

SERVICES
SENIORS

FACILITER MON QUOTIDIEN ET CELUI DE MES PROCHES

ÉDITION JUILLET 2024



LA POSTE



veux profiter à 100% de ma retraite

Je pars en **VACANCES** facilement
 Je choisis le **NUMÉRIQUE** pour me simplifier la vie
 Je reste **CONNECTÉ(E)** avec mes proches
 Je concrétise mes **PROJETS** et mes **ENVIES**

p. 5
 p. 6
 p. 8
 p. 9



protège mes proches et moi-même

Je suis bien **ACCOMPAGNÉ(E)** en cas d'ennui de **SANTÉ**
 Je me sens **EN SÉCURITÉ** avec ma **TÉLÉASSISTANCE**
 Je suis **COUVERT(E)** au quotidien en cas d'accident de la vie ou de litige
 Je veux **SOULAGER MES PROCHES** pour mes obsèques

p. 11
 p. 12
 p. 14
 p. 15



facilite ma vie au quotidien

Je me fais aider pour le **MÉNAGE**
 Je réaménage et je **SÉCURISE MA SALLE DE BAIN**
 Je me fais livrer mes **MÉDICAMENTS**
 Je me fais livrer des **REPAS À DOMICILE**
 Je bénéficie de la visite du **FACTEUR À DOMICILE**

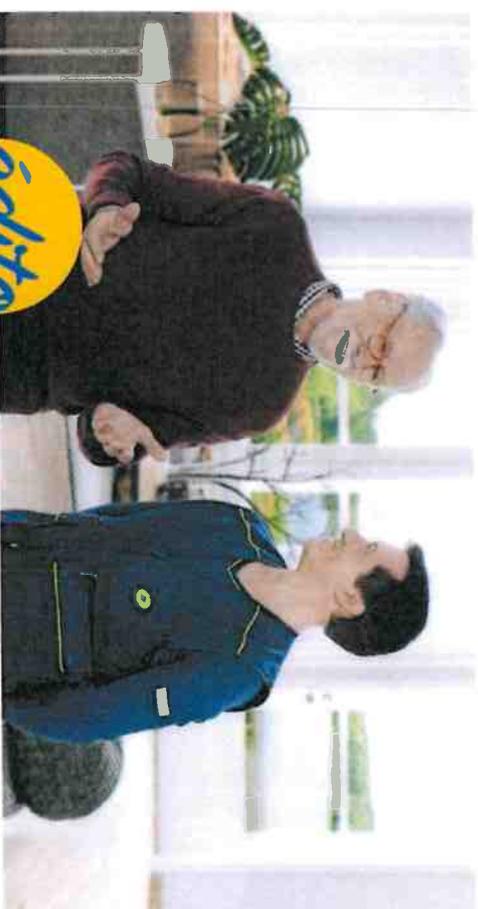
p. 17
 p. 18
 p. 19
 p. 20
 p. 21



POUR TOUTES INFORMATIONS
SUR LES SERVICES SENIORS,
CONTACTEZ LES CONSEILLERS AU :

0 800 000 011

Des postiers vous accueillent pour répondre à vos questions et vous orienter.



Être senior aujourd'hui, c'est avoir des envies et des besoins très différents de ceux de nos grands-parents au même âge ! Des envies de profiter au maximum d'un temps libre qui a souvent manqué quand on travaillait, des besoins de mieux se protéger. C'est aussi avoir la possibilité de vieillir sereinement, à son propre rythme, en trouvant des services adaptés à chaque étape de sa vie de senior.

Bien dans sa vie à tout âge

À La Poste, apporter des **réponses concrètes est au cœur de notre engagement social et sociétal pour le bien-vieillir.** Dans sa volonté d'être **au service de tous** et utile à chacun, La Poste vous accompagne au quotidien à travers ses agents et facteurs partout en France. Cette **proximité** nous permet d'être à **l'écoute de vos besoins**, de vos questions, des difficultés et des aspirations très variées que vous exprimez en tant que seniors ou aidants. Et, pour tenter d'y répondre, nous avons conçu un bouquet de **services sur mesure**. Opérés par des filiales ou des partenaires du groupe La Poste, ils visent tous un même objectif : **faciliter votre quotidien et celui de vos proches.**





Je veux profiter à 100% de ma retraite



Debarassée des contraintes de la vie « dite » active, la retraite est un temps de liberté et d'accomplissement des desirs. Il est important d'en avoir conscience pour sortir d'une routine, innover, imaginer d'autres horizons pour les vacances, et un environnement adapté à de nouveaux besoins. Notre habitat n'est-il pas trop éloigné des commodités ou trop spacieux et gourmand en énergie ? L'escalier de notre maison n'est-il pas dangereux ? La retraite est aussi un temps de relations gratuites qui font du bien. Les communications numériques facilitent les échanges familiaux et amicaux. Mais quel bonheur aussi de retrouver à l'occasion de rencontres ou de sorties des amis que la vie avait éloignés ! Et cela tombe bien ! Le plaisir, la joie, la curiosité, sont les meilleurs remèdes pour se maintenir en bonne santé et stimuler nos facultés cognitives. Notre cerveau est capable à tout âge de créer de nouveaux circuits d'activation !

MARIE-CLAUDE BERTHELOT,
GÉRONTOLOGUE



Je pars en vacances facilement

p. 5

Je choisis le numérique pour me simplifier la vie

p. 6

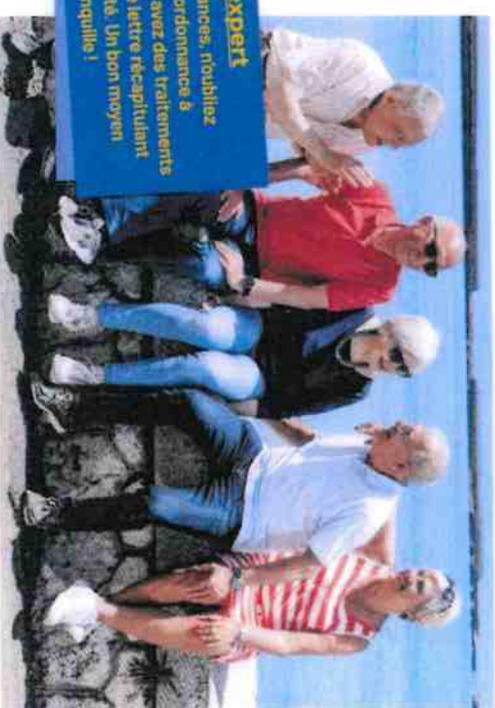
Je reste connecté(e) avec mes proches

p. 8

Je concrétise mes projets et mes envies

p. 9

Je pars en vacances facilement



Le conseil de l'expert
Avant de partir en vacances, n'oubliez pas de demander une ordonnance à votre médecin si vous avez des traitements et, le cas échéant, une lettre recommandée de votre médecin de santé. Un bon moyen de voyager l'esprit tranquille !

Des séjours pour des vacances réussies avec Seniors en vacances

Soutenu par l'État, le programme Seniors en Vacances de l'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances (ANCV) a permis le départ de plus de 800 000 seniors depuis sa création en 2007. Vous aussi, partez en séjours tout compris, hors transport, à un tarif préférentiel, et avec une aide financière de l'ANCV*.

- Mer, montagne, campagne, en France, ou séjours en Europe ?
- Seul, en couple ou entre amis ?

Une offre de séjours (1) au rythme de vos envies :	
5 jours/4 nuits	8 jours/7 nuits
385 € (taxi/park.) ou 217 € avec 168 € d'aide de l'ANCV*	461 € (taxi/park.) ou 259 € avec 202 € d'aide de l'ANCV*

Découvrez tous les équipements dans le catalogue de destinations de l'ANCV, qui intègre la pension complète, les animations et les excursions.

* Retrouvez les conditions du programme et des aides financières attribuées par l'ANCV sur le site <https://www.ancv.com/seniors-en-vacances-sev>. L'ANCV est partenaire de La Poste.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011

(1) Voir mention page 22.

Je choisis le numérique pour me simplifier la vie

ardoiz
Internet enfin pour vous

ardoiz®, la tablette qui rend Internet accessible à tous



Pourquoi ardoiz ?

- ▶ **Pour effectuer vos recherches sur Internet** en toute simplicité, que ce soit pour vos démarches administratives ou vos loisirs.
- ▶ **Pour communiquer avec vos proches** grâce aux appels vidéo, à l'envoi de messages et au partage de photos.
- ▶ **Pour profiter de vos journées** et prendre soin de vous grâce aux vidéos de remise en forme adaptée, aux recettes de cuisine, aux livres à écouter, aux magazines de presse complets, aux jeux et aux actualités.

Formule ÉQUILIBRE à la carte

Achat de la tablette et abonnement aux services ardoiz
229 € (dont 0,30 € décompté DEEE) + à partir de
10,99 € /mois (2) (engagement de 12 mois)



Formule SÉRÉNITÉ tout inclus

Mise à disposition de la tablette (6) et abonnement aux services ardoiz
à partir de
25,99 € /mois (1) (engagement de 24 mois)

Vous hésitez encore ? Profitez de 30 jours d'essai, satisfait ou remboursé (7) !

(1)(2)(3)(4)(5)(6)(7) Voir mentions page 22.

Ardoiz est une offre opérée par Theasy, une filiale du groupe La Poste.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet.laposte.fr/services-seniors ou appelez le **0 800 000 011**



Digiposte

Digiposte, le coffre-fort numérique pour conserver et sécuriser vos documents en sécurité

Avec Digiposte, sécurisez vos documents et gagnez du temps dans vos tâches administratives. Cet espace de stockage sécurisé vous permet de :

- ▶ Centraliser vos documents pour y accéder partout, tout le temps ;
- ▶ Sécuriser vos documents importants en lieu sûr (documents d'identité, titres de propriété, livret de famille...);

▶ Récupérer automatiquement vos documents du quotidien : relevés d'imposition, attestations de paiement d'assurance retraite... ;

▶ Transmettre et partager vos documents par lien sécurisé avec vos proches et personnes de confiance.

Gratuit, jusqu'à 5 Go de stockage
100 % hébergé en France
Protection garantie de vos données personnelles

Au départ, quand

j'ai ouvert mon coffre-fort Digiposte, c'est parce que ma fille partait étudier à l'étranger et je voulais qu'elle ait accès facilement aux documents de la famille. Ensuite, j'ai pris l'habitude d'y stocker tous les documents importants, c'est vraiment pratique, plus besoin de se demander où on a pu les ranger ! C'est rassurant aussi, finies les inquiétudes liées aux documents papier qui peuvent se perdre ou s'abîmer.

MARIANNE, cliente de Digiposte depuis cinq ans

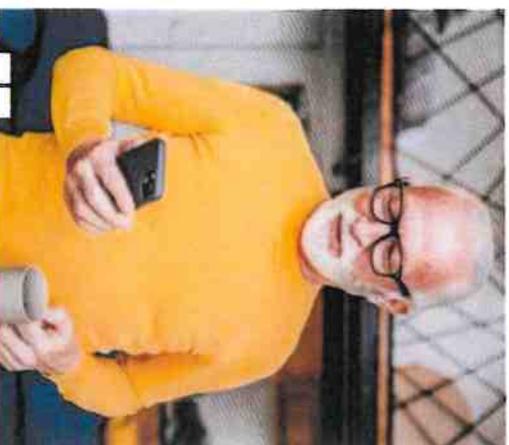


VOUS POUVEZ TÉLÉCHARGER L'APPLICATION DIGIPOSTE DEPUIS VOTRE MOBILE.

Je reste connecté(e) avec mes proches



✓ La Poste Mobile s'engage plus que jamais aux côtés de nos aînés avec des offres spécifiquement conçues pour eux. Sa mission : leur simplifier l'accès au numérique !



Depuis que nous sommes à la retraite, c'est simple, on profite ! Nous voyageons pas mal, nous voyons nos amis, nos petits-enfants. Et quand on ne voit pas notre famille, pas de soucis, ils nous envoient des photos ou nous les appelons en visio avec notre téléphone acheté auprès de La Poste Mobile. C'est simple à utiliser et ça rassure nos enfants de savoir que nous sommes toujours à tout moment joignables à tout moment.

PIERRE,
client de La Poste Mobile

Un Forfait Seniors pour être connecté(e) à ses proches et au monde

Forfait + Mobile 5 Go d'internet
Appels, SMS et MMS illimités
14,99 €/mois (engagement de 24 mois)

Un large choix de mobiles à prix avantageux.

Des avantages exclusifs⁽¹⁾ pour une utilisation sereine et sécurisée votre téléphone

Un service client dédié aux seniors : les conseillers La Poste Mobile spécialement formés sont à votre écoute tous les jours (sauf le dimanche) pour toute question ou assistance dont vous pourriez avoir besoin.

Et pour ceux et celles qui ne souhaitent que téléphoner,

rendez-vous en bureau de poste pour découvrir notre offre dédiée du moment.

Forfait Seniors avec :

- > Appels voix illimités en France métropolitaine et depuis la France métropolitaine vers la zone DROM-COM (hors visio, prix du service des n° mobiles et surtaxes) ; limites à 24 destinations/mois (au-delà, les appels sont suspendus jusqu'à la prochaine date de facturation) et 3 heures au maximum/jour (au-delà, l'appel est coupé)
- > SMS et MMS illimités (hors SMS+, MMS+ et surtaxes) ; SMS en France métropolitaine et depuis la France métropolitaine vers la zone DROM-COM et MMS en France métropolitaine, limites chaque à 250 destinataires/mois (au-delà, facturation à 0,10 euro/SMS/destinataire en France métropolitaine, à 0,30 euro/SMS/destinataire depuis la France métropolitaine vers la zone DROM-COM et à 0,30 euro/MMS/destinataire en France métropolitaine)
- > Internet mobile en France métropolitaine, valable avec terminal compatible. Débit réduit au-delà de 5 Go, au-delà de 10 Go offertes en débit réduit, usage bloqué jusqu'à prochaine date de facturation et redégradée.

Je concrétise mes projets et mes envies



Le conseil de l'expert
Pour bien vous préparer, n'hésitez pas à utiliser notre simulateur de prêt en ligne : il vous donnera une première estimation de vos mensualités selon votre projet (information sans valeur contractuelle).

✓ Envie d'effectuer des travaux ? De changer de véhicule, d'organiser un voyage ?

Avec les Prêts personnels⁽¹⁾ La Banque Postale, vous pouvez donner vie à vos projets.

PRÊT PERSONNEL AUTO⁽¹⁾ Voiture, deux-roues, bateau, camping-car, voiture de collection...	PRÊT PERSONNEL TRAVAUX⁽¹⁾ L'aménagement d'un jardin, la construction d'une terrasse, le changement de cuisine ou de salle de bain...	PRÊT PERSONNEL PROJET⁽¹⁾ Équipement de loisirs, voyages, croisière...
--	---	--

Connaissez-vous nos Prêts personnels à impact ?

Pour la souscription d'un Prêt personnel Véhicule Vert⁽¹⁾ ou Travaux Vert⁽¹⁾ à impact, vous pouvez bénéficier d'une tarification préférentielle. Plus d'informations sur notre site <https://www.labanquepostale.com/>.

✓ Envie d'un montant de financement à utiliser quand vous voulez ?

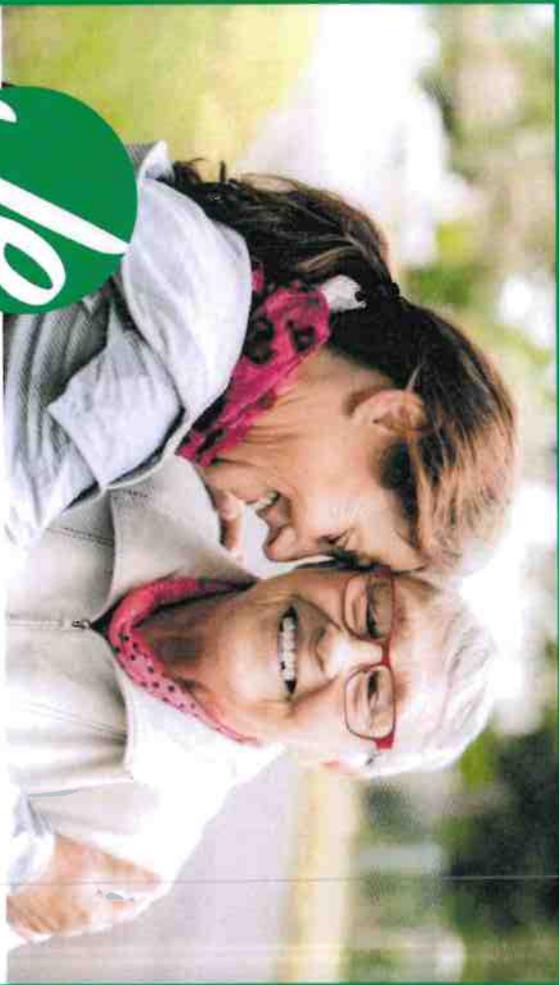
Le Crédit Renouvelable⁽¹⁾ est une enveloppe de financement pour des projets de petits montants ou pour faire face à des dépenses imprévues.

UN CRÉDIT VOUS ENGAGE ET DOIT ÊTRE REMBOURSÉ.

VÉRIFIEZ VOS CAPACITÉS DE REMBOURSEMENT AVANT DE VOUS ENGAGER.

⁽¹⁾Offre réservée aux particuliers, sous réserve d'évaluation et d'acceptation définitive de votre dossier par le prêteur. La Banque Postale Consumer Finance. Vous disposez d'un délai légal de rétractation de 14 jours calendaires révoqués. ⁽²⁾ Selon conditions contractuelles.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site [Internet.labanquepostale.fr/services-seniors](https://www.labanquepostale.fr/services-seniors) ou appelez le 0 800 000 014



Je protège mes proches et moi-même



RT Complémentaire de l'esprit d'ouverture, le besoin de sécurité est essentiel quand l'âge avance. Et mieux vaut voir les éventuels problèmes en face que de les ignorer ! La téléassistance est une mesure simple pour la tranquillité d'esprit. Les chutes et les accidents vasculaires sont des complications brutales et fréquentes, et parfois invalidantes. Nos proches seront rassurés et, de ce fait, plus disponibles pour la rencontre gratuite et joyeuse. Un traitement bien suivi, le maintien de la marche quotidienne et une bonne hygiène de vie sont la meilleure prévention.

Nous avons la chance de vivre dans un pays protecteur où les soins sont pris en charge, et où les propositions d'assurance et d'aide sont nombreuses.

Quant aux souhaits d'obseques, ceux-ci peuvent être abordés avec les proches afin de les soulager d'un grand poids le moment venu. **»**

MARIE-CLAUDE BERTHELOT,
GÉRONTOLOGUE



Le conseil de l'expert
Vous êtes aidant d'une personne âgée ? Pensez à mettre à jour la carte Vitale de votre proche. Cela facilitera les démarches en cas de problème de santé.

Je suis bien accompagnée(e) en cas d'ennui de santé



✓ Avec l'offre Assurance Santé de La Banque Postale formule Seniors, vous bénéficiez de :

- **Un accompagnement en cas d'hospitalisation (1) :** prise en charge des frais de séjour, possibilité d'un second avis médical, venue d'une aide ménagère au domicile...
- **Des services pour maîtriser votre budget santé :** accès aux réseaux de soins Santéclair en optique, dentaire et audiologie proposant des tarifs négociés.
- **Spécial aidants :** la garde des membres de la famille dépendants en cas d'hospitalisation de l'aidant de plus de 3 jours ou d'une immobilisation de plus de 5 jours (1).
- **Un rendez-vous chez le médecin dès que j'en ai besoin !**
Grâce au service de téléconsultation (2) inclus dans votre contrat, vous pouvez joindre un médecin (3) 24 h / 24 et 7 j / 7, par téléphone ou en visioconférence. À l'issue de la téléconsultation, il pourra vous orienter vers votre médecin traitant pour établir le diagnostic ou vous transmettre une ordonnance pour des médicaments ou des examens complémentaires.

200 € remboursés
pour toute nouvelle souscription d'un contrat Assurance Santé de La Banque Postale formule Seniors (2)

Code promo : « SENIORS24 »

(1) Dans les limites et conditions prévues aux Conditions Générales et Particulières du contrat Assurance Santé de La Banque Postale.
 (2) Offre valable pour toute nouvelle souscription d'un contrat Assurance Santé de La Banque Postale... formule Seniors par une personne âgée de 60 à 70 ans âgée de La Banque Postale Assurance Santé de 1^{er} janvier au 31 décembre 2024 inclus, avec une date d'effet au plus tard le 5 février 2025. L'âge retenu est l'âge qui intervient durant l'année de la prise d'effet du contrat. Offre réalisée dans la limite des 2500 premières souscriptions. Un premier remboursement de 100 euros intervient 4 mois après le date de fin de contrat (1^{er} à 4^{es} sous la forme d'une déduction de la cotisation. Un second remboursement de 100 euros intervient 12 mois après le remboursement de la première partie (1^{er} à 1^{er} sous la forme d'une déduction de la cotisation. Offre non cumulable avec d'autres offres promotionnelles en cours sur le même produit. L'offre la plus favorable est applicable au client. Offre également disponible sur internet.
 (3) Médecin de l'Ordre d'Assistance Infirmière ou Conseil de l'Ordre des Médecins.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011

La téléassistance « Veiller sur mes parents », la sécurité au quotidien et la sérénité des proches aidants

La téléassistance est un dispositif connecté simple et efficace pour vivre en toute sécurité sans modifier vos habitudes. Une simple pression sur le bouton du médaillon d'alarme porté en bracelet ou en pendentif et vous êtes en relation avec le centre de veille et d'assistance, disponible 24 h / 24 et 7j / 7, qui organise les secours si nécessaire. Avec « Veiller sur mes parents », vous bénéficiez, partout en France métropolitaine et en Corse, de l'installation et de l'aide à la prise en main de votre matériel par le facteur*.

LA TÉLÉASSISTANCE À DOMICILE

Formule ESSENTIELLE

A partir de **23,90 €⁽¹⁾/mois**
soit 11,95 €/mois
après crédit d'impôt
OFFRE SANS ENGAGEMENT

Dispositif connecté à une ligne téléphonique ou à une box Internet.

- ▶ Déclenchement manuel de l'alarme par simple pression du médaillon.
- ▶ Compatible avec l'option bracelet détecteur de chute.

Formule SIMPLICITÉ

A partir de **29,90 €⁽¹⁾/mois**
soit 14,95 €/mois
après crédit d'impôt
OFFRE SANS ENGAGEMENT

Dispositif fonctionnant avec une carte SIM, connecté au centre de veille et d'assistance sans ligne téléphonique ni box Internet⁽²⁾.

- ▶ Auto-installation facile et rapide⁽³⁾ dans les 48 à 72 heures.
- ▶ Se branche à une prise électrique dans la pièce de votre choix⁽²⁾.
- ▶ Dispose d'une autonomie de 3 jours.
- ▶ Déclenchement manuel de l'alarme par simple pression du médaillon.
- ▶ En option, installation par le facteur*.
- ▶ Installation possible dans un lieu de villégiature⁽⁴⁾.
- ▶ Compatible avec l'option bracelet détecteur de chute.

+6,90 €⁽¹⁾/mois
soit 3,45 €
après crédit d'impôt



Option

Bracelet détecteur de chute valable pour toutes les formules
En cas de chute lourde, le bracelet alerte automatiquement le centre de veille et d'assistance si vous restez plusieurs secondes au sol.

LA TÉLÉASSISTANCE EN MOBILITÉ

Formule LIBERTÉ

A partir de **31,90 €⁽¹⁾/mois**
soit 15,95 €/mois
après crédit d'impôt
OFFRE SANS ENGAGEMENT

Petit Bipper d'alarme⁽²⁾ géolocalisé par satellite, disposant d'une carte SIM pour la connexion au centre de veille et d'assistance.

- ▶ Assistance à l'extérieur comme à domicile.
- ▶ Fonctionne aussi avec le médaillon qui déclenche l'alarme à distance.
- ▶ Compatible avec l'option bracelet détecteur de chute.

Option

Géolocalisation active (5)

Depuis une application mobile :

- ▶ Localisez votre parent à l'extérieur grâce aux relevés GPS de son Bipper.
- ▶ Analysez ses trajets et identifiez une baisse éventuelle de son activité.
- ▶ Définissez des zones d'alerte et soyez notifié lorsqu'il les traverse dans ses déplacements.

+9,90 €⁽¹⁾/mois
soit 4,95 €
après crédit d'impôt

Bon à savoir :

Avec la Géolocalisation active, constituez une communauté d'aidants et, depuis l'application mobile, partagez des informations sur la messagerie commune et contactez téléphoniquement votre parent sur son Bipper.

* Frais d'installation : 49 € TTC, soit 40,83 € HT facturés lors de la première facture.

⁽¹⁾ (2) (3) (4) (5) (6) Voir mentions page 22.

La téléassistance est une offre de La Poste Services à la Personne éligible au crédit d'impôt applicable aux services à la personne.

« Veiller sur mes parents » est une offre opérée par La Poste Services à la Personne, une filiale du groupe La Poste.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011



À 84 ans, je suis encore active, je m'occupe de mon jardin, je fais des balades à vélo autour de chez moi. Au début, j'étais un peu réticente pour avoir la téléassistance, je ne voulais pas de fil à la patte, comme on dit ! Mais en fait, je mets le médaillon le matin et j'en y pense plus. Et c'est vrai que je suis plus tranquille, je sais que j'aurai de l'aide si j'ai un problème. »

SYLVIE,
cliente de la téléassistance

Offre découverte Famileo (6)

Pour toute souscription d'un service « Veiller sur mes parents », bénéficiez de l'offre découverte Famileo.

Pour plus de détails, rendez-vous page 22.



Je suis couvert(e) au quotidien en cas d'accident de la vie ou de litige



Le conseil de l'expert
 Pour prévenir les accidents de la vie courante, pensez à aménager votre espace de vie ou celui de votre proche si vous êtes aidant. Points d'appui, objets du quotidien plus accessibles, éclairages suffisants, zones de circulation sans obstacles... Des solutions simples existent.



La formule Famille permet de couvrir l'ensemble du foyer avec un tarif unique, y compris les petits-enfants quand ils sont sous la garde des grands-parents (1).
Accessible jusqu'à 75 ans inclus, le contrat n'impose ni formalité médicale à l'adhésion ni délai de carence (1).

Bon à savoir :
Le service « Signez avec plus de confiance », disponible par simple appel téléphonique : une équipe de juristes peut aussi vous aider dans la lecture et la compréhension de formulaires ou de déclarations administratives.

Je veux soulager mes proches pour mes obsèques

✓ Solution Obsèques de La Banque Postale

Quand on avance en âge, on se préoccupe souvent de l'impact que ses obsèques pourront avoir sur ses proches. Avec la Solution Obsèques de La Banque Postale, votre entourage est libéré de la prise en charge et de l'organisation de vos funérailles. Elle inclut (1) :

- **Un capital garanti pour financer vos obsèques.** À l'adhésion, vous avez le choix entre 9 niveaux de capitaux garantis, entre 4 000 et 10 000 euros (2). Vos proches n'ont pas à faire d'avance de frais.
- **Des services d'accompagnement adaptés.** Nous vous proposons par exemple le dépôt de vos volontés essentielles. Vos proches ont quant à eux accès à un soutien psychologique, une aide dans les démarches administratives ou encore une assistance quotidienne au moment du décès. Cette solution simple et accessible s'adresse à toute personne entre 60 et 85 ans, sans aucune formalité médicale.

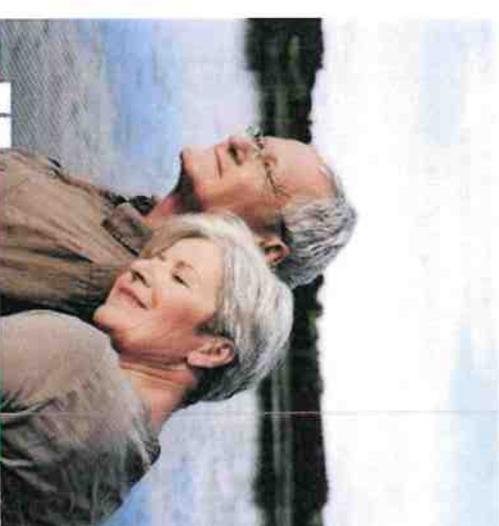
Bon à savoir : À votre décès, les bénéficiaires sont ceux que vous aurez désignés :

- l'entrepreneur de pompes funèbres qui aura pris en charge les obsèques ;
- à défaut, la personne physique qui aura financé les obsèques ;
- à défaut ou pour le solde éventuel, soit l'AFM Téléthon, soit vos héritiers par parts égales.

(1) Dans les limites et conditions définies dans la Notice d'information du contrat. Solution Obsèques de La Banque Postale.

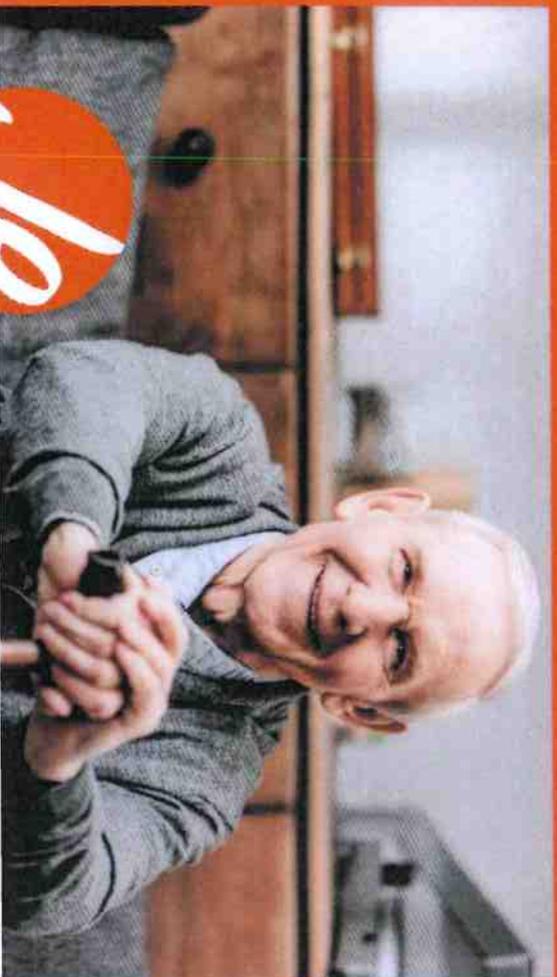
(2) À l'adhésion, vous choisissez le montant du capital garanti parmi les possibilités : 4 000 euros, 4 500 euros, 5 000 euros, 5 500 euros, 6 000 euros, 7 000 euros, 8 000 euros, 9 000 euros ou 10 000 euros.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011



À 69 ans, je suis plutôt en forme et j'ai encore toute ma tête, alors autant préparer mes obsèques maintenant et éviter cette charge à nos enfants. Le moment venu, ils n'auront rien à régler, tous les détails ont déjà été réglés grâce au dépôt de volontés essentielles. Ils pourront même bénéficier d'un soutien psychologique et les démarches administratives, si besoin.

JACQUELINE,
 cliente Solution Obsèques de La Banque Postale



Je facilite ma vie au quotidien



Avec l'avancée en âge, le périmètre de vie se rétrécit. Mais ce n'est pas une raison pour baisser les bras et rester des heures dans son canapé devant un écran ! Il convient d'évaluer lucidement nos capacités restantes et de suppléer à un affaiblissement sensoriel. Une intervention de cataracte donne parfois une meilleure vision qu'avant. Des soins dentaires réguliers améliorent le sourire et la gourmandise. L'installation d'une douche au lieu d'une baignoire facilitera la toilette. Pour alléger certaines tâches quotidiennes, une aide-ménagère peut nous faciliter la vie. Rien de tel aussi que de se faire livrer des repas adaptés ou même ses médicaments à domicile car ce sont autant de visites sécurisantes si nous vivons seuls. C'est aussi le temps de récupérer notre vie, de plonger dans les albums photo avec nos descendants pour leur transmettre l'histoire familiale. C'est le temps du tri et du don, vécu dans la gratitude et la sérénité...

MARIE-CLAUDE BERTHELOT,
GÉRONTOLOGUE



Je me fais aider pour le ménage
p. 17

Je réaménage et je sécurise ma salle de bain
p. 18

Je me fais livrer mes médicaments
p. 19

Je me fais livrer des repas à domicile
p. 20

Je bénéficie de la visite du facteur à domicile
p. 21

Je me fais aider pour le ménage



Avec AXEO Services, entretenir son domicile est un jeu d'enfant !



À tout âge, entretenir son domicile est rarement une partie de plaisir ! Mais, en vieillissant, cela peut devenir une contrainte plus importante encore, car on y passe plus de temps, on se fatigue plus vite, on risque plus de chuter... Avec **AXEO Services**, libérez-vous de ces obligations : nous vous proposons un large choix de prestations, allant du ménage régulier de votre habitation au nettoyage des vitres ou à l'entretien de votre jardin. Tous les intervenants sont formés et qualifiés pour un ménage aussi soigneux que si c'était vous qui l'aviez fait !

AXEO Services intervient de manière régulière ou ponctuelle, après un événement festif par exemple. Pour la fréquence, c'est vous qui la définissez en fonction de vos besoins.
Pour réserver votre prestation, rien de plus simple : quelques clics suffisent sur laposte.fr/services-seniors/services-a-domicile. Vous pouvez aussi vous rendre dans **votre agence AXEO Services la plus proche**. Le contrat régulier est résiliable à tout moment et sans frais⁽³⁾. Vous pouvez également opter pour la formule ponctuelle sans engagement.

- Une garantie de satisfaction.
- Des intervenants qualifiés.
- Un statut de non-employeur (aucune formalité administrative).
- Première visite au domicile et devis gratuits.
- Équipement de protection individuelle pour la sécurité de nos intervenants et de nos clients.

Profitez d'un crédit d'impôt de **- 50 %** ⁽²⁾.

Offre découverte

50 € de remise ⁽¹⁾
sur votre formule régulière ménage ou jardinage
avec le code : « **LPSENIOR** »

⁽¹⁾(2)(3) Voir mentions page 22.

Les services AXEO Services sont opérés par les entreprises indépendantes membres du réseau de franchise AXEO Services, une filiale du groupe La Poste.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site internet.laposte.fr/services-seniors ou appelez le **0 800 000 031**



Je réaménage et je sécurise ma salle de bain



✓ Des solutions simples pour réduire au maximum les risques de chute

Plus de 20 ans d'expérience en aménagement du domicile

Avec les années, on craint davantage de chuter et de se blesser dans sa salle de bain, où les surfaces glissantes sont plus nombreuses. Pour minimiser ce risque, n'hésitez pas à vous adresser au réseau **HELP Confort** : partenaire du maintien à domicile, il aménage et adapte les logements en favorisant l'autonomie, la sécurité et le confort des seniors. Leurs experts sont à votre disposition pour remplacer votre ancienne baignoire par une douche adaptée, avec un confort d'utilisation optimal : fini le risque de glisser en enjambant le bord ! Ils sauront aussi vous accompagner pour installer un WC suspendu ou une barre d'appui.



Le conseil de l'expert
Pour éviter les chutes, les équipements de sécurité (barres de maintien, siège de douche...) sont très utiles mais pas suffisants : n'oubliez pas de prévoir aussi un bon éclairage sans zone d'ombre, ainsi qu'un revêtement antidérapant pour le sol.

Offre découverte
100 € de remise (1)
sur les travaux d'installation de votre douche sécurisée avec le code : « LPSENIOR »

- Devis gratuit.
- Des installateurs qualifiés.
- La garantie décennale.

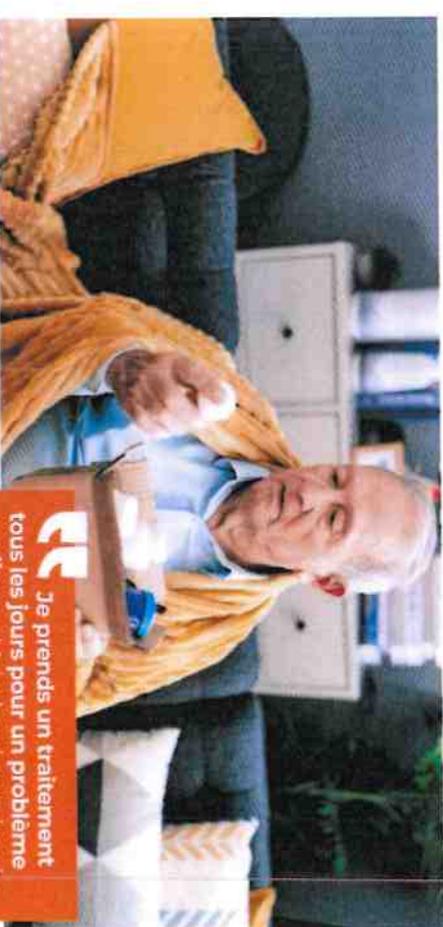
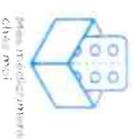
* Selon article 200 quater A du Code général des impôts. Dispositif fiscal porté par l'Etat favorisant le maintien à domicile des personnes âgées ou en situation de handicap et soumis à conditions.
** Cette offre est éligible à MaPrimeAdapt* sous conditions. MaPrimeAdapt* est non cumulable avec le crédit d'impôt.

(1) Voir mention page 22.

Les services HELP Confort sont opérés par les entreprises indépendantes membres du réseau de franchise HELP Confort, une filiale du groupe La Poste

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011

Je me fais livrer mes médicaments



✓ Impossible de vous rendre en pharmacie ?

Avec Mes médicaments chez moi, recevez vos médicaments (avec ou sans ordonnance) délivrés par votre pharmacien et livrés en toute confidentialité par votre facteur ou par un coursier. Comment ça marche ?

- ➔ Sur l'application ou le site Internet, vous pouvez choisir votre pharmacie(2) et le mode de livraison souhaité.
- ➔ Le facteur ou le coursier se rend à votre domicile afin de récupérer, si besoin, l'ordonnance, votre carte Vitale et votre carte de mutuelle.
- ➔ Le pharmacien peut alors préparer vos médicaments et prodiguer ses conseils via votre espace sécurisé.
- ➔ Le facteur ou le coursier récupère vos médicaments (sac opaque et scellé) et vos documents, et vous les remet à votre domicile(3).

(1)(2)(3) Voir mentions page 22.

Mes médicaments chez moi est une offre de La Poste.

Je prends un traitement tous les jours pour un problème cardiaque. Mais depuis que je suis tombé l'annee dernière, j'ai du mal à me déplacer jusqu'à la pharmacie. Maintenant, c'est mon facteur qui m'apporte les médicaments. C'est pratique et je sors seulement quand je me sens en forme.
PATRICK, client de Mes médicaments chez moi

À partir de 5,40 €/livraison (1)

Mes médicaments chez moi a été sélectionné par les pouvoirs publics dès l'ouverture du catalogue de services de Non espace santé pour son utilité, son niveau de qualité et de sécurité.

VOUS POUVEZ TÉLÉCHARGER L'APPLICATION MES MÉDICAMENTS CHEZ MOI.



Je me fais livrer des repas à domicile



✓ Bien manger à domicile, c'est possible !



Le conseil de l'expert
Se faire livrer ses repas, cela ne veut pas forcément dire arrêter de cuisiner. Si vous aimez cela, continuez à préparer des petits plats de temps à autre. C'est bénéfique pour la motricité et le moral.

Faut-il manger moins de viande lorsqu'on vieillit ? Quels sont les aliments riches en antioxydants ? Comment lutter contre la dénutrition fréquente chez les seniors ? Saveurs et Vie dispose de plus d'une trentaine de diététiciens/diplômés d'État, qui mettent leur expertise de la nutrition des seniors au service des clients.

Offre découverte
- 25 % durant 2 mois (1)
sur les formules « Déjeuner » ET « Déjeuner et Dîner » avec le code : « LPSENIOR »

(1) Voir mention page 20.

* Valable sur toutes les commandes de 5 formules « Déjeuner » et « Déjeuner et Dîner » par semaine, passées au cours des deux premiers mois à compter de la première commande

Saveurs et Vie est partenaire de La Poste.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Internet laposte.fr/services-seniors ou appelez le 0 800 000 011

Je bénéficie de la visite du facteur à domicile



✓ Être en bonne compagnie

Quand on est éloigné de ses proches et qu'on ne sort plus beaucoup, la visite du facteur maintient un contact humain régulier et rassurant.

- **Prendre de vos nouvelles**
Chaque semaine, le facteur vous rend visite, chez vous, le jour de votre choix*
- **Faire le lien avec vos proches**
Une course à faire, une envie de sortie ? Exprimez au facteur vos besoins de la vie quotidienne. Il en informera vos proches.
- **Donner l'alerte**
En cas d'urgence, le facteur appelle le 112, et alerte vos contacts de proximité.
- **Vous rendre service**
Profitez de la visite du facteur pour qu'il vous apporte votre courrier, les timbres dont vous avez besoin, et qu'il prenne votre courrier.

La visite du facteur
À partir de 21,90 €⁽¹⁾/mois soit 10,95 €/mois après crédit d'impôt OFFRE SANS ENGAGEMENT

Inclus dans l'offre :
une application mobile pour consulter les comptes rendus de visite du facteur

* Seul les dimanches, les jours fériés et le lundi de Pentecôte.

(1)(2) Voir mentions page 23.

* Veiller sur mes parents » est une offre opérée par La Poste Services à la Personne, une filiale du groupe La Poste.



Je passe tous les mardis chez Claudette, je lui donne des nouvelles du quartier, elle me parle de ses petits-enfants. C'est important pour elle qui vit seule. Et pour moi, c'est un vrai bon moment.
CLAIRE, factrice

Offre découverte pour toute souscription de ce service
La gazette Famileo
Recevez chaque mois une gazette papier avec des photos et des nouvelles de vos proches ! Parlez-en à notre centre de relation client et souscrivez sur famileo.com avec la référence de votre contrat « Veiller sur mes parents »⁽¹⁾.

Offre découverte(2)
1€ /mois au lieu de 5,99 € /mois pendant 6 mois OFFRE SANS ENGAGEMENT



LES SEJOURS VACANCES ANECLANCY - PAGE 9

Offre Services vacances, opérée par ANCY, partenaire de La Poste (1) L'offre ne comprend pas le transport d'automobile de séjour, la chambre individuelle, supplément pour le professionnel du tourisme et des loisirs, la taxe de séjour, l'assurance annulation. Se reporter au professionnel du tourisme pour connaître l'excursus completé dans le programme de séjour et le lieu exact du logement.

LA TABLETTE ANDOZ - PAGE 8

Offre Andoz - 7 - opérée par Theosy, une filiale du groupe La Poste. (1) Tarifs hors promotion en vigueur et susceptibles d'évolution. (2) Abonnement aux services à 0,89 euros TTC/mois avec une connexion Wi-Fi en option. (3) euros TTC supplémentaires pour une connexion par carte SIM 10 Go/mois, au-delà de laquelle, à 20 euros TTC, supplémentaires pour une connexion par carte SIM 50 Go/mois, au-delà de laquelle, à 240 euros TTC, supplémentaires pour une connexion mobile 4G par carte SIM 10 Go/mois, au-delà de laquelle, à 240 euros TTC, supplémentaires pour une connexion mobile 4G par carte SIM 50 Go/mois. L'abonnement est facturable à tout moment au-delà de la première année. (3) 1 805 690 933 - appeler le service clients. Du lundi au vendredi de 08h30 à 19h30 et le samedi de 08h30 à 19h30, hors jours fériés et jour de Pentecôte. (4) Android, (5) écran 10,1 pouces, (6) HD/1920 x 1200 PPI, Processeur octa-core, 64 Go de mémoire, 4 Go de RAM, caméra frontale 8 Mpx, dorsale 8 Mpx, 14,5 Mpx, (7) 4094 Whq, 10,5 MWh, (8) 5,333 Whq, (9) Installation simple - installation de la tablette à domicile par un spécialiste en terme d'une durée de 20 minutes. Installation simple - mise en main, d'une durée de 45 minutes, pour une démonstration des principales fonctionnalités de la tablette. Installation à domicile au moment de l'achat de la tablette pour offre Equilibre. (6) La tablette et l'emboîte sont livrés composés et prêt à l'emploi. L'installation à domicile est gratuite au moment de l'achat de la tablette. (7) Le consommateur a la possibilité de changer dans les 14 jours calendaires suivant la livraison du pack Andoz (à l'adresse indiquée, ses coordonnées et la station de charge) à domicile sous réserve de la restitution en bon et dû de tous les éléments du pack. Les options « installation simple » et « mise en main » ne seront pas remboursées s'il n'y a eu aucune demande de report. Les conditions générales de vente sur le site <https://www.andoz.com>

LE COFFRE FORT NUMERIQUE PAR DIPAOSTE - PAGE 7

Offre DIPAOSTE est une offre par La Poste.

LA TELEPHONIE MOBILE PAR LA POSTE MOBILE - PAGE 8

Offre de téléphonie, opérée par La Poste Telecom. Tarifs TTC au 25 mars 2024. Offres La Poste Mobile soumises à conditions, en France métropolitaine sous réserve de couverture. Le Forfait Premium est un forfait + Mobile réserve aux particuliers pour un usage privé. Détail des zones dans le Guide. Tarifaire.

(1) Avantages, inclus pour l'achat d'un mobile et la nouvelle souscription concomitante d'un forfait. + Mobile 5 Go avec engagement de 24 mois. Pour un bénéficiaire, le client doit en faire la demande exclusivement lors de la souscription. Les avantages lui permettent de bénéficier de l'achat d'un forfait directement inséré dans le mobile et d'un service dédié aux seniors ou rattrapé au Service Client La Poste Mobile sur le numéro indiqué dans l'adresse de bienvenue (appel gratuit).

LA TELEASSISTANCE PAR VELLER SUR MES PARENTS - PAGES 12 ET 13

Offre téléassistance, opérée par La Poste Services à la Personne, une filiale du groupe La Poste. (1) Tarifs TTC avec un taux de TVA en vigueur de 20 %, avant crédit d'impôt sur le revenu, valable pour toute souscription d'un contrat à durée indéterminée sans engagement, résiliable gratuitement à tout moment. (2) Tarifs téléassistance d'assistance à partir de 19,92 euros HT/mois. Téléassistance : 346€ à partir de 24,92 euros HT/mois. Téléassistance en mobile à partir de 26,50 euros HT/mois, option GeoLocalisation active à 25 euros HT/mois et Rappel de détresse de chine à 5,75 euros HT/mois. Tarifs médicaux après crédit d'impôt sur la base d'un crédit d'impôt de 50 %. Les offres de téléassistance sont éligibles au crédit d'impôt applicable aux services à la personne dans les conditions définies par l'article 199 septies du Code général des impôts. (12) La téléassistance 346€ et la téléassistance en mobile (en fonction du choix des services) sont dans les zones blanches (zones non couvertes par une séquence de téléphonie mobile), où dans les habitations sans couverture, il n'est pas possible de capter un réseau téléphonique mobile. (13) L'auto-résiliation du dossier doit se faire avec un préavis de 15 jours. (14) En cas d'instabilité domiciliaire si le domicile n'est toujours pas possible de capter un réseau téléphonique mobile. (15) L'auto-résiliation du dossier doit se faire avec un préavis de 15 jours par courrier du consentement du bénéficiaire. (16) Offre Famille, opérée par Finorange Solutions, partenaire de La Poste Services à la Personne. Offre Famille réservée accessible à tout nouveau client + Veller sur mes parents + Bénéficiaire d'un abonnement Famille à la formule - 1 appel tous les 4 semaines - 1 jour 1 euro TTC/mois pendant 3 mois, à l'adresse vellesurmesparents@laposte.fr ou par mail vellesurmesparents@laposte.fr. (17) Le tarif annuel est de 59 euros TTC/mois sans engagement. Pour plus d'informations concernant l'offre téléassistance, se reporter aux conditions générales de vente sur www.laposte.fr/services/seniors.

L'ENTRETIEN D'UNE MAISON AVEC SERVICES - PAGE 7

Offres AXEO Services, opérées par les entreprises indépendantes membres du réseau de franchise AXEO Services, une filiale du groupe La Poste. (1) Offre valable pour toute nouvelle souscription, avant le 31 décembre 2024, d'un contrat régulier AXEO Services de 6 mois au minimum pour l'entretien de votre domicile ou de votre jardin, grâce au cadre promotionnel « L'ESSENCE ». Remise fidèle sur votre système d'arrosage mensuelle. Offre non cumulable avec les autres offres promotionnelles AXEO Services en cours. (2) Le crédit d'impôt est uniquement applicable aux prestations de services à la personne proposées par AXEO Services dans les conditions définies par l'article 199 septies du Code général des impôts, dans la limite du plafond. Pour plus d'informations, se reporter aux conditions générales de vente sur www.axeoservices.fr. (3) Voir modalités de résiliation dans les conditions générales de vente AXEO Services.

LE REAMENAGEMENT DE LA SALLE DE BAIN AVEC HELP CONFORT - PAGE 18

Offre HELP CONFORT, opérée par les entreprises indépendantes membres du réseau de franchise HELP CONFORT Development, une filiale du groupe La Poste au par son partenaire, omgroup. (1) Offre valable pour tous les travaux réalisés avant le 31 décembre 2024, grâce au code promotionnel « L'ESSENCE ». Premier dédale sur votre facture. Offres non cumulables avec les autres offres promotionnelles HELP CONFORT en cours.

LA LIVRAISON DE MEDICAMENTS AVEC MES MEDICAMENTS CHEZ MOI - PAGE 19

Offre Mes médicaments chez moi de La Poste. (1) La prestation peut être réalisée en jour J ou J+1, du lundi au vendredi, dans certains zones urbaines et selon la géographie, en vigueur des établissements postaux. Prix TTC minimum de service de livraison, variable selon les tarifs en vigueur disponibles sur le site <https://www.mesmedicamentschezmoi.com>. Le prix des médicaments est facturé par le pharmacien de destination. Conditions générales d'utilisation du service disponibles sur le site <https://www.mesmedicamentschezmoi.com>. (2) Libre choix de la pharmacie partenaire, offertes disponibles sur le site. Si votre pharmacie ne figure pas sur la liste des pharmacies reconnues, vous pouvez quand même l'associer. Le service Mes médicaments chez moi se conclut de la contacter (hors équipement/généraliste) dans les 24 heures, sauf le week-end et les jours fériés où vous devez attendre la reprise du service de pharmacie. (3) Pour des raisons de sécurité et de traçabilité, l'apport en charge de l'équipement contenant vos médicaments et la livraison du sac chaque soie préparé par votre pharmacien se font à la même adresse.

LA LIVRAISON DE REPAS A DOMICILE AVEC SAVEURS ET VIE - PAGE 20

Offre de partage de repas à domicile opérée par Saveurs et Vie, partenaire de La Poste. (1) Offre soumise à conditions - Remise de 25 % appliquée sur toutes les commandes de 5 repas formelles. Délégué et Déléguée et Dîner au minimum par semaine, passées au cours des 2 premiers mois à compter de la première commande (hors en cours hors de la première commande - hors samedi). Indiquer le code promotionnel « L'ESSENCE » au moment de la réservation auprès de Saveurs et Vie. Offre valable pour tout nouveau client Saveurs et Vie qui souscrit pour la première fois une formule repas entrée. (1) juillet 2024 et le 31 décembre 2024. Offres non cumulables avec les autres offres promotionnelles Saveurs et Vie en cours. La Poste et les DPAO-CPH ne sont pas couverts par l'offre Saveurs et Vie. Offres sans engagement. Les tarifs des différentes formules repas sont disponibles par téléphone au 0 800 090 011 (service et appel gratuit). Conditions générales d'utilisation du service disponibles sur <https://www.saveursvievie.fr>

LA VISITE DU FACTEUR PAR VELLER SUR MES PARENTS - PAGE 21

Offre visite du facteur, opérée par La Poste Services à la Personne, une filiale du groupe La Poste. (1) Tarifs TTC avec un taux de TVA en vigueur de 20 %, avant crédit d'impôt sur le revenu, pour toute souscription d'un contrat à durée indéterminée sans engagement, résiliable gratuitement à tout moment. (2) Tarif visite du facteur à partir de 10,25 euros HT/mois. Tarif après crédit d'impôt indicatif sur la base d'un crédit d'impôt de 50 %. La visite du facteur est éligible au crédit d'impôt applicable aux services à la personne dans les conditions définies par l'article 199 septies du Code général des impôts. Pour plus d'informations, se reporter aux conditions générales de vente sur www.laposte.fr/services/seniors. L'échange fiscal est susceptible d'évoluer. (2) Offre Famille, opérée par Finorange Solutions, partenaire de La Poste Services à la Personne. Offre Famille réservée accessible à tout nouveau client + Veller sur mes parents + Bénéficiaire d'un abonnement Famille à la formule + l'apport toutes les 5 semaines - pour 1 euro TTC/mois pendant le mois suivant de 5,99 euros TTC/mois. Passés les 5 premiers mois, sans action de votre part, le tarif Famille de 5,99 euros TTC/mois vous sera appliqué.

LA POSTE TELECOM - SAS au capital de 166 000 000 euros - Siège social : 855, avenue Roger-Salengro, 92370, Chaville. RCS Nanterre 525 254 736 - SIRET 525 254 736 00024 - TVA intracommunautaire FR 91 525 254 736 - www.lapostemobile.fr

CHP ASSURANCES SANTÉ INDIVIDUELLE DÉMONTÉE SOUS LA MARQUE LA BANQUE POSTALE ASSURANCE SANTÉ - Société anonyme au capital de 5 336 070 euros, Siège social : 4, promenade Cour-de-Ville, 92130 Issy-les-Moulineaux. RCS Nanterre 440 165 041. Entreprise régie par le Code des assurances. (1) IEP FR273231.01HXK1U. Les garanties d'assurance sont respectivement assurées et gérées par : AMP P&C - SA au capital de 17 287 285 euros. Siège social : 7, rue Dura-Mat, 93400 Saint-Ouen. 519 490 080 RCS Bobigny. Société régie par le Code des assurances. Soumise au contrôle de l'autorité de contrôle prudentiel et de résolution. 4, place de Budapest, CS 92459-75438 Paris Cedex 08, AMP France SAS dénommée par son unique commettant. (2) Fondateur Assisante - SAS au capital de 794 078 euros, Siège social : 7, rue Dura-Mat, 93400 Saint-Ouen. 490 381 753 RCS Bobigny. Société de courtage d'assurances. Inscription ORIAS N° 026 869. www.arias.fr

CHP ASSURANCES IARD DÉMONTÉE SOUS LA MARQUE LA BANQUE POSTALE ASSURANCES IARD - Société anonyme au capital de 146 957 480 euros. Siège social : 4, promenade Cour-de-Ville, 92130 Issy-les-Moulineaux. RCS Nanterre 493 253 652. Entreprise régie par le Code des assurances. (1) UICHP FR273234.01WXTG. La Banque Postale Assurances IARD délègue la gestion des sinistres à la Société Française de Protection Juridique - Société anonyme au capital de 7 218 510 euros - Entreprise régie par le Code des assurances - Siège social : 9-10, rue d'Alsace, 75008 Paris - 837 176 775 RCS Paris. Assurance des accidents de la Vie inclut des prestations d'assistance fournies par Flassistance International - Société anonyme au capital de 4 100 000 euros. Siège social : 108, bureaux de la Colline, 92273 Saint-Cloud Cedex - 433 012 889 RCS Nanterre. Les garanties d'assurance sont assurées par Flassistance International et des prestations de services réalisés par Sereno Flassistance International - Société anonyme au capital de 4 000 000 euros. Siège social : 108, bureaux de la Colline, 92273 Saint-Cloud Cedex - 433 012 889 RCS Nanterre. (2) Bénéficiaire unique Ademe - FR293781.01JGPR. Entreprise régie par le Code des assurances. Sereno - SAS au capital de 80 000 euros. Siège social : 1, place de la Gare, 93000 Reims. 898 244 424 RCS Reims. N° d'identification fiscale : 110445 sous le n° 1102 510. L'association Association et promoteur - 24P - est une association à but non lucratif, régie par la loi sur les associations de 1901 ainsi que par les articles L. 1411 et suivants et R. 1411, le statut et le Code des assurances que le siège social est situé à Issy-Cœur de Ville - 4, promenade Cour-de-Ville, 92130 Issy-les-Moulineaux.

POUR LES CREDITS A LA CONSOMMATION

PRETEUR - La Banque Postale Consumer Finance - SA à Directeur et Conseil de Surveillance. Capital social : 7 096 000 euros. Siège social : 1, avenue François Mitterrand, 83072 La Plaine-Saint-Denis Cedex. RCS Bobigny 487 793 035. ORIAS n° 091 330

DISTRIBUTEUR/INTERMÉDIAIRE DE CREDIT - La Banque Postale - SA à Directeur et Conseil de Surveillance. Capital social : 6 585 350 219 euros. Siège social : 115, rue de Sevres, 92775 Paris Cedex. RCS Paris 421 100 845. ORIAS n° 07022 424

ASSUREURS - SOGECAP - Société anonyme d'assurance sur la vie et de capitalisation au capital de 1253 650 110 euros entièrement libéré. Siège social : Tour D2 - 17, place des Réaumur, 92319 Paris la Défense Cedex. RCS Nanterre 088 380 370. Entreprise régie par le Code des assurances. Autorité de contrôle prudentiel et de résolution : 4, place de Budapest - CS 92459 - 75438 Paris Cedex 08. SOGECAPUR - SA au capital de 33 825 000 euros. Siège social : Tour D2 - 17, place des Réaumur - 92319 Paris la Défense Cedex. RCS Nanterre 379 846 637. Entreprises régies par le Code des assurances.

VOUS DEVEZ LIMITER VOS DÉPLACEMENTS ?

Si vous êtes dans l'incapacité de vous déplacer jusqu'à un bureau de poste, une boîte aux lettres ou un distributeur, vous pouvez demander à votre facteur de collecter votre courrier à domicile !)

(1) Lettre standard ou lettre suivie dans la limite de 5 lettres par demande.



Pour plus d'informations sur les services seniors ou pour souscrire :

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 19 h,
et le samedi, de 8 h 30 à 13 h,
hors jours fériés.



Par téléphone : **0 800 000 011** Service & appel gratuits



En ligne : **laposte.fr/services-seniors**



En bureau de poste



Auprès de votre facteur



OFFRE DE BIENVENUE*

Notre temps

Le magazine **Notre temps** vous est offert* pendant 6 mois pour toute souscription d'un des services payants présentés dans cette brochure.

Pour en bénéficier, rendez-vous sur **laposte.fr/mesprivileges-seniors**

* Offre valable jusqu'au 31 décembre 2024, hors services de collecte du courrier et Digiposte, dans la limite de 2500 abonnements offerts. Détail des conditions sur **laposte.fr/mesprivileges-seniors**

Notre Temps, un magazine édité par Bayard.

