



**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Tablette numérique



Découvrez  
et utilisez  
le numérique  
en toute simplicité  
et à votre rythme

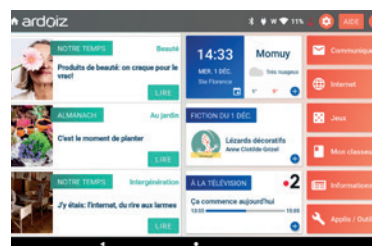
## Vivre à domicile vous propose une tablette numérique :



### Simple d'utilisation pour :

- ▶ Accéder aux actualités : programme TV, articles de presse
- ▶ Parler avec votre famille éloignée en appels vidéo (WhatsApp)
- ▶ Vous divertir grâce à internet : jeux, musique, livres, recherche (recettes de cuisine, annuaire...)
- ▶ Réaliser facilement vos démarches administratives en ligne (retraite, impôts, compte bancaire, Ameli)

### Clé en main avec :

- ▶ Un accès internet inclus (si vous ne possédez pas de box à votre domicile)
- ▶ Une installation et un accompagnement individualisé à domicile selon vos besoins par votre accompagnant Vivre à domicile.
- ▶ Des fonctionnalités adaptées : agrandissement ou vocalisation du texte, clavier alphabétique simplifié



 *Je n'étais pas sûre  
d'y arriver mais  
aujourd'hui, je suis fière  
de moi et mes proches  
également.  
Quel bonheur  
de communiquer  
avec eux  
en appel visio !* 

Colette, 81 ans, Narrosse

**XL AUTONOMIE**  
Société co-créée par le Département des Landes et La Poste





**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Accompagnement personnalisé





Votre interlocuteur  
pour vous guider  
et vous épauler  
au quotidien

## Une relation de confiance, bienveillante et attentive dans votre quotidien :

- ▶ Il vous forme à l'utilisation de la tablette autant de fois que de besoin.
- ▶ Il échange régulièrement avec vous et ajuste les services selon les événements de vie.
- ▶ Il s'occupe de la maintenance et supervise le bon fonctionnement des équipements et services.
- ▶ Il organise les passages de votre facteur pour vous rendre visite et vous apporter les médicaments.
- ▶ Il vous oriente sur demande vers les acteurs locaux (CCAS de votre mairie, département).



 *L'accompagnante  
nous écoute  
et nous aide, quand  
quelque chose  
ne va pas, elle s'en  
occupe.* 

Jeanne, 92 ans, Grenade-sur-Adour



**XL AUTONOMIE**

Société co-créée par le Département des Landes et La Poste





**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS



# Éclairage nocturne



L'éclairage  
nocturne :  
une sécurité  
au quotidien

- ▶ Un éclairage automatique dès que vous vous levez du lit
- ▶ Une solution pour éviter la chute la nuit dans votre chambre
- ▶ Un éclairage qui s'adapte à vos habitudes de vie que vous soyez seul ou en couple
- ▶ Un outil rapide d'installation (sans travaux) et facile d'utilisation



 *La lumière qui s'allume toute seule, c'est une merveille ! Avant je me bagarrais avec ma lampe électrique en faisant tomber le réveil car, avec l'âge, on est de plus en plus malhabile.* 

Louis, 78 ans, Mont-de-Marsan



**XL AUTONOMIE**

Société co-crée par le Département des Landes et La Poste





**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Téléassistance



La téléassistance  
au service  
de votre sécurité

## Un système d'alerte pour :

- ▶ Être en sécurité chez soi
- ▶ Obtenir rapidement une assistance 24h sur 24 des pompiers
- ▶ Prévenir vos proches en cas d'urgence




Téléassistance avec détection de chute automatique (à gauche) et téléassistance avec médaillon (à droite)

## Une solution personnalisable

- ▶ Bouton d'appel au choix (médaillon ou bracelet-montre)
- ▶ Possibilité de détection de chute avec déclenchement d'urgence automatique
- ▶ Étanche pour une utilisation sous la douche
- ▶ Fonctionne dans un périmètre de 100 mètres (vous permet d'aller librement dans votre jardin ou chercher votre courrier à votre boîte aux lettres en toute sécurité)
- ▶ S'adapte à vos habitudes de vie que vous soyez seul ou en couple

 La téléassistance est un compagnon.

*Je sais que s'il m'arrive quelque chose, on va s'occuper de moi et c'est très important, c'est une sécurité.* 

Andrée, 83 ans, Bias

**XL AUTONOMIE**

Société co-créée par le Département des Landes et La Poste







**vivre**  
À DOMICILE



DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Portage de médicaments



Un service  
de proximité  
100% sécurisé  
pour un accès  
simplifié  
aux médicaments

- ▶ Organisé par votre accompagnant, préparé par votre pharmacien habituel et livré par votre facteur en toute sécurité et confidentialité
- ▶ Portage ponctuel ou permanent pour répondre à vos difficultés de déplacements ou l'indisponibilité de vos proches
- ▶ Délai de réalisation de 24h à 72h

 *Deux fois par mois,  
mon facteur m'apporte  
les médicaments et  
ça soulage mes enfants.* 

Lucette, 85 ans, Mimizan



**XL AUTONOMIE**

Société co-créée par le Département des Landes et La Poste





**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Jeux de mémoire



Des jeux  
pour stimuler  
votre mémoire

- ▶ Une ergonomie ludique et stimulante pour se divertir et entraîner sa mémoire, sa logique, sa concentration
- ▶ + 30 de jeux disponibles au choix
- ▶ Des jeux adaptés aux goûts et aux capacités de chacun (géographie, cuisine, mathématiques)



🏠 Ça fait travailler les méninges, ça me détend,  
c'est stimulant, je ne suis plus toujours  
en train de penser à mes douleurs. 🏠

Dominique, 90 ans, Pontenx-les-Forges



**XL AUTONOMIE**  
Société co-créée par le Département des Landes et La Poste





**vivre**  
À DOMICILE

DES SERVICES ADAPTÉS À MES BESOINS

# Visites de lien social par le facteur



Un lien social  
régulier et  
de proximité

## Un passage régulier du facteur à votre domicile :

- ▶ Il s'assure que vous allez bien
- ▶ Il échange avec vous sur le quotidien
- ▶ Il avertit votre accompagnant, vos proches ou les secours selon les besoins

## Pour s'adapter à votre situation de vie, vous pouvez :

- ▶ Choisir le jour de visite(s) souhaité(s) (hors week-end et jours fériés)
- ▶ Ajuster la fréquence selon vos besoins
- ▶ Le suspendre temporairement en cas d'absence prolongée du domicile



📧 *Le lundi, j'ai la visite de mon facteur. Je me sens en confiance, nous parlons beaucoup, de mes soucis de santé et même de choses personnelles. Cela me permet de diversifier les visites et avoir d'autres discussions!* 📧

Josette, 86 ans, Villeneuve de Marsan



**XL AUTONOMIE**

Société co-créée par le Département des Landes et La Poste

