

EN BREF

UN GUIDE

Quand la malvoyance s'installe : ce petit livre remarquable s'adresse aux personnes atteintes d'une déficience visuelle acquise à l'âge adulte et confrontées aux difficultés de la vie quotidienne, ainsi qu'à leurs proches. Les premières y trouveront des informations, des témoignages, des conseils très pratiques



en matière d'éclairage, de rangements, de choix de couleurs, d'utilisation des appareils ménagers, de sorties, d'adresses

utiles... Les proches découvriront grâce à d'excellents montages photo ce que voit réellement une personne atteinte de DMLA (dégénérescence maculaire liée à l'âge) ou de rétinite pigmentaire. Ils comprendront alors mieux sa détresse et ce qu'elle ressent en disant : « Je ne vois rien ». Des conseils les aideront alors à mieux répondre à ses attentes. Guide réalisé par L'Inpes et la Fondation de France.

Quand la malvoyance s'installe. Guide pratique à l'usage des adultes et de leur entourage. 160 pages.

Gratuit, par courrier : INPES, service diffusion, 42, bd de la Libération, 93203 Saint-Denis Cedex. Ou à télécharger sur le site www.inpes.sante.fr

UN SERVICE

La famille et les voisins sont partis pour les vacances, il fait trop chaud pour sortir, ce n'est pas une raison pour cesser de manger. Au contraire !

Pensez alors au portage de repas.

Une société comme **Saveurs** et vie, en Ile-de-France, propose les jours de canicule des repas froids. Une nouveauté, la collation sucrée, qui permet d'équilibrer l'apport calorique du jour. Le paiement par Cesu permet de réduire de 30 % le coût de la prestation. Un repas à 12,90 € revient alors à 9,03 €. Tél. 01 41 73 3733. www.saveursetvie.fr



UN PENSE-BÊTE SONORE

Le Mem-X apporte une aide très précieuse en cas de perte de mémoire. Quand l'appareil sonne, la personne appuie sur le bouton. Elle entend alors une voix amie ou familière : « Maman, c'est l'heure de prendre tes médicaments » ou « Madame Ledu, vous avez rendez-vous chez le médecin », etc. Une centaine de messages peuvent être préenregistrés et se déclencher aux heures et jours prévus. Ce pense-bête malin a été récompensé aux Trophées du Grand Âge 2009.

70 grammes, 130 €, avec pile.
Pour le commander : tél. 01 70 56 68 77 ;
courrier : BP 23, 91401 Orsay Cedex ;
Internet : www.mem-x.fr

