

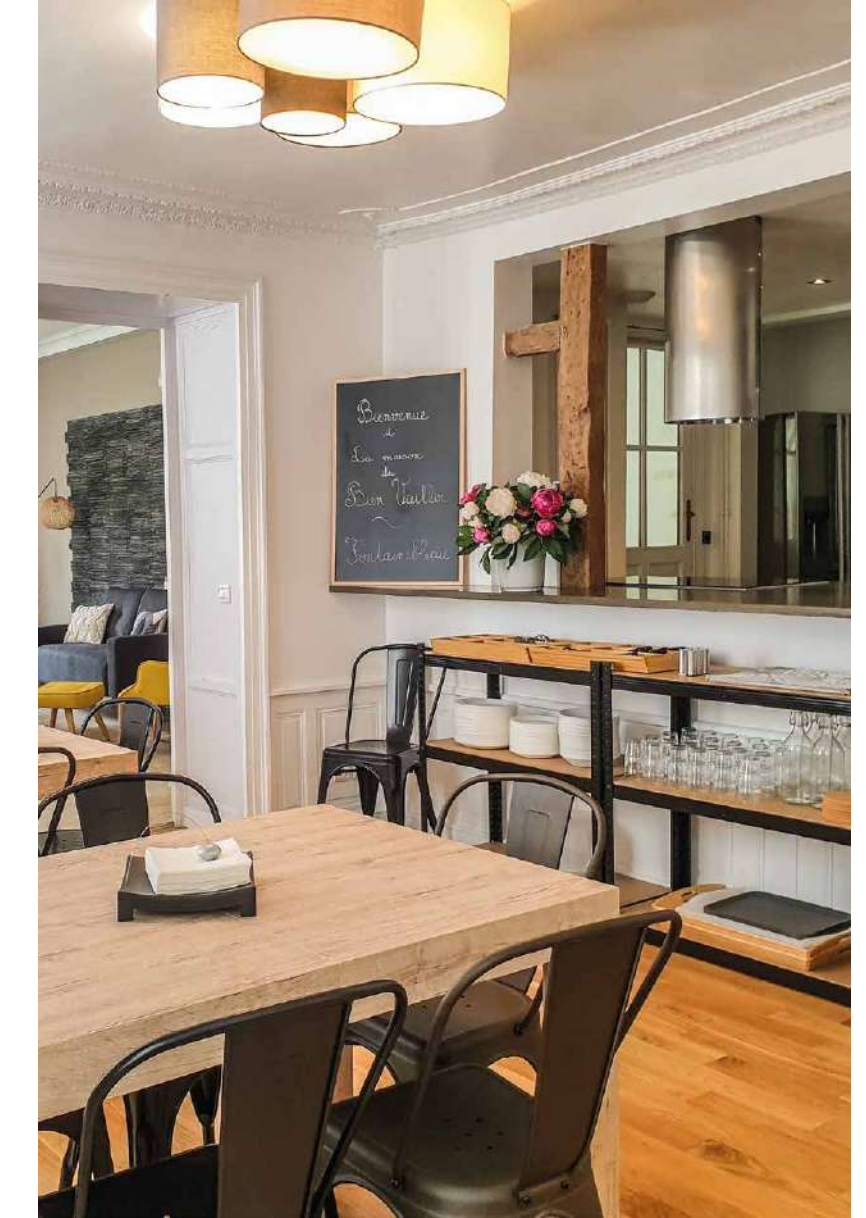
DOSSIER DE PRESSE - 2021



# LA MAISON DU BIEN VIEILLIR

FONTAINEBLEAU

MAISON FAMILIALE PARTAGÉE POUR SÉNIORS AUTONOMES | ATELIERS AUTONOMIE À DESTINATION DES SÉNIORS





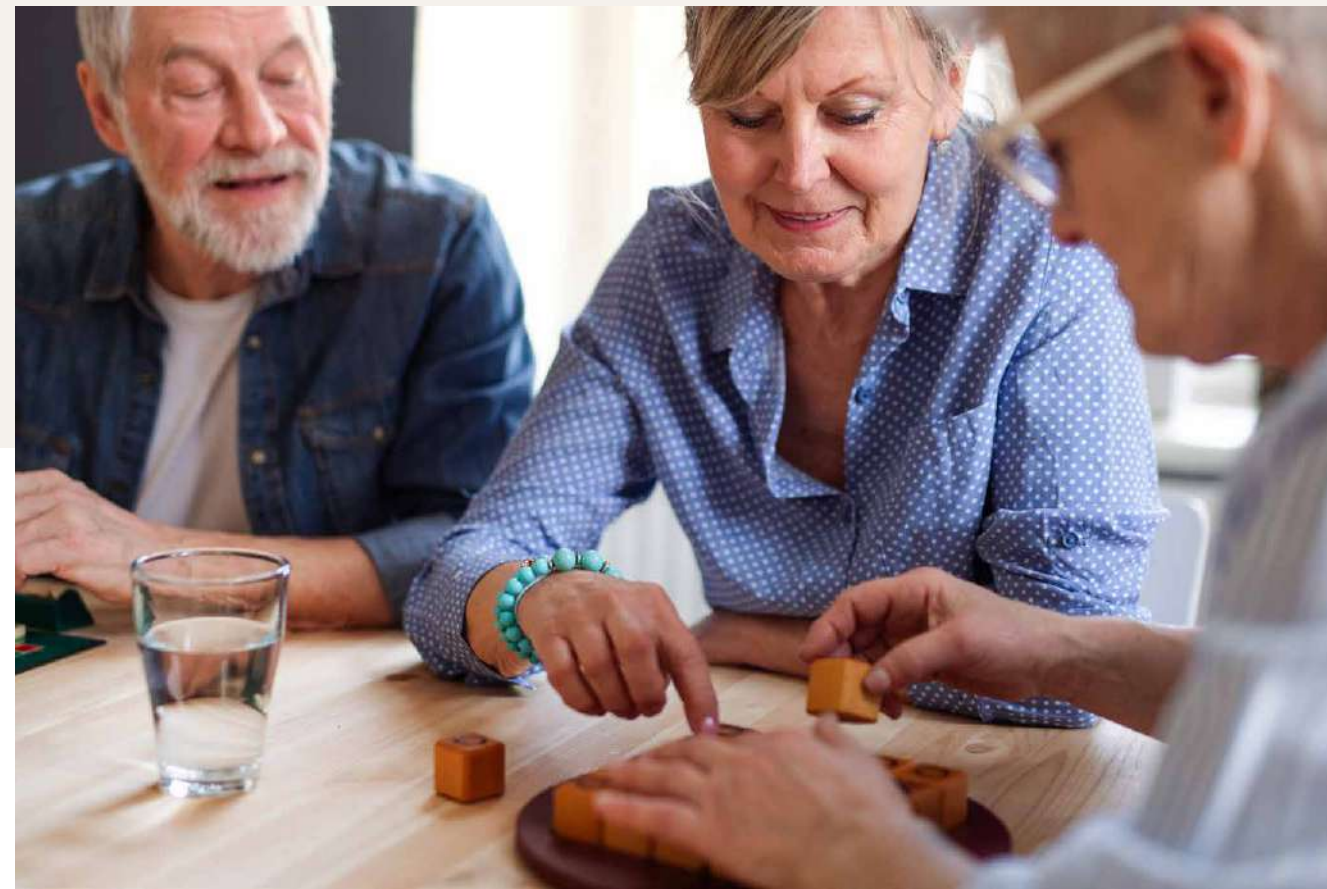
## Première maison familiale partagée dédiée à l'autonomie des séniors du Pays de Fontainebleau

*Si je vous propose... une alternative collective et co-locative au chez soi isolé et à la maison de retraite, et  
que je vous parle... d'une maison partagée au caractère familial avec une nouvelle philosophie de vie en  
communauté, à la fois assistée et en toute autonomie garante d'intimité, de plaisir et de sérénité...*

*Je vous présente La Maison du Bien Vieillir !*

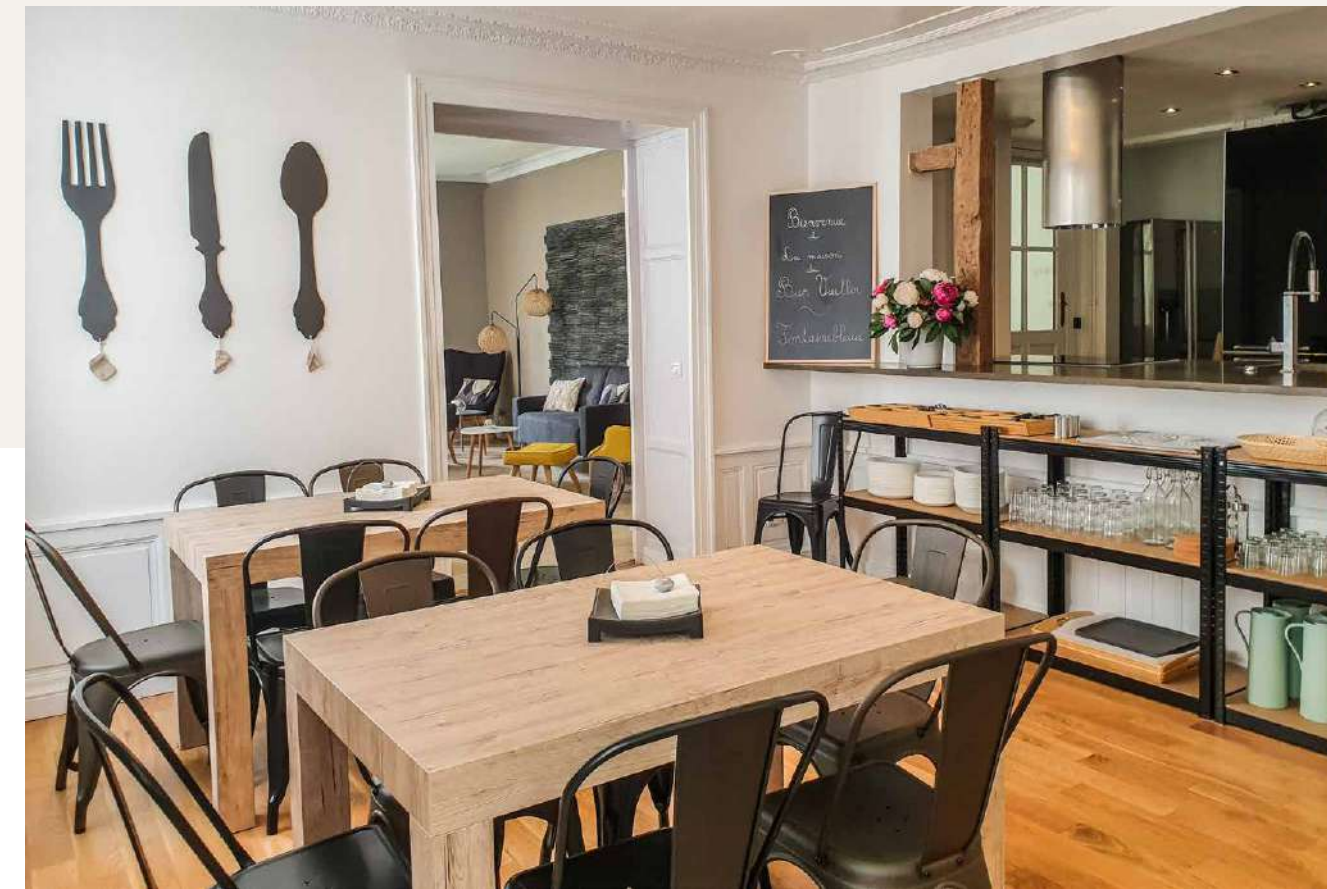
— Laurence RÉGNIER, fondatrice

# Sommaire



## LE CONCEPT

Bien Vieillir, un enjeu de santé publique.....	4
La Maison du Bien Vieillir, un concept pionnier.....	5
Une maison familiale partagée .....	6
Une maison ouverte.....	7
Une politique tarifaire sociale.....	8
Une prestation tout inclus.....	9



## L'ÉCOSYSTÈME

Un écosystème intégré et innovant .....	10
Le cœur de l'écosystème : les ateliers autonomie .....	11
Une maîtresse de maison expérimentée .....	12
Une équipe santé pluridisciplinaire.....	13
Une équipe loisirs permanente .....	14
Des partenaires impliqués .....	15



## LA MAISON

Une villa au cœur de Fontainebleau .....	16
Un lieu où il fait bon vivre .....	17
Les espaces de vie harmonieux.....	18
Les tarifs et formules .....	19
Paroles d'une fondatrice engagée.....	20

LE CONCEPT

# Bien Vieillir, un enjeu de santé publique

Santé Publique France, l'agence nationale de santé publique sous tutelle du Ministère de la Santé, définit le Bien Vieillir comme « une approche globale et positive de promotion de la santé à destination des séniors. Les relations sociales, les activités quotidiennes, constituent 2 facteurs clés du maintien mental et physique ».



Il s'agit de raviver, par le plaisir et l'émotion, les bonnes pratiques pour renouer avec les réflexes indispensables au quotidien, renforcer les compétences des personnes âgées afin de prolonger leur autonomie et soutenir santé et qualité de vie le plus longtemps possible.

Aujourd'hui, il est indispensable de proposer une alternative efficace à l'intégration en Maison de retraite. Cela suppose de constituer un écosystème de professionnels de santé, de l'animation à l'approche ludique et thérapeutique garantissant les meilleures conditions de maintien à l'autonomie.

## LE CONCEPT

# La Maison du Bien Vieillir, un concept pionnier

La Maison du Bien Vieillir est une résidence autonomie nouvelle génération au concept pionnier assurant liberté, intimité et ambiance familiale, sans concession, pour les séniors.



Une formule innovante bâtie sur trois engagements en faveur de l'autonomie et de l'intégration sociale des personnes âgées :

- une structure à taille humaine familiale accueillant 14 résidents maximum, mais aussi quotidiennement des séniors extérieurs désireux de se maintenir à leur domicile
- Une offre accessible financièrement à tout public avec des tarifs plafonnés à 1600 euros mensuels hors aides
- une offre complète intégrée incluant le logement meublé et décoré, l'ensemble des repas, la présence de la gouvernante jour et nuit, les ateliers quotidiens de maintien à l'autonomie, et services tout inclus

Lieu de diversité et de vie, la Maison du Bien Vieillir a également la volonté d'offrir un espace de rendez-vous culturel et humain pour partager des moments de qualité et créer une vie foisonnante. Elle s'ouvre à l'organisation de divers événements. Expositions, mini concerts, cafés littéraires, rencontres intergénérationnelles... une Maison partagée.

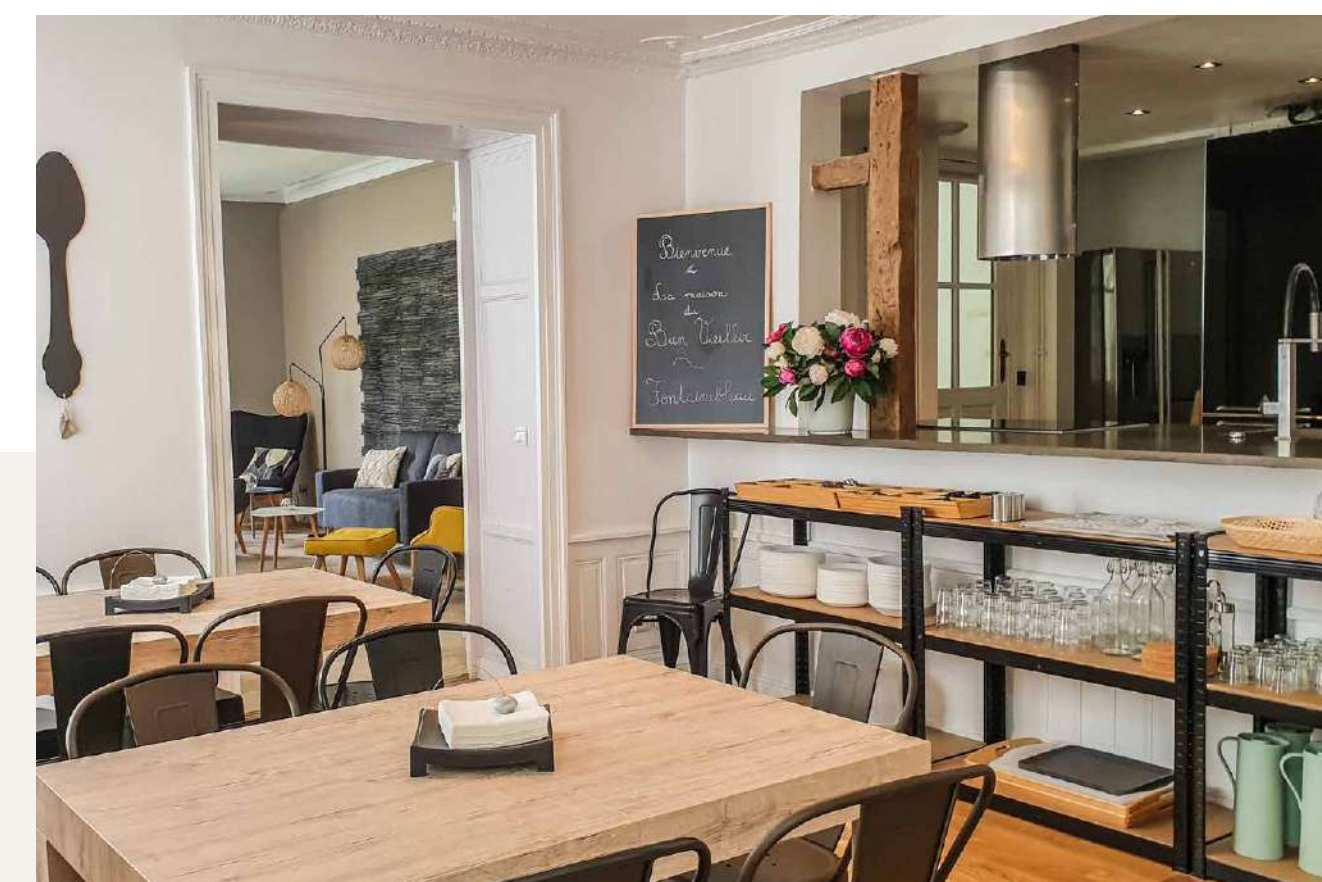
La Maison du Bien Vieillir a la conviction qu'il est nécessaire aujourd'hui de s'engager socialement et humainement pour offrir un cadre de vie extrêmement qualitatif et bienveillant en faveur de l'autonomie.

## LE CONCEPT

# Une Maison partagée au caractère familial

Notre Maison partagée est intimiste avec ses 14 logements personnalisés meublés et décorés. C'est un lieu animé, entre les 14 résidents, la maîtresse de maison et les professionnels de santé et les intervenants, proposant à la fois des services et de nombreuses activités facilitant ainsi le quotidien tout en préservant l'autonomie pour créer un lien social et affectif fort.

Ses portes sont ouvertes à toutes personnes âgées autonomes et actives qui ne veulent plus ou ne peuvent plus rester seules chez elles, et qui souhaitent intégrer une dimension familiale, préservant leur intimité, pour entretenir des relations humaines de haute qualité.



# Une Maison ouverte aux aînés et leur famille



Dans un esprit de famille solidaire et social assumé, notre Maison accueille les seniors et leurs proches dans une volonté de vivre ensemble de manière inclusive, encadrée et intergénérationnelle.

- **Les seniors « résidents »** valides et autonomes (GIR 3,4,5,6) qui souhaitent cohabiter dans une maison de famille solidaire, sécurisée, animée, où tout est mis en œuvre pour maintenir leur autonomie.
- **Les seniors « extérieurs »** qui préfèrent vivre chez eux et nous rejoindre ponctuellement pour participer au programme maintien de l'autonomie de la Maison.
- **Les familles, aidants** qui souhaitent être accompagnés au Bien Vieillir de leurs aînés (diagnostic de situation et programme d'accompagnement personnalisé).

LE CONCEPT

# Une politique tarifaire sociale et accessible

Notre volonté est de rendre accessible le bien vieillir à tous avec une politique tarifaire sociale dans un environnement bienveillant et de haute qualité.

La Maison du Bien Vieillir propose des tarifs résidents pouvant démarrer à 700 euros et plafonnés à 1600 euros mensuels hors aides. Ces tarifs incluent le logement et les divers services de la Maison : l'offre complète intégrée est la signature de notre engagement innovant envers les seniors et leur autonomie.

La tarification sociale pratiquée ouvre droit aux APL et à l'APA (Aide personnalisée à l'autonomie).

## **ROMPRE AVEC L'ISOLEMENT ET LA PAUVRETÉ**

Nous sommes partenaires des Petits Frères des Pauvres afin de donner la possibilité aux seniors en état d'isolement et de fragilité d'être accueillis gratuitement le temps d'une journée.

## LE CONCEPT

# Une prestation tout inclus en faveur de l'autonomie et de l'intégration sociale

Nous couvrons l'intégralité des étapes de prises en charge du sénior et de son aidant avec une prestation complète intégrant l'ensemble des services dont ils ont besoin.

Du diagnostic au programme d'accompagnement humain, médical et financier personnalisé, la Maison du Bien Vieillir a mis en place un écosystème local intégré de professionnels dédiés pour assurer quotidiennement le suivi des séniors et les accompagner afin de garantir le maintien de leur autonomie et d'un lien social riche.



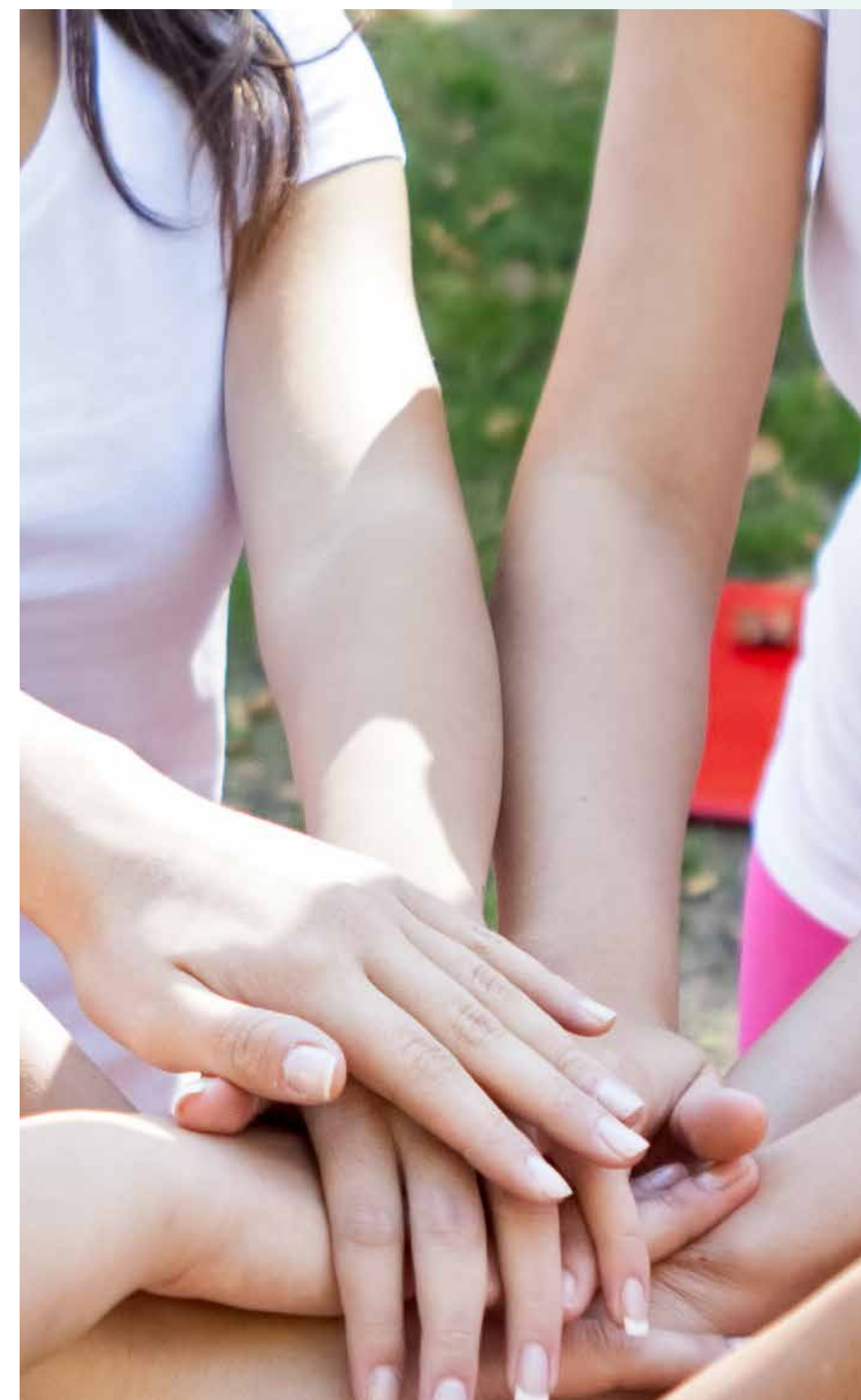
L'ÉCOSYSTÈME

# Un écosystème intégré et innovant

Une maîtresse de maison,  
des professionnels de santé,  
des professionnels loisirs et  
divertissement, des bénévoles et des  
associations pour assurer autonomie  
et relations humaines à travers des  
services essentiels améliorant le  
quotidien des séniors.

L'ensemble des professionnels dédiés à La Maison  
du Bien Vieillir suivent chaque séniors au quotidien,  
assistent les familles et les aidants dans leurs démarches  
administratives, animent des ateliers autonomie et  
assurent le suivi santé.

Tous travaillent main dans la main dans le cadre d'un  
programme quotidien établi sur l'autonomie, mais aussi  
personnalisé au diagnostic santé et vieillissement de  
chaque résident et adhérent.



## L'ÉCOSYSTÈME

# Les ateliers autonomie au cœur de notre philosophie

Le maintien de l'autonomie est une de nos priorités.

Tout notre écosystème s'organise autour des 5 facteurs d'autonomie et déploie ses compétences en faveur d'une haute qualité de vie basée sur le bien-être, la liberté et la valorisation.



- Plus de 20 ateliers par semaine y compris le week-end incluant des activités santé, loisirs et sorties ;
- Des ateliers éphémères pour assurer variété et renouvellement du programme ;
- Des pratiques en petits groupes de 6 personnes ou en individuel.



### LE MAINTIEN PHYSIQUE

proposer des activités quotidiennes pour garder une autonomie motrice et une bonne santé.



### LA NUTRITION

cuisiner des produits frais et veiller à l'équilibre alimentaire.



### LA STIMULATION COGNITIVE

participer à des activités pour entretenir les fonctions cérébrales.



### LES RELATIONS & LIENS AFFECTIFS

entretenir des foyers de rencontres réguliers et partager des moments de vie.



### LES ACTIVITÉS PARTAGÉES

vivre ensemble, découvrir, créer.

## L'ÉCOSYSTÈME

# La Maîtresse de Maison

Assistante de vie expérimentée, elle vit sur place, assure l'organisation de la maison, la veille humaine et l'ambiance familiale tout en accordant une attention particulière à chacun.

Présente tous les jours, elle assure gouvernance 7/7j, 24/24h, veille au bon déroulement de la journée et à la sécurité sanitaire des personnes et des espaces.

Elle est le pilier de la maison et la référence des séniors, des familles et des intervenants. Relais de nos aînés auprès des familles, et des intervenants... Expérimentée dans l'accompagnement des séniors mais aussi dans l'animation de nos aînés, elle saura au fil des jours et au gré des humeurs, tisser et consolider le lien humain de notre maison...

Elle coordonne également la conciergerie pour les services et coups de pouce du quotidien à domicile (dépannage, déplacement, réparation).



## L'ÉCOSYSTÈME

# L'équipe de professionnels de santé

10 professionnels de santé, issus du Pays de Fontainebleau, assurent l'accompagnement individuel et collectif des seniors dans le cadre de notre programme de maintien à l'autonomie.



Notre équipe anime collectivement et quotidiennement les ateliers autonomie, le partage des tâches de la vie quotidienne et les sorties : infirmier, kinésithérapeute, orthophoniste, psychomotricienne, ergothérapeute, psychologue et thérapeute en relation d'aide, nutritionniste, sophrologue... Tous se sont organisés de façon à pouvoir prendre en charge collective ou individuelle, à domicile ou en cabinet nos résidents et extérieurs.

### **LE PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT AUTONOMIE**

Personnalisé, ce programme comprend un bilan d'entrée, un plan autonomie et santé, des bilans de suivi biannuels.

### **L'ASSISTANCE MÉDICALE QUOTIDIENNE**

Elle est assurée par nos praticiens santé en visite individuelle ou collective.

L'ÉCOSYSTÈME

# L'équipe d'intervenants loisirs et divertissement

Éducatifs & familiaux, sportifs ou artistiques, volontaires, tous animent des ateliers d'apprentissages ludiques stimulant les facteurs de l'autonomie.



20 intervenants loisirs et divertissement accompagnent les séniors à travers de nombreuses activités : marche, gym douce, shiatsu, yoga, musique, chant, art et peinture, jeux de mots, de mémoire, écriture et journalisme, multimédia et outils digitaux.

# Les partenaires

Associations et bénévoles du Pays de Fontainebleau sont impliqués dans notre projet et interviennent à différents niveaux d'accompagnement.



## **LE PÔLE AUTONOMIE TERRITORIAL**

Le Pôle Autonomie Territorial Fontainebleau est porté par l'Association SOUTIEN FACIL. Le PAT offre assistance et accompagnement aux personnes âgées, isolées et fragiles ainsi qu'à leurs aidants.

## **LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES**

L'association intervient auprès des personnes âgées isolées et en état de pauvreté. Nous accueillons dans notre Maison les séniors, le temps d'une journée, afin de rompre l'isolement.

## **LES DIVERSES ASSOCIATIONS ET BÉNÉVOLES**

Instituteurs, retraités, intervenants volontaires assurent diverses activités : cuisine partagée, conférence débat, contes à hautes voix, massage, jeux de société, danse de salon, chant et musique, arts manuels, yoga, jardinage, bricolage, marche, sorties ...

LA MAISON

# La Maison du Bien Vieillir, une villa au cœur de Fontainebleau

Rejoindre La Maison du Bien Vieillir, c'est rompre son isolement en s'installant dans un environnement chaleureux proche de toutes les commodités du centre-ville historique de Fontainebleau.



La Maison du Bien Vieillir a ouvert ses portes en août 2021. Cet ancien hôtel particulier du 19<sup>ème</sup> siècle se situe idéalement en centre-ville au 25 rue de l'Arbre Sec près du château de Fontainebleau.

Résider dans notre Maison, c'est avoir accès à de nombreuses opportunités de rester intégrés dans une vie sociale épanouissante, grâce à une ville animée et riche en divertissements : médiathèque, parc du château, théâtre, cinéma, accès forêt mais également Monoprix, Mairie, centre-ville commerçant, marché...

Si les résidences seniors autonomie nouvelle génération se situent souvent en périphérie du centre, la Maison du Bien Vieillir se trouve au cœur du centre-ville de Fontainebleau afin de garder et de favoriser l'indépendance des colocataires par une vraie vie de quartier.

LA MAISON

# Un lieu où il fait bon vivre

À la Maison du Bien Vieillir, nous partons des savoir-faire et des envies des résidents... le plaisir est le point de départ de la motivation et de la participation à une vie collective et familiale.



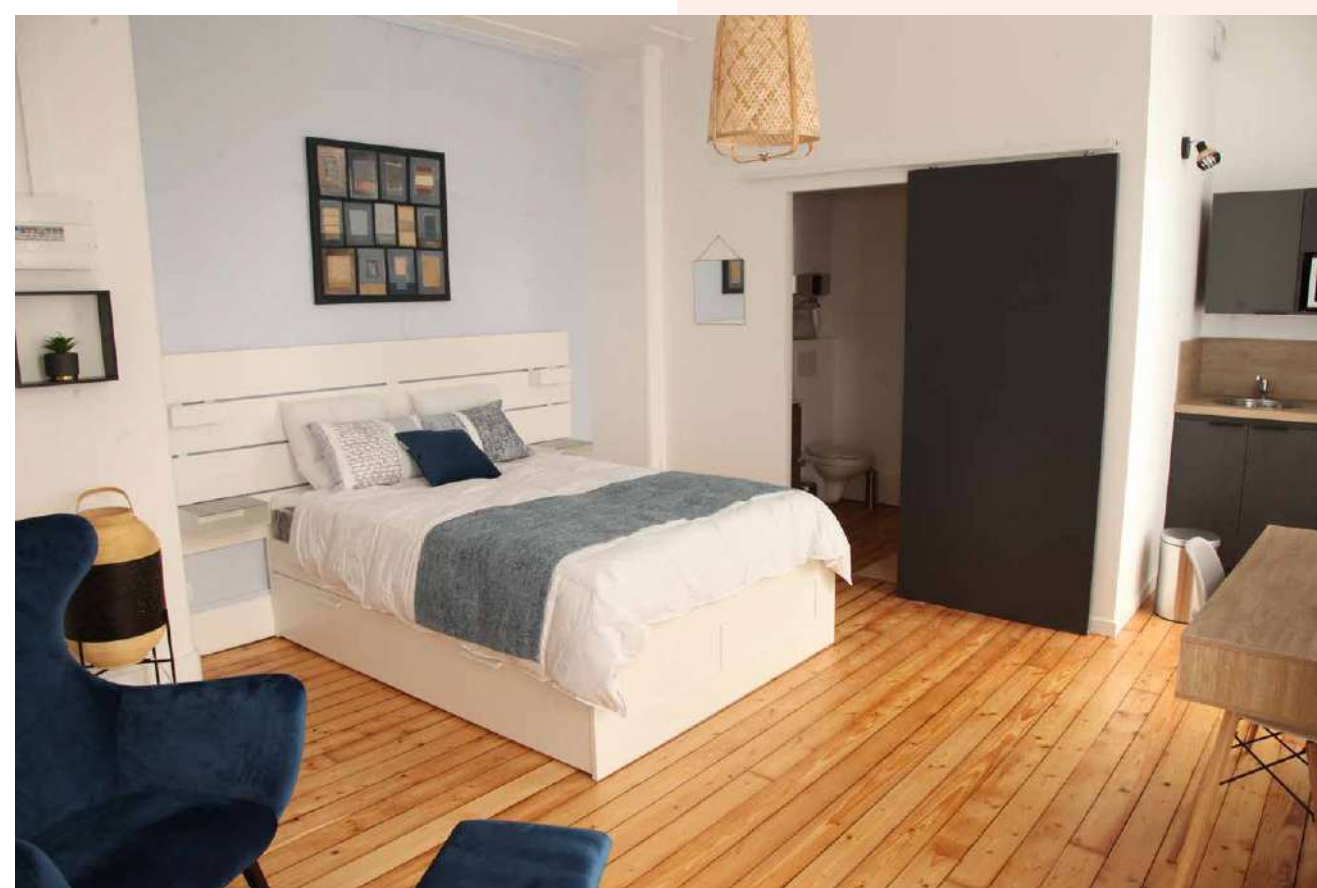
Le matin chacun son rythme, seul ou entre résidents, le petit déjeuner est libre dans sa chambre ou en salle à manger ; le déjeuner lui est pris en commun autour d'un repas familial de saison préparé sur place, soirée libre, seule ou en compagnie. On prépare les menus ensemble... inspiration, gourmandise, préparation et partage réjouissant !

Chaque semaine, on dresse la liste de ses envies, de son programme... ateliers, sorties, tâches partagées, visites des proches, activités culturelles, shopping... le tout coordonné par la maîtresse de maison.

LA MAISON

# Les espaces de vie

Conçue en U, la Maison de près de 600 m<sup>2</sup> s'ouvre sur son parc arboré et ombragé de 1000 m<sup>2</sup> à l'abri des regards. Les couloirs, circulations et escaliers ainsi que l'emplacement des chambres, sanitaires et autres espaces s'agencent en véritable maison de famille où l'on se croise indéfiniment.



## LES CHAMBRES

Conçues pour le confort et l'autonomie, chaque logement dispose de tous les aménagements typiques d'un appartement particulier dans une décoration soignée, personnalisée et harmonieuse : une cuisinette équipée, un espace repas avec fauteuil ou mini salon, une salle de bain privative avec douche italienne, rangement et WC, une literie de grande marque EMMA, son linge de lit en coton, sa couette et son oreiller 100% duvet d'oie, un placard de rangement spacieux.

- 4 chambres tailles S (15 à 20 m<sup>2</sup>) lits simples
- 3 chambres tailles M (20 à 25 m<sup>2</sup>) lits simples et doubles
- 4 chambres tailles L (25 à 30 m<sup>2</sup>) lits doubles
- 3 chambres tailles XL (30 à 35 m<sup>2</sup>) lits doubles

## LES ESPACES COMMUNS

Se rencontrer, partager les repas, jardiner, s'amuser, échanger, les 6 espaces communs permettent de se retrouver pour tisser quotidiennement le lien social et le plaisir de vivre ensemble en famille : le salon, la cuisine et sa salle à manger, l'espace cognitif, la terrasse abritée, le jardin partagé et la salle d'activité physique ouvrant sur le jardin...

LA MAISON

# Tarifs et formules

La Maison du Bien Vieillir a à cœur de donner à tous la possibilité de s'y installer en tant que résident ou de manière éphémère en tant que sénior extérieur.



## TARIFS HÉBERGEMENT ET SERVICES

Tarif à partir de 1600 euros\* par mois comprenant le logement meublé, les taxes et charges, les assurances, les repas, l'entretien et services à la personne dont la présence permanente de la gouvernante, les ateliers autonomie, les sorties.

*\*Tarif entendu hors aides cumulables :  
APL, APA (Aide Personnalisée à  
l'Autonomie).*



## TARIFS ATELIERS AUTONOMIE

Formule ateliers et repas comprenant l'accueil, 2 ateliers en matinée ou en après-midi, la préparation au repas, le déjeuner partagé, un goûter :

- la demi-journée : 30 €
- la journée : 50 €

*Les ateliers sont inclus dans le tarif résident.*



LA FONDATRICE

# Paroles d'une fondatrice engagée



« Je suis une femme active de 50 ans, consultante en développement de projets de performance, d'excellence et d'innovation, pour devenir fondatrice de projets de sens. Je suis aussi coach certifiée car j'aime accompagner les Hommes, les jeunes, les familles ou les aînés dans l'idée de leur permettre d'accéder à leur idéal à partir d'eux même et d'oser la confiance en leurs qualités pour dépasser leurs peurs si souvent injustifiées. Je dirais qu'oser la confiance est mon parti pris pour développer ce projet inédit.

La Maison du Bien Vieillir est le fruit de mon histoire de vie personnelle, de l'accompagnement de mes parents. Séparés, ils vivaient isolés et ont développé au gré de leur vieillissement, les premiers signes de la perte d'autonomie... Tristesse, anxiété, perte d'appétit, de mémoire, baisse d'activité, solitude, les premiers signes d'alerte. Je les ai très rapidement pris en charge pour les accompagner près de 15 années, les maintenir dans les meilleures conditions sans jamais les placer. Cette expérience m'a donné envie d'élargir à d'autres familles, à d'autres aînés...

Sans jamais oublier ma grand-mère Julie, qui après avoir élevé 11 enfants de l'Assistance Publique, m'a élevée en m'apprenant que la richesse réside dans le don, ni ma mère Yvonne qui m'a toujours initiée à l'apprentissage par le rêve, l'optimisme et la persévérance et m'a, si jeune, initiée aux effets bénéfiques du bénévolat auprès des seniors fragiles et isolés en allant quotidiennement en tant qu'infirmière les soigner ; et enfin mon papa David qui n'a cessé de m'apprendre comment transformer un rien, à partir de rien, en un tout idéal... Merci à ces enseignements riches et généreux de me permettre aujourd'hui de vous livrer La Maison du Bien Vieillir...

J'ai alors fondé cette Maison dans l'idée d'un Bien Vieillir autrement, Bien Vieillir avec le sourire, libre et serein tout en étant assisté et accompagné. Dans l'idée de donner à nos aînés le juste retour de ce qu'ils ont si généreusement mis à notre service lors de nos jeunes années de petits enfants.

**Destinée aux seniors soucieux de préserver leur autonomie, La Maison du Bien Vieillir a pour vocation d'ajouter de la vie à vos années pour ajouter des années à votre vie... »**

— Laurence RÉGNIER, fondatrice de La Maison du Bien Vieillir



CONTACT & COORDONNÉES  
LA MAISON DU BIEN VIEILLIR

25 bis rue de l'Arbre Sec  
77300 Fontainebleau  
Tél. 06 16 19 69 50 | 09 77 52 11 24  
contact@lamaisondubienvieillir.com  
www.lamaisondubienvieillir.com

 [www.facebook.com/lamaisondubienvieillir](https://www.facebook.com/lamaisondubienvieillir)