adaptées à vos besoins. Opter pour Papyhappy, c'est gagner en temps et en efficacité pour un emménagement en toute sérénité.

*Papyhappy conseille et accompagne les seniors et leurs proches à la recherche d'un logement adapté à leurs besoins.*

- Vous prenez **rendez-vous avec un conseiller Papyhappy** par téléphone au 01 84 88 87 54 ou en ligne sur [www.papyhappy.fr](http://www.papyhappy.fr)
- Après avoir identifié vos besoins, votre conseiller Papyhappy vous accompagne dans votre **recherche d'un logement senior**.
- Une fois le logement trouvé, vous emménagez et profitez d'un nouveau **lieu de vie adapté à vos besoins**.



**10 % de remise immédiate** sur toutes les formules d'accompagnement de Papyhappy **avec le code HAPPY**.



## UN ACCOMPAGNEMENT AU DÉMÉNAGEMENT

 **01 84 88 04 25**  
Appel non surtaxé

 [www.my-jugaad.eu](http://www.my-jugaad.eu)

### La situation

Corinne et Bruno, un couple de jeunes retraités, ont décidé de vendre leur maison familiale de la région lilloise pour se rapprocher de leurs petits-enfants installés dans le Sud de la France. Pressés de commencer leur nouvelle vie, ils stressent toutefois à l'idée de devoir déménager plus de trente ans de souvenirs.

### La solution

My Jugaad vous accompagne dans toutes les étapes de votre déménagement ou vide-logement : tri, mise en cartons, recherche de déménageurs, suivi administratif... Ce service d'assistance personnalisé peut être pris en charge, en partie ou en totalité, par les caisses de retraite, organismes de prévoyance, mutuelles...

*My Jugaad accompagne les particuliers dans leur projet de mobilité résidentielle (déménagement, vide-logement...) grâce à ses conseillers terrain et à distance.*

- Un conseiller My Jugaad réalise un **diagnostic personnalisé de votre situation**, en indiquant les aides financières existantes.
- Il vous aide ensuite à trouver les **partenaires de votre futur déménagement** (déménageur, accompagnateur terrain...).
- Il coordonne pour vous tous les prestataires **avant, pendant et après votre déménagement** (débaras, réaménagement...).



Le **réseau** de déménageurs et accompagnateurs de My Jugaad est **doublement labelisé**.



## Le saviez-vous ?



Chaque année, les accidents domestiques coûtent la vie à près de 15 000 personnes âgées de 65 ans et plus. Parmi ces accidents, les trois quarts sont dus à une chute dans la salle de bain, le séjour ou la chambre à coucher. Le site [www.jesecurisemonlogement.fr](http://www.jesecurisemonlogement.fr) permet d'identifier et de **prévenir les risques d'accidents domestiques pièce par pièce**.



L'Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (Anah) a créé « **Habiter facile** », une aide financière pour **adapter son logement à la perte d'autonomie** (remplacement de la baignoire par une douche sécurisée, installation d'un monte-escaliers électrique...). Cette aide, attribuée sous condition de ressources, s'adresse aux propriétaires d'un logement de plus de quinze ans. [www.anah.fr](http://www.anah.fr)



**MaPrimeRénov'** est une aide financière qui permet de **réaliser des travaux de rénovation énergétique dans son logement** (isolation, chauffage, ventilation...). Calculée en fonction des revenus et du gain écologique permis par les travaux, l'aide est versée en une seule fois. Depuis sa création, plus de 75 000 ménages ont déjà bénéficié de MaPrimeRénov'. [www.maprimerenov.gouv.fr](http://www.maprimerenov.gouv.fr)



Longtemps passé sous les radars, le **care design, ou design du soin**, est aujourd'hui en plein essor. L'objectif est simple : **concevoir des objets adaptés aux besoins des personnes fragilisées**, sans tomber dans l'équipement médical. Des entreprises commercialisent ainsi du mobilier à la fois confortable et élégant (fauteuil, canapé, chaise, table, lit...) avec une conviction : ergonomie et style ne s'opposent pas.



## DES SOLUTIONS ERGONOMIQUES POUR LA MAISON

 01 84 88 05 14  
Appel non surtaxé

 [www.daner.fr](http://www.daner.fr)

### La situation

Le plaisir de Jacqueline : regarder son émission préférée installée dans son fauteuil. Mais ce dernier, qui n'est plus aussi confortable qu'avant, lui occasionne de vives douleurs au dos. Éliane et Marcel souhaitent, quant à eux, s'offrir une literie grand confort pour améliorer la qualité de leur sommeil et être ainsi en meilleure forme.

### La solution

Daner propose des solutions de confort et de bien-être adaptées à votre morphologie : literie, fauteuil, canapé... Ces équipements ergonomiques vous offrent un confort sur mesure et personnalisable (revêtement, mousse, mécanisme releveur...). Leur design, pensé par des experts du rachis, soulage et prévient vos maux du quotidien.

*Leader sur le marché du bien-être à domicile des seniors, Daner conçoit et fabrique des fauteuils et de la literie ergonomiques. 18 000 utilisateurs font déjà confiance à Daner.*

-  Un technicien réalise un **bilan bien-être à domicile**. Il étudie vos habitudes de vie, avant de vous proposer une solution de confort.
-  Votre fauteuil ou literie sont fabriqués à la commande, avant d'être livrés et **installés par un technicien** qui vous forme à leur utilisation.
-  Vous bénéficiez d'une garantie de 5 ans, d'un service client réactif et d'une **visite de contrôle annuelle** gratuite (sur demande).



**300 € de remise** sur la reprise de votre ancien fauteuil, canapé ou literie **avec le code SILVER21**.





## DES ERGOTHÉRAPEUTES POUR ADAPTER SON LOGEMENT



 01 86 65 04 01  
Appel non surtaxé

 [www.alogiagroupe.com](http://www.alogiagroupe.com)

## La situation

Serge et Véronique, un couple de retraités, vivent dans le même appartement depuis plus de trente ans. Conscient qu'avec l'âge les besoins évoluent, leur bailleur leur a proposé de bénéficier gratuitement des conseils d'un ergothérapeute à domicile pour revoir l'aménagement de leur logement.

## La solution

Les ergothérapeutes ALOGIA Groupe réalisent des diagnostics personnalisés du lieu de vie des seniors. Après avoir recueilli les problématiques rencontrées au sein du logement, ils proposent des aménagements bâtis, des aides techniques et technologiques et accompagnent le bénéficiaire dans ses démarches administratives.

*Acteur central de l'habitat senior et du bien vieillir auprès des bailleurs sociaux, des collectivités et des mutuelles, ALOGIA Groupe est l'expert des diagnostics ergothérapeutiques de prévention.*

-  L'ergothérapeute se rend à votre domicile. Il se renseigne sur vos **habitudes de vie** et analyse chaque pièce du logement.
-  Il rédige un **compte-rendu d'évaluation** comprenant les observations effectuées et des propositions d'aménagement.
-  Il vous accompagne dans votre projet : **recherche de financement, test des aides** techniques et technologiques...



Une personne âgée de plus de 65 ans sur trois est victime d'**une à plusieurs chutes par an**. Adapter son logement en amont permet de prévenir ces chutes.



# Stannah

## UN MONTE-ESCALIERS 100 % SÉCURISÉ

0 800 94 20 54

Service & appel  
gratuits

 [www.stannah.fr](http://www.stannah.fr)

### La situation

Cela va bientôt faire trente ans que Sophie et Frédéric vivent dans un charmant pavillon de la région parisienne, mais Sophie éprouve aujourd'hui des difficultés à monter l'escalier. Le couple cherche donc une solution pour continuer à profiter pleinement de sa maison familiale, remplie de joyeux souvenirs.

### La solution

Stannah propose une large gamme de monte-escaliers sur mesure (intérieurs et extérieurs, droits et tournants) et autres solutions d'élévation (plates-formes et ascenseurs). Les monte-escaliers Stannah sont conçus pour répondre aux besoins les plus spécifiques : sécurité, adaptabilité, facilité d'utilisation, confort et design.

*Avec 150 ans d'expérience et une présence dans plus de 60 pays, Stannah est le leader mondial des monte-escaliers. 800 000 personnes font confiance à Stannah.*

- Appelez Stannah au 0 800 94 20 54 pour obtenir votre **étude personnalisée et gratuite**.
- Un conseiller technique Stannah vous rend visite sous 24 heures et vous remet un **devis gratuit et sans engagement**.
- Votre Stannah est **installé en 3 heures** par un technicien expert. Vous bénéficiez d'une **garantie complète de 2 ans**.



Stannah propose d'**essayer gratuitement un monte-escaliers**. Avec 50 000 Stannah installés en France, il y en a forcément un près de chez vous !

**-25%**  
DE CRÉDIT  
D'IMPÔT



## DES AIDES AU CONFORT ET À LA MOBILITÉ



☎ 01 84 88 88 51  
Appel non surtaxé

🌐 [www.herdegen.fr](http://www.herdegen.fr)

### La situation

Babette et Jean-Alain se sentent bien chez eux et ils souhaitent y couler des jours heureux le plus longtemps possible. Ils envisagent d'adapter leur logement et cherchent des équipements confortables et sécurisés pour continuer à vivre dans cette maison qui a vu grandir leurs enfants et leurs petits-enfants.

### La solution

Herdegen conçoit et fabrique en France une large gamme d'aides au confort et à la mobilité distribuées sur tout le territoire à travers un réseau de professionnels. Du séjour à la chambre, de la salle de bain aux toilettes, Herdegen propose des solutions sécurisées et ergonomiques faciles à utiliser : fauteuils, lits, matelas...

*Avec plus de 160 ans d'expérience et une présence dans plus de 50 pays, Herdegen est le leader français du confort et des aides à la mobilité.*



Découvrez en quelques clics les **solutions du groupe Herdegen** qui s'intégreront parfaitement chez vous.





## DES ÉQUIPEMENTS MÉDICAUX POST-HOSPITALISATION

 [www.abmpharma.com](http://www.abmpharma.com)

### La situation

Sylvaine s'apprête à quitter l'hôpital après la pose d'une prothèse totale de hanche. La secrétaire médicale lui remet une ordonnance prescrite par son médecin pour bénéficier de la location d'un lit médicalisé à son retour à domicile. Elle lui indique de se rendre à sa pharmacie de proximité pour louer son lit médicalisé.

### La solution

ABM Pharma propose une gamme de solutions médicales dédiées au maintien à domicile : lit médicalisé, fauteuil roulant, oxygène... Disponibles exclusivement en pharmacie, ces dispositifs sont installés à domicile par un technicien en présence de votre pharmacien et ils bénéficient d'une assistance 24h/24 et 7j/7.

*Spécialisé dans le maintien à domicile des personnes fragilisées, ABM Pharma propose des solutions médicales (mobilité, respiratoire, repos, hygiène) distribuées exclusivement en pharmacie.*

- Vous vous rendez dans votre pharmacie de proximité, muni de votre ordonnance, pour commander votre **équipement médical**.
- Votre équipement médical est installé à votre domicile par un **technicien ABM Pharma**, en présence de votre pharmacien.
- Le technicien vous apprend à utiliser votre équipement. En cas de problème, vous bénéficiez d'une **assistance 24h/24 et 7j/7**.



**Certains dispositifs de maintien à domicile** peuvent être **pris en charge par l'Assurance Maladie et la mutuelle**, partiellement ou en totalité. Renseignez-vous auprès de votre pharmacien.



## UNE SALLE DE BAIN SUR MESURE ET SÉCURISÉE

☎ 01 84 88 87 73

*Appel non surtaxé*

🌐 [www.easyshower.fr](http://www.easyshower.fr)

### La situation

Denis s'est récemment fait très peur en frôlant la chute à la sortie du bain. Il souhaite à présent remplacer sa baignoire par une douche accessible où il pourrait s'asseoir. Son fils, Alexandre, estime ces travaux nécessaires pour favoriser le maintien à domicile de son père, mais à distance, il ne peut s'en occuper.

### La solution

Easy Shower vous propose de remplacer votre baignoire par une douche sécurisée sur mesure en une journée seulement et moins d'une semaine pour une rénovation complète de la salle de bain. Easy Shower intervient partout en France et peut vous proposer des financements adaptés à votre situation.

*Leader français de la douche sur mesure et sécurisée depuis plus de 18 ans, Easy Shower a déjà accompagné plus de 25 000 clients partout en France.*



- Un **devis gratuit** et sans engagement.
- Un **financement adapté** à vos besoins.
- Une qualité de **fabrication française**.



**500 € de remise<sup>(1)</sup>** sur reprise de votre ancienne baignoire par Easy Shower **avec le code SLA006**.

## Le saviez-vous ?



Pour l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), **vieillir en bonne santé, c'est conserver six fonctions de base** : la mobilité, la mémoire, la vue, l'audition, la nutrition et la santé psychique. Pour rester en bonne santé longtemps, nous devons apprendre à mesurer nos propres fonctions de base, explique le Professeur Bruno Vellas, chef du pôle gériatrie-gérontologie au CHU de Toulouse.



Le **Qi Gong** est une **gymnastique chinoise plurimillénaire basée sur le contrôle de la respiration**. Accessible à tout âge, cette discipline associe des mouvements lents, des techniques respiratoires et de concentration pour faire circuler et équilibrer son énergie vitale. Vantée pour ses bénéfices sur la santé, le Qi Gong améliorerait les fonctions respiratoires, digestives, cardiovasculaires et nerveuses.



**Les cures thermales ont une visée thérapeutique** : elles permettent de soulager certaines pathologies, définies par l'Assurance Maladie, comme les rhumatismes, l'asthme, l'arthrose, le diabète ou encore les troubles de la circulation. Prescrites par un médecin, les cures thermales peuvent être prises en charge, partiellement ou en totalité, par l'Assurance Maladie et la mutuelle.  
[www.leguideduthermalisme.fr](http://www.leguideduthermalisme.fr)



Le manque de sommeil chronique peut avoir un impact non négligeable sur la santé. Dans son ouvrage *Sauvés par la sieste*, Brice Faraut, chercheur en neurosciences, prône **la pratique régulière de la sieste comme médicament**. Faire une sieste de vingt à trente minutes chaque jour permet de lutter contre la morosité, la fragilité immunitaire, le stress, le surpoids ou encore les maladies cardiovasculaires.



MEDADOM

## UN SERVICE DE TÉLÉCONSULTATION MÉDICALE

 [www.medadom.com](http://www.medadom.com)

### La situation

Gabriel vit dans un petit village de Haute-Savoie, situé loin des grandes agglomérations. Il lui est difficile de trouver des professionnels de santé exerçant à proximité de son domicile. Il cherche donc une solution qui lui permettrait de consulter un médecin à distance, à partir d'une simple connexion Internet.

### La solution

MEDADOM propose un service de téléconsultation médicale. La mise en relation avec un médecin généraliste s'effectue en moins de 10 minutes<sup>(1)</sup> sans rendez-vous 7j/7 sur tout le territoire, à partir d'un smartphone, d'une borne ou d'une cabine connectée installée dans des établissements (pharmacies, collectivités territoriales...).

*MEDADOM est le leader de la télémédecine en France.  
MEDADOM a déjà équipé plus de 1 000 établissements de bornes  
et cabines pour faciliter l'accès aux soins pour tous.*

- Vous faites une **demande de téléconsultation** avec un médecin via votre smartphone, une borne ou une cabine connectée.
- Vous êtes **mis en relation avec un médecin** en moins de 10 minutes<sup>(1)</sup> : votre vidéo-consultation peut alors commencer.
- Une fois la vidéo-consultation terminée, vous accédez à vos documents : **compte-rendu médical**, ordonnance...



**La prise en charge est de 100 %** sur les téléconsultations dont les symptômes peuvent être en lien **avec la COVID**. Autrement, la part à la charge du patient/mutuelle est de 7,50 €.



## DES PHARMACIENS À VOS CÔTÉS POUR BIEN VIEILLIR

 1 350 pharmacies

 [www.pharmaciengiphar.com](http://www.pharmaciengiphar.com)

### La situation

Nicole et Roger ont toujours la même joie de vivre que lorsqu'ils se sont rencontrés il y a 45 ans. Mais avec l'âge, Nicole souffre d'arthrose et Roger doit composer avec son diabète et son hypertension. Ils aimeraient bien que quelqu'un les aide à surmonter leurs petits maux du quotidien et à s'y retrouver avec tous leurs traitements.

### La solution

Les pharmaciens Giphar vous aident à prendre votre santé en main. Ils proposent des dépistages puis réorientent vers les autres professionnels de santé. Ils réalisent également des entretiens individuels pour vous aider dans le suivi de vos traitements et vous font bénéficier de services comme la livraison à domicile.

*Un réseau de pharmacies indépendantes.  
Avec plus de 1 350 officines, il y en a forcément  
une près de chez vous !*

- Les pharmaciens Giphar proposent des **dépistages** : diabète, angine, DMLA, troubles respiratoires, risques cardio-vasculaires.
- Ils réalisent des **entretiens pharmaceutiques** : suivi des traitements, sevrage tabagique, asthme, cancer, anticoagulant.
- Ils dispensent des **conseils personnalisés** en pharmacie et proposent des services comme la **livraison à domicile**.



Ces pharmaciens proposent des **produits et services destinés à l'autonomie et la mobilité** regroupés sous la marque **Libeoz**. Plus d'informations dans les 1 350 pharmacies du réseau.



## UN RÉSEAU DE PROFESSIONNELS DE SANTÉ LIBÉRAUX

☎ 01 86 26 97 73  
Appel non surtaxé

🌐 [www.medicalib.fr](http://www.medicalib.fr)

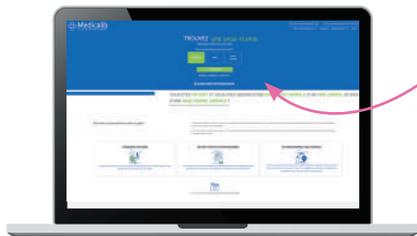
### La situation

Depuis quelques jours, Suzanne ressent une vive douleur au mollet droit. Après auscultation, son médecin traitant lui a diagnostiqué une phlébite et lui a prescrit un traitement d'anticoagulants. Sa jambe la faisant souffrir, Suzanne aurait besoin qu'un professionnel de santé vienne à son domicile pour réaliser les injections.

### La solution

Medicalib vous met gratuitement en relation avec des infirmiers et des kinésithérapeutes, diplômés d'État, disponibles près de chez vous. Les professionnels de santé interviennent, sur ordonnance, à votre domicile, pour vous prodiguer des soins infirmiers (pansement, injection, prise de sang...) ou kinés (rééducation...).

*Medicalib est la première plateforme en ligne dédiée à l'organisation de soins infirmiers et kinés à domicile. Medicalib référence plus de 20 000 professionnels de santé libéraux partout en France.*



- Vous remplissez une **demande de soins** sur [www.medicalib.fr](http://www.medicalib.fr)
- Votre demande est envoyée aux **professionnels de santé disponibles**.
- Un professionnel vous rappelle dans l'heure pour **planifier sa visite**.



Grâce à Medicalib, **plus de 500 000 patients ont trouvé un professionnel de santé à domicile** pour réaliser leur soin en moins d'une heure.



RELYFE

## LE PROFIL DE SANTÉ INTERACTIF

☎ 01 86 26 97 75

Appel non surtaxé

🌐 [www.relyfe.com](http://www.relyfe.com)

## La situation

Evelyne est diabétique et elle fait l'objet d'un suivi régulier par de nombreux professionnels de santé : médecin généraliste, diabétologue, pharmacien... Evelyne cherche une solution personnalisée et dématérialisée pour partager son historique médical à tout moment, à partir d'une simple connexion Internet.

## La solution

ReLyfe, le profil de santé interactif du patient, permet à son utilisateur de récupérer ses informations médicales et de les partager facilement, avec les professionnels de santé de son choix, en France et à l'étranger, en toute sécurité. En cas d'urgence, un QRCode permet un accès immédiat aux informations vitales.

*ReLyfe (anciennement InnovHealth créé en 2016 par le Docteur Adnan El Bakri) a développé le profil de santé interactif qui contribue à l'amélioration et à la coordination du parcours de soins du patient.*

- Vous vous connectez sur [www.relyfe.com](http://www.relyfe.com) et cliquez sur le bouton « S'inscrire » **pour créer votre compte**.
- Vous obtenez votre **carte virtuelle ReLyfe utilisable immédiatement** chez tous les professionnels de santé.
- Vous commencez à alimenter votre ReLyfe avec toutes vos **informations de santé** (ordonnances, radiographies...).



Votre profil de santé interactif peut, avec votre accord, être **géré par un membre de votre famille ou par un professionnel** (auxiliaire de vie, infirmier, pharmacien...).



## DES SOLUTIONS AUDITIVES PERSONNALISÉES

☎ 01 82 88 60 55

*Appel non surtaxé*

🌐 [www.audika.fr](http://www.audika.fr)

### La situation

Cécile et Mohammed, un couple féru de septième art, ont installé dans leur salon un home cinéma dernier cri. Mais depuis quelques temps, Cécile s'aperçoit que son mari augmente chaque jour un peu plus le son de la télévision, et cela commence à devenir invivable, surtout lorsqu'il regarde des films de guerre !

### La solution

Prendre soin de son audition est essentiel ! Audika et ses équipes d'audioprothésistes proposent une large gamme de solutions auditives les plus innovantes (intelligence artificielle, connectées, rechargeables, invisibles...) pour retrouver une bonne audition en toute discrétion et conserver ainsi une vie sociale épanouie.

*Avec plus de 40 ans d'expertise exclusivement dédiée à l'audition, Audika vous accompagne au quotidien grâce à un réseau de près de 600 centres répartis partout en France.*



- Pour faire un **bilan auditif gratuit**<sup>(1)</sup>, composez votre numéro exclusif et indiquez le code « Silver Alliance ».
- Si votre bilan révèle une perte auditive, Audika vous informera sur les **solutions pouvant vous convenir**.
- Vous pourrez faire un **essai gratuit**<sup>(2)</sup> de vos aides auditives pendant 30 jours.



Chez Audika, vous pouvez bénéficier d'une **solution auditive 100 % santé 100 % remboursée**. Pour plus d'informations, composez votre numéro exclusif. Les équipes Audika répondront à toutes vos questions.



## UN OPTICIEN À DOMICILE SUR RENDEZ-VOUS

📞 01 84 88 85 87  
Appel non surtaxé

🌐 [www.lesopticiensmobiles.com](http://www.lesopticiensmobiles.com)

### La situation

Le passe-temps préféré de Monique : lire des romans policiers. Mais depuis quelques temps, sa vue baisse... Monique aurait bien besoin d'une nouvelle paire de lunettes, mais entre le bénévolat à la bibliothèque municipale et l'animation du club de lecture, elle n'a pas une minute pour elle !

### La solution

Spécialistes en santé visuelle, Les Opticiens Mobiles se déplacent sur simple rendez-vous, sur votre lieu de vie, pour vérifier votre équipement et vos corrections, réaliser des mesures d'acuité visuelle et vous présenter une large gamme de verres et montures, des équipements basse vision et des accessoires.

*Premier réseau national d'opticiens à domicile, la société Les Opticiens Mobiles facilite l'accès aux soins en améliorant la santé visuelle des personnes sur leurs lieux de vie.*

- Vous prenez rendez-vous en ligne ou par téléphone avec **l'Opticien Mobile le plus proche de chez vous.**
- Le jour J, votre Opticien Mobile se rend à votre domicile pour **évaluer vos besoins** et vous aider à **choisir votre équipement.**
- Votre Opticien Mobile vous livre vos **lunettes à domicile** et réalise des ajustements (si nécessaire).



**Le déplacement à domicile, d'une valeur de 29 €, est offert** dans la limite où la distance domicile-Opticien Mobile n'excède pas 30 kilomètres aller/retour.



**NUTRISENS\***  
Redonnons goût à la nutrition santé.

UNE ALIMENTATION PERSONNALISÉE LIVRÉE À DOMICILE

📞 01 84 88 85 90

Appel non surtaxé

🌐 [www.nutrisens.com](http://www.nutrisens.com)

## La situation

Chantal, qui a toujours adoré se mettre aux fourneaux, ne cuisine plus beaucoup. L'appétit est moins présent quand elle déjeune seule et elle semble même avoir perdu quelques kilos. Son fils, Pierre, l'accompagne parfois pour faire ses courses, mais depuis quelque temps son caddie est moins rempli.

## La solution

Nutrisens apporte des solutions nutritionnelles savoureuses aux personnes ayant des pathologies liées au vieillissement (dénutrition, troubles de la déglutition...). La gamme Nutrisens est élaborée par des diététiciens et préparée par des chefs cuisiniers. Redonner le goût de manger, c'est ce qui nous tient à cœur !

*Spécialisé dans l'alimentation médicale et la nutrition santé, Nutrisens propose plus de 800 produits distribués dans les établissements de santé, en pharmacie et à domicile.*

- Vous échangez avec un conseiller Nutrisens pour trouver une **solution nutritionnelle adaptée** à vos besoins.
- Vous passez commande sur la boutique en ligne ou par téléphone. Vos plats Nutrisens sont **livrés à domicile sous 24h**.
- Si vous souhaitez réaliser un bilan nutritionnel personnalisé, prenez **rendez-vous sur [www.nutrid-online.com](http://www.nutrid-online.com)**



**15 % de remise immédiate et les frais de livraison offerts** sur votre première commande Nutrisens avec le code **SILVER21**.

**LABORATOIRES  
ILAPHARM**

**DES PRODUITS DE SANTÉ NATURELLE**

☎ **01 84 88 97 79**

*Appel non surtaxé*

🌐 **www.ilapharm.com**

### La situation

François et Michèle ont décidé de prendre leur santé en main pour rester en forme et continuer leurs activités. Consommateurs responsables, ils croient aux vertus naturelles des plantes et privilégient l'achat de produits sains et de qualité, qui préservent leur capital santé, tout en préservant l'environnement.

### La solution

Les Laboratoires Ilapharm proposent une large gamme de compléments alimentaires pour bien vieillir et vivre en bonne santé le plus longtemps possible. Véritables concentrés de plantes, vitamines et minéraux, ils vous aident à prendre soin de votre sommeil, de vos articulations, de votre mémoire, de votre vue...

*Créés en 1992 par un pharmacien, Les Laboratoires Ilapharm sont une entreprise familiale, indépendante et française spécialisée dans la vente de produits de santé naturelle.*



**Les frais de livraison sont offerts** pour toute commande Les Laboratoires Ilapharm avec le code **SILVER21**.



## UN SERVICE D'ORGANISATION DU TRANSPORT SANITAIRE

 **01 84 88 96 57**  
Appel non surtaxé

 [www.sanilea.fr](http://www.sanilea.fr)

### La situation

Sur les conseils de son médecin, Raymond doit pour la première fois consulter un cardiologue, mais il n'en connaît aucun. Cette situation l'inquiète d'autant plus qu'il se déplace au quotidien à l'aide d'une canne. Raymond cherche donc une entreprise pour organiser son rendez-vous médical et le transport associé.

### La solution

Sanilea et son Pôle Santé, composé de professionnels de santé, proposent aux patients ainsi qu'à leurs proches aidants un accompagnement global, de la prise d'un rendez-vous médical jusqu'à la réservation de son transport sanitaire associé (ambulances, véhicules sanitaires légers et taxis conventionnés).

*Sanilea est une entreprise française, leader de l'organisation du transport sanitaire en France.*

- Vous contactez le **Pôle Santé** par téléphone, via le site [www.monambulance.fr](http://www.monambulance.fr) ou l'application mobile monambulance.
- Sanilea vous accompagne dans la **prise de votre rendez-vous médical** et/ou dans la **réservation de votre transport sanitaire**.
- Vous recevez immédiatement un **e-mail de confirmation**, suivi d'un appel du Pôle Santé avec toutes les informations pratiques.



Sanilea regroupe une communauté de plus de **4 000 sociétés de transport sanitaire**, **700 établissements de santé** et a organisé en 2020 plus d'un million de transports en France.



## DES PRODUITS D'INCONTINENCE LIVRÉS À DOMICILE

☎ 01 84 88 88 52

Appel non surtaxé

🌐 [www.sphere-sante.com](http://www.sphere-sante.com)

### La situation

Muriel, une retraitée dynamique, souffre d'incontinence. Comme elle ne trouve pas toujours les bonnes protections dans les commerces de son village, elle doit se rendre régulièrement au supermarché le plus proche, situé à dix kilomètres, pour effectuer ses achats, ce qui n'est vraiment pas pratique.

### La solution

Sphère-Santé propose une large gamme de produits d'incontinence – des protections aux sous-vêtements en passant par des produits d'hygiène – livrés en toute discrétion à domicile sous 24h, partout en France. Des conseillers Sphère-Santé sont disponibles par téléphone pour vous aider dans votre choix.

*Sphère-Santé est le leader français de la vente en ligne de produits d'incontinence. Sa boutique en ligne est agréée Trusted Shop et sa rubrique d'information est certifiée HONcode.*



**10 % de remise immédiate** sur votre première commande Sphère-Santé et les **frais de livraison offerts** à partir de 100 € avec le code **SILVER21**.

# Nos coups de cœur

Ce semestre, Silver Alliance accompagne le développement de quatre entreprises aux solutions prometteuses. Zoom sur ces jeunes pousses !



## Un jeu pour réunir toutes les générations

**2minutes...  
ensemble!**

**2 minutes ensemble**® est un jeu pour vivre un moment de qualité avec son entourage. Chaque carte permet d'**engager un dialogue bienveillant et un partage d'expérience** (Je raconte une bêtise de mon enfance). Scientifiquement, il est prouvé que ces interactions sont vectrices de bien-être.

■ Pour en savoir plus : [www.2minutesdebonheur.com](http://www.2minutesdebonheur.com)



## La location d'une chambre libre à un étudiant

**colette**

Colette propose aux seniors de **louer une chambre libre à un étudiant** à la recherche d'un logement pour tisser des liens intergénérationnels et générer un complément de revenus. Colette accompagne le binôme dans toutes ses démarches administratives : contrat de cohabitation, assurances...

■ Pour en savoir plus : [www.colette.club](http://www.colette.club)



## Une assurance pour l'avenir de son animal



L'assurance **Vicanis Tranquillité** permet d'**anticiper la prise en charge de son animal de compagnie en cas de décès, invalidité ou dépendance totale**. L'animal de compagnie est alors accompagné, intégré et suivi dans l'une des résidences haut de gamme Vicanis jusqu'à la fin de sa vie.

■ Pour en savoir plus : [www.vicanis.com](http://www.vicanis.com)



## Un tapis d'entraînement à la marche sécurisé



**ezyGain**

ezyGain a développé amy®, un tapis roulant intelligent de rééducation de la marche. Ce dispositif, compact et facile à déplacer par les aidants, permet aux personnes âgées de **pratiquer une activité physique régulière et sécurisée à domicile**, sans risque de chute.

■ Pour en savoir plus : [www.ezygain.com](http://www.ezygain.com)

# Les aides financières

Il existe des aides financières pour les personnes âgées vivant à domicile. Les demandeurs doivent toutefois remplir des conditions de ressources, d'âge et de résidence. Plus d'informations sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)

**L'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA)** s'adresse aux 65 ans et plus (ou 62 ans en cas d'invalidité) ayant de faibles ressources, pour leur assurer un revenu minimal. ■

**L'allocation supplémentaire d'invalidité (ASI)** complète une pension d'invalidité. Elle peut être versée jusqu'à l'âge légal de la retraite ou jusqu'à la cessation d'activité. ■

**L'allocation simple d'aide sociale pour les personnes âgées** s'adresse aux 65 ans et plus qui ne perçoivent pas de pension de retraite et dont la demande d'ASPA a été refusée. ■

**L'allocation personnalisée d'autonomie (APA)** s'adresse aux 60 ans et plus en perte d'autonomie. Elle permet de financer des aides nécessaires au maintien à domicile. Elle n'est pas cumulable avec « l'aide-ménagère » ou une aide de la caisse de retraite. ■

**L'aide financière « Aide-ménagère »** s'adresse aux 65 ans et plus dont les ressources ne dépassent pas l'ASPA. Elle permet de rémunérer une aide à domicile et peut être attribuée par le département ou la caisse de retraite. ■■

**Les aides des caisses de retraite** sont attribuées aux retraités autonomes et/ou en situation de fragilité pour financer des services à domicile, l'adaptation de son logement... Ces aides ne sont pas cumulables avec l'ASPA ou l'APA. ■

**La prestation de compensation du handicap (PCH)** s'adresse aux moins de 60 ans en perte d'autonomie du fait de leur handicap. Cette aide, non cumulable avec l'APA, peut être versée à vie. ■

**Les aides au logement**, comme l'aide personnalisée au logement (APL), l'allocation de logement social (ALS) ou l'allocation de logement familial (ALF), servent à financer les charges du loyer. ■■

Cette aide se demande auprès de :

- la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV).
- la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM).
- le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la mairie.
- la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).
- la Caisse d'Allocations Familiales (CAF).

# Nos jeux

**SUDOKU** moyen 

2	7						4	3
	9						5	
			3	4	9			
	1	8				5	2	
	4	3				6	9	
			5		6			
				2				
4	6			3			8	9
9	5			1			3	2

**SUDOKU** difficile 

				1	9	6	5	
	5	2						
					7			
4		1						6
			3		1			
5						7		8
8			4					
							9	7
	6	3	7	5				

**FUBUKI** moyen 

2			=	11
	8		=	22
		7	=	12

=    =    =

12	15	18
----	----	----

**FUBUKI** difficile 

4			=	15
			=	20
		3	=	10

=    =    =

18	17	10
----	----	----

		10	17	18
		=	=	=
10	=	3	1	6
20	=	5	7	8
15	=	2	9	4

**FUBUKI** difficile 

		12	15	18
		=	=	=
12	=	7	4	1
22	=	5	8	9
11	=	6	3	2

**FUBUKI** moyen 

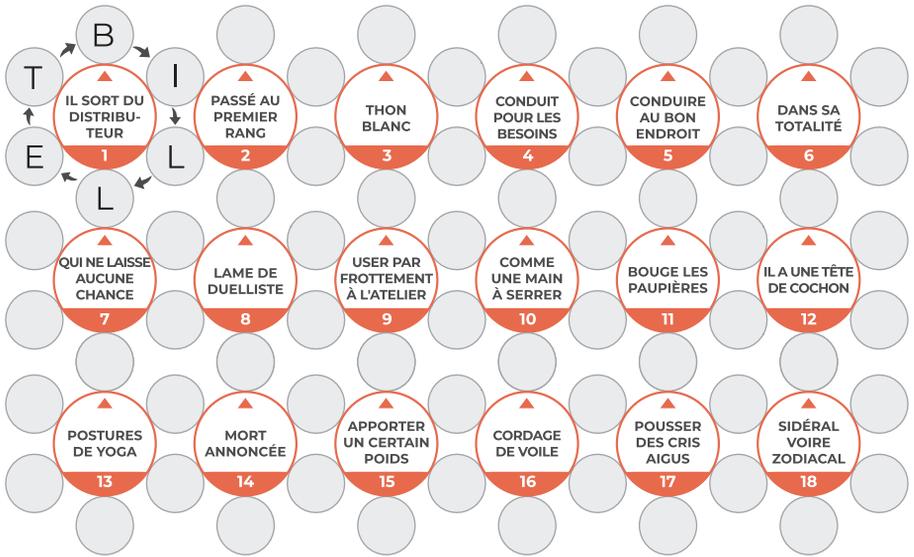
9	6	3	7	5	2	1	8	4
2	4	5	1	6	8	9	7	3
8	1	7	4	9	3	2	5	6
5	3	9	6	2	4	7	1	8
7	2	6	3	8	1	5	4	9
4	8	1	9	7	5	3	2	6
6	9	8	5	2	7	4	3	1
1	5	2	6	3	4	8	9	7
3	7	4	8	1	9	6	5	2

**SUDOKU** difficile 

9	5	7	6	1	8	4	3	2
4	3	1	9	2	7	5	1	8
8	3	1	6	2	4	7	6	5
7	2	9	5	8	6	3	1	4
5	4	3	1	7	2	6	9	8
6	1	8	4	9	3	5	2	7
1	8	5	3	4	9	2	7	6
3	9	4	2	6	7	8	5	1
2	7	6	8	5	1	9	4	3

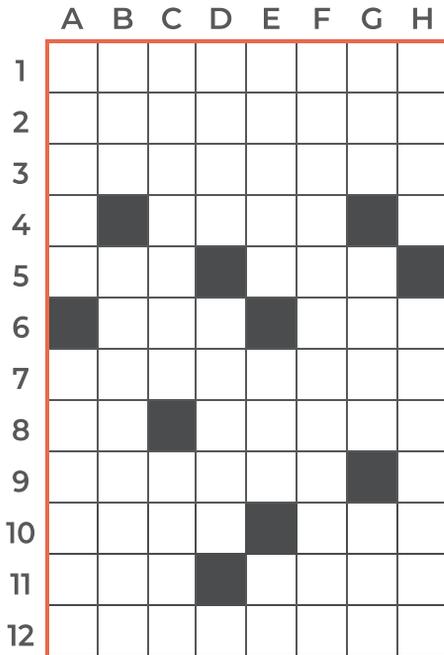
**SUDOKU** moyen 

## RONDE DES MOTS



1. Billet 2. Anobl 3. Germon 4. Urètre 5. Place 6. Cibali 7. Letale 8. Brette 9. Meulier 10. Tendue 11. Cligne 12. Bétail 13. Asanas 14. Trepas 15. Lester 16. Drisse 17. Clapir 18. Astral

## MOTS CROISÉS



### HORIZONTALEMENT

1. Un élément de la basse-cour. 2. Vider une tomate. 3. A des remords. 4. Elle s'oppose au plaisir. 5. Nous y sommes. Classement sélectif. 6. Ils sont accumulés par les anciens. Parfois austère. 7. Comme la douceur en Anjou. 8. Largeur de coupon. Ses photos ne s'exposent pas. 9. Cesse de circuler. 10. Foyer. Musique du Maghreb. 11. Désigne un enfant, mais pas un gamin. Chef du milieu. 12. Qui n'a personne à qui parler.

### VERTICALEMENT

A. Chanceux d'être si brillant ! Bas-Rhin et Haut-Rhin. B. Trou mural. Il y en a six dans un pack. C. Collant épais. Ils peuvent être martiaux. D. Dur à avaler. Prénom de Gainsbourg. E. Reste solidement attaché. Véhicule pour le transport des chevaux. Cuivre symbolisé. F. Qui est entre les étoiles. G. Touché au tennis ! Victoire sur les Prussiens. Expression de celui qui encaisse. H. Mesures de géologue. Bête des bois.

1. Volaille 2. Épineux 3. Regrette 4. Cène 5. Ici 6. Anz 7. Angevine 8. Le Radar 9. Stagne 10. Âtre 11. Rai 12. Essuie-l 3. Verni 4. Alsace 5. Opé 6. Canettes 7. Legging 8. Arts 9. Apre 10. Trent 11. Van 12. Cu 13. Intersidéral 14. Let 15. Aie 16. H 17. Eres 18. Cervidé

# Nos engagements



## Un engagement à votre service

La raison d'être de Silver Alliance : **offrir à chacun des solutions de confiance pour bien vivre et bien vieillir chez soi.** C'est pourquoi nous mettons chaque jour tout en oeuvre pour référencer des biens et des services et vous proposer des avantages commerciaux exclusifs ainsi que des conseils d'experts.



## Un engagement au service de la qualité

Pour garantir la qualité des solutions proposées par Silver Alliance, **les entreprises membres font l'objet d'un processus de sélection rigoureux.** Elles doivent tout d'abord répondre à plusieurs critères d'éligibilité, parmi lesquels s'inscrire dans une démarche qualité, être l'un des trois leaders dans leur secteur d'activité, être reconnue pour la qualité de leur relation client et avoir une couverture géographique nationale. Si l'entreprise répond à l'ensemble de ces critères, elle est auditionnée lors d'un Comité de recrutement réunissant tous les dirigeants des entreprises membres de Silver Alliance. À l'issue de sa présentation, les membres votent son entrée ou non dans l'Alliance : l'entreprise est admise si, et seulement si, elle reçoit un avis favorable à l'unanimité.



## Un engagement sociétal

Nous avons lancé l'**opération Rêves de Seniors pour changer le regard que porte la société sur le vieillissement** en permettant à des personnes âgées de 60 ans et plus de réaliser leur rêve.

Interroger nos aînés sur les rêves qu'ils portent en eux et les aider à les réaliser n'est pas un acte anodin. C'est pour nous un acte militant. Pourquoi ? Parce que le fait même de poser la question revient à considérer les personnes âgées comme tout un chacun, des êtres de désirs doués de projets et de choix. Et c'est justement le fait de considérer leur besoin de réalisation et de dépassement de soi comme quelque chose de « normal » qui participe d'une posture militante pour changer le regard que porte la société sur le vieillissement.



## Un engagement au service de la protection de vos données

Chez Silver Alliance, **vos données personnelles ne sont utilisées qu'avec votre consentement.** Elles ne sont pas utilisées à des fins commerciales. Elles peuvent toutefois, avec votre accord, nous permettre de vous mettre en relation avec l'un de nos membres. Nous respectons ainsi à la lettre les termes du règlement européen n°2016/679, dit règlement général sur la protection des données (RGPD).



## Un engagement au service de la protection de l'environnement

Tous nos supports de communication sont imprimés sur du **papier certifié PEFC** (Programme de Reconnaissance des Certifications Forestières). Cette certification garantit une **gestion éco-responsable des forêts** et assure la traçabilité de la matière depuis la forêt jusqu'au produit fini. ■

# Notre opération Rêves de Seniors

Chez Silver Alliance, nous sommes convaincus qu'il n'y a pas d'âge pour aimer, grandir, apprendre, s'émerveiller... et réaliser ses rêves ! C'est pourquoi nous avons lancé Rêves de Seniors, une opération qui vise à changer le regard que porte la société sur le vieillissement en réalisant le rêve de nos aînés.



## Maité saute en parachute



Maité a réalisé son rêve : **sauter pour la première fois en parachute à 4 000 mètres d'altitude, au-dessus du bassin d'Arcachon** (Gironde). Elle était accompagnée par Nicolas Goutin, champion du monde de Free Fly. *« Je me suis retrouvée dans le vide sans avoir aucune appréhension ! »*



## Jean-Pierre rencontre Thomas Pesquet

Jean-Pierre, astronome amateur, a eu la chance de **rencontrer Thomas Pesquet, le plus célèbre des astronautes français**, au cours d'une conférence sur son aventure spatiale Proxima. *« Je remercie Silver Alliance, car ce n'est pas tous les jours qu'on peut serrer la main d'un brillant astronaute ! »*



## Anne monte sur une grue de chantier



Anne a réalisé son rêve : **monter au sommet de la grue du chantier de l'îlot Fulton** (Paris). Perchée à 58 mètres d'altitude, elle était accompagnée par Chérif, grutier et Compagnon du Minorange. *« J'ai découvert un univers technique exaltant auquel je ne m'attendais pas du tout. »*



## Marie en immersion avec les gorilles

Passionnée par les gorilles, Marie a eu la chance de pouvoir les observer de près au ZooSafari de Thoiry (Yvelines). Seule au parc en raison de la covid-19, **cette soigneuse d'un jour a vécu une expérience inédite**. *« Je ne pensais pas les voir d'aussi près. J'ai vraiment dû me retenir pour ne pas les toucher. »*



# Il n'y a pas d'âge pour réaliser ses rêves



Pour participer à l'opération Rêves de Seniors, rien de plus simple !

1

Vous remplissez un  
bulletin en ligne sur  
[www.revesdeseniors.fr](http://www.revesdeseniors.fr)

2

Le Comité de Sélection,  
composé de seniors,  
étudie votre rêve.

3

Si votre rêve est  
sélectionné, Silver  
Alliance le réalisera !

Tentez votre chance et participez dès maintenant à Rêves de Seniors.  
**Qui sait jusqu'où cela pourra vous mener ?**

[www.revesdeseniors.fr](http://www.revesdeseniors.fr)