

RÊVES DE SENIORS : Il n'y a pas d'âge pour les réaliser !

On a le droit de rêver à tout âge. Si vous avez plus de 60 ans, l'opération *Rêves de seniors* vous propose de réaliser le vôtre et de vivre un moment d'exception.

« Je me suis retrouvée dans le vide sans avoir aucune appréhension », témoigne Maïté qui a sauté en parachute au-dessus du bassin d'Arcachon. Passionné d'astronomie, Jean-Pierre a rencontré le spationaute Thomas Pesquet et n'en revient toujours pas : « ce n'est pas tous les jours qu'on peut serrer la main d'un brillant astronaute français ! » Anne est montée en haut d'une grue de chantier... « J'ai découvert un univers technique exaltant, j'aurais aimé être grutière », avoue la retraitée. Maïté, Anne et Jean-Pierre ont pu réaliser leur rêve grâce à l'opération « Rêves de seniors », lancée par Silver Alliance qui associe une trentaine d'entreprises proposant des services pour le bien vivre à domicile. Cette initiative s'adresse aux seniors de plus de 60 ans, sans limite d'âge supérieur. Son objectif est de changer le regard que porte la société sur le vieillissement en montrant que le besoin de réalisation et le dépassement de soi sont des choses normales, même lorsqu'on avance en âge.

UN MOTEUR DE BIEN-ÊTRE

« Ce n'est pas parce qu'on a déjà parcouru une bonne partie de sa vie qu'on n'a plus le droit de rêver. Au contraire ! », affirme Benjamin Zimmer, à l'origine du projet. « Le rêve est un moteur psychologique extrêmement puissant qui peut impac-



©Oneinchpunch - stock.adobe.com

ter positivement notre état de santé, explique la psychologue Véronique Cayado. Vivre une aventure qui nous tient tant à cœur, c'est continuer à espérer, à être dans le désir, dans l'affirmation et la réalisation de soi. Or, une image de soi valorisante, comme la confiance en ses propres ressources, influe sur pratiquement tout ce que nous faisons, pensons, ressentons. Cela agit sur le bien-être ». Gratuite, l'opération Rêves de seniors s'applique à quatre catégories de rêves : une activité sportive, une activité culturelle, une rencontre avec une célébrité ou un projet entrepreneurial. Pour y participer, il suffit de tenter sa chance en remplissant le bulletin de participation en ligne*. Un comité de sélection, composé de quatre femmes et quatre hommes de 57 à 101 ans, se réunit chaque trimestre afin de présélectionner les rêves qui pourront être réalisés.

*www.revesdeseniors.fr

APEI-Actualités


Assurance et Banque



MA PROTECTION ACCIDENT
Une garantie Accidents de la Vie,
à la maison, à l'extérieur et même à l'étranger ;
pour moi, mes enfants, mes petits-enfants.

Je choisis
une assurance citoyenne

AXA France Vie, Société anonyme au capital de 487 725 073,50 € - 310 499 959 R.C.S. Nanterre - AXA Assurances Vie Mutuelle, Société d'assurance mutuelle sur la vie et de capitalisation à cotisations fixes - Siège 950 437 245 - Siège social : 313, Terrasse de l'Arche 92127 Nanterre - Inter Patrier Assistance (AXA Assistance), Société anonyme d'ordon. belge au capital de 31 702 613,4, est soumise en qualité d'intermédiaire d'assurance de droit belge au contrôle prudentiel de la Banque Nationale de Belgique, siège social : Boulevard du Duc Jean-Baptiste 14 - 1200 Bruxelles - Belgique et est membre d'Inter-Patrier Assurances Mutuelles de Bruxelles sous le numéro 425 993 955, dont le siège social est situé 168 Avenue Louise - Bte 3 - 1200 Bruxelles - Belgique, prise au travers de sa succursale française immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Nanterre sous le numéro 318 235 500 et SIRET 6, rue Armand-Gide 92020 CHATELAIN, elle-même soumise au contrôle de l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (ACPR), siège 4, place de Budapest - CS 92459 - 75436 Paris Cedex 09 - Entreprises régies par le Code des assurances.

70 ANS : L'âge qui donne des ailes

Est-on vieux à 70 ans ? Oui et non à la fois. Malgré le regard parfois stigmatisant de la société, être septuagénaire, c'est aussi s'affranchir des contraintes et vivre avec joie.

A 70 ans, le passage de la vie professionnelle à la retraite est digéré. Certes, sur le plan physique, les effets du vieillissement commencent à se faire sentir mais ça n'empêche pas les septuagénaires de nourrir des projets personnels et de rester actifs en tant que bénévoles dans les associations mais aussi sur le plan familial en s'occupant de leurs petits-enfants ou en tant qu'aïdants pour les plus âgés. Pour autant, notre société teintée de jeunisme n'est pas tendre avec les aînés alors que nous vieillissons de mieux en mieux. « On s'intéresse à notre pouvoir d'achat mais en même temps, on nous invisibilise », constate Laure Adler dans son tout récent livre « La voyageuse de nuit » (aux éditions Grasset). La journaliste et productrice de radio qui vient d'avoir 70 ans, préfère d'ailleurs dire les vieux que les seniors. Elle ne propose pas « un guide pour bien vieillir » mais développe ce que peut être « le senti-



©Teodor Lazarev - stock.adobe.com

ment de vieillir », au-delà des rides et des injonctions à rester jeune par l'alimentation, le sport, les sites de rencontres sur les réseaux sociaux...

SE FAIRE CONFIANCE

« On a beau se savoir vieux, on ne l'éprouve pas pour autant. En tout cas, pas en permanence. Jeunes, nous pouvions nous sentir vieux. Et vieux, de temps en temps, nous sentir jeunes, très jeunes », écrit-elle. « Le fait d'être vieux - car c'est une réalité objective que personne ne peut contester - ne se confond pas avec la percep-

tion que nous en avons. C'est en ce sens qu'il existe pour moi ce que je nomme le sentiment de l'âge. Chacun d'entre nous ne se réduit pas à l'âge qu'il a. Nous pouvons d'ailleurs, dans une même journée, avoir plusieurs âges. Dans notre for intérieur, même si la société nous adresse sans arrêt des signaux d'alerte nous assignant à notre âge, nous pouvons nous en échapper pour vivre ce que le présent nous propose. » Sans occulter les inquiétudes liées à l'âge, Laure Adler lui donne une perspective jubilatoire : « vieillir n'est pas non plus le paradis mais c'est une joie. Les contraintes, plus ou moins conscientes, disparaissent progressivement, laissant l'imaginaire prendre le dessus. On se fait de plus en plus confiance. Ce sentiment de ne plus avoir d'âge donne des ailes, on n'a plus de comptes à rendre qu'à soi-même. On a la sensation de défier le cycle de la vie, de nos vies ! »

APEI-Actualités

Sandrine PATRIER
Agent Général d'Assurances
Intermédiaire en Opérations de Banque
N° ORIAS* : 11 061 519

52, boulevard Carnot
61200 ARGENTAN
02 33 36 11 34
agence.patrier@axa.fr



Assurance et Banque

Particuliers / Professionnels / Entreprises / Banque / Placements

* Registre d'immatriculation des Intermédiaires d'Assurance : <http://www.orias.fr>