DOSSIER DE PRESSE 2023

Silver Form

L’activité Physique Autrement pensée pour les personnes en perte d’autonomie

Sommaire

03 Édito

PARTIE 1

L'innovation au service du sport pour tous

05 Un concept unique en France

06 L'isocinétisme : une méthode efficace

07 Le parcours Silver Form

09 Silver Form : un concept qui aide à bien vieillir

10 Un parcours dédié aux personnes en fauteuil roulant

11 Témoignages

PARTIE 2

À propos de Silver Form et de son équipe

13 Histoire de Silver Form

14 Portrait des co-fondateurs de Silver Form

15 L'équipe Silver Form

16 En savoir plus

Édito

Avec l'âge, les muscles deviennent plus rigides et moins toniques, et l'équilibre se détériore. Les risques de blessures et de chutes augmentent, entrainant les séniors dans la spirale de la perte d'autonomie.

L'activité physique est une alliée précieuse des personnes âgées. D'un côté, elle a un effet protecteur contre plusieurs maladies chroniques, dont l'arthrite, les maladies cardiovasculaires, l'hypertension et la maladie. De l'autre, elle améliore équilibre, force, flexibilité et capacité aérobie, permettant aux séniors de continuer à faire les gestes de tous les jours : faire les courses et le ménage, se promener, se baisser, ou encore porter des objets.

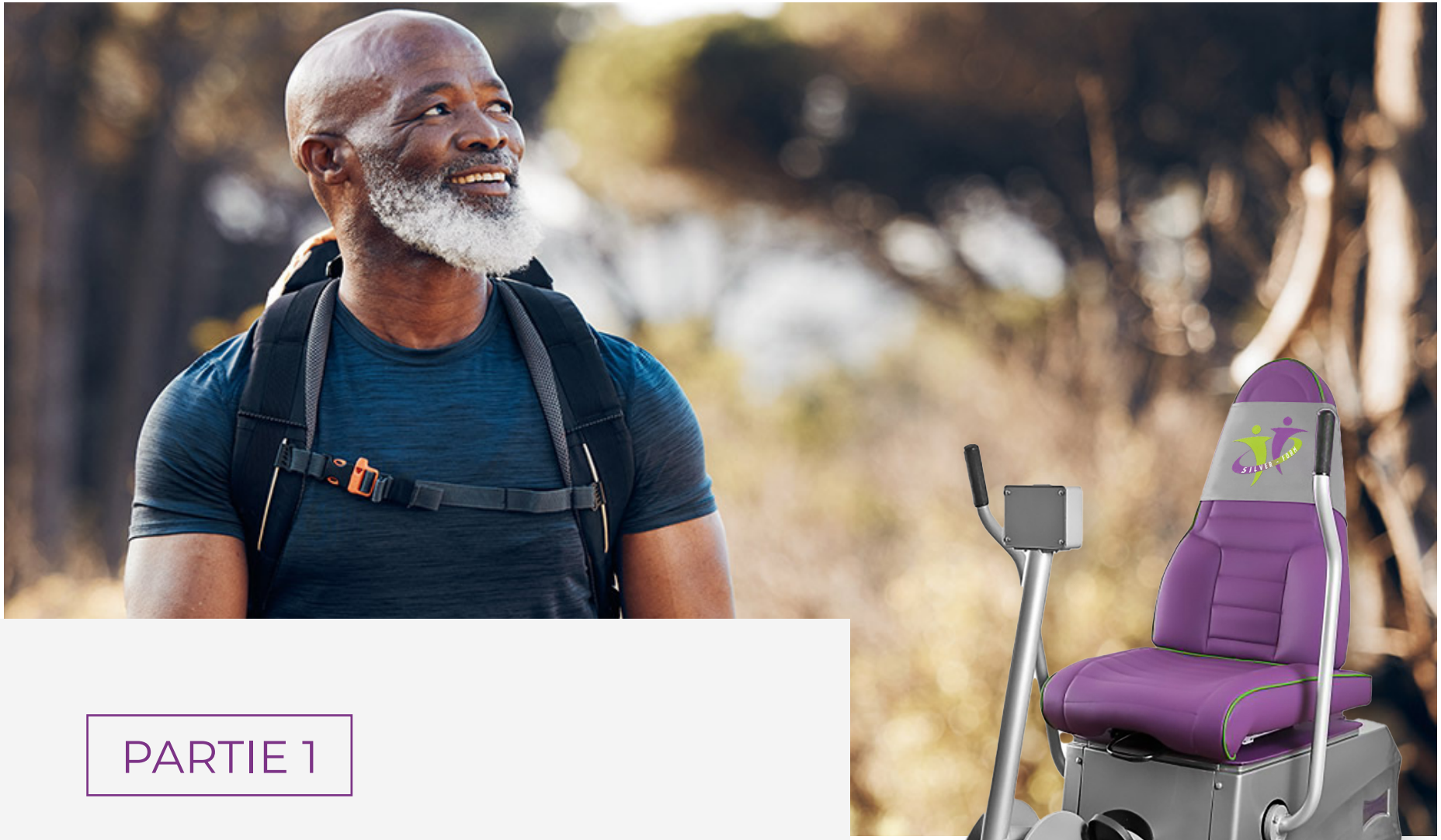
L'Activité Physique Adaptée, ou APA, apporte donc une réponse efficace aux enjeux du vieillissement de la population. Malheureusement, même si les professionnels de la santé et les pouvoirs publics reconnaissent l'importance de l'APA, peu de solutions concrètes existent aujourd'hui pour la pratiquer, ce que nous déplorons.

Pour cette raison, nous avons fondé Silver Form. Nos machines isocinétiques, uniques en France, rendent la pratique sportive plus accessible aux personnes âgées, retardant ou limitant la perte d'autonomie.

Notre but est également de rendre l'univers du sport plus inclusif, en proposant des parcours adaptés aux personnes à mobilité réduite et aux pratiquants de handisport de haut niveau.

Déjà présent dans cinq villes de France et d'Outre-Mer, Silver Form n'est qu'au début de son aventure : notre concept inédit a un bel avenir devant lui !

Maria Laporte, présidente de Silver Form



PARTIE 1

L’innovation au service du sport pour tous

Un concept unique en France

Silver Form est un concept sans équivalent en France : dans ses centres, la société propose des solutions sportives efficaces qui préviennent et luttent contre la perte d'autonomie et les risques de chutes. Son action est inscrite dans une démarche de sport santé, qui promeut la pratique sportive en tant que thérapeutique non médicamenteuse validée.

Elle est le distributeur exclusif en France et dans les territoires ultramarins d'un parcours de fauteuils développé en Angleterre et fondé sur le principe de l'isocinétisme. Ses machines innovantes permettent de pratiquer une activité sportive en toute sécurité, offrant une réponse concrète aux besoins croissants de prévention de la perte d'autonomie.

La société a ouvert son premier centre à Bordeaux en 2020. Depuis, le concept s'est déployé dans trois autres centres et a été intégré dans un EHPAD.

Les centres Silver Form n'accueillent pas uniquement les séniors. Ils sont également adaptés aux personnes vivant avec une affection longue durée, aux personnes en situation de handicap et aux personnes qui présentent un facteur de risque lié au surpoids, à la sédentarité ou au tabac. Ils sont également plébiscités par les pratiquants de handisport, qui y trouvent des solutions complémentaires à leur pratique sportive de haut niveau.

L’isocinétisme : une méthode efficace

Encore peu connu du grand public, l’isocinétisme est apparu à la fin des années 1950 en Europe. C’est un outil précieux pour prévenir les blessures musculaires, rééduquer les muscles, ou entrainer un groupe de muscles de façon ciblée.

L’isocinétisme répond tout particulièrement aux besoins des personnes en situation de handicap ou en perte d’autonomie. Les mouvements sont effectués à vitesse constante par la machine, qui s’adapte à chaque personne. La méthode permet un travail musculaire optimal qui offre des gains importants de force et d’amplitude musculaire, et réduit la durée d’entrainement et de rétablissement.

Silver Form se donne pour mission de démocratiser l’isocinétisme auprès des personnes en perte d’autonomie. Ses fauteuils permettent de pratiquer en toute sécurité et de se réapproprier les mouvements corrects, en abandonnant les postures de compensation.

De plus, la pratique de l’isocinétisme, quand elle est faite dans des conditions adaptées et sécuritaires, est un réel plaisir.

Le parcours Silver Form

Le parcours est constitué de 9 appareils, chacun ciblant un travail sur une zone du corps :

01.
Cross Cycle

Il favorise le mouvement des membres inférieurs, ainsi que la flexion et l'extension des membres supérieurs. Cet exercice favorisera le renforcement des muscles de la cuisse et de l'épaule et améliorera la capacité aérobique.

02.
Chests & Legs

Il aide à la flexion et à l'extension des quatre membres. La capacité de passer facilement de la position assise à la position debout est importante pour l'indépendance fonctionnelle et nécessite de la force au sein des groupes de muscles extenseurs. L'action de la poussée vers le bas des jambes renforcera les muscles de la cuisse et des fessiers. L'action d'aviron des bras renforcera les muscles des bras et des épaules.

03.
Seated Climber

Cette machine cardiovasculaire exerce à la fois le haut et le bas du corps, combinant un mouvement vertical des épaules avec une action du bas des jambes. Il aide à façonner et à renforcer les deltoïdes et les grands groupes musculaires du haut du dos, tout en améliorant la posture et en augmentant la forme cardiovasculaire.

04.
Tummy Crunch

Cette machine multifonctionnelle qui exerce les abdominaux et le bas du dos, mobilise aussi les articulations de la hanche, du genou et les muscles fessiers.

05.
Triced Dip & Leg Curl

Cet appareil renforce les muscles du haut du bras et de la cuisse. Pendant la phase de poussée, le muscle triceps sera activé. Pendant la phase de traction, le muscle biceps est utilisé. Ces muscles sont importants pour atteindre et porter des objets et se relever d'une chaise basse.

06.
Flys & Thighs

Il raffermit l'intérieur et l'extérieur des cuisses, aide à renforcer et à façonner les zones de la poitrine et des épaules, augmente la mobilité dans les articulations de la hanche et de l'épaule.

07.
Side Bend Stepper

Il sollicite les principaux groupes musculaires des membres supérieurs et inférieurs, fait travailler le cœur en augmentant l'apport d'oxygène aux cellules. Il contribue également à améliorer la coordination.

08.
Rotary Torso

Il aide à la rotation du tronc, des hanches et des épaules. La rotation du tronc est l'un des premiers mouvements à décliner dans le cadre du processus de vieillissement. La rotation réduite du tronc entraîne une perte de balancement des bras pendant la marche, une réduction de l'équilibre, des maux de dos et de la raideur.

09.
Ab Pullover

Il offre une combinaison d'étirements et de renforcements qui aide à améliorer la flexibilité des épaules et des hanches, et à renforcer les muscles de l'abdomen et du dos.

Silver Form : un concept qui aide à bien vieillir

Silver Form améliore les cinq composantes de la condition et de la performance physique qui sont essentielles au bien-être durable :

- **La capacité aérobie.** Capacité du corps à transporter l'oxygène vers les muscles en exercice, elle est essentielle pour les activités quotidiennes : montée des escaliers, marche, jardinage, etc. L'améliorer permet de diminuer le risque de maladies cardiovasculaires, d'accident vasculaire cérébral et d'hypertension artérielle.
- **La force musculaire.** Elle est essentielle pour le maintien de l'autonomie et la réalisation de tâches comme faire les courses, faire le ménage ou marcher.
- **L'équilibre.** Influencé par la force, la flexibilité et le temps de réaction, l'équilibre permet de rester stable en se déplaçant entre la marche et les positions assise et debout. Une pratique physique régulière permet de l'améliorer et de réduire les risques de chute.
- **La flexibilité.** Elle a un rôle essentiel dans les activités quotidiennes qui nécessitent de se pencher, de se lever ou d'atteindre des objets : faire le ménage, faire les courses, s'habiller et jardiner. Elle diminue le risque de chutes, de couleurs et de blessures musculosquelettiques.
- **Le bien-être social.** Les exercices proposés par Silver Form n'agissent pas uniquement sur le corps. Pratiqués dans la convivialité, ils améliorent le bien-être social des personnes âgées ou isolées.

Un parcours dédié aux personnes en fauteuil roulant

Silver Form propose un parcours pensé pour les personnes en situation de handicap, et notamment en fauteuil roulant. Il s'adresse au grand public ainsi qu'aux sportifs de haut niveau. Jules Ribstein, paratriathlète et champion du monde, a été séduit par le concept et est devenu ambassadeur de Silver Form Alsace.

Le parcours pour sportifs en fauteuils roulants est composé de deux machines :

- **Le Rotary Torso.** Le Rotary Torso aide à la rotation du haut du corps. Il offre deux positions d'exercice : devant l'utilisateur, ou au-dessus de sa tête. Il est accessible à de nombreux modèles de fauteuils roulants. Une console rotative et déplaçable facilite l'accès à l'appareil.
- **Le Tricep Dip.** Cette machine renforce les muscles de la partie supérieure du bras, dont le triceps, un muscle essentiel pour se repositionner et se déplacer en fauteuil roulant. Il cible les épaules, les abdominaux, le bas et le milieu du dos.

Témoignages

Les salles de sport, ce n'est pas pour moi ! Avec Silver Form j'ai un coach personnalisé, j'ai réussi à perdre plus de poids et à retrouver souplesse et renforcement musculaire. Un centre convivial, j'adore !

Jordann Hellin

C'est génial ! Un centre sport santé adapté à mon âge et à ma pathologie ! Mon médecin me recommande de continuer en vue de l'évolution de mon état de santé. Coach adorable et super accueil avec Amandine.

Caroline C

Voilà plus d'un an que je fréquente Silver Form. On est entourés par des gens compétents, disponibles. On travaille à son rythme. Très bonne ambiance, je recommande vivement.

Renée Garnier

Super, très très heureux de venir plusieurs fois par mois dans une ambiance formidable ! Propreté exemplaire et très familial.

Yves Horgon

Amandine est parfaite à l'accueil et Sam est un coach très pro et très attentif. Les appareils permettent de faire du sport adapté à son rythme et selon ses moyens.

Didier Théophile

PARTIE 2

À propos de Silver Form et de son équipe

Histoire de Silver Form Développement

Silver Form Développement a été créée en juin 2020 par Maria et Gilles Laporte. Ses centres de remise en forme sont aujourd'hui présents dans quatre villes de France, en Alsace, en Gironde, dans les Pyrénées-Atlantiques et en Guyane. La société a également équipé l'EHPAD Saint-Amans de Rodez et le centre hospitalier de Capesterre Belle Eau en Guadeloupe.

Elle emploie une équipe de six personnes. Elle travaille en partenariat avec l'Association des familles de traumatisés crâniens et cérébrolésés de la Gironde, le Centre d'Accueil de Jour (CAJ) de l'AFTC Gironde et la Ligue contre le cancer.

Les fondateurs de Silver Form Développement souhaitent aujourd'hui développer leur concept en France de deux façons : en implantant des parcours isocinétiques dans des établissements publics et privés pour séniors, et en accompagnant l'ouverture de centres Silver Form par des licenciés de marque.

Portrait des co-fondateurs de Silver Form

Maria Laporte, présidente

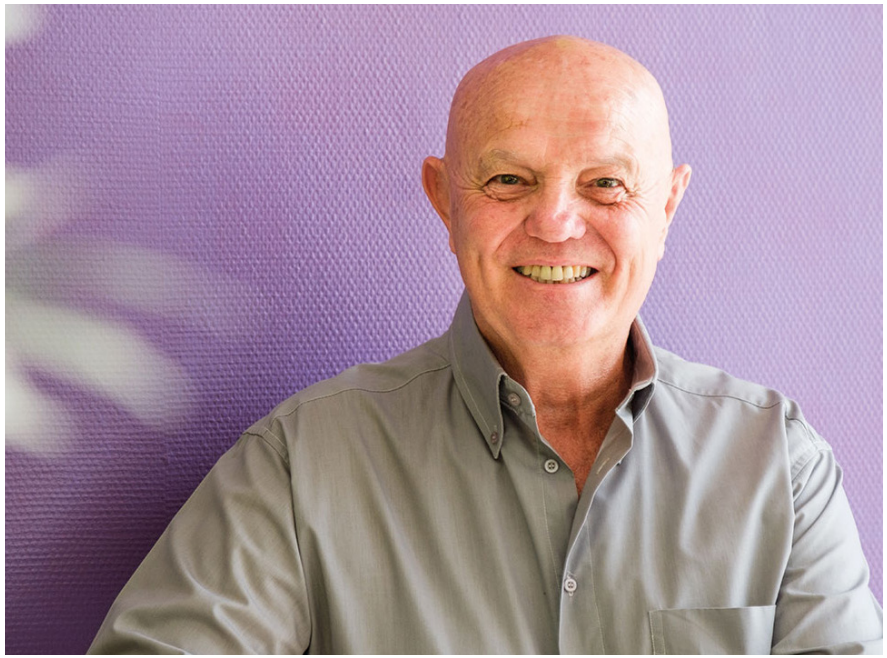
Maria Laporte connaît bien l'univers de la santé : elle a longtemps travaillé dans le paramédical. Confrontée à la perte d'autonomie de ses parents, elle a recherché en vain des solutions pour les aider. C'est en Europe du Nord qu'elle trouve enfin son bonheur : l'isocinétisme, une méthode adaptée aux ainés.

En 2020, elle crée Silver Form Développement avec son époux Gilles pour rendre les bienfaits de l'isocinétisme accessibles au plus grand nombre. Au-delà des bienfaits physiques apportés par l'isocinétisme, Maria souhaite lutter contre l'isolement social des séniors et des personnes en situation de handicap.

Gilles Laporte

Gilles Laporte a travaillé pendant 42 ans dans le milieu vitivinicole. À l'âge où la plupart des Français prennent une retraite bien méritée, il a décidé de rejoindre son épouse Maria dans l'aventure Silver Form pour améliorer le quotidien d'une catégorie de la population souvent oubliée.

Il ne regrette en aucun cas son choix : il est ravi de constater chaque jour les résultats obtenus par les utilisateurs.



L’équipe Silver Form

Maria et Gilles Laporte se sont entourés d’une équipe de professionnels expérimentés, qui partagent des valeurs communes :

Amandine Jauneau, responsable du centre Silver Form Bordeaux. En contact avec le médecin traitant des clients, elle accompagne les clients, leur fournit toutes les informations nécessaires, effectue la prise de rendez-vous et la gestion de planning, les paiements et les prises en charge éventuelles du sport sur ordonnance.

Sam Herbert, coach et formateur. Sam propose des séances d’activités physiques personnalisées dans le centre Silver Form de Bordeaux. Il apporte de précieux conseils et vérifie la bonne pratique des mouvements. Il effectue un bilan tous les quatre mois pour évaluer la progression des personnes. Par ailleurs, il a une mission de formation auprès des EHPAD, maisons autonomie, centres hospitaliers et licenciés de marque.

Paule Suire, coordinatrice établissements séniors. Paule présente le parcours isocinétique dédié aux séniors dans les EHPAD, maisons autonomie et tiers-lieux.

Marine Belan, coordinatrice pour les licenciés de marque. Marine accompagne les futurs licenciés dans leur projet de création et d’ouverture d’un centre Silver Form. Grâce à son expertise et à son expérience, elle programme et anticipe les étapes importantes de la mise en place d’une licence de marque.

Pour en savoir plus

Site web

Contact presse

Gilles Laporte
gilles.laporte@hotmail.com
07 83 31 18 82