

La

# lettre d'info

de l'Association Nationale de Retraités, reconnue d'intérêt général

ACTUALITÉS  
ÉVÈNEMENTS  
BONS PLANS

juin 2024

## ANR Actualités.

### Au programme : Une AG à Paris les 28 et 29 mai

C'est à Paris que s'est tenue l'Assemblée générale 2024. Autour d'une centaine de présidents de groupe, d'administrateurs et délégués régionaux, la réunion présidée par François-Xavier Lehmann a été de belle tenue avec une salle qui n'a pas hésité à poser des questions. Dans son allocution de rapport moral, le président a insisté sur l'accueil des nouveaux adhérents : des postiers, des télécommunicants évidemment mais il a souligné que l'accueil de retraités « extérieurs » apportent « un air nouveau » et les groupes « qui marchent » sont ceux qui ont choisi cette voie. Il a félicité les groupes qui réussissent avec des pistes de progrès originales. C'est par ce chemin que certains groupes réussissent à freiner la perte d'adhérents. « Il faut aussi mettre en place des partenariats extérieurs » a précisé le président. Il a insisté sur le fait que « Sièges et groupes sont complémentaires ». « Le Siège ne fera pas à la place des groupes » a appuyé le président !

Le rapport d'activité et le bilan financier ont été validés par l'ensemble des représentants des adhérents. Dans le domaine de la défense des intérêts des adhérents de l'ANR, la motion intitulée « Les retraités, des citoyens malmenés par les pouvoirs publics » a été validée par l'ensemble de la salle. Il a été souligné que l'ANR va être vigilante sur ce domaine. Le projet sur « l'avenir de l'ANR » sera diffusé prochainement, pour relancer les adhésions et redynamiser les groupes alors que le bénévolat devient problématique....

## Dans les groupes ANR

### Groupe de l'Hérault : Journée de Rencontre Régionale des ANR du Languedoc-Roussillon

Une date à retenir : 12 septembre 2024. Un lieu : Restaurant "La Belle Vigne", rue des Vignes, 66160 Le Boulou.

Des visites programmées : autour de Collioure, avec "Le petit train de Collioure" ou "Le parcours du site classé de l'Anse Paulilles".

C'est le groupe des Pyrénées Orientales qui les attend pour cette journée. Le groupe Hérault organise le transport par car. <https://anr34.fr/>

### Pour le groupe du Loir-et-Cher

*On s'invite entre voisins.* Pour ce mois de juin et, suite à l'invitation de leurs voisins et amis de l'ANR 37, ils marcheront à Rochecorbon le lundi 10 juin. Cette marche sera suivie d'un repas à « LULUPARC », la guinguette de Rochecorbon.

Mais aussi au niveau des activités, dans le cadre des sorties ANCV, ce groupe propose à ses adhérents un séjour en pension complète de 8 jours à Gruissan (AUDE) du 9 au 16 juin 2024. Bravo à eux. <https://www.anr41.fr/>

### Une nouvelle version du Guide Social de l'ANR

Un outil pour vous accompagner le « Guide Social de l'ANR Action Sociale et Solidarité », publication de l'ANR siège mise à jour du mai 2024 : <https://www.adherents.anrsiege.fr/publications/>

## Chèque énergie 2024 : un guichet de réclamation va ouvrir en juillet

Le chèque énergie est versé chaque année aux ménages les plus modestes pour les aider à payer leurs factures d'électricité, de gaz ou encore de fioul domestique. Un décret publié au Journal officiel le 5 mai 2024 a précisé les conditions d'éligibilité pour les chèques énergie émis cette année. Un portail de réclamation doit ouvrir en juillet pour les ménages qui n'ont pas reçu le chèque énergie pour l'instant alors que l'évolution de leur situation leur permet d'y être éligible en 2024.

Le chèque énergie est attribué sous conditions de ressources. Son montant, qui est calculé en fonction de votre [revenu fiscal de référence \(RFR\)](#) et de la composition de votre foyer, varie de 48 à 277 € par an.

## Autonomia en Ile de France

### 1er centre de recherche dédié aux personnes en perte

**d'autonomie** <https://www.aphp.fr/actualite/autonomia-premier-centre-de-recherche-et-dinnovation-en-ile-de-france-dedie-aux-personnes>

Récemment, la préfecture et la Région d'Île-de-France ont annoncé le cofinancement d'Autonomia, le premier centre de recherche et d'innovation en Île-de-France dédié aux personnes en perte d'autonomie, situé au sein de Sorbonne Université et de l'AP-HP (site Charles-Foix).

Dans la pratique, ce centre de recherche va se mettre au service des personnes en perte d'autonomie en proposant une plateforme de recherche en innovation technologique d'envergure internationale, dont l'objectif est de favoriser les travaux de recherche et de développement afin de lutter contre la dépendance liée à la maladie, au vieillissement ou aux situations de handicap.

Plus concrètement, [Autonomia](#) propose à la carte, des espaces, des équipements et des services d'accompagnement sur le temps de recherche et développement de projets innovants. L'objectif étant de créer et évaluer collectivement les solutions d'autonomie de demain dans une optique de mise à disposition accélérée des innovations technologiques pour les utilisateurs.

## Les plafonds de ressources pour bénéficier de la complémentaire santé solidaire ont été relevés

Si vous avez des ressources modestes, vous pouvez bénéficier de la complémentaire santé solidaire pour être aidé dans vos dépenses de santé. Selon le niveau de vos revenus, le dispositif est gratuit ou payant. Les plafonds de ressources pour y être éligible ont été relevés, à la suite d'un arrêté publié au Journal officiel le 29 mars 2024. En fonction de vos ressources, la complémentaire santé solidaire (C2S) :

. ne vous coûte rien ;

. vous coûte moins de 1 € par jour. Les plafonds de ressources pour l'attribution de la complémentaire santé solidaire ont été relevés le 1er avril 2024.

## Maintien à domicile : Comment adapter son logement à la perte d'autonomie ?

Chaque année, 2 millions de chutes de personnes âgées sont recensées en France : il s'agit de la première cause de mortalité accidentelle des plus de 65 ans. Or, d'après l'Agence Nationale de l'Habitat, 80% des logements ne sont pas adaptés pour des personnes en perte d'autonomie. Comment mieux accompagner le bien-vieillir à domicile ? Pourquoi l'adaptation des logements à la perte d'autonomie va s'accélérer ?

Les Français souhaitent vieillir à leur domicile

Selon l'INSEE, le nombre de seniors (+60 ans) en perte d'autonomie passera de 2.5 millions en 2015 à 4 millions en 2050. Même si l'espérance de vie à 65 ans est de +23 ans pour une femme (à l'âge de 65 ans, une femme peut espérer vivre jusqu'à 88 ans en moyenne), son espérance de vie sans incapacité n'est que de +13 ans.

Cela signifie que pour les 10 dernières années de sa vie, son mode de vie sera fortement réduit. La solution de placement en établissement est de moins en moins sollicitée. En plus du coût important, les récents scandales en EHPAD ont refroidi l'intérêt pour cette solution. Par ailleurs, 90% des Français souhaitent vieillir dans leur domicile.

## Les infirmiers franciliens pourront désormais signer des certificats de décès

Un changement majeur vient d'être annoncé par un décret daté du 25 avril 2024, qui étend l'expérimentation visant à réduire les délais d'attente pour les familles endeuillées. Pendant une année en effet, les infirmiers volontaires dans certaines régions "pilote", dont l'Île-de-France, pourront désormais signer les certificats de décès à domicile en lieu et place des médecins. La mort d'un être cher est toujours un moment douloureux, mais quand s'y ajoutent des complications administratives, la peine peut se transformer en véritable

calvaire. En Île-de-France, le constat est sans appel : le temps entre le décès et la rédaction du certificat de décès est souvent trop long.

## **JO 2024 : avez-vous besoin du QR code exigé pour vous déplacer dans certains secteurs de Paris ?** <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A17383>

Un laissez-passer numérique sera indispensable pour vous rendre dans certaines zones de Paris, sécurisées pour la cérémonie d'ouverture olympique. Depuis le 13 mai 2024, une plateforme vous permet d'obtenir le QR code exigé du 18 au 26 juillet. Les règles ne sont pas les mêmes si vous êtes piéton, cycliste ou conducteur d'un véhicule motorisé. Prochainement, il sera aussi possible de demander les laissez-passer en vigueur durant la période des épreuves des Jeux olympiques et paralympiques.

[Deux périmètres de sécurité](#) sont mis en place dans le cadre de la préparation et du déroulement de la cérémonie d'ouverture olympique :

- . un périmètre gris, situé le long de la Seine aux abords immédiats du fleuve (comprenant notamment le jardin des Tuileries et l'île de la Cité) ;
- . un périmètre rouge, situé autour du périmètre gris et devant notamment garantir la sécurité des flux de piétons et de cyclistes (avec la prise en compte d'un risque terroriste)

## **Promenades en forêt**

### **Vous êtes obligé de tenir votre chien en laisse jusqu'au 30 juin**

Comme chaque année, à compter du 15 avril, les propriétaires de chiens ont pour obligation de ne pas détacher leurs animaux en dehors des allées forestières. L'objectif est de préserver la faune sauvage durant cette période marquée par le début de la mise-bas des mammifères et la nidification des oiseaux.

Pendant toute l'année, vous devez garder vos chiens sous surveillance lors de vos balades en forêt ; ils ne doivent pas se trouver à plus de 100 mètres de vous. Entre le 15 avril et le 30 juin, la réglementation est plus stricte : vous devez tenir vos chiens en laisse lorsque vous vous trouvez en dehors d'une allée forestière. Sont notamment considérés comme des allées forestières, les routes ; les chemins ; les sentiers forestiers (sentiers de grande randonnée ou GR, chemins de promenade...).

Cette règle vise à éviter que vos chiens n'attaquent des oiseaux ou d'autres espèces d'animaux et aussi à favoriser le repeuplement de cette faune sauvage.

## **Suppression de l'obligation alimentaire envers le parent ou le grand-parent dans certains cas**

Un parent ou un grand-parent qui n'est plus en mesure d'assurer ses besoins peut solliciter une aide auprès de ses descendants : on parle d'obligation alimentaire. La loi « bien vieillir », publiée au *Journal officiel* du 9 avril 2024, la supprime dans certains cas. L'obligation alimentaire constitue [l'obligation d'aider une personne de sa famille](#) si celle-ci n'est plus en mesure d'assurer ses besoins (se nourrir, se loger, financer des soins médicaux, etc.). Cette aide peut être en nature (logement gratuit ou nourriture, par exemple) ou matérielle (une pension versée en argent, par exemple).

Un ascendant (parent, grand-parent, arrière-grand-parent, etc.), qui est dans le besoin, peut réclamer cette obligation alimentaire à l'un de ses descendants (enfant, petit-enfant, etc.). Cette obligation s'applique aussi [aux gendres et belles-filles](#) à l'égard de leurs beaux-parents. Cette aide varie en fonction des besoins et des ressources de l'obligé alimentaire, c'est-à-dire celui qui va financer les besoins de ses ascendants.

## **Catakit : le sac d'urgence climatique que chaque foyer devrait posséder (Croix Rouge)**

Face à l'intensification des catastrophes naturelles liées au changement climatique, la Croix Rouge recommande désormais que chaque foyer se dote d'un "Catakit" – un sac d'urgence spécialement conçu pour faire face aux situations extrêmes. Cette initiative, à la fois préventive et pragmatique, vise à renforcer la résilience des populations face aux aléas climatiques de plus en plus fréquents et violents. Ambiance... Le concept du Catakit est simple: un sac contenant les essentiels pour survivre durant les premières 72 heures suivant une catastrophe. La composition de ce kit d'urgence est méticuleuse : elle inclut des articles de première nécessité tels que de l'eau potable, des aliments non périssables, une trousse de premiers soins, une lampe de poche dynamo, une radio à manivelle (pour rester informé même en cas de coupure d'électricité), des couvertures thermiques ainsi que divers outils multifonctions.

## **LE CHIFFRE DU MOIS : 82** **Numérique 2023**

Neuf Français sur dix sont internautes et **82% des 12 ans et plus se connectent chaque jour à internet** dans l'Hexagone, selon le Baromètre 2023 du numérique publié par le Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (Crédoc). **Plus de 60% des plus de 65 ans se connectent chaque jour**. L'étude révèle également l'ampleur de la connexion aux réseaux sociaux au quotidien. Les équipements ont progressé : La fibre optique à domicile a gagné 11 points en un an et 87% des Français sont équipés d'un smartphone. Il reste l'équipement le plus souvent utilisé pour se connecter. Le numérique est aussi « un facteur incontournable d'intégration sociale ». Pour huit personnes sur dix, internet est important pour être intégré dans la société, note le Crédoc. 63% des répondants le considèrent comme *"un outil leur facilitant la vie quotidienne"*. Les informations sur la santé constituent un domaine particulièrement recherché sur internet : en 2023, 49% des internautes ont cherché des informations concernant leur santé ou celle d'un proche. Dans ce domaine, l'utilisation des outils numériques est plus répandue aujourd'hui qu'avant la pandémie de Covid-19

## INFOS PRATIQUES

### SOLIDARITÉ

#### Guide aidants familiaux postiers - Edition 2024

La question des aidants est désormais un sujet de société et une préoccupation croissante pour le monde du travail. La France compte entre 9 et 11 millions d'aidants dont plus de la moitié occupe un emploi. Les salariés aidants représentent 15 % de la population active selon l'INSEE.

La plupart disent rencontrer des difficultés à mener de front vie professionnelle et activité d'aidant (manque de temps, stress, fatigue...). La Poste tient compte de cette situation et souhaite permettre aux postiers aidants de concilier au mieux leur vie professionnelle et leur vie personnelle. L'aidant est la personne qui vient en aide, à titre non professionnel, en partie ou totalement, à un proche dépendant, handicapé ou malade, et ce quel que soit son âge, pour les activités de la vie quotidienne. À TÉLÉCHARGER [Guide Aidants 2024 \(ouvert aux retraités\)](#)

### VACANCES

(Ces séjours sont proposés par des COS)

#### Venez séjourner avec votre camping-car dans les Côtes d'Armor au Cap Fréhel

Le camping d'Armor est un camping familial calme et reposant. Il est situé dans un cadre agréable à proximité d'une plage de sable fin (500 m) sur la commune de Fréhel. Animateur en saison sur place. Au cœur d'un Grand site de France et d'une zone Natura 2000.

Nombreux sites touristiques à visiter tel que le Cap Fréhel, le Fort La Latte, les stations balnéaires de Sables-d'Or, d'Erquy, de Pléneuf Val-André, de St-Cast Le Guildo, les villes de Dinard, de St-Malo, de Lamballe, et le Mont St-Michel....

TARIF À LA NUITÉE EN BASSE SAISON (DU 30/03 AU 06/07/2024 ET DU 25/08 AU 29/09/2024) :

Forfait 2 campeurs comprenant l'emplacement camping-car et l'électricité : 16.80 €

Taxe de séjour / Adulte : 0.20 €

Site : <https://camping-armor-bretagne.com/>

Mail : [coslpft22@wanadoo.fr](mailto:coslpft22@wanadoo.fr)

#### Bienvenue à Palavas Les Flots

Découvrez le camping 3\* Domaine St Maurice à Palavas Les Flots.

NOUS VOUS PROPOSONS UN MOBILHOME 2 CHAMBRES 4 PERSONNES :

Encore des disponibilités :

du 2 au 9 juin (280 € la semaine)

Du 1er au 8 septembre (350 € la semaine)

N'HÉSITEZ PAS À CONSULTER NOTRE SITE <https://odylib.fr/partenaires-vacances/> OU NOUS

CONTACTER POUR TOUS RENSEIGNEMENTS :

Tél : 02 47 64 17 37

Mail : [cos.37@wanadoo.fr](mailto:cos.37@wanadoo.fr) Flots