

Réponse du rébus en page 8

**La feuille de chou** - octobre 2015 - Numéro 13

**Edito**



## Les VACANCES terminées...les RETRAITÉS retrouvent leurs soucis !

Au programme de cette rentrée :

Le Blocage de nos Revenus continue

Le Gouvernement serre la vis des communes : les taxes et impôts augmentent.

Le chômage s'accroît : les caisses de Retraites se vident.

L'ARRCO et l'AGIRC s'anéminent : le MEDEF veut faire payer les Retraités!

Nos hommes et femmes politiques annoncent des réformes positives...rien ou presque ne se passe.

La mauvaise situation économique du Pays perdure : Sœur Anne guette en vain la reprise de l'activité.

Les Retraités du Privé attendent toujours l'alignement de leurs retraites sur celles du Public.

**Voilà quelques uns de nos soucis actuels.**

**Comment les retraités peuvent-ils défendre leurs intérêts avec efficacité ?**

Avec l'UNAR-CFTC et les autres syndicats de retraités, il convient d'accentuer la PRESSION :

Sur les pouvoirs publics et "les POLITIQUES"...

Sur le MEDEF et les Dirigeants des grosses Entreprises ou des Grandes Administrations.

Sur les instances locales (Mairies, Départements, Régions)

D'accroître notre soutien aux Syndicats de Retraités dans leur combat pour maintenir notre niveau de vie.

**Souhaitons que l'action intersyndicale (cartes revendicatives vers l'Élysée) porte ses fruits et interpelle nos dirigeants nationaux.**

Quelles actions mènera l'AFR? Nous allons:

Essayer de vous aider pour alléger certaines de vos dépenses : *Opération cadeaux de fin d'année ou vacances.*

Vous conseiller utilement en cas de problèmes administratifs : **SOS MTL 06 72 41 93 11.**

Vous soutenir pour le respect de vos droits ou percevoir ce qui vous est dû.

Vous renseigner efficacement par l'organisation de conférences ou la rédaction de brochures pour faire face à des situations liées à notre âge.

Vous assister du côté juridique : séparation, succession, droits des grands-parents (garde ou visite des petits-enfants), escroqueries, extorsion et abus sur une personne fragile et/ou âgée.

En clair, un programme bien chargé pour une rentrée syndicale active. Certes, nous avons du pain sur la planche mais en travaillant ensemble et en persévérant, nous améliorerons la situation !

Daniel ROESCH, Secrétaire Général

## SOMMAIRE

- Edito
- La Sécurité Sociale 70 ANS déjà
- Quizz
- Ville Amie des Aînés
- Bien manger = bonne santé
- Gachis Parmentier
- Loisirs - Sport et détente
- Rescapés
- Masterchef
- Jouons un peu

## La Sécurité Sociale 70 ANS déjà

On peut être septuagénaire, partager la vie de tous les Français et ne pas être assez reconnue. Rappel sur la sécurité sociale et son régime général qui fêtent un bel anniversaire.

La sécurité sociale ne possède pas de définition officielle. Le terme recouvre l'ensemble des régimes de protection sociale des salariés du privé, des agriculteurs, des travailleurs indépendants et des fonctionnaires.

Les salariés du secteur privé sont regroupés au sein du régime général, auquel « les CAF » appartiennent. Il comprend quatre « branches » : maladie et accidents du travail, retraite, famille et enfin, recouvrement. Chacune est structurée de manière identique, avec une caisse nationale et des caisses locales (départementales ou régionales) : la CNAM et les CPAM, la CNAV et les CARSAT, la CNAF et les CAF, l'ACOSS et les URSSAF.

Toutes les Caisses – nationales ou locales- ont à leur tête un directeur général, nommé par le gouvernement, et un conseil d'administration, composé à parts égales de représentants des salariés et des employeurs.

**Le mot de Jean-Louis Deroussen Président de la CNAF et vice-Président de la CFTC :**  
( source vie de familles)

« Il y a 70 ans, en octobre 1945, trois ordonnances mettent en place la Sécurité Sociale. Elles s'inspirent directement du programme du conseil national de la résistance. On y trouve déjà l'essentiel des principes du système actuel : unité de la Sécurité sociale, généralisation progressive à l'ensemble de la population, extension des risques couverts.... Un an plus tard, la Sécurité Sociale est inscrite dans le préambule de la constitution du 27 octobre 1946, repris dans celle de 1958 : « la Nation assure à l'individu et à la famille les conditions nécessaires à leur développement. Elle garantit à tous, notamment à l'enfant, à la mère et aux vieux travailleurs, la protection de la santé, la sécurité matérielle, le repos et les loisirs. » Depuis 70 ans, la Sécurité sociale a beaucoup évolué. Mais elle est restée fidèle à l'esprit et aux valeurs de ses fondateurs »

**Prise en charge à 100% et ALD / Affection longue durée :**

Durée de la prise en charge ; la période couverte est indiquée sur la notification du médecin conseil de la caisse d'assurance maladie. La demande de renouvellement doit être effectuée 3 mois avant l'expiration de la période initiale dans la pratique, les caisses acceptant en général de statuer quelques semaines avant cette date, mais il est préférable de la demander. Se renseigner auprès de la caisse maladie, de la mutuelle ou de la complémentaire et ne pas oublier de mettre à jour la carte vitale.

**Attention, il n'y a pas de rappel et cet oubli risque d'être préjudiciable pour l'assuré.**

# QUIZZ

1° Le régime général, c'est :

- a) l'ensemble de tous les régimes de protection sociale
- b) le régime des salariés du secteur privé
- c) le régime des hauts gradés de l'armée

2° Les dépenses de sécurité sociale sont décidées par :

- a) le gouvernement
- b) le parlement
- c) personne : on les constate après coup

3° le déficit de sécurité sociale, c'est :

- a) 3% de ses dépenses annuelles
- b) 6,5% de ses dépenses annuelles
- c) un gouffre sans fond
- d) il n'y a pas de déficit, mais un excédent

4° Les personnels de la sécurité sociale sont :

- a) des salariés du droit privé avec une convention collective
- b) des fonctionnaires avec un statut
- c) ni l'un, ni l'autre

5° Une de ces prestations n'est pas versée par la sécurité sociale :

- a) le RSA ( revenu de solidarité)
- b) l'AAH ( allocation aux adultes handicapés)
- c) l'APA ( allocation personnalisée d'autonomie)
- d) l'Allocation logement

6° Aujourd'hui, la principale source de financement de la sécurité sociale, c'est :

- a) les impôts
- b) la CSG
- c) les cotisations
- d) l'endettement

7° Les salariés ne cotisent pas pour l'une de ces branches :

- a) les prestations familiales
- b) la retraite
- c) la maladie
- d) ni a, ni b, ni c, donc d

Réponses Quizz : 1-b / 2-b / 3-a / 4-a / 5-c / 6-b / 7-d

# Ville amie des Aînés

Conçu en 2005 à Rio de Janeiro lors d'un congrès organisé par l'OMS, le projet « Ville Amie des Aînés » a pour principe de développer une dynamique de villes engagées dans l'amélioration du bien-être des aînés sur leur territoire.

L'objectif étant de répondre aux enjeux et attentes d'une population vieillissante.

La démarche se fonde sur l'expérience des habitants et notamment sur celle des aînés. Ils doivent en effet pouvoir participer à rendre la ville plus favorable à un bon vieillissement et à un meilleur « vivre ensemble ». Cet aspect participatif est fondamental dans la démarche VAA en lien avec toutes les forces vives du territoire.

La participation des personnes âgées est une caractéristique essentielle des villes accueillantes pour les seniors. Leur contribution est importante pour évaluer les villes, fixer les priorités, proposer des solutions pour agir, et suivre les progrès accomplis. Une ville amie des aînés est un environnement urbain participatif et accessible qui favorise un vieillissement actif.

Le titre officiel « Ville Amie des Aînés » s'acquiert. De nombreuses villes comme Dijon, Angers, Lyon, Rennes, ont déjà intégré le réseau VAA, la ville de LAVAL enclenche la démarche, si le projet vous intéresse, vous devrez vous rapprocher de votre municipalité.

## Une ville amie des Aînés :

- participe à la lutte contre l'âgisme,
- mène des actions globales et transversales,
- reconnaît et intègre les aînés dans leur diversité,
- favorise l'inclusion et la contribution sociale de tous,
- permet de prendre conscience des besoins et lacunes du territoire,
- structure et fédère des actions pour toutes les populations.

## Comment ça marche ?

Huit thématiques de la démarche : culture et loisirs, autonomie, services et soins, participation citoyenne et emploi, lien social et solidarité, information et communication, habitat, transports et mobilité, bâtiment et espaces extérieurs.

## Les différentes démarches :

Lancement de la démarche,  
Etablir un diagnostic,  
Recueillir la parole des habitants  
Construire le plan d'actions  
Obtenir le titre officiel « Ville Amie des Aînés »

## Alzheimer deux villages pilotes pour les malades et leur famille :

À l'occasion de la journée mondiale d'Alzheimer le 21 septembre 2015, le gouvernement a donné son feu vert à la construction d'un village pilote dans les Landes visant à maintenir les malades dans une vie sociale « ordinaire » et a inauguré près de Tours un « village répit » permettant aux familles de souffler durant quelques jours. Ce premier projet de « village d'Alzheimer » en France accueillera 120 malades à son ouverture en 2018. Son coût est estimé à 22 millions d'euros, son budget de fonctionnement annuel est estimé à 8,5 millions d'euros, partagé entre le département, l'état et les résidents qui devraient payer entre 60 et 65 euros par journée.

Le but de ce village, inspiré du premier du genre, fondé en 2009 aux Pays Bas, est de maintenir aussi longtemps que possible les malades d'Alzheimer dans une vie sociale ordinaire, sans blouse blanche visible, mais sous l'étroite surveillance de 120 soignants et autant de bénévoles. Il sera pour les résidents « un lieu où l'on peut continuer de vivre dans la vraie vie avec la personne aimée, avec laquelle on a toujours vécu ». Selon la Ministre Laurence Rossignol, l'Etat débloquera 3 millions d'euros par an pour financer le budget de fonctionnement de ce « projet pilote » qui a vocation, selon elle, à essaimer dans tout l'hexagone.

« L'impossibilité d'identifier le personnel » doit contribuer à « inscrire les patients dans un paysage normalisé de vie sociale » selon le directeur de l'Agence Régionale de la Santé d'Aquitaine (ARS), pour lui le modèle inventé au Pays Bas « permet d'avoir une liberté totale tout en préservant la sécurité des résidents de façon discrète et en réduisant la consommation de médicaments ».

« **Un village vacances répit famille** » à **Fondettes en Touraine** : Ce village accueille conjointement, pour quelques jours de vacances, des personnes âgées dépendantes et les proches qui en ont la charge. Cela permet à l'aidant de prendre un peu de répit pendant que l'équipe médico-sociale va prendre soin de la personne dépendante.

Madame Touraine, en référence au projet de loi « d'adaptation de la société au vieillissement » a indiqué qu'un droit au répit sera instauré, et qu'à partir de l'année prochaine, les personnes qui sont aidantes pourront bénéficier d'un soutien, jusqu'à 500 euros/an, pour prendre quelques heures ou quelques jours de repos.

Le coût moyen pour un séjour d'une semaine en pension complète d'une personne dépendante et de son proche est de 1223 euros, le coût de la prise en charge médicale étant couvert par l'assurance maladie.

## Judi 1er octobre journée internationale des personnes âgées

Il y a 25 ans l'ONU a mis en place cette journée, l'objectif de celle-ci étant de faire le point sur la situation et les droits des personnes âgées à travers le monde.

Cette année l'accent est mis sur le « développement durable et l'inclusion des personnes âgées dans les milieux urbains.

## Allongement de l'espérance de vie : une évolution, un défi !

L'allongement de l'espérance de vie au niveau mondial est la conséquence de nombreuses évolutions tant médicales et scientifiques que technologiques et sanitaires. Ce phénomène soulève de nombreux défis qu'il est important d'anticiper alors que le nombre de personnes âgées, dans nos sociétés, ne cesse de croître.

A l'occasion de la journée internationale des personnes âgées les « Petits Frères des pauvres » ont créé l'opération « Les Fleurs de la Fraternité » qui a lieu chaque 1er octobre depuis 7 ans en France et dans plusieurs autres pays. Cette journée se veut un moment unique et fraternel permettant de sensibiliser le grand public aux conditions de vie des personnes âgées qui souffrent de solitude et de pauvreté : à savoir que quelques 3000 personnes de plus de 65 ans se suicident chaque année en France.

### Infos conso :

-Le changement de banque va être facilité. L'établissement d'arrivée fera gratuitement les formalités de transfert ( virements..). Pour éviter les chèques rejetés, le client recevra la liste de ceux qui n'ont pas été débités au cours des 13 derniers mois.

-Le taux du livret A est passé à 0,75% depuis le 1er août 2015 (1% auparavant). La baisse s'explique par le faible niveau de l'inflation. Le livret d'épargne populaire est désormais rémunéré à 1,25% et le compte d'épargne logement, hors prime d'Etat, à 0,5%

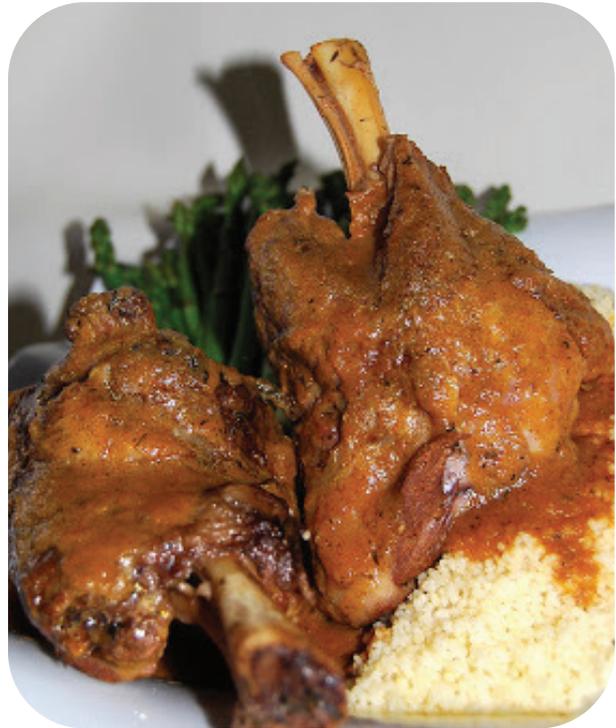
-Les conseillers financiers des banques informent mal les personnes placées sous tutelle et leurs tuteurs. C'est la conclusion de l'AMF (autorité des marchés financiers) après avoir mené des visites mystères qui ont abouti à peu de propositions commerciales, « les préconisations des conseillers ayant souvent été de ne rien changer au patrimoine.»

- Le taux d'infractions est « particulièrement élevé » (40%), selon la DGCCRF, dans le secteur du recouvrement amiable de créances. La Direction de la répression des fraudes a relevé plusieurs manquements : « application systématique de frais » sans que les conditions soient réunies, réclamation de sommes sans preuve de la dette.

## Jarret d'agneau confit et sa semoule façon couscous au cumin

### Ingédients (pour 4 personnes) :

4 jarrets d'agneau  
500 g de semoule  
1 courgette  
1 poivron vert  
1 poivron rouge  
1 oignon  
1 carotte  
100 g pois chiches  
1 gousse d'ail  
coriandre fraîche  
cumin  
sel et poivre  
200g de gros sel  
2 L de graisse d'oie



### Préparation de la recette :

Mettre les jarrets à saler dans le gros sel pendant 12 heures.  
Confire les jarrets dans la graisse d'oie environ 2 heures.  
Détailler les légumes en mirepoix et les poêler à l'huile d'olive.  
Cuire la semoule à la vapeur.  
Ajouter les légumes, le cumin.

### Dressage :

Mettre la semoule et les légumes dans un plat à tajine.

Disposer dessus le jarret et arroser de jus d'agneau

Ajouter de la coriandre hachée et quelques fruits secs.

Reste à déguster ...

Bon appétit !!!



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2						■				
3					■				■	
4				■						
5		■				■		■		
6				■		■				
7			■							■
8					■		■			

## Horizontal :

- 1) La rose est son emblème
- 2) Tu te joignais à la mêlée. Sans maladie de droite à gauche.
- 3) Compositeur de « La symphonie Espagnole ».
- 4) Au début d'un billet doux. Docteur musulman.
- 5) Aurait pu jouer dans une équipe masculine ou féminine. Au milieu du sein.
- 6) Patrie des springboks. Matches se terminant à égalité.
- 7) Club de rugby tarnais. Verbe détesté à l'USAP.
- 8) Néozélandais treiziste. Petite lumière.

## Vertical :

- A) Néozélandais quinziste
- B) Refusai l'évidence. L'Abbé Pistre l'avait.
- C) Pays du poireau
- D) Chanteuse brune. 3.14
- E) Suit le docteur et précède la spécialité. Ancienne unité de poids (sert à mesurer l'intelligence de nos jours)
- F) Regardé. Font les grandes rivières.
- G) Le 1 horizontal en V.O.
- H) Le haka en est un. Adresse informatique.
- I) Bruit de baguette de tambour. Sanctionne l'en-avant.
- J) Valent 7 lorsqu'ils sont transformés.

D	E	L	■	U	■	I	W	I	K	8
■	E	R	D	R	E	P	■	O	C	7
S	L	U	N	■	C	S	F	A	6	
I	E	■	A	■	N	O	E	■	L	5
A	M	E	L	U	O	■	L	I	B	4
S	■	T	G	V	■	O	L	A	L	3
S	A	I	N	■	S	I	A	I	L	2
E	R	R	E	T	E	L	G	N	A	1
J	I	H	G	F	E	D	C	B	A	

# Solutions

**REBUS** : Rot Geai Coude Eire : Allée Lait Petit - Roger COUDERC : Allez les petits