

a ANPERE

Le magazine des adhérents

...et vous

Second
semestre
2026

ASSOCIATION
S'informer,
comprendre et
rester connecté
page 6

ÉPARGNE
Autonomie et
finance durable :
pourquoi c'est
important pour
votre épargne
page 15

RETRAITE
Le PER,
un produit devenu
incontournable
page 17

PRÉVOYANCE
Burn-out :
comment
se protéger
financièrement ?
page 18

DÉPENDANCE
Enfant
handicapé :
la prévoyance
m'aide à faire
face
page 21

Dossier
**Santé mentale,
tous concernés**
page 10



ANPERE et ANPERE Retraite
sont des associations d'assurés
partenaires d'AXA

anpere.fr



@anpere_asso

4 ASSOCIATION

5 De nouvelles expertises au service des adhérents

6 S'informer, comprendre et rester connecté

8 «ASSURANCE-VIE FACILE»

Instagram, de nouveaux formats

10 DOSSIER

Santé mentale, tous concernés

14 ÉPARGNE

14 Sur le front !

15 Autonomie et finance durable : pourquoi c'est important pour votre épargne

16 Arnaques à l'investissement : en parler !

17 RETRAITE

Le PER, un produit devenu incontournable

18 PRÉVOYANCE

18 Burn-out, dépression, anxiété

19 Avizen Pro, vos services d'assistance

20 DÉPENDANCE

20 Assurance dépendance Entour'Age

21 Mon enfant est handicapé : comment la prévoyance m'aide à faire face ?

22 À VOTRE SERVICE

25 PARTENAIRE AXA



Ce magazine est une publication des associations ANPERE et ANPERE Retraite

- Directrice de la publication : Sophie Bordelet (anpere.contact@anpere.fr)
- Rédacteur en chef : Hervé Raquin (herve.raquin@anpere.fr)
- Rédacteur en chef adjoint : Philippe Aurillon (philippe.aurillon@anpere.fr)
- Ont participé à ce numéro : Marie-Anne Homond, Ronald Stalter, Lucie Esnault, Mehdi Boulkaboul, Lucas Poeta, Patricia Muller, Philippe Aurillon, Nicolas Cophy
- Conception graphique et réalisation : C. Mahoudiaux Graphiste
- Iconographie : Photos ANPERE, AdobeStock

ANPERE - Association Nationale pour la Prévoyance, l'Épargne et la Retraite - Association à but non lucratif, enregistrée au Répertoire National des Associations sous le numéro W751090757, SIREN 489 796 946

ANPERE Retraite - Association à but non lucratif, enregistrée au Répertoire National des Associations sous le numéro W751164180, GERP enregistré à l'ACPR sous le numéro 477654743/GP1

- Siège social : 6, boulevard de Pesaro, 92000 Nanterre
- anpere.contact@anpere.fr

Toute reproduction, même partielle, est soumise à l'autorisation préalable de l'éditeur, quel que soit le support de la reproduction.

Vos données personnelles : lors de la souscription de votre contrat d'assurance prévoyance, épargne ou retraite, vous avez bénéficié de l'adhésion à notre association. Votre assureur AXA a transmis à ANPERE vos données d'identité et de contact pour permettre à l'association, sous sa propre responsabilité, d'opérer la gestion administrative de ses adhérents, adresser les convocations aux assemblées générales et communiquer des informations ou documents susceptibles de vous intéresser (notamment la newsletter et le magazine).

Vos données seront conservées jusqu'à 5 ans après la fin de votre adhésion, quelle qu'en soit la cause (démission, radiation ou décès). L'association ne les communique à personne hormis les prestataires à qui elle sous-traite certaines opérations, lorsque c'est nécessaire, comme l'envoi d'emails ou de convocations électroniques.

Vous pouvez demander l'accès, la rectification, l'effacement ou la portabilité de vos données, définir des directives relatives à leur sort après votre décès, choisir d'en limiter l'usage ou vous opposer à leur traitement. Pour exercer vos droits, vous pouvez nous adresser un courrier à l'adresse suivante : ANPERE - 6, Boulevard de Pesaro - 92000 Nanterre ou un email : anpere.contact@anpere.fr. En cas de difficulté à faire exercer vos droits auprès de notre association, vous pouvez saisir la Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés (CNIL).



L'ÉDITO

Sophie Bordelet
Présidente
d'ANPERE et
ANPERE Retraite

Nos associations sont prêtes à relever les défis de demain

Chère adhérente, cher adhérent,

Je suis très heureuse de m'adresser à vous pour la première fois en tant que Présidente des associations ANPERE et ANPERE RETRAITE.

Accompagnées de l'ensemble des administrateurs et de l'équipe d'ANPERE, nos associations sont prêtes à relever les défis de demain.

L'intelligence artificielle va bouleverser nos métiers et nos usages, tandis que la transition écologique s'impose avec urgence. Les récentes vagues de chaleur et périodes de sécheresse rappellent la menace de répercussions parfois dramatiques, dont l'évitement exigera des investissements massifs et responsables.

Or, la France conserve un taux d'épargne élevé, qui peut être utilisée en réponse à ces besoins de financement tout comme ceux de l'économie réelle.

À ces défis s'ajoute une mutation démographique majeure : la vague des baby-boomers initie une transmission patrimoniale inédite, tandis que le vieillissement de la population accroît le nombre de personnes en perte d'autonomie, posant un défi sociétal de premier plan.

Dans ce contexte, je suis convaincue de deux choses : la première, que le besoin de pédagogie financière sera plus fort que jamais. Et la seconde, que la prévention devra être notre priorité à tous.

La pédagogie financière, un apprentissage tout au long de notre vie

Depuis plusieurs années, nous assistons à un recours croissant à l'épargne individuelle s'accompagnant de choix financiers de plus en plus variés et parfois complexes, générant une plus grande prise de risques.

À cela s'ajoute le recul des garanties collectives en matière de retraite, de santé et de prévoyance : chacun doit désormais investir une partie de son épargne pour assurer sa propre protection. Épargner n'est plus une option, c'est une nécessité. Toutefois, faire fructifier son capital dans ce climat chahuté suppose de naviguer dans un environnement de plus en plus complexe. C'est là qu'intervient la pédagogie financière : elle donne à chacun les clés pour comprendre l'économie, acquérir les compétences et la confiance requises, et identifier les risques comme les opportunités. Cet apprentissage garantit des choix éclairés, la capacité de trouver un accompagnement adapté et de poser les bonnes questions.

Pour nous, adhérents, conserver notre autonomie est indispensable pour opérer des choix pertinents et éviter les pièges. Aucun doute : en renforçant l'éducation financière, c'est notre santé financière qui va s'améliorer.

La prévention, un enjeu majeur

Les réponses techniques ne suffisent plus : un changement de nos comportements s'avère indispensable. Prendre la mesure de nos vulnérabilités est la première étape pour identifier nos expositions aux risques. Nous pourrions ainsi en éviter certains en ajustant notre façon d'agir, et réduire l'impact de ceux qui demeurent inévitables.

Pour cela deux leviers existent : le premier, limiter la fréquence du risque grâce à la prévention et le second, limiter la gravité du risque avéré grâce à la protection, notamment par l'assurance. Mettre l'accent exclusivement sur la protection, conduirait à augmenter le coût de l'assurance au risque de la rendre inaccessible à un grand nombre, ce qui ne saurait être envisageable pour nos associations. La prévention devient donc essentielle afin de garantir à tous l'accès à des garanties adaptées à leurs besoins. La prévention, c'est anticiper plutôt que subir, préparer plutôt qu'improviser ! Qu'il s'agisse de santé, de risques climatiques mais également de finances.

Dans ce contexte, nos associations sont prêtes à affronter les défis d'aujourd'hui et de demain. Elles représentent les intérêts collectifs de leurs adhérents auprès de l'assureur.

Le sérieux et la vigilance dont elles font preuve s'inscrivent dans la perspective de long terme qui caractérise l'assurance-vie. En faisant évoluer les conditions contractuelles et en rendant ces évolutions accessibles à tous, la combinaison du modèle associatif et d'une gestion solide et rigoureuse est un véritable atout.

Pour mener à bien nos missions, je sais pouvoir compter sur la confiance et l'engagement des membres des Conseils d'Administration aux compétences variées et complémentaires ainsi que sur l'équipe d'ANPERE. Il s'agit avant tout d'un travail collectif.

Vous l'aurez compris, je suis enthousiaste et impatiente en pensant à l'avenir.

Soyez assurés que les Conseils d'Administration et moi-même mettrons tout en œuvre pour respecter nos mandats et vous accompagner afin de maintenir votre confiance et votre fidélité.



L'équipe d'ANPERE et moi-même sommes engagés à assurer une présence pérenne et solide à vos côtés.

Je tiens à remercier mon prédécesseur Jean Sébastien Antoniotti, pour le travail accompli durant toutes ces années et son engagement sans faille au service de nos associations. Je remercie également les membres des Conseils d'Administration pour la confiance qu'ils m'ont accordée en me nommant Présidente. Consciente de ce que cela représente et de la responsabilité qui m'incombe, je m'engage à poursuivre dans cet esprit, dédié à votre service, et de veiller à la protection de vos intérêts en intégrant les enjeux à venir.

Trente ans d'expérience dans l'assurance m'ont permis d'explorer ce secteur sous tous ses angles. Diplômée en mathématiques, finance et actuariat, j'ai piloté des projets stratégiques au cœur de grandes sociétés, consolidant une vision experte et globale des risques, de la comptabilité, de la réglementation et du développement d'offres et de services.

Mon engagement de longue date dans les instances de la place m'offre également une perspective aiguisée sur les enjeux de l'assurance-vie et de la retraite en France.

Aujourd'hui consultante indépendante, j'accompagne les acteurs de l'assurance dans leurs projets stratégiques, digitaux, réglementaires et de formation. Mon moteur : le partage d'expertise pour relever ensemble les nombreux défis d'aujourd'hui et de demain.

Sophie Bordelet

De nouvelles expertises au service des adhérents

Les Assemblées Générales 2026 ont été l'occasion de faire évoluer les Conseils d'Administration d'ANPERE et d'ANPERE Retraite. De nouveaux administrateurs ont rejoint les associations, apportant des parcours, des compétences et des expertises complémentaires au service des adhérents.

De nouveaux administrateurs

Nathalie Aubonnet, Philippe Cousin, Nicolas Magnier et Philippe Rifaux rejoignent les Conseils d'Administration d'ANPERE et d'ANPERE Retraite. Leurs expériences dans l'assurance, la finance, la prévention ou encore l'accompagnement des entreprises viennent enrichir les réflexions des associations.

Aurélie Haynes rejoint également le Conseil d'Administration d'ANPERE, tandis que Natacha Candelier rejoint celui d'ANPERE Retraite. Leurs expertises respectives en prévoyance, épargne et qualité du conseil contribueront aux travaux des associations.

Au sein d'ANPERE Retraite, les mandats de Nadine Personnettaz et Edouard Duhamel ont par ailleurs été renouvelés.

Ces évolutions permettent aux associations de continuer à s'appuyer sur des compétences variées pour anticiper les transformations de la société et répondre aux nouveaux enjeux liés à l'épargne, la retraite, la prévoyance et la protection des personnes.



Nathalie Aubonnet



Philippe Cousin



Nicolas Magnier



Philippe Rifaux



Aurélie Haynes



Natacha Candelier



Nadine Personnettaz



Edouard Duhamel



Le Comité de développement et communication



Présidé par Stéphanie Binet, Vice-Présidente de l'association et Coach de dirigeants, le Comité de développement et communication contribue à renforcer le lien entre les associations et leurs adhérents.

Composé d'administrateurs engagés dans ces domaines, il développe les moyens de communication et participe à la mise en place de services innovants. Il coordonne notamment les actions entre les adhérents et les réseaux commerciaux, tout en contribuant à l'animation du site anpere.fr, à la préparation du Magazine ANPERE... et vous et au développement de nouvelles actions d'information et de pédagogie.

Cette dynamique s'inscrit dans une volonté commune : faire évoluer les associations tout en renforçant la qualité de l'information et des services proposés aux adhérents.



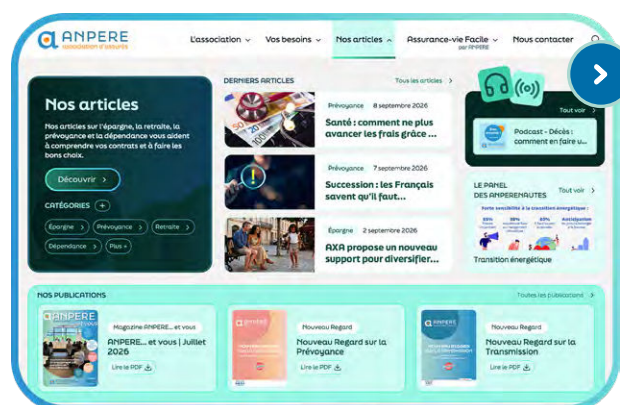
Retrouvez toutes les évolutions

Les nouveaux administrateurs ainsi que les évolutions présentées lors des Assemblées Générales sont disponibles dans les Rapports d'Activité 2025, accessibles sur le site anpere.fr

Les Rapports d'Activité 2025 peuvent également vous être envoyés sur simple demande par courrier postal ou via la rubrique « Contact » du site.

S'informer, comprendre et rester connecté

Parce que les questions liées à l'épargne, à la retraite, à la prévoyance, ou encore à la dépendance peuvent concerner chacun d'entre nous à différents moments de la vie, ANPERE multiplie les moyens de vous informer et de vous accompagner. Site internet, newsletters, magazines, publications pédagogiques, podcasts ou réseaux sociaux : chaque support répond à un même objectif, vous permettre d'accéder à une information claire, utile et adaptée à vos besoins.



Le site anpere.fr : toutes nos ressources au même endroit

Le site anpere.fr rassemble l'ensemble des ressources proposées par les associations.

Actualités, articles, magazines, collection « Nouveau Regard », podcasts, tutos, quiz ou encore outils pédagogiques : chacun peut y retrouver des contenus pour approfondir un sujet ou répondre à une question.

Le site propose également des espaces et des outils dédiés à certaines situations, comme l'accompagnement des aidants, afin d'apporter des informations adaptées aux différentes étapes de la vie.

Le Magazine ANPERE... et vous : suivre la vie de votre association

Trois fois par an, le Magazine « ANPERE... et vous » permet de retrouver l'actualité des associations, les évolutions des contrats souscrits auprès d'AXA, ainsi que des informations sur les grands sujets qui rythment vos parcours de vie.

Épargne, retraite, prévoyance, dépendance... le magazine propose également des dossiers, témoignages et éclairages pour mieux comprendre ces sujets et leurs évolutions.



La collection « Nouveau Regard » : prendre le temps de mieux comprendre

Avec sa collection « Nouveau Regard », ANPERE propose des fascicules pédagogiques consacrés à de grands sujets de société.

Épargne, prévoyance, transmission, famille et argent, ou protection des professionnels indépendants... ces publications apportent un éclairage accessible et concret pour mieux comprendre les enjeux qui peuvent nous concerner et anticiper certaines étapes importantes de la vie.



Les réseaux sociaux : de nouveaux formats pour apprendre autrement

L'association est présente sur Facebook, LinkedIn, YouTube, mais également sur Instagram, avec des contenus adaptés aux différents usages et formats de chaque plateforme.

Sur Instagram notamment, l'association propose de nouveaux formats pensés pour rendre l'information plus accessible et plus facile à consulter : définitions avec « Le mot qui compte », informations pratiques avec « Les 5 qui font la diff' », articles condensés avec le format « Actu ! », tutos adaptés au format vertical ou encore vidéos face caméra.

Autant de manières d'aborder autrement les sujets liés à l'épargne, la retraite, la prévoyance ou la dépendance.

À écouter : nouvel épisode du podcast « Bien entendu ! »

Le podcast « Bien entendu ! » permet également de prendre le temps d'explorer des sujets parfois complexes à travers les échanges avec des experts.

Dans notre dernier épisode, nous recevons Sophie Gidrol, experte des impacts de la mort et de ses répercussions émotionnelles, relationnelles et professionnelles. Ancienne infirmière spécialisée en soins palliatifs pendant vingt-deux ans, aujourd'hui thérapeute et formatrice, elle partage son expérience autour d'un sujet souvent difficile à aborder : le décès et le deuil.

Comment mieux comprendre les conséquences d'un décès ? Comment accompagner ses proches dans cette période ? Comment parler de la mort et du deuil avec les enfants ? Un échange placé sous le signe de l'écoute et de l'empathie, qui apporte des clés pour mieux comprendre, accompagner et avancer face à cette épreuve.



Les épisodes de « Bien entendu ! » sont à retrouver sur notre site anpere.fr ainsi que sur notre chaîne YouTube.



La newsletter : les informations importantes du mois

La newsletter ANPERE mensuelle vous propose de retrouver les principales actualités et nouveautés. Articles, services proposés par nos partenaires, tutos, podcasts ou encore informations pratiques : elle permet de rester régulièrement informé et de retrouver, en un seul rendez-vous, une sélection de contenus utiles.



Instagram : de nouveaux formats pour mieux vous informer

ANPERE poursuit son développement sur les réseaux sociaux avec une ambition simple : rendre les sujets liés à l'épargne, la retraite, la prévoyance et la dépendance toujours plus accessibles. Sur notre compte Instagram, nous avons ainsi développé de nouveaux formats courts, pédagogiques et variés, pensés pour vous permettre de vous informer facilement, au fil de vos envies et en quelques minutes.



Le mot qui compte

Vous avez peut-être déjà rencontré un terme lié à l'épargne, à la retraite ou à la prévoyance sans savoir exactement ce qu'il signifie. Avec « **Le mot qui compte** », ANPERE décrypte simplement les notions essentielles de ces domaines.

Action, clause bénéficiaire, prévoyance, rente, succession, ESG... Chaque publication propose une définition claire et accessible pour mieux comprendre les mécanismes qui peuvent avoir un impact sur votre épargne et votre protection.



Actu !

Avec « **Actu !** », les articles publiés sur le site ANPERE prennent un nouveau format. L'essentiel d'un sujet est repris et condensé dans un carrousel vertical, pour permettre de découvrir une actualité ou une information importante rapidement.

Un format court pour aller à l'essentiel, tout en donnant envie d'approfondir le sujet sur notre site.



Des tutos pour apprendre en quelques minutes

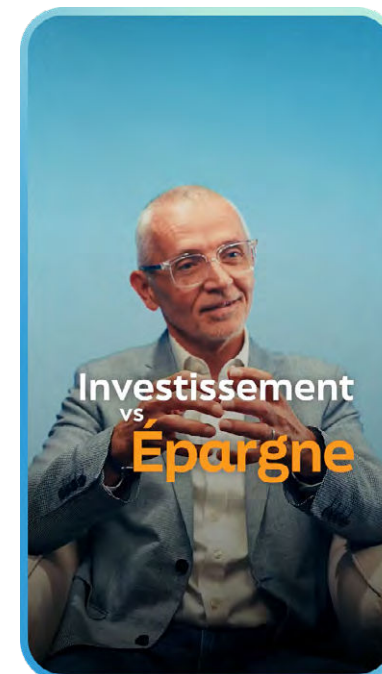
Les tutos proposés sur le site ainsi que YouTube évoluent aussi sur Instagram ! Nous les adaptons au format vertical, pour les rendre facilement accessibles depuis un smartphone et permettre de les visionner directement sur Instagram.

Le contenu reste le même : des explications simples et concrètes sur l'épargne, la retraite, la prévoyance et la dépendance, désormais disponibles dans un format adapté aux réseaux sociaux.

Les 5 qui font la diff'

Parce qu'il n'est pas toujours facile de savoir par où commencer, « **Les 5 qui font la diff'** » propose des contenus pratiques autour d'une thématique, en cinq points essentiels.

Les bons réflexes pour mieux épargner, les erreurs à éviter, les choix à anticiper pour sa retraite ou encore les protections à connaître : ces carrousels permettent de retenir rapidement les informations importantes et de repartir avec quelques réflexes utiles.



ANPERE prend la parole

Enfin, certains sujets méritent d'être expliqués autrement. À travers des vidéos où nos équipes prennent directement la parole, nous souhaitons donner un visage à ANPERE et proposer une information plus incarnée.

Ces prises de parole permettent d'aborder des sujets de société, de revenir sur les évolutions qui peuvent concerner les adhérents ou encore de présenter les services et les ressources proposés par l'association.



Une information accessible, partout et à tout moment

Avec ces nouveaux formats, ANPERE souhaite poursuivre sa mission d'information et de pédagogie en s'adaptant aux nouveaux usages. L'objectif reste le même : vous aider à mieux comprendre pour mieux anticiper.



Que vous souhaitiez découvrir la définition d'un terme, retenir cinq réflexes essentiels, suivre l'actualité ou prendre quelques minutes pour regarder un tuto, retrouvez-nous sur Instagram et faites de la pédagogie financière un réflexe du quotidien.

Santé mentale : tous concernés

Stress, anxiété, épuisement, dépression... Longtemps associée dans les esprits aux seules maladies psychiatriques, la santé mentale s'impose aujourd'hui comme une composante à part entière de notre santé. Et pour cause : de l'adolescent en difficulté au salarié épuisé, du jeune parent débordé à l'aidant qui s'oublie ou à la personne âgée isolée, nous pouvons tous traverser une période de vulnérabilité.

Apprendre à préserver son équilibre psychique, à reconnaître les signes d'une souffrance chez soi ou chez un proche et savoir comment réagir devient donc un véritable enjeu de prévention.



Santé mentale : de quoi parle-t-on ?

« Santé mentale » : l'expression est partout. Pourtant, elle reste souvent mal comprise. Dans l'imaginaire collectif, elle demeure volontiers associée aux troubles psychiatriques sévères. Or, de même que nous prenons tous soin de notre santé physique, nous devons soigner notre santé mentale. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) la définit comme un état de bien-être mental qui permet notamment de faire face aux tensions de la vie, d'apprendre, de travailler et de participer à la vie de la communauté. Elle ne se résume donc pas à l'absence de trouble psychiatrique.



Un équilibre qui évolue tout au long de la vie

Surtout, notre santé mentale n'est ni figée ni linéaire. « Elle évolue tout au long de la vie, au gré de notre environnement et de ce que nous traversons, et peut être mise à mal à force d'être entrecroquée par des situations qui sont violentes ou difficiles à vivre pour nous », explique Carine Fraser, animatrice et pair-aidante à la Maison de la Santé Mentale de l'Eurométropole de Strasbourg.

Et il n'est pas toujours besoin d'un événement majeur : un « petit rien », une expérience en apparence banale ou sous-estimée peut parfois suffire à fragiliser un équilibre, surtout lorsqu'il s'ajoute à d'autres difficultés ou reste sans réponse. Fatigue, stress, anxiété, perte de confiance ou sentiment d'être dépassé peuvent alors s'installer, sans pour autant constituer un trouble psychique.

Changer de regard

Comprendre cette notion de vulnérabilité nous invite à changer de regard. « Il n'existe pas, d'un côté, des personnes « solides » et, de l'autre, des personnes « fragiles ». Une séparation, un deuil, une maladie, des difficultés financières, une surcharge professionnelle ou un isolement prolongé peuvent bousculer un équilibre jusque-là solide », précise Carine Fraser. Mais, contrairement à la souffrance physique, la souffrance psychique ne se voit pas toujours. « On peut la cacher », rappelle-t-elle. Et c'est précisément ce qui explique, selon elle, que prendre soin de sa santé mentale ne soit pas encore devenu un réflexe aussi naturel que prendre soin de sa santé physique.



Santé mentale, souffrance psychique, trouble psychique

- **Bonne santé mentale** : un équilibre suffisamment solide pour faire face aux difficultés ordinaires de la vie et maintenir des relations satisfaisantes.
- **Souffrance psychique** : une période durant laquelle émotions, pensées ou difficultés deviennent particulièrement pénibles et peuvent affecter le quotidien, sans qu'un trouble soit nécessairement installé.
- **Trouble psychique** : une affection répondant à des critères diagnostiques précis - dépression, trouble anxieux, trouble bipolaire, etc. - qui nécessite une évaluation et, selon les cas, une prise en charge professionnelle.

À chacun ses vulnérabilités

En 2024, 15,6 % des adultes de 18 à 79 ans ont vécu un épisode dépressif caractérisé au cours des douze mois précédents, soit près d'une personne sur six (*Santé publique France, Baromètre de Santé publique France 2024, résultats publiés en 2025*). Derrière cette moyenne se cachent cependant des réalités très différentes.

Grandir, se construire, trouver sa place

Pour un enfant, la fragilité peut naître de moqueries répétées, d'un sentiment de rejet ou de difficultés familiales. À l'adolescence s'ajoutent le rapport au corps, le regard des autres, les premières relations affectives et la pression scolaire. Des difficultés que Carine Fraser illustre par une anecdote : celle d'un enfant de 8 ans qui, après avoir reçu une pierre et s'être cassé une dent, subit les moqueries de ses camarades. Un incident en apparence banal, mais dont les répercussions peuvent se prolonger lorsque, devenu adolescent, il peine à s'intégrer dans un groupe, se renferme, ne supporte plus son image, etc. « Bien que ne relevant pas d'un

trouble psychique, ces changements peuvent signaler un équilibre fragilisé auquel il importe de prêter attention », ajoute Carine Fraser.

Quand la vie change de cap

À l'âge adulte, les fragilités prennent d'autres formes. Une naissance désirée peut s'accompagner d'un épuisement profond. Une séparation peut désorganiser à la fois la vie familiale, sociale et professionnelle. Un diagnostic médical bouleverse les perspectives. Le chômage fragilise les revenus mais aussi l'identité sociale. La ménopause, la maladie chronique, le handicap ou la perte progressive d'autonomie peuvent modifier le rapport à son corps et à soi-même. Pour les aidants, enfin, prendre soin d'un proche peut conduire peu à peu à négliger sa propre santé. Parfois, ce n'est d'ailleurs pas un événement mais l'accumulation de petits événements qui fait vaciller l'équilibre : des nuits trop courtes, des factures qui s'accumulent, une tension familiale, une mauvaise nouvelle supplémentaire. « Il suffit parfois d'un petit rien pour bouleverser un équilibre », résume Carine Fraser.

Quand l'environnement devient toxique

Le contexte dans lequel nous vivons et travaillons compte tout autant. Stress chronique, surcharge, manque d'autonomie, harcèlement, discriminations, violences physiques ou sexuelles, difficultés financières ou isolement peuvent durablement entamer les ressources dont nous disposons pour faire face. À la Maison de la Santé Mentale, Carine Fraser voit ainsi arriver des personnes éprouvées par des situations violentes au travail ou dans leur famille, mais aussi des aidants, des personnes isolées, endettées, victimes d'abus ou ayant vécu une hospitalisation difficile. « Les gens arrivent avec des choses très différentes », raconte-t-elle. Mais derrière cette diversité des parcours, le besoin est souvent le même : « être accueilli de manière bienveillante, humaine, avec une vraie écoute ».

L'injonction à tenir

Reste un frein commun à toutes ces situations : notre difficulté à reconnaître et plus encore à dire que l'on ne va pas bien. « *Dans une société qui valorise la résistance, l'autonomie et la performance, montrer sa vulnérabilité peut encore être perçu comme un aveu de faiblesse* », explique Carine Fraser. Faire bonne figure permet parfois de tenir un temps, mais peut aussi retarder la prise de conscience et la demande d'aide. Lorsque la souffrance s'installe, certains cherchent alors d'autres moyens de faire face sans agir sur ce qui les fragilise. Reconnaître que son équilibre est mis à mal ne signifie pourtant ni se déclarer malade ni dramatiser une difficulté. C'est au contraire commencer à y prêter attention - et déjà faire un premier pas vers la prévention.

Prévenir, repérer, accompagner

Face à cette diversité de situations, trois réflexes peuvent aider : mieux connaître son propre fonctionnement, être attentif aux changements chez soi et chez les autres et savoir passer le relais lorsque cela devient nécessaire.

Chiffres clés

- **15,6 %** des 18-79 ans ont vécu un épisode dépressif caractérisé en 2024. (Santé publique France, Baromètre 2024)
- **19 %** des lycéens présentent un risque important de dépression. (EnCLASS 2024, Santé publique France)
- **20 %** des lycéens déclarent avoir eu des pensées suicidaires au cours des douze derniers mois. (EnCLASS 2024, Santé publique France)
- **16,7 %** des femmes présentent des symptômes dépressifs deux mois après leur accouchement. (Enquête nationale périnatale 2021, Santé publique France, 2026)



➤ Prévenir : connaître ses propres signaux

Prendre soin de sa santé mentale ne commence pas lorsque l'on va mal. Sommeil, activité physique, relations sociales et temps de récupération participent à notre équilibre. Mais la prévention passe aussi par une meilleure connaissance de soi : identifier ce qui nous ressource, ce qui nous met sous tension et les premiers signes qui apparaissent lorsque nos ressources s'épuisent.

➤ Repérer : observer le changement

Chez un proche aussi, un signe isolé signifie rarement grand-chose. C'est le changement qui doit attirer l'attention : un adolescent sociable qui ne voit plus ses amis, un collègue habituellement dynamique qui multiplie les absences, un parent âgé qui abandonne soudain ses activités...

La règle des 3 R offre un repère simple :

- **RUPTURE** : est-ce inhabituel chez cette personne ?
- **RÉPÉTITION** : cela dure-t-il ou se reproduit-il ?
- **RETENTISSEMENT** : cela affecte-t-il sa vie familiale, sociale, scolaire ou professionnelle ?



Et moi, comment vais-je ?

Quelques questions simples permettent de faire régulièrement le point :

- Comment est-ce que je dors ?
- Ai-je encore envie de voir les autres ?
- Est-ce que ce qui me faisait plaisir m'intéresse toujours ?
- Qu'est-ce qui me met particulièrement sous tension en ce moment ?

L'objectif n'est pas de s'auto-diagnostiquer, mais de repérer plus tôt une évolution.

➤ Accompagner : écouter avant de vouloir résoudre

Face à une personne qui va mal, le premier réflexe est souvent de chercher une solution, de rassurer ou de donner des conseils. Or, accompagner commence d'abord par accueillir ce que l'autre a à dire. « *Juste être à l'écoute et qu'ils sentent qu'ils sont en sécurité. Une écoute bienveillante, sans jugement ni banalisation, qui laisse à l'autre la possibilité de mettre des mots sur ce qu'il traverse* », résume Carine Fraser.

Cette écoute peut aussi prendre appui sur l'expérience de ceux qui ont eux-mêmes traversé des difficultés psychiques. C'est le principe de la pair-aidance. Carine Fraser, elle-même pair-aidante, la décrit comme la transmission d'un « *savoir expérientiel* » : une personne ayant connu un trouble psychique et avancé dans son parcours de rétablissement peut mettre cette expérience au service de quelqu'un qui commence à traverser

les mêmes difficultés. « *Sans se substituer aux professionnels, le pair-aidant peut ainsi aider à rompre l'isolement, redonner confiance et montrer qu'un chemin de rétablissement est possible* ».

Toutefois, lorsque le mal-être persiste ou retentit sur la vie quotidienne, il faut aussi savoir orienter vers un professionnel. Le médecin traitant constitue souvent une première porte d'entrée. Le dispositif Mon soutien psy permet également de bénéficier de séances auprès d'un psychologue partenaire. Et lorsque des idées suicidaires apparaissent, le **3114**, numéro national de prévention du suicide, est accessible gratuitement **24 h/24 et 7 j/7**, pour la personne en souffrance comme pour son entourage.

Prendre soin de sa santé mentale ne revient donc pas à chercher à vivre à l'abri de toute difficulté mais plutôt à apprendre à reconnaître ce qui nous affecte, à mobiliser nos ressources lorsque l'équilibre vacille et à savoir demander - ou proposer - de l'aide. Une forme de prévention finalement assez proche de celle que nous avons déjà intégrée pour notre santé physique.



La Maison de la Santé Mentale : une porte ouverte à tous

La Maison de la Santé Mentale de l'Eurométropole de Strasbourg n'est pas un lieu de soins mais un espace citoyen ouvert à tous : personnes directement concernées, proches, aidants ou simples citoyens désireux de mieux comprendre ces questions. On peut y être écouté et orienté, participer à un groupe de parole ou à un débat, mais aussi à un café philo, un atelier artistique, d'écriture ou de slam. Son ambition : Écouter, sensibiliser, orienter, prévenir, déstigmatiser.

SOURCES ET RESSOURCES : OMS, « Mental health » ; Santé publique France, Baromètre 2024 et enquête EnCLASS 2024

Sur le front !

L'été 2026 fut marqué par de nombreux feux de forêt dévastateurs de grande ampleur ayant brûlé plus de 90 000 hectares de forêt (soit environ 4 fois la superficie de Marseille). Face aux incendies, AXA s'est mobilisée immédiatement pour protéger ses clients et soutenir les territoires touchés.

AXA France a activé le dispositif ClimAgir afin d'accompagner ses clients touchés par les incendies en Gironde, dans les Landes et dans le Var avec le déploiement de mesures d'urgence exceptionnelles. Le Fonds AXA pour le Progrès Humain a débloqué un million d'euros en Gironde, dans les Landes et dans le Var. Sur le terrain, AXA Atout Cœur agit en mobilisant des bénévoles salariés et agents généraux AXA aux côtés de la Croix-Rouge et de la Protection Civile, tandis qu'AXA Entraide propose une assistance psychologique téléphonique gratuite pour tous.

« Le changement climatique transforme durablement nos territoires et impose à chacun d'entre nous, assureurs, collectivités, et citoyens, de repenser en profondeur notre façon de les habiter et de les protéger. »

Mathieu Godart,
Directeur Général d'AXA France

Dans ce contexte, la protection et la restauration de la nature permettent de limiter les conséquences du changement climatique et avec votre épargne, vous pouvez agir en ce sens.

En orientant les investissements vers des projets et des entreprises qui contribuent à la décarbonation, aux énergies renouvelables ou à l'innovation technologique, ils participent activement à la réduction des conséquences du dérèglement climatique sur notre société.



Avec le fonds Croissance d'AXA, l'épargne est orientée vers les grands défis d'aujourd'hui et de demain en finançant notamment du capital naturel englobant des ressources comme l'énergie, l'eau ou encore les forêts et la transition énergétique comme par exemple des fermes solaires ou encore des stations de recharge.

En parallèle, les unités de comptes avec des labels, tels que ISR (Investissement Socialement Responsable) et GreenFin, ont pour objectif commun d'identifier les placements financiers qui intègrent des critères de développement durable dans leur processus de sélection, afin de soutenir une économie plus responsable et respectueuse de l'avenir. Tout en excluant les producteurs d'énergies fossiles.

En épargnant, vous devenez alors un acteur clé dans le développement de projets, d'innovations et d'infrastructure œuvrant en faveur de la préservation de la nature.

Et cette dernière joue un rôle essentiel dans notre quotidien : elle contribue entre autres à la qualité de notre alimentation, à la disponibilité de l'eau et aide à limiter certains effets du changement climatique, comme les fortes chaleurs. Préserver la nature, c'est donc aussi préserver notre cadre de vie, notre santé et notre bien-être. Et c'est donner du sens à son épargne.

Autonomie et finance durable : pourquoi c'est important pour votre épargne

Autonomie et finance durable, loin de s'opposer, sont devenus un sujet majeur en France et en Europe, à la suite des récentes crises géopolitiques et énergétiques. Ce tandem met en lumière le fait que l'indépendance et la résilience d'un pays ou d'un continent – qu'elles soient économiques, technologiques ou énergétiques – sont désormais étroitement liées aux objectifs de développement durable.

Pourquoi cette alliance est-elle essentielle ?

1. Autonomie Énergétique et Décarbonation

L'Europe dépend massivement des énergies fossiles importées et cela nous rend vulnérables aux crises géopolitiques et aux variations de prix. La décarbonation – c'est-à-dire la réduction de nos émissions de carbone par l'efficacité énergétique, l'électrification et le développement des énergies renouvelables – est donc un levier clé pour renforcer notre indépendance énergétique.

2. Autonomie Industrielle et Technologique

Il s'agit aussi de reconstruire des secteurs industriels stratégiques (comme les semi-conducteurs, les médicaments ou l'intelligence artificielle) en Europe pour réduire notre dépendance vis-à-vis d'autres régions du monde et créer des chaînes de valeur plus solides.

3. Défense et sécurité

Les entreprises du secteur défense intègrent déjà les enjeux climatiques dans leurs stratégies et les réglementations évoluent (par exemple, le label ISR ou les fonds Articles 8 et 9 SFDR*) pour permettre des investissements dans la défense, à condition d'exclure les armements controversés, reconnaissant ainsi son rôle dans l'autonomie stratégique.



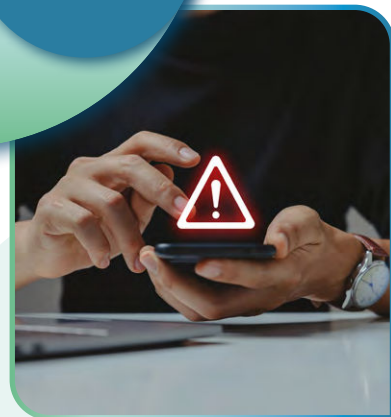
Pourquoi c'est bon pour votre épargne ?

Ces transformations ambitieuses nécessitent des investissements considérables. C'est là que l'épargne des Français et des investisseurs joue un rôle crucial. En orientant leurs placements vers des projets et des entreprises qui contribuent à la décarbonation, aux énergies renouvelables, à l'innovation technologique ou à la résilience industrielle, ils participent activement à la construction d'une Europe compétitive plus souveraine et durable.

La Loi Industrie verte a favorisé l'intégration de supports durables dans les contrats d'assurance vie et de retraite, pour réorienter les flux d'investissement vers les projets et les entreprises dont le rôle est bénéfique pour le climat notamment.

➤ En investissant dans des projets concrets, dans les PME/ETI des territoires Français, cela contribue à créer des emplois, à lutter contre le dérèglement climatique. L'inaction coûterait bien plus cher à long terme. L'épargne responsable devient donc un levier stratégique majeur pour l'avenir de la France et de l'Europe.

* SFDR : réglementation européenne "Sustainable Finance Disclosure Regulation"



Chiffres clés

- **+8 % en 1 an** de victimes d'escroqueries et fraudes aux moyens de paiement (source : police/gendarmerie 2025)
- **+173 %** de fraude au virement bancaire (Cybermalveillance.gouv.fr)
- **95 %** des entreprises françaises confrontées à la fraude au changement de RIB
- **1 190** sites sur liste noire (ACPR 2025), dont 62% usurpaient des identités

Un phénomène qui touche tout le monde, mais pas de la même façon

Les arnaques, souvent via les réseaux sociaux (faux influenceurs), prennent mille visages (cryptomonnaies, parkings «haut rendement»...). Contrairement aux idées reçues, les jeunes (moins de 35 ans) sont surreprésentés, tout comme les investisseurs en bourse ou cryptoactifs. Personne n'est à l'abri, la confiance excessive et l'attrait du gain rapide étant des facteurs de vulnérabilité.



Votre meilleur allié reste humain !

Face à la multiplication des sollicitations, le dialogue avec un professionnel de confiance est crucial. Votre Agent ou Conseiller AXA, connaissant votre situation, est un acteur clé de la sensibilisation et une «vigie». Sa proximité et la relation de confiance établie en font un réflexe naturel avant toute décision engageante. N'hésitez pas à le consulter pour tout projet de placement.

Arnaques à l'investissement : et si le meilleur réflexe, c'était d'en parler ?

Plus de 500 millions d'euros* par an de préjudice estimé pour les victimes d'escroqueries financières en France et un taux de victimes d'arnaque à l'investissement qui a presque triplé** en 3 ans ! Derrière ces chiffres, une réalité simple : 57 %** soit près de 6 Français sur 10 sont exposés à une arnaque à l'investissement proposant un placement « miracle ».

Deux exemples concrets et leurs conséquences

On peut citer le cas du faux conseiller en placement (un réseau ayant généré 240 millions de dollars de préjudice entre 2021 et 2024 selon l'enquête «Scam Empire») et des faux livrets d'épargne ou crédits qui usurpent l'identité de banques. Les conséquences sont doubles : pertes financières irréversibles et choc psychologique durable, freinant le signalement.

S'informer : le premier rempart... et vérifier avant d'agir

La meilleure protection est la vigilance. Aucun placement sérieux ne garantit rendement rapide et sans risque, et aucun conseiller légitime ne presse à l'urgence. Avant tout engagement, il faut se méfier des promesses trop belles, vérifier l'identité et l'autorisation de l'interlocuteur auprès des registres officiels, prendre le temps de la réflexion et solliciter un second avis.

Se prémunir des arnaques financières n'est donc pas affaire de chance, mais de méthode - et cette méthode commence toujours par vérifier l'information en amont.

Sources : *Cybermalveillance.gouv.fr - **Synthèse étude BVA Xsight / AMF ; Lettre de l'Observatoire de l'épargne AMF n° 59.



Le PER, un produit devenu incontournable

Alors que 7 Français non-retraités sur 10 pensent que leur future pension sera insuffisante pour garantir un niveau de vie correct une fois à la retraite⁽¹⁾, le Plan d'Épargne Retraite (PER) séduit massivement, avec plus de 150 milliards d'euros d'encours fin 2025.

Le PER est une solution d'épargne dédiée à la préparation de la retraite. Les sommes investies sont bloquées jusqu'à la retraite (sauf cas de déblocages prévus par la loi). Le PER bénéficie aussi d'un cadre fiscal spécifique.

Avec le PER Ma Retraite, AXA et ANPERE Retraite ont été parmi les premiers à proposer un PER dès octobre 2019. Depuis, notre PER a évolué pour répondre aux attentes et aux besoins des épargnants, avec l'ajout du fonds Croissance et l'élargissement de la gamme de supports disponibles en gestion personnelle.



En 2026, nous poursuivons l'enrichissement du PER Ma Retraite.

En complément des gestions Activ' Retraite qui proposent une gestion avec sécurisation progressive de l'épargne à l'approche de la retraite, Ma Retraite propose dorénavant 3 alternatives dont 2 solutions de diversification clé en mains :

- la gestion pilotée, pour déléguer à des experts la gestion de l'épargne,
- la gestion par convention, dont les rééquilibrages réguliers permettent de maintenir dans la durée la répartition de l'épargne qui aura été retenue,
- la gestion personnelle, pour permettre à chacun d'ajuster librement la répartition de son épargne.



N'hésitez pas à vous rapprocher de votre Conseiller AXA pour de plus amples informations sur votre PER Ma Retraite ou pour mettre en place une démarche de préparation de votre future retraite.

Pour une diversification accrue de l'épargne il devient également possible d'effectuer des versements ponctuels sur 3 supports en unités de compte liés au financement de l'économie réelle :

- AXA Immo Avenir
- AXA Avenir Entrepreneurs
- AXA Avenir Infrastructure

Ces supports sont accessibles aux côtés des 3 modes de gestion clé en mains ainsi qu'en gestion personnelle.



Autre nouveauté 2026 :

la mise à disposition du support en euros à compter de l'âge légal de départ à la retraite de l'adhérent. Il sera accessible en gestion personnelle ou au côté des modes de gestion clé en main du contrat et pourra accueillir la partie de son épargne que l'adhérent souhaite sécuriser en vue d'une utilisation à plus ou moins court terme.

L'investissement sur des supports en unité de compte et/ou sur le fonds Croissance avant l'échéance supporte un risque de perte en capital. L'assureur s'engage sur le nombre d'unités de compte et sur le nombre de parts de provision de diversification. Leur valorisation fluctue à la hausse ou à la baisse et dépend en particulier de l'évolution des marchés financiers.

(1) Ministère de l'Economie et des Finances, mai 2026

Burn-out, dépression, anxiété : comment se protéger financièrement ?

Quand on pense à l'assurance, on imagine souvent les accidents ou les maladies physiques. Pourtant, les troubles psychiques, burn-out, dépression, anxiété représentent aujourd'hui l'une des premières causes d'arrêt de travail prolongé. Leurs conséquences financières peuvent être dévastatrices, surtout pour les professionnels indépendants.

Ces pathologies touchent directement la capacité à travailler, souvent sur plusieurs mois. Sans prévoyance adaptée, l'impact financier peut être durable : baisse brutale de revenus, crédit immobilier qui continue, frais professionnels ou personnels qui s'accumulent.

Une prévoyance pour les indépendants : maintenir son revenu quand la tête et le corps lâchent

Avec notre contrat **Avizen Pro**, un arrêt pour trouble psychologique n'est pas seulement reconnu médicalement, il est **financièrement pris en compte**.

En cas d'**arrêt de travail** lié à une maladie psychique, des indemnités journalières sont versées après une franchise (au minimum 90 jours pour les affections psychologiques, asthénie, fibromyalgie), pour une durée pouvant aller jusqu'à **365 jours**. L'objectif : compenser la perte de revenus pendant que l'activité est totalement arrêtée.

Nous allons plus loin en proposant **un soutien psychologique, un bilan personnalisé de situation et un accompagnement vers une reconversion professionnelle**, pour les cas où les séquelles psychiques empêchent durablement de reprendre son métier, sans coût supplémentaire.

Une assurance emprunteur : protéger son emprunt en cas de trouble psychique

Notre contrat **Masterlife Crédit** permet de ne pas ajouter l'angoisse financière à la souffrance psychique.

La **garantie incapacité** prend en charge les échéances du prêt en cas d'incapacité totale d'exercer son activité, pendant **1 095 jours** maximum. Avec l'**option Psy/Dos+**, les affections psychologiques, états dépressifs, burn-out, bore-out et autres troubles de l'humeur sont **couverts sans condition d'hospitalisation**, avec une franchise de **90 jours**. Une condition essentielle, puisque ces troubles donnent rarement lieu à une hospitalisation prolongée, même lorsqu'ils rendent impossible toute activité.

Une assurance dépendance : quand l'épuisement touche aussi l'aidant

Les risques psychiques ne concernent pas que la personne malade : le **proche aidant** peut lui aussi s'épuiser. Notre contrat **Entour'Age** prévoit, en cas d'**épuisement psychologique ou physique** de l'aidant, des solutions de répit : prise en charge d'auxiliaire de vie ou d'hébergement temporaire, jusqu'à **1 000 € par an**, et **soutien psychologique** par téléphone (3 entretiens par an).



Le bon réflexe

Burn-out, dépression, anxiété sont des risques majeurs, qui peuvent stopper toute activité professionnelle pendant des mois. AXA et ANPERE vous accompagnent avec les contrats Avizen Pro, Masterlife Crédit et Entour'Age qui tiennent compte de ces problématiques.

Pour en savoir plus, rapprochez-vous de votre conseiller AXA

Avizen Pro : connaissez-vous vraiment tous vos services d'assistance ?

Quand on souscrit un contrat de prévoyance professionnelle, on pense d'abord à se protéger financièrement en cas d'arrêt de travail, d'invalidité ou de décès. Pourtant, votre contrat **inclut également de nombreux services d'assistance qui vous accompagnent avant, pendant et après un événement difficile**.

Prévenir plutôt que subir

- **Prévention des troubles musculosquelettiques (TMS)** : conseils de professionnels de santé pour adopter de bonnes pratiques au travail (posture, organisation, hygiène de vie...).
- **Prévention du burn-out** : jusqu'à 3 entretiens téléphoniques par an avec un coach spécialisé pour mieux gérer le stress et prévenir le surmenage.
- **Gestion des situations conflictuelles** : en cas de tensions avec des clients, patients, fournisseurs ou collaborateurs, jusqu'à 3 entretiens téléphoniques par an avec un coach spécialisé.

Faire face aux imprévus

En cas d'hospitalisation ou d'immobilisation de plusieurs jours, organisation de :

- la garde de vos enfants de moins de 15 ans ;
- la venue d'une aide-ménagère ou auxiliaire de vie ;
- la garde d'une personne malade à domicile ;
- une aide à la recherche d'un remplaçant professionnel.



Le bon réflexe

Tous ces services sont inclus dans votre contrat Avizen Pro.
Pour en bénéficier, contactez AXA ASSISTANCE : 01 55 92 26 92
 Votre contrat ne se limite pas à l'indemnisation ; il vous accompagne au quotidien et vous aide à rebondir face aux aléas de la vie.

Accueillir un nouvel enfant plus sereinement

- **Accompagnement pour mieux gérer l'équilibre** entre vie familiale et activité professionnelle ;
- Intervention d'une **puéricultrice**, prise en charge dans les semaines suivant l'arrivée de l'enfant.

En cas d'arrêt de travail ou d'invalidité

- **Aide à la recherche d'un remplaçant** ;
- Prise en charge de **trajets en taxi** pour faciliter la reprise d'activité après un arrêt prolongé ;
- **Soutien psychologique** ;
- **Bilan personnalisé de situation** et un accompagnement vers une éventuelle **reconversion professionnelle** en cas d'invalidité.

En cas d'atteinte à la santé grave (maladie ou atteinte corporelle grave)

- **Second Avis Médical** auprès d'un médecin spécialiste ;
- **Accompagnement psychologique** ;
- **Conseils sociaux et d'éducation thérapeutique** ;
- **Aides à domicile** (garde d'enfants, aide-ménagère, garde-malade).

Un soutien également pour vos proches en cas de décès

- Aide dans les démarches administratives et juridiques liées aux obsèques,
- Modèles de courriers,
- Accompagnement psychologique.

L'assurance dépendance Entour'Age : pourquoi souscrire tôt ?

En France, 11 millions de personnes soutiennent au quotidien un proche en perte d'autonomie. Pourtant, 1 aidant sur 2 se sent seul et non soutenu moralement. Face à ce constat, l'assurance dépendance Entour'Age propose une réponse concrète.

Un soutien immédiat pour les aidants, dès le premier jour

Dès l'adhésion, et même si un proche est déjà dépendant, un référent dédié - véritable coach des aidants - accompagne l'assuré dans son quotidien :

- Constitution de dossiers (APA, aides publiques...)
- Soutien juridique pour protéger les intérêts du proche dépendant
- Organisation du maintien à domicile
- Conseils en adaptation du logement
- Soutien psychologique (3 séances par an)
- Relais de l'aidant en cas d'hospitalisation ou d'immobilisation (500 €/an)

Ce référent contacte régulièrement l'assuré pour suivre l'évolution de la situation et réévaluer ses besoins. Un accompagnement inscrit dans la durée, pour ne jamais se sentir seul face à la dépendance.

La dépendance, une réalité financière et humaine

La perte d'autonomie ne touche pas que la santé : elle bouleverse aussi les équilibres familiaux et financiers. Maintien à domicile, établissement spécialisé... les coûts peuvent être élevés. Par exemple, le maintien à domicile représente en moyenne **1 920 €/mois¹** pour 16 heures de prestations hebdomadaires, tandis qu'une chambre en EHPAD coûte en moyenne **3 125 €/mois²**.

Et rappelons-le : la loi (article 205 du Code Civil) oblige chaque enfant et petit-enfant à contribuer aux besoins essentiels de ses parents s'ils ne peuvent plus y pourvoir seuls.



Souscrire tôt : un avantage sur tous les plans

Entour'Age est accessible dès 40 ans et jusqu'à 75 ans. Mais plus tôt on adhère, plus les conditions sont avantageuses :

- Cotisations moins élevées, calculées à l'adhésion selon l'âge
- Sélection médicale simplifiée : une seule question de santé jusqu'à 70 ans pour une rente ≤ 1 800 €/mois
- Cotisations ajustables à la baisse après 3 ans, pour anticiper une baisse de revenus
- Fiscalité Madelin avantageuse pour les travailleurs non-salariés

Une protection financière

En cas de perte d'autonomie, Entour'Age verse une rente de 500 € à 3 000 €/mois.

- Formule dépendance totale : 100 % de la rente en cas de dépendance totale.
- Formule dépendance partielle et totale : 50 % dès la dépendance partielle, 100 % en dépendance totale.

En complément, 1 000 €/an sont prévus pour permettre à l'aidant de souffler, et une option capital premiers frais de 3 500 € peut être souscrite pour faire face aux premières dépenses d'aménagement.



Mon enfant est handicapé : comment la prévoyance m'aide à faire face ?

Être parent d'un enfant en situation de handicap, c'est souvent jongler entre présence indispensable et impératifs professionnels. Face aux imprévus - arrêt de travail, invalidité, décès - une bonne prévoyance peut faire toute la différence. Tour d'horizon des garanties qui vous protègent, vous et votre enfant.

Quand votre santé vacille : les indemnités journalières à votre rescousse

Accompagner un enfant handicapé demande une disponibilité constante. Mais que se passe-t-il si c'est vous qui tombez malade ou êtes victime d'un accident ? Les contrats Avizen et Avizen Pro prévoient des indemnités journalières en cas d'incapacité temporaire totale de travail, versées dès la fin de la période de franchise, pour compenser la perte de revenus liée à votre arrêt de travail.

- Ces indemnités peuvent être versées jusqu'à 1 095 jours selon la formule choisie - une durée qui peut s'avérer précieuse lors d'une convalescence longue, quand votre enfant a plus que jamais besoin de stabilité financière.

La garantie « Aide à la famille » : pensée pour les aidants

C'est sans doute la garantie la plus directement utile aux parents d'enfants handicapés. Elle permet de percevoir des indemnités journalières si vous suspendez votre activité professionnelle pour accompagner un enfant gravement malade, atteint d'un handicap ou victime d'un accident grave.

- Pour en bénéficier, deux conditions sont requises : percevoir l'Allocation Journalière de Présence Parentale (AJPP) et que votre enfant à charge ait moins de 20 ans. Le versement peut durer jusqu'à 14 mois par enfant et par pathologie, renouvelable une fois. Une bouffée d'air financier pour les familles contraintes de réduire ou d'interrompre leur activité.



La rente éducation : protéger l'avenir de votre enfant, même après vous

En cas de décès ou d'invalidité permanente totale, les contrats Avizen et Avizen Pro prévoient le versement d'une rente éducation à vos enfants bénéficiaires et son montant évolue avec l'âge de l'enfant.

- Pour les parents d'enfants handicapés, une disposition est particulièrement précieuse : la rente peut être versée à vie si votre enfant perçoit une allocation pour enfant ou adulte handicapé - à condition que cette allocation lui ait été attribuée avant ses 21 ans, et que la garantie ait été souscrite avant ses 16 ans. Une protection qui ne s'arrête pas à la majorité.

L'assistance : un soutien concret au quotidien

Parce que la prévoyance ne se résume pas à des versements financiers, les contrats prévoient également des prestations d'assistance activables en cas d'hospitalisation imprévue ou d'immobilisation à domicile : garde des enfants de moins de 15 ans, aide-ménagère ou auxiliaire de vie, garde des malades.

- Des services opérationnels, disponibles sur simple appel au 01 55 92 26 92.



Pensez à vérifier les garanties souscrites sur votre certificat d'adhésion et votre couverture à votre situation

1. Base 28 €/h grille O2 applicables au 1^{er} janvier 2023.

2. Coût médian d'une chambre seule non ASH en EHPAD: 85,00 €/jour + tarif dépendance GIR 5-6 : 5,53 €/jour; GIR 1-2 : 20,35 €/jour (Analyse statistique prix 2019 des EHPAD, CNSA, Avril 2021).

ANPERE & Granny Geek, Le replay de la visioconférence « Linux, Mozilla, LibreOffice, Thunderbird... Découvrez les alternatives aux logiciels payants ! »



GRANNY GEEK



Retrouvez le replay de la
visioconférence du 08 octobre sur
notre chaîne YouTube : @anpereasso



En cas de souci de connexion,
n'hésitez pas à contacter Granny Geek :
Hotline : 04 89 41 92 29
(numéro non surtaxé et basé en France)
Mail dédié : sos@sos-grannygeek.com
Site internet : sos-grannygeek.com

Partenariat ANPERE / Seniors à votre Service Une nouvelle solution pour gagner en pouvoir d'achat

Seniors
A VOTRE SERVICE

N°1 de l'emploi
Seniors & Retraités
www.seniorsavotreservice.com

Seniors à votre Service, 1^{ère} plateforme dédiée à l'emploi des + de 45 ans et des retraités,
met en relation candidats et recruteurs directement.

Le site vous permet de valoriser votre expérience en réalisant
des missions près de chez vous dans :

- l'aide à domicile : bricolage, jardinage, garde d'enfants, garde de maisons et d'animaux, aide aux personnes âgées...
- mais également en entreprise (transport, secrétariat, vente ...).

Simple et flexible, c'est une solution concrète pour compléter
vos revenus et améliorer votre pouvoir d'achat.

Déjà + de 430 000 utilisateurs, rejoignez-les !



Utilisez le site
gratuitement en publiant
vos annonces ou optez
pour des options de mises
en relation grâce au code
promo « **SAVSANPERE26** »
seniorsavotreservice.com

Les Mots d'Ellii, 2^e édition Le concours d'écriture démarre le 30/10/2026

Écrire une lettre.
Pas un roman, pas une
dissertation : une lettre,
entre 500 et 1 200 mots,
soit deux à quatre pages.
C'est le principe du concours
d'écriture organisé par Ellii,
dont la 2^e édition ouvre
le 30 octobre 2026,
avec Anpere parmi ses
partenaires.



Le thème sera dévoilé à l'ouverture. Il laissera une
grande liberté : tous les registres seront admis,
de l'émotion à l'humour, de la colère à la fiction.
Aucune expérience d'écriture n'est requise, et le
concours est ouvert à toute personne majeure.

Les textes sont anonymisés dès leur réception : le
jury les lit sous un simple numéro, sans connaître
leur auteur. Trois lauréats seront désignés en juin
2027. Les premiers prix recevront une récompense
ainsi que des ellixirs, l'unité qui donne accès aux
activités en ligne d'Ellii.

Ellii propose des activités collectives en ligne, pour
les plus de 50 ans et leurs proches. Le concours en
prolonge l'esprit : on écrit, et surtout, on partage.

À NOTER

La participation est gratuite et
sans obligation d'achat. Il suffit
d'un compte sur ellii.net, gratuit
lui aussi, pour déposer son texte.
Les dépôts resteront ouverts
jusqu'au 13 mars 2027, ce qui
laisse plusieurs mois pour écrire,
laisser reposer et reprendre.

➤ Rendez-vous le 30 octobre
sur www.ellii.net



Retrouvez
la vidéo
des vainqueurs
de l'édition
2025-2026

ANPERE aux côtés des Mampreneures : entreprendre aujourd'hui, penser demain

Être entrepreneure et mère, c'est conjuguer croissance de l'entreprise, choix professionnels et responsabilités familiales dans un même quotidien. Un exercice d'équilibre permanent, qui conduit souvent à repenser sa manière d'entreprendre pour la rendre à la fois ambitieuse, durable et compatible avec les différents temps de vie.

C'est autour de cette réalité qu'est né en 2009 le Réseau Mampreneures. Il rassemble aujourd'hui près de 500 adhérentes partout en France, unies par une même volonté : développer et pérenniser leur entreprise sans renoncer à l'équilibre entre vie professionnelle, familiale et personnelle. Le réseau leur offre un espace d'échange, d'entraide et de mise en relation, mais aussi un cadre pour prendre du recul et avancer ensemble dans leur parcours entrepreneurial.

➤ **Les 26 et 27 novembre prochains, le Réseau organisera à Tours ses Rencontres nationales 2026. Deux journées placées sous le thème « Entreprendre pour les générations futures. Aujourd'hui – Ensemble », réunissant entrepreneures, partenaires et acteurs de l'écosystème autour des enjeux de développement, de transmission, d'impact et de pérennité des entreprises.**

À travers ce partenariat, le Réseau Mampreneures et ANPERE partagent une même ambition : accompagner les entrepreneures dans la durée, en tenant compte à la fois de leurs enjeux de développement, de protection, d'équilibre et de transmission.

Pour cette édition, **ANPERE a choisi de devenir partenaire des Rencontres nationales Mampreneures.**



Ce partenariat repose sur une conviction commune : entreprendre ne consiste pas seulement à développer une activité, mais aussi à anticiper, sécuriser et construire dans la durée. Pour les entrepreneures, ces enjeux sont très concrets : protéger leur activité, préserver leurs équilibres personnels et familiaux, préparer l'avenir et mieux appréhender les risques qui jalonnent leur parcours.

Ce partenariat crée ainsi des passerelles entre ANPERE et une communauté de femmes entrepreneures directement confrontées à ces enjeux. Les Rencontres nationales seront l'occasion d'ouvrir le dialogue autour de ces sujets, au plus près des réalités vécues par les cheffes d'entreprise.

Mandataire d'assurance : un métier de proximité et d'accompagnement

PARTENAIRE AXA

Mandataire AXA depuis 2020, Sylvie Rodet a trouvé dans ce métier ce qu'elle recherchait : une activité indépendante, fondée sur la relation humaine et l'accompagnement dans la durée. Son rôle ? Être au plus près de ses clients pour comprendre leurs besoins et les aider à se protéger face aux aléas de la vie.



Pourquoi avez-vous décidé de devenir mandataire d'assurance ?

J'avais déjà travaillé plusieurs années dans l'assurance et j'aimais beaucoup les sujets liés à la protection de la famille, à la santé, à la prévoyance, à la retraite ou encore à la transmission. Mais je me suis rendu compte que ce qui me plaisait avant tout, c'était le relationnel : aller à la rencontre des personnes, les écouter, comprendre leur situation et les accompagner. Le métier de mandataire correspondait beaucoup mieux à ma personnalité. Je suis donc devenue indépendante en 2020, tout en poursuivant une activité dans un domaine auquel je croyais profondément.

En quoi consiste ce métier ?

Le cœur du métier, c'est la proximité. Nous rencontrons des particuliers, des familles, des indépendants ou des dirigeants pour réaliser avec eux un bilan de leur situation et identifier leurs besoins en matière de santé, de prévoyance, de retraite, d'épargne ou de transmission. Notre premier rôle est de poser les bonnes questions. Pour un entrepreneur, par exemple : que se passerait-il pour lui, sa famille ou son entreprise s'il devait s'arrêter de travailler ? Les protections mises en place il y a quelques années correspondent-elles encore à ses revenus et à sa situation actuelle ? Une fois les priorités identifiées, nous construisons les réponses

adaptées avec les experts AXA avec lesquels nous travaillons main dans la main. Mais surtout, nous restons l'interlocuteur de nos clients dans la durée. Je ne suis pas dans une logique de « one shot ». J'apprends à connaître mes clients, je prends régulièrement de leurs nouvelles et je les accompagne à mesure que leur vie évolue. C'est cette relation de confiance qui est essentielle pour moi.

À quoi ressemble votre quotidien ?

C'est un métier très varié. Je consacre généralement deux jours par semaine au terrain, pour rencontrer mes clients, souvent chez eux ou sur leur lieu de travail. Le reste du temps est consacré au suivi des dossiers, aux appels, à la recherche de nouveaux contacts ou à l'entretien de mon réseau. Être mandataire offre surtout une grande autonomie. J'organise mon emploi du temps comme je l'entends et je peux travailler de chez moi, sur le terrain, en visioconférence ou par téléphone. Cette souplesse est un vrai avantage. Et il y a une satisfaction très concrète : savoir que l'on a aidé quelqu'un à mieux se protéger. Lorsqu'un client confronté à un accident de la vie me dit : « Heureusement que nous avions prévu cela », je sais pourquoi je fais ce métier.

Une communication proche de vous !

Connectez-vous
www.anpere.fr



Suivez-nous
sur nos réseaux
sociaux



@anpere_asso

Lisez-nous
newsletter
mensuelle



ANPERE et ANPERE Retraite
sont des associations d'assurés
partenaires d'AXA