

TEMPS LIBRE MAGAZINE

temps
libre



Le mensuel gratuit dédié aux jeunes seniors

Dynamisme et compétences : Une même adresse, Seniorcom !

Denis AUBEL : Directeur commercial pendant 10 ans

45 ans

Trader Com (La Centrale – J'annonce)

Directeur Général associé – EUROLAM

Directeur de publication – PARU VENDU Paris (COMAREG)

Philippe HOFSTETTER : Directeur Artistique Notre Temps pendant 3 ans

45 ans

Directeur Artistique L'Ami des Jardins (Média Nature)

Cuisine et Vins de France, Ca m'intéresse, L'Illustré (CH)...

Diplômé Art Décoration (Suisse)

Philippe PASCOT : Expert Comptable – Commissaire aux Comptes

41 ans

Holding PASCOT S.A

35 % des français sont âgés de plus de 50 ans
Cette population est de plus en plus courtisée par les annonceurs

Les seniors voyagent, sortent et consomment
pour 30 % de + plus que les quadras actifs

41 % disposent de plus de 36 000 € par an
22 % disposent de plus de 48 000 € par an

Parts de marché dans la consommation de services et de produits

Voyages / vacances : 51%

Sorties / loisirs : 31%

Equipement de la maison : 41%

Voiture neuve : 50%

Camping-car : 70%

TV, Hi-Fi, photo : 38%

Ils ont du temps libre et aiment lire des magazines

**Ce sont des consommateurs exigeants, avertis, et expérimentés
présents sur tous les secteurs de la consommation.**

source Aemp 2005 et Simm 2006

Presse et positionnement :

➤ Notre Temps



➤ Pleine Vie



➤ Temps Libre



LA PRESSE SENIORS

temps
libre

| |  |  |  |
|--------------------------------|--|---|---|
| | NOTRE TEMPS | PLEINE VIE | TEMPS LIBRE |
| Périodicité | mensuel | mensuel | mensuel |
| Nombre de n°/an | 12 | 12 | 11 + 4 hors série |
| Date de création | sept-68 | janv.-81 | nov.-05 |
| Éditeur | Bayard Presse | Éditions Taitbout | Seniorcom |
| Définition rédactionnelle | Générationnel à centres d'intérêt | Féminin des + de 50 ans | Magazine gratuit dédié seniors |
| Prix de vente du titre | 3,10 € | 3 € | Gratuit |
| Prix page 4e de couv. | 48500 € | 45 000 € | 8800 € |
| Diffusion DFP 2008 | 906 362 | 966 556 | 200000 |
| Coût pour 1000 diffusés | 52 | 50 | 44 |
| Pagination pub par n° | 48,7 | 45,6 | 16 |

Tableau récapitulatif de leur positionnement

Temps Libre Magazine est le premier mensuel gratuit dédié aux seniors.

- **Il traite des sujets s'articulant autour du bien-être et de la consommation :**
Interview de personnalité, patrimoine, équipement de la maison, forme et beauté, jeux, essai automobile, évason, horoscope, cuisine, etc.
- **1^{ère} parution : novembre 2005**
- **Associés : Denis AUBEL – Gérant et Directeur de la publication**
Philippe PASCOT – Expert Comptable : social et finances
- **Editions et Diffusion par présentoirs des deux éditions parisiennes, et de l'éditions de Bordeaux, sur Rennes, Poitiers, Tours, Morbihan...**

**Chaque mois, l'interview d'une personnalité.
Tous les sujets sont réalisés par Seniorcom, en exclusivité.**



Patrick Sébastien

Rencontre

La télé, un monde sans pitié

si ce ne sont pas des chiffres réels, dans ce monde-là, on bouillie et on flingue sur un sondage. Aujourd'hui, l'argent est devenu maître de la Télé et sa loi régie par les publicitaires. Oui, la TV m'a permis de gagner beaucoup d'argent, je ne le nie pas. Ce qui me dérange, c'est ces gens arrogants et satisfaits qui résistent en terme de tranches, et découpent le public comme on coupe du saucisson.

Si la télé vous a apporté le succès, vous dites aussi qu'elle vous a poussé au bord du suicide... Pour quelqu'un d'intègre, la TV est un monde sans pitié. Si tu ne fais pas attention, elle te fait devenir quelqu'un que tu n'es pas. A ce moment-là, je voulais tout arrêter. Elle a failli me faire tomber et d'autres tomberont encore. Il ne faut pas oublier que la télé est le premier poison en France. Les Français passent en moyenne 4 heures par jour devant leur petit écran... C'est extrêmement dangereux. Je ne suis ni ingé, ni justicier, je sais que je n'y changerai rien, mais je fonctionne avec d'autres valeurs.

Vous dites que la télé réalité est complètement nulle. Pourquoi votre émission "Jardins conviviaux", c'est un peu ça non ?

La télé réalité, c'est tout ce qui passe aujourd'hui. Tenez, le 20 heures en est un très bel exercice. La télé que j'exerce, c'est celle qui montre des mecs qui vont bouffer des vers dans un pays où la moitié des gens vivent de faim. Faire de l'argent, oui, mais pas au détriment de la dignité humaine. Pour moi, c'est à prendre ou à laisser. Je trouve ça abominable et même terrible. Mais le spectateur est aussi responsable que ceux qui font les émissions. Comme dirait Coluche : "il suffirait que les gens arrêtent d'acheter pour que ça ne se vende plus."

Avec l'audimat que vous faites, vous pouvez faire de la politique... Non, alors ça non, surtout pas. Je ne voudrais pas être obligé de mentir en permanence... Le show médiatique qu'ils nous font actuellement relève plus de la Star. Acc que d'une véritable action politique de fond. Sur ce point là, je suis vraiment inquiet. Il n'y a pas un programme politique

"Pour voter Ségolène tapez 1, pour Nicolas tapez 2 !"

Grande gueule, grand cœur, il fait exploser l'audimat et ne se prend pas la tête pour autant. L'ancien rugbyman "balance" ses vérités.

Un livre, "Patain d'audimat" an CD et un spectacle : "Patrick Sébastien fait l'artiste." Interview.

Racontez-nous vos débuts...

Les premières personnes que j'ai rencontrées, c'est Diez Guadalupe et Adriano. J'étais fan. Et puis au rugby, dans le car, j'ai continué pour faire rire les copains. C'était les années 70. A la télé on voyait arriver le stras et les paillottes. Il y avait encore de beaux rêves à ce moment-là. Alors je suis parti à Paris... J'ai acheté "l'Officiel" et j'ai appelé tous les cabarets. Finalement, le jour de mes 21 ans, le patron de "La main au panier", un cabaret restaurant du 5^{ème} arrondissement m'a donné ma chance. 20 mn d'émissions pour 30 Francs à l'époque. J'étais ravi.

Vous venez de publier "Patain d'audimat", quel est le but de ce livre ?

J'ai voulu confier au public une peinture de la Télé vue de l'intérieur. Au début quand je suis arrivé, c'était encore la préhistoire. Il y avait 3 chaînes. A l'époque "Carnaval" était regardé par 22 millions de téléspectateurs ! On était contents mais ce n'était pas ça qui nous importait. Aujourd'hui l'audimat, il n'y a plus que ça qui compte. Même



mais un programme de prime time! C'est pathétique. Il suffit pour les élections ça sera pour voter Ségolène "tapez 1" pour Nicolas "tapez 2". Et la presse se gargarise car ça fait de l'audience... Mais un jour, ça explosera.

Comment vous défaites-vous ? Je suis un saltimbanque. Aujourd'hui, je suis libre. Mais cette liberté, je l'ai payée très chère. Si j'avais fait des concessions avec les grandes chaînes, j'aurais pu gagner 1000 fois plus. Mais ma liberté n'a pas de prix. Je n'ai pas voulu vendre mon âme, c'est pour ça que j'ai gardé ma propre maison de production. J'ai quitté TF1 car leur politique ne correspondait pas à l'idée que je me faisais de la télévision. Il pourrait mettre 200 millions d'Euros sur la table pour me faire revenir, je resterais chez moi.

Le temps qui passe, ça vous effraie ?

Oui. Dans ma tête j'ai toujours 14 ans et je suis toujours aussi espiègle. Comme en 68, j'ai les mêmes idées de révolution permanente et d'amour libre. Je suis resté scotché à cette époque. Pas de casque, ni de ceinture. J'ai une nostalgie profonde de cette époque. Si j'avais une baguette magique, j'y retournerais tout de suite.

La retraite, vous y pensez ?

Jamais. De toute façon, je mourrai avant. C'est plus fort que moi, ce mot, j'arrive pas à l'encadrer. L'âge, les générations et tout le toutim, pour moi ça n'a jamais vraiment compté. J'ai une petite fille qui a 15 ans. A 53 ans, je pourrais être arrière grand-père. Pourtant je ne me vois pas avec une canne et plié en deux. Non, décidément, la notion de temps est vraiment très éloignée de moi.

Que faites-vous de votre Temps Libre ?

Je vis un peu à l'envers. Pour moi les loisirs c'est mon travail. Un loisir rémunéré en quelque sorte. De toute façon, en vacances je ne commode. Et puis c'est un bonheur de faire ce qu'on aime. Quand j'étais petit je rêvais souvent devant la piste aux étoiles et aujourd'hui c'est moi qui la fais. C'est pas génial ça ?

Recevez-vous des propositions pour l'avenir ? Retrouvez l'intégralité de l'interview sur : www.temps-libre.info

Des personnalités appréciées de nos lecteurs à la Une chaque mois

Chaque mois, un dossier complet pour gérer au mieux son patrimoine.

Patrimoine



Réforme des successions

Ce qui va changer

Nouveaux droits pour le conjoint survivant, donations aux petits enfants, simplification des opérations de partage... Temps libre décrypte pour vous les nouvelles règles à connaître avant de transmettre.

Pourquoi cette réforme ?

Les règles de gestion et de liquidation des successions n'ont pratiquement pas changé depuis 1804. Elles sont « complexes, peu efficaces et insuffisamment adaptées aux réalités économiques actuelles », tel est le principal constat, rendu par les notaires lors de leur dernier congrès annuel, qui a incité le gouvernement à entreprendre une vaste réforme du droit des successions. La loi du 23 juin 2006 portant réforme des successions entre en vigueur dès le 1er janvier 2007, avec pour objectifs d'accélérer, simplifier et rendre plus sûr le règlement des successions, tout en offrant plus de liberté au niveau de son organisation. Les familles vont pouvoir organiser plus librement la transmission de leur patrimoine. En outre, la nouvelle loi offre des solutions plus souples afin d'alléger le poids de la fiscalité.

Une réforme, plusieurs enjeux...

Simplifier les règles de transmissions :
- Améliorer les délais de transmission la succession plus rapidement, la loi raccourcit. Ainsi, les héritiers ont 30 jours pour accepter une succession ou y renoncer. Le silence vaut renoncement. De même, le règlement d'une succession à l'Etat ou les exonérations du défunt pour le décès, somment un héritier de se déclarer.
- Favoriser la gestion de l'indivision. Après le décès, les héritiers doivent éliminer les démarches, souvent difficiles, factielles et matérielles. En outre, l'ouverture oblige les héritiers à gérer un patrimoine souvent délicat et qui requiert. Désormais, seule la majorité des deux pour les actes d'administration nécessaires des charges et des dettes de l'indivision de faciliter la gestion, il est possible de désigner un héritier ou une personne à son, afin de s'occuper des biens.

Transmettre plus largement

Avec l'allongement de la durée de vie, les enfants sont bien souvent quinquagénaires lorsqu'il héritent de leurs parents ou lorsque ceux-ci envisagent de leur faire une donation. Actuellement, les règles de donations permettent uniquement de partager les biens de votre vivant à destination des enfants.
- **Le pacte transgénérationnel.** Avec la nouvelle réforme, il vous est possible d'effectuer une donation-partage au profit de tous vos héritiers, frères et sœurs ou enfants de vos différents. Avec ce nouveau système, il est également possible de transmettre directement à vos petits-enfants. Avantage : l'argent transmis n'est taxé qu'une seule fois au lieu de deux, à condition, bien sûr, que vos propres

enfants aient accepté de renoncer à tout ou partie de leurs droits au profit de vos petits-enfants.

- **Le pacte successoral.** Il vous autorise à renoncer par avance à tout ou partie de votre héritage au profit d'une ou plusieurs personnes ayant ou non la qualité d'héritier. Pour être valable, cette renoncation doit être reçue devant deux notaires, avec un testament désignant vos bénéficiaires. Ce « pacte » est un instrument idéal pour favoriser un frère handicapé ou faciliter la transmission d'une entreprise au membre de la famille le plus apte à en prendre les rênes. Comme pour le cas du pacte transgénérationnel, cela permet également d'optimiser vos droits de succession (voir cas pratique n° 2).



Favoriser les personnes de votre choix.

Une meilleure sécurité pour vos héritiers

- **Diminuer les risques d'acceptation tacite.** Lorsque survient un décès, il est parfois difficile de savoir à qui revient la charge des affaires courantes. Désormais, vos héritiers peuvent être autorisés à effectuer certains actes nécessaires à la gestion provisoire de la succession sans être pour autant considérés comme ayant accepté la

Droits de succession en ligne directe

Enfants, Petits-enfants, Parents et Grands-parents

| Part nette taxable (abattement de 50 000 €) | Taux d'imposition |
|---|-------------------|
| Jusqu'à 7 000 € | 5 % |
| Entre 7 000 € et 11 400 € | 10 % |
| Entre 11 400 € et 15 000 € | 15 % |
| Entre 15 000 € et 500 000 € | 20 % |
| Entre 500 000 € et 800 000 € | 30 % |
| Entre 800 000 € et 1 700 000 € | 35 % |
| Supérieure à 1 700 000 € | 40 % |

Droits de succession entre époux

| Part nette taxable (abattement de 76 000 €) | Taux d'imposition |
|---|-------------------|
| Jusqu'à 7 000 € | 5 % |
| Entre 7 000 € et 15 000 € | 10 % |
| Entre 15 000 € et 30 000 € | 15 % |
| Entre 30 000 € et 500 000 € | 20 % |
| Entre 500 000 € et 800 000 € | 30 % |
| Entre 800 000 € et 1 700 000 € | 35 % |
| Supérieure à 1 700 000 € | 40 % |

Droits de succession en ligne collatérale, et entre non-parents

| Part nette taxable (abattement en €) | Taux d'imposition |
|---|-------------------|
| Jusqu'à 23 000 € (abattement 5000 €) | 35 % |
| Sup. à 23 000 € (abattement 5000 €) | 45 % |
| Entre parents jusqu'à 41° degré (abattement 1000 €) | 55 % |
| Au-delà du 41° degré et entre non-parents (abattement 1500 €) | 60 % |

Aide au lever et au coucher

Toilettes
Compagnie
Promenade
Préparation et prise de repas

Aide ménagère : ménage, repassage

Nos intervenantes et nos auxiliaires de vie sont toutes diplômées, expérimentées et de moralité vérifiée et irréprochable, âgées des seniors et des personnes handicapées.

Offre spéciale Temps Libre : 7% de réduction sur vos heures et nous avons communiqué le droit de passer sur votre T3387 LIBRE.

Appelons nous dès maintenant pour une visite d'évaluation gratuite.

n° vert 0800 10 60 20
www.advitam-services.com
contact@advitam-services.com
49, rue des Remoudes 75017 Paris

L'aide à domicile personnalisée

Permanence téléphonique 7 jours/7, 24h

- Aide à la toilette • Lever • Coucher • Changes • Comp
- Accompagnement • Promenade • Travaux ménage

Déduction fiscale - Chèque emploi service universel

www.adhapservices.fr

11 bis, rue Bertaux-Dumas
92220 Neuilly-sur-Seine
adhap72@wanadoo.fr

28, rue des Pavillons - 92800 Puteaux

La présence d'un professionnel, ça change tout

DOSSIER, exemple : A NOS AINÉS

Chaque mois, un dossier pratique pour informer. Ici l'aide à domicile, la dépendance, la dépondance, la curatelle...

Nos aînés

Comment obtenir une aide ménagère

L'aide ménagère intervient à domicile auprès de personnes qui ne peuvent plus assumer certaines tâches toutes seules. A Paris, une prise en charge complète, ou partielle, du coût vous est proposée.

Qui peut en bénéficier ?

- Toute personne âgée d'au moins 65 ans (60 ans en cas d'invalidité au travail), et qui aurait besoin d'une aide matérielle en raison de son état de santé pour accomplir les travaux domestiques de première nécessité, et lui permettre de rester à son domicile.
- A Paris, le besoin d'une aide matérielle pour demeurer à domicile est apprécié en fonction de votre degré d'isolement à domicile : il faut vivre seul(e) ou

être en situation d'isolement au moins six heures par jour.

- Il vous faut par ailleurs justifier d'une résidence à Paris depuis plus de trois mois.

Quel est le rôle de l'aide ménagère ?

Elle se charge à domicile :
 • D'appuyer une aide matérielle pour des tâches quotidiennes d'entretien, des soins d'hygiène sommaires, des courses, des démarches courantes que la personne ne peut plus accomplir.
 • D'apporter une présence attentive (le nombre d'heures attribuées est fonction des besoins et des possibilités du service).
 A savoir : Le Conseil de Paris a fixé à 60 heures le nombre maximum d'heures d'aide à domicile par mois. Mais ce nombre peut

être dépassé en cas de grande dépendance sur avis du médecin coordinateur de l'aide sociale.

Quelle prise en charge ?

Cette aide ménagère est prise en charge par l'aide sociale selon le montant de vos revenus ou partiellement par votre caisse de retraite. Selon votre domiciliation, une participation financière détermine en fonction de vos ressources, vous sera demandée.
 • A Paris, aucune participation ne vous est demandée si vos ressources sont inférieures au plafond de ressources national.
 • De même, si vos ressources sont supérieures au plafond de ressources national et si, par ailleurs, vous ne relevez pas d'une caisse de retraite qui assure la prise en charge d'heures d'aide à domicile, vous pouvez bénéficier de la prise en charge d'un nombre partiel d'heures d'aide à domicile par rapport à votre demande.

En charge au titre de l'aide sociale d'aide à domicile assurées par des associations prestataires ayant signé une convention avec le Département de Paris (heures de semaine et de week-end) et par les services d'aide à domicile du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris (heures de semaine uniquement).

Comment obtenir l'aide ménagère ?

• Pour les personnes domiciliées à Paris, vous devez déposer ou envoyer votre dossier dans la section d'arrondissement du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris de votre domicile.
 • Pour les personnes domiciliées ailleurs, vous devez déposer ou envoyer votre dossier dans la section d'arrondissement du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris de votre domicile.

Récupération sur succession

Le montant total des sommes versées au titre de la prise en charge par l'aide sociale pourra être récupéré sur votre succession si le montant de celle-ci (actif net successoral) est supérieur à 40 000 €.

L'aide sociale à domicile est accordée pour une durée de cinq ans, tant pour les personnes âgées que pour les personnes handicapées. Vous pouvez demander l'aide sociale à domicile de ces cinq ans, si vous souhaitez obtenir le renouvellement du bénéfice de cette aide.

A savoir : A Paris, la prise

Patrimoine



Avant de vous lancer, apprenez à gérer un patrimoine virtuel.

qui n'est pas toujours le cas des PME qui souffrent de la volatilité, c'est à dire d'une grande variation de leurs cours, à la hausse, mais aussi à la baisse. Si vous souhaitez concilier finances et environnement, misez sur des fonds dits "éco-innovants", qui s'appuient sur les secteurs liés aux énergies renouvelables (transports, biotech, eau...) - j'y inscrivais aussi dans un contexte économique porteur.

Bourse et retraite, sont-elles compatibles ?

Vous pouvez optimiser votre retraite grâce à la bourse, mais une certaine prudence est tout de même à respecter. L'assurance vie, qui vous permet de vous constituer une retraite complémentaire, peut inclure des supports investis en tout ou partie sur la bourse. Ces contrats sont dits "multi-supports", car ils sont investis à la fois sur des fonds monétaires et boursiers. Afin de prendre le moins de risque possible, la répartition entre les fonds peut être répartie en fonction de votre situation personnelle. Ainsi, vous pourriez opter pour un profil dynamique (majorité d'actions) durant votre vie active, et vous aurez intérêt à adopter un profil sécurisé (majorité monétaire) lorsque viendra le jour de votre retraite.

Comment bien se préparer avant d'investir ?

Prenez le temps de vous former grâce à la presse économique (Les Echos, Investir...), à l'Internet (www.adohousse.com). Vous pouvez aussi jouer "à blanc" en gérant un portefeuille virtuel (www.bourseorama.com). Après avoir compris les règles de base, il ne vous restera plus qu'à vous lancer dans le grand bain de la bourse...
 Paul Elmerie Boas, Propriétaire, Tél. 01 68 10 88 71

Pour une étude personnalisée, envoyer votre demande au service courrier de Temps Libre

CONFIEZ LE TRAITEMENT DE VOTRE PAIE À UN EXPERT-COMPTABLE

Intervenant privilégié de plus de deux cent sociétés, le cabinet BONNET PASCOU vous propose une solution globale d'externalisation de la paie.

EN COLLABORATION AVEC VOTRE SERVICE DE RESSOURCES HUMAINES, AINSI QUE VOS Fournisseurs :

- LA MAÎTRISE DE VOS COÛTS LIÉS À LA QUALIFICATION DES BULLETINS DE SALAIRES ET DES CHARGES SOCIALES
- LA BONNE APPLICATION DE LA RÉGLEMENTATION SOCIALE EN VIGUEUR

Philippe PASCOU Expert-comptable
 Tél. 01 69 40 40 40
 ppascou@bonnetpascou.com

BONNET PASCOU

1, avenue du 1^{er} Mai - 92122 Palaiseau Cedex

Au secours! Mamie se remarie...

Divorcés ou veufs, ils ont choisi de retaire leur vie. Et bien, si !
 Pour Temps Libre le témoignage de leur nouvelle vie...



Suite à un divorce douloureux, Françoise jure de ne jamais se remarier. Elle s'investit alors au service de la communauté et du voisinage. Le fait d'être toujours occupée l'aide à occuper son passé et à regarder vers l'avenir. Ses propres enfants avaient l'habitude de la voir se rendre disponible à tout moment pour eux et pour leur famille. Alors quand Françoise, 72 ans, rencontre Paul "un bel homme de deux ans son aîné", il lui fait du courage pour leur dire "désolé, je ne suis pas libre samedi, je vais au restaurant avec un ami". Après plusieurs rendez-vous de ce genre, elle leur explique que même si elle aimerait être avec sa famille, elle a aussi une vie à elle. Aujourd'hui, Paul est tout fait intégré à sa nouvelle belle-famille et le couple, très uni, profite de se marier cet été. Si on consulte en France une forte augmentation des divorces chez les personnes de 60 ans et plus, les 10 dernières années, on

note parallèlement que la presque totalité des seniors divorcés-hommes ou femmes se remarient au bout de quelques temps...

Les 70-75 ans, une nouvelle génération

Pour Brigitte Candouss, psychologue et thérapeute familiale, "on assiste à la naissance d'une nouvelle génération qui n'existant pas il y a encore 20 ans. Ceci est le résultat de l'allongement de la durée de la vie. Ce qui fait comprendre, c'est qu'à 70 ou même 75 ans, on est certes plus des jeunes retraités mais on n'est pas encore dépendant, souligne Brigitte Candouss. Cette génération-là bénéficie en quelques sortes d'une troisième vie avec tout ce qu'elle comporte, tel l'amour et/ou la vie à deux". Autre fait marquant : si comme Françoise les femmes se remarient aussi, "les hommes sont beaucoup plus nombreux qu'elles à le faire et ce d'autant que l'on avance en âge", ajoute Brigitte Candouss. Une thèse vérifiée puisque, selon une étude menée dans 9 pays européens, entre 75 et 79 ans, 3 hommes sur 4 vivent en couple contre seulement une femme sur trois. La première raison c'est que les femmes vivent, en moyenne, plus longtemps que les hommes. Elles ont donc plus de chance de se retrouver seules. Ensuite, plus que les femmes, les hommes arrivent plus difficilement à vivre seuls".

"On fait tout ensemble"

A 75 ans, Guy est veuf depuis 4 ans, et vient de se remarier en couple... Avec sa voisine !
 "Je vivais mal la solitude. Prendre seul son café le

matin, aller au restaurant tout seul, ce n'est pas marquant, confie-t-il. Un jour, où il organise une réunion syndicale chez lui, il rencontre Jeanne, une voisine qu'il ne connaissait pas. Le coup de foudre ?

"Non, mais petit à petit, nous nous sommes rapprochés, et aujourd'hui on vit ensemble, on mange ensemble, on part en vacances ensemble. Bref, on fait tout ensemble", s'amuse-t-il. Si ces deux tourtereaux n'avaient peut-être pas de se remarier, d'autres ont déjà santé le pas.

"Respecter mes choix"

Le remariage de nos aînés est aujourd'hui admis (Johnny Hallyday ou encore Yves Montand l'ont bien fait) et plutôt bien perçu (on est rassuré, quel qu'un est là pour s'occuper d'eux). Ce n'est pourtant pas toujours le cas, comme en témoigne l'histoire de Jean. Divorcé depuis de longs mois, il rencontre un jour une jeune femme. Quelques temps plus tard, il la demande en mariage. Mais lorsqu'il annonce son nouveau bonheur à son fils, Antoine, 42 ans, celui-ci est consterné. Il marmonne un faible

Pour que les gestes quotidiens restent ceux de tous les jours

ADVITAM
services à la personne
équipes soignées

Faites bénéficier vos proches de nos prestations de qualité :

- Services de confort
- Entretien de la maison
- Courses et repas
- Promenades et loisirs
- Aide aux actes essentiels

Consultez notre site : www.advitam-services.com
 Intervention 24/24 et 7/24
 à partir d'une heure
 contact@advitam-services.com
 nous faire et faciliter l'assurance

Réduction d'impôts de 50% applicable à nos prestations

Offre spéciale Temps Libre : 1% de réduction sur vos heures

Appelez nous dès maintenant pour une visite d'évaluation gratuite.

n° vert 0800 20 60 10

Chaque mois, des destinations nouvelles et des idées d'évasion. Des reportages, du vécu.

Evasion

Partir La montagne autrement

Pour tous les amoureux des pentes enneigées, si le ski n'est pas votre priorité absolue, voici quelques pistes pour découvrir la montagne et la neige sous un autre jour !

Tu skies ou SPA ?

Il n'a jamais ressenti le besoin d'un bon massage après une journée de ski ? Depuis l'hiver dernier Brides Les Bains met tout en œuvre pour devenir la championne du combiné skis-massage en forme. Massages traditionnels d'aïlleurs (Chine, Thaïlande, Inde, Calédonie, Suède...), tous



dispensés par des kinésithérapeutes professionnels. Saunas, hammams, divans, jacuzzi ou encore fontaine de givre. Ce véritable paradis du bien-être utilise les sources thermales de la station, dont les vertus thérapeutiques sur la circulation, le tonus cutané ou encore la rétention d'eau font leurs preuves depuis le 19^{ème} siècle.

Formule Ski + SPA + Hébergement.

4 nuits / 3 jours ski / 2 jours SPA à partir de 429,50€ par personne sur la base d'une chambre double hors taxe de séjour.

La neige vue du ciel

Vous prendrez votre envol au départ de l'aérodrome du Versoud et vous évoluerez à bord d'un hélicoptère. Une fois que vous aurez repris votre souffle vous pourrez admirer les crêtes enneigées de la région, aux confins de 3 massifs, le Vercors, la Chartreuse et Belledune. Hélicoptères de l'air en hélicoptère.
Tarifs : 115€ les 30 mn - 215€ l'heure.
J.N. Aic, Le Sauer, 38420 Revel.
Rés : 06.82.17.23.30

La Chartreuse à dos d'âne !

Érimaou, Pamplonaisse et les autres (ce sont des ânes) vous emmèneront en famille ou en groupe découvrir les richesses du Parc naturel régional de Chartreuse. Accompagné du maître, guide de montagne, vous découvrirez l'ambiance et les paysages d'une région où la nature est encore préservée. Les enfants vont adorer !

www.tout-e-cheval-vert.com
Rens. 1ère Cheval Vert, 14, rue de la République, 38000 Grenoble.
Rés : 04.76.42.85.88

Attention, ça glisse...

Si vous apprenez la conduite sur glace ? Sur le circuit Nissas, les moniteurs vous enseignent des techniques de pilotage simples et efficaces qui vous donneront l'assurance dont vous manquez sur toutes les chaussées glissantes. Stages de conduite de 1 à 4 demi-journées (4 h 30). À partir de 175 € la demi-journée. Formation assurée par des moniteurs professionnels.
Espace Glis, 700, rue des Brokettins, R.P.15 38410 Chamrousse. Rés : 04.76.89.90.14



Défi

La traversée du Vercors en raquettes !

Si le Vercors est connu pour ses grands espaces vierges propices au ski de fond, on y trouve également des terrains accidentés où la pratique de la raquette se révèle être le meilleur moyen de progression. Une fois les crêtes atteintes, le contraste est total. Après une journée dans la Réserve Naturelle des Hauts-Plateaux du Vercors, vous rejoindrez la partie Nord du massif et terminerez en beauté par l'ascension des crêtes Est, avant de retrouver les brumes de Grenoble.

Hébergement : Chambre double (bâtes**, hôtels et gîtes confortables)
Difficulté : Moyens marcheurs +, 700 m de dénivelé, 6 h de marche par jour
Groupe : De 6 à 12 Personnes
Encadrement : Accompagnateur en montagne diplômé d'état, qualification raquettes.
Tarif : Traversée du Vercors : 69€ la semaine

Réervations : Pedibus, Maison du Rosaire 73670 St-Pierre d'Entremont, 04.79.65.88.27
Email : pedibus@wanadoo.fr

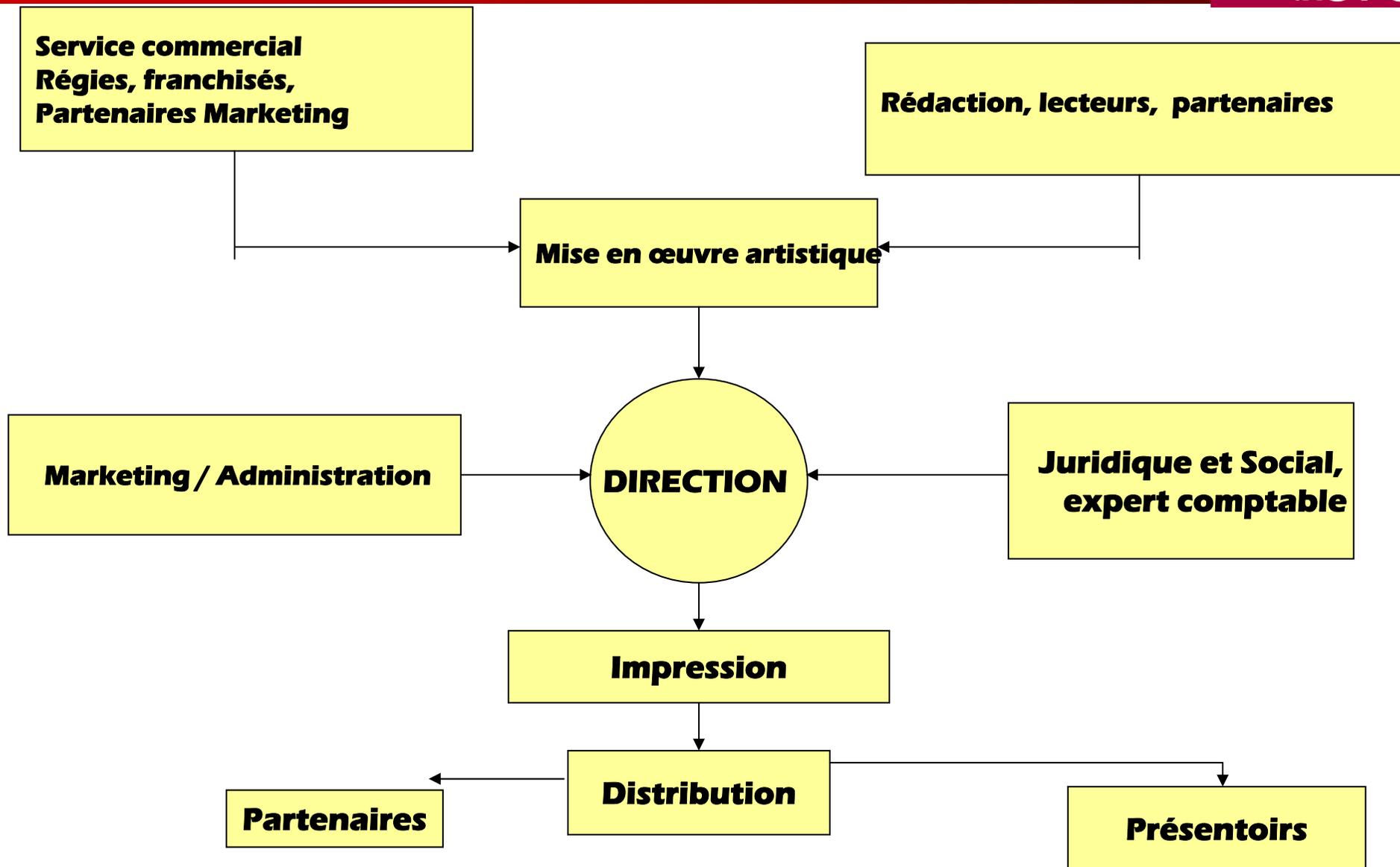


Le savez-vous ?

C'est Henri Duhanet, célèbre alpiniste conquérant des Meuz qu'en 1878 tenta les premiers "patins à neige" sur les pentes de Chamrousse.

Le mois prochain ne manquez pas notre reportage intitulé Les sports de l'extrême.

ORGANIGRAMME SIMPLIFIE



Créativité, Rapidité, Réactivité



- **1^{er} gratuit national des baby boomers actifs urbains**
- **1^{er} sur le marché de la publicité locale, régionale ET nationale**
- **www.temps-libre.info 1^{er} en référencement**
- **Diffusion 300 000 ex. fin 2009 et 4 nouvelles éditions**
- **Complémentarité de contenus, des médias, des partenariats, salons, VPC, etc.**
- **Multiplication de services, le club, etc.**