

Bien vivre Seniors

Le magazine des locataires
de Sarthe habitat

Sarthe
habitat
bailleur & aménageur



DOSSIER

***Vous accompagner
pour rompre l'isolement***



Guy Henrion
*Directeur Général
de Sarthe habitat*

Édito

Préserver les liens est au cœur de l'accompagnement des personnes âgées. Sarthe habitat s'engage, avec ses partenaires, à développer des actions pour faciliter les rencontres.

Nos référents seniors, proches de vous, ont aussi la mission de vous garantir une présence attentive et rassurante.

03

VOUS ACCOMPAGNE

Klaro : des aides financières à destination des seniors

04

LE DOSSIER

Vous accompagner pour rompre l'isolement

06

PROCHE DE CHEZ VOUS

En sécurité pour longtemps

Ce magazine est destiné à nos locataires de plus de 60 ans. Pour faciliter l'accessibilité visuelle, les textes sont écrits en plus gros caractères. Vous recevez ce magazine chez vous 2 fois/an. Sa version numérique est accessible dès sa parution sur sarthe-habitat.fr

Sarthe habitat Office Public de l'Habitat - 3 rue des Sables d'Or - 72000 LE MANS - www.sarthe-habitat.fr
02.43.43.72.72 // Directrice de publication : Marie Mercet Directrice Communication
Merci aux collaborateurs qui ont contribué à la préparation de ce magazine
Rédaction et mise en page : Service Communication // Photos : A. Houdayer, Petits frères des pauvres, Carsat, Canva et Sarthe habitat. Impression : Seven





Klaro : des aides financières à destination des seniors

Sarthe habitat offre à tous ses locataires un accès gratuit au site Klaro permettant de connaître toutes les aides financières disponibles.

Pour les seniors, de nombreuses thématiques sont répertoriées :

- la santé (accueil de jour, aide au maintien à domicile, ...),
- les loisirs (seniors en vacances),
- ou encore les réparations techniques (bonus réparations, programme garage solidaire).

Inscrivez-vous via le QR code pour connaître les aides auxquelles vous avez droit.



Une fois votre profil créé sur Klaro, un « pas à pas » vous explique les étapes pour faire votre demande d'aides.

Des conseillers sont joignables par téléphone ou directement sur le site pour vous aider.

« Je ne m'attendais pas vraiment à ce que quelqu'un puisse m'ouvrir les yeux sur les aides que je peux avoir.

Ma conseillère (Klaro) m'a mis à l'aise, elle m'a bien expliqué, elle m'aide à faire les démarches, elle est vraiment gentille. »



Vous accompagner pour rompre l'isolement

Les épreuves de la vie peuvent peu à peu isoler et donner le sentiment que le lien aux autres s'efface. Le quotidien peut alors devenir plus lourd et fragile.

Dans ces moments-là rencontrer d'autres personnes pour échanger est essentiel. C'est ce que proposent les Petits Frères des Pauvres avec de nombreuses actions pour rompre la solitude des personnes âgées.

19 bénévoles sur toute la Sarthe pour rompre l'isolement

Pour créer des liens et reprendre goût à la vie, les Petits Frères des Pauvres proposent :

- Des visites à domicile et à l'hôpital,
- Une écoute au téléphone : un service gratuit sur Solitud'Ecoute,
- Des actions collectives comme les séjours de vacances, les réveillons de fin d'année ou des sorties culturelles.



« Gérard vient me voir toutes les semaines, et c'est un moment heureux que je passe. Ce que Les Petits Frères des Pauvres m'apportent est énorme. Ça aide beaucoup les gens qui sont seuls et âgés et qui ont besoin de solidarité. J'ai décidé maintenant de profiter un peu de la vie ».

Françoise, bénéficiaire

« Moi, ce que vous m'apportez-vous, c'est votre sourire quand je viens vous voir. Ça me fait du bien ! C'est un bel échange. J'aime bien donner des coups de main. Alors à la retraite, je me suis lancé, aujourd'hui ça fait 5 ans que je suis bénévole Petits Frères des Pauvres ».

Gérard, bénévole

PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Non à l'isolement de nos aînés



Vos contacts près de chez vous

Equipe Le Mans
lemans@petitsfreresdespauvres.fr
02 40 68 96 96

Solitud'Ecoute (numéro gratuit)
0 800 47 47 88



En sécurité pour longtemps

Sylvie habite un T3 à Saint-Mars-la-Brière depuis juillet 2025. Sa maison est labellisée Habitat Senior Services (HSS®).

« Lorsque Sarthe habitat m'a appelée pour m'annoncer que j'avais cette maison, je n'en revenais pas. J'ai tout ce dont je rêvais : deux chambres pour recevoir mes petites-filles et je suis à 5 minutes de mes parents dont je m'occupe. La maison est adaptée au vieillissement : en cas de problème de santé, rien ne sera remis en question. La relation avec mon référent seniors renforce ce sentiment de sécurité. Je revis ici ! »

« Je réponds le plus vite possible à chaque demande et je suis très facilement joignable. Je préfère mettre tout en œuvre pour que la personne âgée ne s'inquiète pas et me déplacer rapidement ne serait-ce que pour la rassurer ».

Philippe, référent seniors

ZOOM SUR ...

26 logements neufs ont été mis en location à Saint-Mars-la-Brière en 2025, dont 4 labellisés HSS®. 3 nouveaux logements HSS® sont mis en location en février 2026.



POUR UNE RETRAITE À VOTRE IMAGE



— **Besoin de conseils
et d'informations
sur vos droits
depuis chez
vous ?**

— **Besoin d'un coup
de pouce dans le
quotidien ?**

— **Envie de passer
un bon moment
tout près de
chez vous ?**



Retrouvez le formulaire de
demande sur **carsat-pl.fr**

3960

Service gratuit
+ prix appel

De l'étranger, composez le +33 9 71 10 39 60



Retrouvez tous les
ateliers, les sorties, etc
sur **trouver-mon-activite.**
pourbienvieillir.fr



**1 dossier unique de demande
quel que soit votre besoin***

L'ASSURANCE RETRAITE, BIEN PLUS QUE VOTRE RETRAITE !

* Sous conditions de ressources pour les aides financières au quotidien.

Votre interlocuteur
action sociale en région

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Pays de la Loire

Illustration : Carat Pays de la Loire - 01/2020 - photo Anne Boas

À VENIR PRÈS DE CHEZ VOUS



Découvrez des aides techniques du quotidien, pour cuisiner par exemple !

Des ateliers gratuits et animés par un.e ergothérapeute

- **Fresnay s/ Sarthe** - Salle G. Chauveau, le 25/06/26 (14h30),
- **Le Mans** - Siège de Sarthe habitat, 3 rue des Sables d'Or, le 07/04/26 (14h30),
- **Le Mans** - Bureau de Sarthe habitat, rue P. Courboulay, le 05/05/26 (14h30),
- **Mamers** - Salle du Cloître - RDC de la Mairie, le 09/06/26 (14h30),
- **Marolles-les-Braults** - Maison des associations - Rue Gausse, le 09/06/26 (10h30),
- **Montval s/ Loir** - Agence Sarthe habitat, 30 av. J. Jaurès, le 21/05/26 (14h30),
- **La Suze s/ Sarthe** - Salle M. Lochu, le 02/07/26 (14h30).

Inscription auprès du CICAT :
02 44 02 40 00

Informations auprès de votre correspondant de sites



Visitez l'appart'éco malin du Gleam pour apprendre à mieux gérer vos consommations d'énergie et d'eau au quotidien.

- **Allonnes** - Rue C. Debussy le 03/07/26 et Quartier Chaoué le 15/12/26 (de 15h à 18h),
- **Bonnétable** - Parking des Borderlières le 10/09/26 et 01/12/2026 (de 10h à 12h30),
- **Coulaines** - Rue de Moscou le 05/05/26 et le 03/11/26 (de 15h à 18h),
- **La Ferté Bernard** - Rue G. Thoreau le 03/04/26 et Rue A. Lenotre le 02/10/26 (de 10h à 13h)
- **La Flèche** - 11 rue du Poitou les 24/03/26 et 04/09/26 (de 10h à 13h),
- **Le Mans** - Place G. Gauthier le 05/05/26 et Rue P. Courboulay le 03/11/26 (de 10h à 13h),
- **Mamers** - Résidence du Stade le 10/09/26 et le 01/12/2026 (15h à 17h30),
- **Montval s/ Loir** - Rue L. Proust le 19/06/26 (de 15h à 18h) et le 15/12/26 (de 10h à 13h),
- **Sablé s/ Sarthe** - Résidence du Pré le 24/03/26 et Quartier de Montreux le 04/09/26 (de 15h à 18h),
- **St Calais** - 113 rue V. Van Gogh les 03/04/26 et 02/10/26 (de 15h à 18h).