

VACANCES SENIOR À 80 ANS : SUIVEZ LE GUIDE !

L'âge ou la perte d'autonomie ne sont pas des freins au voyage. Il suffit juste de les prendre en compte pour que le séjour se passe dans les meilleures conditions possibles. Bien entendu, **on voyage différemment à 80 ans qu'à 20 ans**. Les choix de destination ou encore d'activités sont différents !

Dans notre article, nous vous proposons un guide pour passer des **vacances senior à 80 ans en toute sérénité**. Séjour en France ou à l'étranger, vous saurez tout ce qu'il faut savoir pour partir tranquille. En complément, vous découvrirez la [téléassistance](#) mobile de Filien ADMR. C'est un service disponible 24h/24 qui permet de recevoir de l'aide en toutes circonstances.

LES SENIORS AIMENT VOYAGER

D'après l'INSEE, en France, **plus de 6 personnes âgées de plus de 75 ans partent en vacances**. C'est une part non négligeable de la population qui, grâce à la retraite, se dégage de toute obligation professionnelle ou de contrainte familiale.

En règle générale, les [seniors partent en vacances seuls](#) ou en couple et affectionnent tout particulièrement les offres « tout compris ». Ils ont le gros avantage de pouvoir partir en dehors des vacances scolaires, en basse saison, ce qui leur permet d'économiser sur le coût de leurs séjours. Ils ont tendance à privilégier les musées et les expositions aux activités sportives et aux parcs d'attraction. **Ils voyagent essentiellement en France**, plus précisément en Provence. Néanmoins, nombreux sont attirés par des pays méditerranéens comme le Portugal pour leur ensoleillement et leur coût de la vie très abordable. C'est en tenant compte de tous ces éléments que nous vous donnons quelques conseils pour organiser des vacances senior à 80 ans.

ADAPTER SES VACANCES À LA PERTE D'AUTONOMIE

Fort heureusement il existe de nombreuses solutions pour partir sereinement en vacances avec un senior de 80 ans et plus !

Tourisme & Handicap : un label reconnu

Tourisme & Handicap est une marque d'Etat attribuée aux **établissements ayant les conditions requises pour accueillir des personnes en situation de handicap**, qu'elles soient seniors ou non, lors de leurs séjours. Il peut s'agir d'un hôtel, d'un camping, d'un restaurant, d'un parc de thème, d'un musée, etc. Pour trouver une structure disposant de ce label sur votre lieu de destination en France, n'hésitez pas à vous rendre sur [l'annuaire du site Tourisme & Handicap](#).

Les différents moyens de transport

Que vous partiez en France ou à l'étranger, il est important que les vacances avec un senior de 80 ans et plus lui soient confortables et se passent en toute sécurité. C'est pourquoi, si vous partez en séjour en :

- **Voiture** : veillez à ce qu'elle soit assez surélevée (pour entrer et descendre facilement) et spacieuse ;
- **Train** : sachez que la SNCF propose un service d'accompagnement personnalisé qui va de différentes offres de réductions sur les différentes destinations à l'accompagnement en gare avec [Assist'enGare](#) ;

- **Avion** : il n'y a aucune limite d'âge pour prendre cette solution. Par contre, lorsque la personne est en perte d'autonomie, il vaut mieux qu'elle soit accompagnée. Il faut aussi s'assurer qu'elle soit capable de rester assise jusqu'à sa destination. Enfin, lorsqu'elle souffre de problèmes de santé au niveau du cœur, des poumons ou de la circulation sanguine, il est préférable d'éviter ce moyen de transport à cause de la pressurisation de la cabine.



Les agences de voyage pour personnes âgées

Pour que les vacances d'un senior de 80 ans se déroule dans les meilleures conditions, il est possible de faire appel à une agence de voyage spécialisée. Il en existe de nombreuses qui proposent des **prestations de services adaptées que l'on souhaite voyager en France ou au bout du monde**, telles que :

- Les transferts entre les gares et aéroports ;
- Les voyages clés en main pour les personnes nécessitant des soins ;
- Le déroulement du séjour à un rythme modéré pour limiter la fatigue ;

- Une équipe avec au moins un guide francophone ;
- Des activités culturelles et des visites plus développées.

Ces professionnels ont de nombreuses idées pour s'adapter à tous les profils que l'on souhaite se reposer lors d'une [thalasso pour senior](#) en bord de mer ou pour des vacances plus actives avec des randonnées en montagne.

Des aides financières pour s'évader

L'ANCV (Agence Nationale pour les Chèques-Vacances) est un organisme public ayant pour vocation de faire partir le plus grand nombre de français en vacances. A ce titre, dans le cadre de vacances d'un senior de 80 ans et plus, elle propose deux offres :

- Le **programme Senior en vacances** qui propose des séjours à des tarifs avantageux aux personnes aidées et à leurs aidants ;
- Le [chèque vacances pour les seniors](#) qui peuvent encore en bénéficier.

Les précautions à prendre

Bien entendu, l'organisation d'un voyage, peu importe sa destination, ne se fait pas à la légère. Pour que les vacances d'un senior de 80 ans se déroulent bien, il est nécessaire de :

- En **discuter avec son médecin traitant** pour s'assurer que son état de santé est compatible avec la destination choisie ;
- S'assurer que les **vaccins sont à jour**. Lorsqu'on voyage en dehors de la France, il faut toujours se renseigner sur le programme de vaccination du lieu de séjour ;
- Vérifier que les **documents nécessaires au voyage sont en cours de validité** : carte d'identité, passeport, etc. ;
- **(Re)lire son contrat de mutuelle** pour s'assurer que la couverture soit disponible à l'étranger en cas de remboursement de frais de santé ou d'un rapatriement.

LA TÉLÉASSISTANCE MOBILE POUR UNE MOBILITÉ FACILITÉE

Nous l'avons vu, la sécurité est très importante pour que les vacances d'un senior de 80 ans et plus soient réussies. En complément, Filien ADMR propose un service de [téléassistance mobile](#) permettant d'être sécurisé à l'extérieur de son domicile grâce à un petit badge GPS.

Pour en savoir plus sur les différentes offres de téléassistance de Filien ADMR, ses conseillers sont à votre disposition en cliquant sur le bouton ci-dessous.

[Contactez-nous](#)

QUEL EST L'ÂGE LIMITE POUR PRENDRE L'AVION ?

Il n'y a **pas de limite d'âge** pour prendre l'avion qui reste un moyen de transport très sûr. Néanmoins, la pressurisation de la cabine peut entraîner des problèmes pour les personnes ayant une santé fragile. De même il faut s'assurer que l'immobilité pendant plusieurs heures en fonction de la durée du voyage soit acceptable. C'est pourquoi il est toujours préférable qu'une personne en perte d'autonomie soit accompagnée dans ses déplacements en avion. Cela permettra de la rassurer et de lui venir en aide rapidement en cas de problème.

QUELLE AIDE POUR LES RETRAITÉS EN VACANCES ?

L'ANCV (Agence Nationale pour les Chèques-Vacances) qui est une structure publique propose le **chèque vacances** pour les seniors pouvant encore en bénéficier. En plus, elle dispose d'un **programme spécifique appelé « Seniors en vacances »**. Réservé aux retraités ayant des revenus modestes et à leurs aidants, il permet de bénéficier de séjours à tarifs avantageux pour rompre la solitude et créer du lien social.

PARTAGER CET ARTICLE

https://www.filien.com/vacances-senior-80-ans/?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR3T4aNp66wuY4v7b7Z-hFErWtAHsri4Oum4QmBsXP_7s3TFFGSSmr48Z-U_aem_1_D8-eVywDyOq784AQQFhw