

UVEZ-VOUS!

MONDADORI FRANCE

N° 317 • NOVEMBRE 2012

Reine Vie

8
NOUVELLES
RUBRIQUES
À DÉCOUVRIR

CAHIER DROITS*

ES DE FICHES PERFORÉES

D'UN PROCHE
guide
premières
marches

TE À 60 ANS:
S DE 2012

NS DE RÉDUIRE
E D'ÉNERGIE

: LES AVANTAGES
UNE ASSOCIATION

LES LUNETTES:
S À ÉVITER

re!
RTS
RMANDS

BIEN-ÊTRE

en dormir est possible!

olutions naturelles qui marchent

PRESBYTIE, DMLA
20 NOUVEAUTÉS
POUR MIEUX VOIR

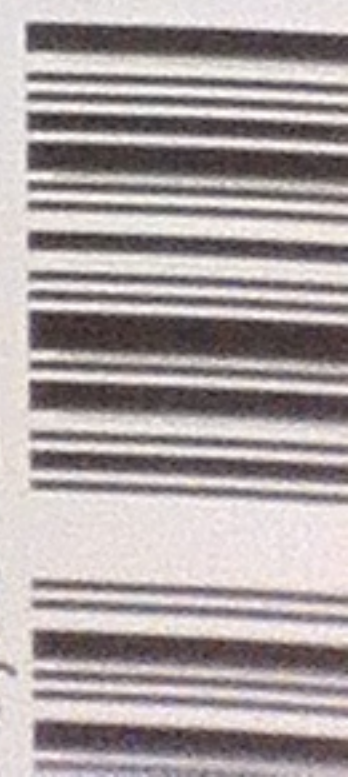
SOCIÉTÉ
GRÂCE À INTERNET
LEUR VIE A CHANGÉ

CHEVEUX
STOP À LA CHUTE
D'AUTOMNE!

BALADE ROYALE
LES CHÂTEAUX
DU VAL DE LOIRE

DOM surface : 4,00 €

3,30 €



5. Des verres anti-UV recto-verso

Jusqu'à 50% de l'exposition UV totale entre par la face arrière des verres de lunettes, qu'ils soient blancs ou solaires. C'est ce que démontrent des recherches menées par Essilor. D'où l'innovation du fabricant: concevoir un verre qui les élimine, en quasi-totalité, sans altérer la transparence. L'indice de protection E-SPF-25 (Eye-Sun Protection Factor) indique que l'on est 25 fois mieux protégé que sans verre.

Crizal Forte UV, supplément de 15 € pour 2 verres.

→ POUR RELAXER LES YEUX, LE PALMING CONSISTE À PLACER SES MAINS RECHAUFFÉES SUR SES YEUX, EN RESPIRANT CALMEMENT.



OPÉRER LA PRESBYTIE 6.
3 questions au Dr Jean-François Faure chirurgien ophtalmologiste et fondateur du centre Espace nouvelle vision à Paris.

Cette intervention, qui séduit les jeunes presbytes, s'inscrit dans la droite ligne de la chirurgie anti-âge.

→ **Pourquoi ?**
Permettre aux presbytes de ne plus porter de lunettes quel que soit les troubles visuels associés. Deux conditions: avoir des yeux sains et être dans la tranche d'âge éligible à une opération de la cornée; ce que détermine une batterie d'examens. "Il n'est guère envisageable d'opérer un sexagénaire susceptible de développer une cataracte dans les 5 ans à venir. Mais il existe d'autres solutions adaptées", rassure le spécialiste.

→ **Comment ?**
La technique presbylasik re-profile la cornée de chaque œil en créant une légère dissociation: l'œil dominant assure la vision de loin et intermédiaire, le second, de près et intermédiaire. La superposition des 2 images par le cerveau permet d'obtenir une vision binoculaire nette à toute distance.

→ **Combien ?**
3000 € env. à charge du patient.

7. Un "spa" des yeux
Depuis 2009, la jeune enseigne Opsine* réinvente le métier d'opticien. "Nous proposons, en plus, des soins participant à l'amélioration et à la préservation de la santé visuelle de la clientèle", témoigne François Nerot, opticien au Mans. À partir d'un diagnostic personnalisé, le client se voit proposer palming, yoga des yeux, exercices musculaires ou techniques orthoptiques. Informations: www.opsine-opticien.com. *Paris, Compiègne, Soissons, Cholet et Le Mans centre et centre-sud

8. Chausser de nouvelles lentilles chaque matin
Les lentilles Ophthalmic HR 1 Day progressives d'Ophthalmic contactologie constituent une solution pour les 85% de presbytes qui sont aussi myopes, hypermétropes et/ou légèrement astigmatés. En silicone-hydrogel de dernière génération et dotées de la technologie Hydroair, elles facilitent l'oxygénation de l'œil et favorisent une bonne circulation des larmes. Leur haute technologie permet une vision nette à toutes les distances.

“À partir de 55 ans, voir son ophtalmo tous les ans ou tous les 2 ans, en l'absence de problème, permet de dépister des maladies silencieuses mais redoutables.”

Pr Jean-François Korobelnik

Elles filtrent les UV A et B. La facilité de manipulation et l'usage unique participent à une hygiène optimale. Environ 2 € par jour; soit 730 € par an. www.opthalmic.fr

9. Des Transitions qui foncent en voiture
Parce qu'ils réagissent à la fois aux UV et même à la lumière visible – ce qui est nouveau –, les premiers verres à teinte variable, les Transitions, foncent aussi bien derrière le pare-brise d'une voiture, la visière d'un casque moto qu'à l'extérieur. Compter un supplément de 40 € environ par verre. Liste des opticiens proposant ces verres sur www.transitions.fr.

10. Un "Pass lunettes" pour les plus modestes
À partir du regroupement de ceux qui fabriquent, vendent, distribuent, soignent et assurent, l'association Optique solidaire a mis en place le "Pass lunettes" pour les plus de 60 ans. Le dispositif leur est ouvert sous conditions. Contact: 01 43 46 27 35. www.optiquesolidaire.fr. Voir la fiche Santé du cahier Droits.

© SOURY/J. RODACH FOR GUYD. R. (X3)