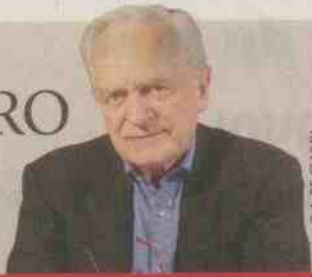


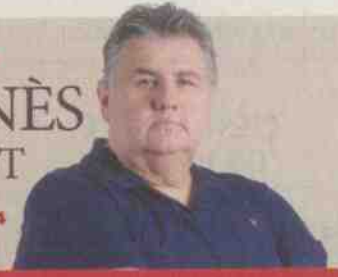
ÉDITORIAL

PHILIPPE LABRO  
POSE SON REGARD  
SUR LA SEMAINE P.6



© A. DE CHABRY

«LA GROSSE KRONIK»  
PIERRE MÉNÈS  
REVISITE LE FOOT  
À SA MANIÈRE P.24



© MELNIER/KON SPORT POUR DIRECT MATIN

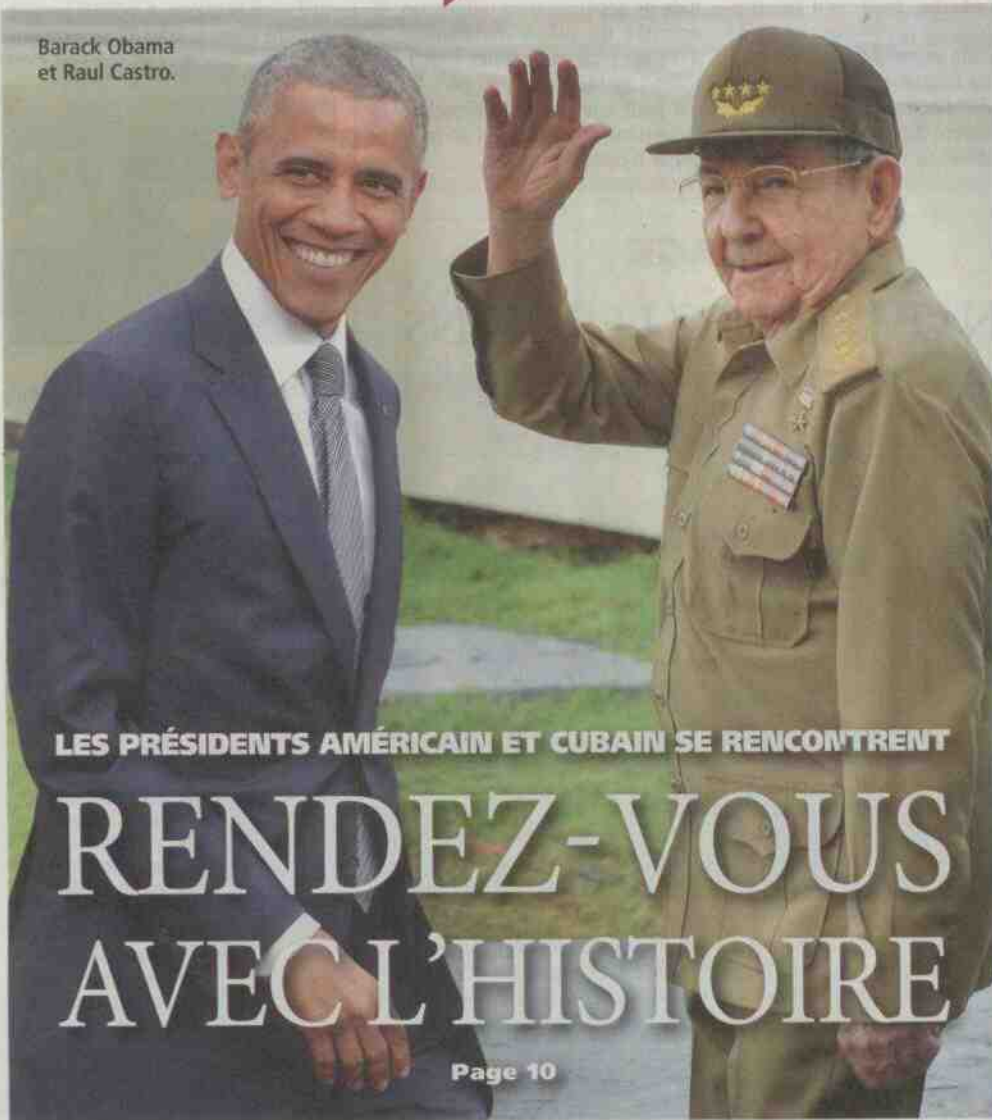
# Direct Matin

WWW.DIRECTMATIN.FR

GRATUIT - N° 1673 VENDREDI 10 AVRIL 2015

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Barack Obama  
et Raul Castro.



LES PRÉSIDENTS AMÉRICAIN ET CUBAIN SE RENCONTRENT

## RENDEZ-VOUS AVEC L'HISTOIRE

Page 10

© PHOTOMONTAGE : G. DOULLIERYSIPA - A. KOONIE/ATP

**AFFAIRE TV5 MONDE**

L'enquête est lancée  
après la cyberattaque  
menée par Daesh P.16

**FRONT NATIONAL**

Jean-Marie Le Pen  
convoqué en conseil  
disciplinaire P.14

**CAHIER WEEK-END**

LES REPAIRS  
DE GEEKS  
PROLIFÈRENT  
DANS PARIS

Pages 28 et 29

**NUCLÉAIRE IRANIEN**

Rohani lie l'accord  
à la levée immédiate  
des sanctions P.22

Votre nouveau rendez-vous mensuel

Découvrez les indices immobiliers de PAP.fr  
dans Direct Matin, rubrique « France »

pap.fr

**VIP**

PRENEZ LA POSE  
AUX CÔTÉS DE VOS  
DEUX GAULOIS PRÉFÉRÉS

**ÉVÈNEMENT**

NOCTURNES GAULOISES  
DE L'ÉTÉ : 27 JUIN,  
11 JUILLET ET 1<sup>ER</sup> AOÛT



# PARC Astérix **Matin**

WWW.PARCASTERIX.FR

**NOUVEAUTÉ**

Trois nouveaux  
spectacles à découvrir  
dès demain !

**ANNIVERSAIRE**

Cette année, Idéfix fête  
ses 50 ans ! L'occasion  
de s'amuser dans  
la Forêt d'Idéfix

**BON PLAN**

L'Hôtel des Trois  
Hiboux, un hôtel  
de charme au cœur  
de la forêt



©2016 LEF ÉDITIONS ALBERT BEAÛ / GORGANY-USEZZO PHOTOS © DHP - A. SOULZYK

OUVERTURE  
LE 11 AVRIL





SPÉCIAL SALON DES SENIORS • SPÉCIAL SALON DES SENIORS • SPÉCIAL SALON DES SENIORS • SPÉCIAL

## UN ÉVÉNEMENT ORGANISÉ JUSQU'À DIMANCHE À PARIS

## LES ÂGES DE TOUS LES POSSIBLES

## Ça n'a rien d'un rendez-vous pour le troisième âge.

Le Salon des seniors, qui ouvre ses portes aujourd'hui à Paris, est la preuve que l'on peut vieillir tout en restant dynamique. En effet, «senior» n'est plus un gros mot et pourrait même devenir un privilège... Les plus de 50 ans sont d'ailleurs de plus en plus nombreux et représentent aujourd'hui un cœur de cible très courtisé, d'autant qu'ils ont encore un rythme de vie parfois intense. Le salon s'adresse donc à ces actifs ainsi qu'aux préretraités ou aux retraités, dont la grande majorité cherche aujourd'hui à trouver sa place dans leur nouvelle vie, pour pouvoir se sentir utile à nouveau, comme l'affirme un sondage réalisé par les organisateurs.

## Accompagner les «cyber-seniors»

C'est d'ailleurs l'un des thèmes largement abordés au salon, avec le village «Travailler après 50 ans», qui propose aux visiteurs des solutions pour retrouver une activité professionnelle ou associative, se réorienter ou remonter un projet, même après la retraite. Pour faci-



Le Salon des seniors se tient jusqu'à dimanche, avec des conseils de professionnels.

liter ces démarches, et accompagner la vague de «cyber-seniors», le salon a également mis sur des conseils en informatique. Notant que les plus de 50 ans passent plus d'une dizaine d'heures sur Internet chaque semaine, et sont loin d'être dépassés par la connectique.

## Le bien-être au rendez-vous

Outre des notaires, conseillers en informatique ou en assurances et plans de retraite, des professionnels de santé, des coachs sportifs ou des architectes sont aussi présents Porte de Versailles. Car c'est également l'occasion ou ja-

## EN PRATIQUE

**Où ?** Au Parc des Expositions, 1, place de la Porte de Versailles, à Paris (15<sup>e</sup>), Pavillon n° 2, sur la droite après l'entrée du Parc.

**Quand ?** Le salon se tient jusqu'à dimanche de 10h à 18h, la fermeture aura lieu à 17h le dimanche. Des parkings sont ouverts de 8h à 23h.

**Comment ?** En métro : arrêt Porte-de-Versailles (ligne 12, tramway lignes T2 et T3 ou bus n° 80). En voiture, prendre le périphérique Sud, sorties Porte de Versailles ou Porte de La Plaine.

mais de se préoccuper de son bien-être. Yoga, médecines douces, judo, marche nordique ou cours de cuisine, les activités à tester sont nombreuses et donnent des idées variées pour occuper son quotidien. • [www.salondesseniors.com](http://www.salondesseniors.com)

## À SOISY-SUR-SEINE (91)

LES TERRASSES  
DES CHENEVIÈRESAu calme dans le parc  
du centre-ville  
à quelques pas des commodités

- Du 2 au 4 pièces, terrasse, loggia, jardin privatif ou jardin suspendu à partir de 168 000 €\*
- Résidence de standing sécurisée, ascenseurs, accessibilité maximum
- À quelques pas des commerces et de toutes les commodités

0 800 27 22 33

7 jours/7 - Appel gratuit depuis un poste fixe

[arcadepromotion.com](http://arcadepromotion.com)

Espace de vente :

12 rue Notre-Dame  
à Soisy-sur-Seine\*Prix au 03/04/15, selon stock disponible. Renseignez-vous auprès de votre Conseiller. Illustration à caractère d'ambiance. [bnuud.fr](http://bnuud.fr)

## DES RÉSIDENCES ADAPTÉES



Dans ces lieux de vie, tout est prévu et aménagé pour garder son indépendance.

**En vieillissant, se pose la question de rester vivre** chez soi. Depuis des années, des résidences adaptées se sont implantées partout en France, pour combler ces inquiétudes. Loin des maisons de retraite, elles sont en fait l'équivalent d'une copropriété à l'échelle d'un quartier, au sein de laquelle les seniors bénéficient de services supplémentaires, comme la pré-

sence d'un gardien de nuit, d'hommes ou femmes de ménage, de responsables d'animations communes, cuisiniers, jardiniers... Chaque appartement est individuel, accessible à la propriété ou à la location. Le loyer s'accompagne d'un forfait selon les services désirés, qui garantissent autonomie et sécurité aux résidents. Les principaux constructeurs seront présents au Salon. •



## ÉQUIPEMENT DE L'HABITAT UN LOGEMENT PLUS SÉCURISÉ



Des spécialistes comme Dom&Vie proposent des solutions pour faciliter la vie.

La maison est un endroit clé pour les seniors, un cocon que l'on s'est créé souvent depuis de nombreuses années et que l'on ne souhaite pas quitter. Selon la dernière étude sur le sujet (OpinionWay) 90 % d'entre eux disent ainsi vouloir vivre chez eux le plus longtemps possible. Encore faut-il pouvoir bien équiper son logement pour s'y sentir à l'aise et en sécurité. Le salon sera ainsi l'occasion de rencontrer gratuitement

un grand nombre de spécialistes qui ont à cœur de proposer des solutions concrètes et faciles à réaliser.

**Rencontrer les fabricants**  
Ainsi, un appartement témoin de quelque 80 m<sup>2</sup> sera installé

Porte de Versailles pour montrer tout l'éventail des possibilités. Les seniors ainsi l'occasion de visiter à l'intérieur les stands de l'entreprise de matériaux St-Gobain, du spécialiste des ouvertures et des systèmes d'alarme Somfy, ainsi que de Lapeyre, qui aménage la maison. D'autres groupes seront aussi présents pour offrir leur expertise sur le sujet. Ainsi, Dom&Vie propose d'aménager l'intérieur (cuisine, salle de bains...) pour améliorer le quotidien des seniors. Vitanova, Sérénité Seniors ou Harmonie Douche veillent

aussi à l'installation de salles de bains avec douches et baignoires équipées, afin que chacun puisse les utiliser en gardant son autonomie. Ambiance Santos Agem est un cuisiniste qui conçoit des espaces pratiques avec l'aide de médecins, de psychomotriciens et d'ergothérapeutes, alors que Gliss'Grip s'évertue à rendre les sols le moins glissant possible, pour éviter tout risque de dérapage et d'accident. Mais les installations de la maison ne

suffisent pas toujours à se sentir bien chez soi. En complément, des services d'aide et d'assistance sont nécessaires pour rassurer les seniors et leurs proches. Tavie Téléassistance permet par exemple de se déplacer aisément chez soi,

notamment à travers un nouveau tapis anti-chute qui sera présenté lors du salon. En ce qui concerne la vie quotidienne, O2, une entreprise qui garantit des aides au ménage, au repassage, au jardinage ou à la garde d'enfants, occupera également un stand. PilBox, un créateur de piluliers, présentera ses dernières créations, qui permettent de s'assurer que l'on n'oublie jamais de prendre son traitement. Autant d'innovations de plus en plus pratiques et évoluées pour rassurer et sécuriser les aînés. •

Un appartement témoin d'environ 80 m<sup>2</sup> sera installé Porte de Versailles.



### QUINTESENS

Cholestérol, mémoire, cœur...

## 6 HUILES ASSOCIÉES POUR VOTRE SANTÉ<sup>1</sup>

**Vers 50 ans, votre métabolisme évolue.** Pour prévenir les effets de l'âge, vous devez satisfaire de nouveaux besoins nutritionnels. Une consommation adaptée de matières grasses vous apportera les nutriments essentiels pour rester en bonne santé plus longtemps.

Le premier mélange d'huiles  
**COMPLET et ADAPTÉ**  
à vos besoins dès 50 ans<sup>2</sup>



**Huile d'Olive**

**Pour le cœur :** l'huile d'Olive est essentiellement composée d'Oméga-9, un Acide Gras qui participe à la prévention des maladies cardio-vasculaires<sup>3</sup>.



**Huile de Lin**

**Pour réguler le cholestérol :** l'huile de Lin est la plus riche des huiles en Oméga-3 ALA. Cet Oméga-3 constitutif de nos cellules contribue au maintien d'une cholestérolémie normale, en diminuant le LDL (mauvais cholestérol).



**Huile de Tournesol**

**Pour protéger vos cellules du vieillissement prématuré :** l'une des huiles les plus riches en Vitamine E et en Oméga-6<sup>4</sup>. La Vitamine E protège l'organisme des radicaux libres responsables du vieillissement cellulaire, c'est la vitamine anti-âge par nature.



**Huile Marine<sup>5</sup>**

**Pour la mémoire :** une huile exceptionnelle pour la santé. La seule qui vous apporte le précieux DHA l'Oméga-3 indispensable au bon fonctionnement du cerveau et du cœur et au maintien de la vision.



**Huile de Bourrache**

**Pour la peau :** riche en Acide Gras Gamma-Linolénique, elle nourrit le derme de l'intérieur, contribuant ainsi à maintenir la tonicité et la beauté de la peau.



**Huile de Pépins de Courge**

**Pour la prostate :** les phytostérols contenus dans cette huile ont des effets bénéfiques sur la prostate et le confort urinaire.



MEILLEUR  
**BIO**  
2014

<sup>1</sup> Formule déposée, conçue par des nutritionnistes.

<sup>2</sup> ANS, Appareil Nutritionnel Conseil des 50 ans (décembre 2011).

<sup>3</sup> L'huile d'Olive ne contient ni Omega-3, ni DHA. Il est essentiel de la compléter à d'autres huiles pour couvrir nos besoins.

<sup>4</sup> Les Oméga-6 jouent un rôle anti-inflammatoire, à condition d'être associés à des huiles riches en Oméga-3.

<sup>5</sup> Huile de poisson, issue de la pêche durable, obéissant(e) aux règles de la pêche responsable et contrôlée afin de supprimer les toxines, les PCB et les métaux lourds. Fournisseur Biovin certifié + Friend of the Sea.

Infos : 04 13 57 03 92  
www.quintesens-bio.com



En vente en  
magasins Bio  
et diététiques