



Edito



Comme je l'avais dit en décembre dernier, je suis là, et voici le 3^{ème} numéro, cela n'est qu'un début, restons sérieux et modestes...

Mais il est clair, qu'en dehors de notre feuille de chou, nos problèmes restent... et bien au contraire ils persistent !!! Et ils vont très certainement s'amplifier.

Forts de notre expérience, une de nos missions est d'aider les salariés à préparer leur départ à la retraite. Notamment en raison des dernières réformes, il leur est difficile parfois en fin de carrière de savoir quand partir et comment évaluer leur future pension.

Pour en savoir plus, consulter le site «www.lassuranceretraite.fr» rubrique «Retraités/paiement de la retraite/En cas de résidence à l'étranger» ou adresser vous à votre caisse régionale

Michel PERMAROLE,
Président de l'UFR.

Date naissance	Age légal départ	Durée de cotisations Ouvrant droit taux plein	Age départ taux plein
Avant 1949	60 ans	160 trimestres	65 ans
1949	60 ans	161	65 ans
1950	60 ans	162	65 ans
1er sem 1951	60 ans	163	65 ans
2ème sem 1951	60 ans et 4 mois	163	65 ans et 4 mois
1952	60 ans et 9 mois	164	65 ans et 9 mois
1953	61 ans et 2 mois	165	66 ans et 2 mois
1954	61 ans et 7 mois	165	66 ans et 7 mois
1955	62 ans	166	67 ans
1956	62 ans	Pas connu à ce jour	67 ans

SOMMAIRE

Edito

Espace Infos

- La carte vitale Européenne
- La carte européenne de stationnement

Actualité

Espace Jeux

Recette de nos terroirs

La Carte Vitale Européenne

Vous partez en vacances en Europe, dans un état de l'Union Européenne ou en Suisse. Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge sur place de soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour. Au moins 15 jours avant votre départ, demander votre carte auprès de votre caisse d'assurance maladie. **Cette carte (CEAM) est valable 1 an, elle est individuelle et nominative. Chaque membre de la famille doit avoir la sienne, y compris les enfants de moins de 16 ans.**

Aucun document n'est à fournir lors de votre demande.

Vous pouvez demander votre CEAM :

- **Par internet** : se connecter sur votre compte AMELI, rubrique «votre demande»,
- **Par téléphone** : en composant le 3646, depuis un poste fixe,
- **Sur place** : en vous rendant dans un des points d'accueil de votre Caisse Assurance Maladie.

En cas de soins durant votre séjour, il vous suffira de présenter votre carte CEAM, vous pourrez bénéficier de la prise en charge de vos soins médicaux selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays de votre séjour.

- Soit vous n'aurez pas à faire l'avance des frais médicaux,
- Soit vous devrez faire l'avance de ces frais et vous faire rembourser sur place par l'organisme de sécurité sociale de votre lieu de séjour.

Solliciter une carte européenne de stationnement handicapé

Cette carte permet à son titulaire ou à la personne qui l'accompagne de stationner sur les places réservées aux personnes handicapées. Elle est délivrée par le Préfet à toute personne atteinte d'un handicap réduisant sa capacité et son autonomie de déplacement à pied, ou qui impose quelle soit accompagnée par une personne dans ses déplacements. La demande doit être adressée au moyen du formulaire CERFA N° 13788 °01, accompagnée du certificat médical N° 13878 °01 à la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).

Cette demande doit être accompagnée d'une photo d'identité récente et en couleur, d'une photocopie d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile.

La carte est attribuée pour une durée déterminée ne pouvant être inférieure à un an, ou à titre définitif. Lors de son utilisation, cette carte doit être apposée de façon visible à l'intérieur du véhicule, derrière le pare brise, dans un coin côté gauche.

Actualité

Les nuages noirs s'amoncellent sur nos têtes... Des économistes, des hommes et des femmes politiques – dits sérieux – nous prennent pour cibles et parlent à tout propos de notre patrimoine...

serions-nous tous des héritiers de Mme.de Béthencourt ou est-ce que nos bas de laine et nos comptes en banque sont-ils à ce point remplis ?

Au moment où les Restau du Cœur accueillent de plus en plus de retraités et où le surendettement explose pour le 3ème âge, alors que nous sommes de plus en plus amenés à aider, non seulement nos parents, mais aussi maintenant nos enfants et petits-enfants, mis à mal par la crise, nous apparaissions aujourd'hui comme des nantis.

Fort de cette conviction, le secrétaire national chargé des retraités, dans le parti au pouvoir, ne déclare-t-il pas que la prochaine réforme devra mettre à contribution les retraités ! Les promesses d'avant « les Présidentielles » sont bien loin... Un grand patron n'hésite pas à dire, à la radio, qu'il est plus normal de solliciter les retraités plutôt que les jeunes actifs ! Patrons et gouvernement voudraient maintenant contraindre les RETRAITÉS du PRIVÉ à accepter des augmentations de pensions inférieures à l'inflation... Autrement dit une BAISSSE DE NOTRE NIVEAU DE VIE ce que la CFTC et les autres syndicats ont toujours combattu pour les actifs ! Au fait qu'est-il prévu pour les fonctionnaires ?

Les patrons veulent préserver les bénéfices des actionnaires...de leur côté les politiques de tout bord – à gauche comme à droite – veulent que les salariés et les retraités comblent les déficits qu'ils ont creusés ! Qu'ils commencent déjà à nettoyer devant leurs portes : suppression du cumul des mandats et des indemnités qui y sont liées, diminution du nombre de parlementaires, suppressions de certaines instances territoriales... Là il y a des économies à faire !

Mais l'intérêt Individuel semble avoir plus d'importance que le collectif au niveau Politique...alors n'y croyons pas trop !

RETRAITÉS : il nous faut faire bloc... manifester notre RAS LE BOL... appuyer avec détermination l'action de l'UNAR CFTC en tenant compte de notre réalité ! En nous battant nous éviterons des dégâts plus graves !

Daniel ROESCH - Secrétaire Général UFR - CSFV

Espace jeux

Comment s'appelle le Président de la CSFV ?

A° Patrick AVIS - B° Patrick EUROPCAR - C° Patrick ERTZ

Que veut dire « UFR » ?

A° Union Française Républicaine - B° Union fédérale des Retraités - C° Urban Foot Rémois

Que veut dire « CSFV » ?

A° Commerce services et force de vente - B° Ces sacrées forces vives - C° Club sportif des français volants

Le Président de l'UFR CSFV Michel PERMAROLE est :

A° Cathodique - B° Catalan - C° Catalogue

Réponse du rebus :

Miche - Ailes - Paire - Mare - Olé

Michel PERMAROLE



Recette de terroir

A l'honneur pour cette première recette de terroir : le Nord / Pas de Calais avec le Poulet aux citrons
(*Recette facile, économique avec un équipement minimum*)

Voilà un poulet parfumé, doré à point, à servir avec des pommes de terre rattes du Touquet ...

Durée de réalisation 15 minutes

Temps de cuisson 1H15

Température 240 – thermostat 8

Accompagnement Vin blanc ou rosé

LISTE DES INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- Un poulet fermier 1 kg 500
- 2 citrons jaunes non traités
- 12 pommes de terre rattes du Touquet
- 4 brindilles de thym
- 130 grammes beurre en pommade
- 1 dl vin blanc sec
- Sel et poivre du moulin



RECETTE

Laver les 2 citrons, les essuyer, les couper en 4. Garnir le poulet avec les 8 quartiers de citrons. Saler et poivrer l'intérieur. A l'aide d'un pinceau, badigeonner le poulet avec le beurre en pommade, le saler et poivrer en surface. Mettre le poulet dans une cocotte. Disposez les pommes de terre préalablement lavées tout autour. Ajouter les brindilles de thym et versez un verre d'eau. Couvrir et mettre la cocotte au four thermostat 8 durant 1H15. Sortir la cocotte du four. Retirer le couvercle. Oter le poulet et les pommes de terre. Dresser sur un plat de service. Porter à frémissement le jus de cuisson. Ajouter 1 dl vin blanc sec. Laisser réduire 2 à 3 minutes. Incorporer 30 grs de beurre coupé en petits morceaux. Remuer vivement avec un fouet. Verser cette sauce dans une saucière et servir aussitôt. Vous n'avez plus qu'à déguster !!!!

Quelques idées pour découvrir cette région

- Centre Historique Minier de LEWARDE (près de Douai),
- Base de Loisirs de WINGLES
- Musée du Louvre à LENS

Pour terminer l'exposition, jusqu'au 10 Novembre 2013, au Musée St VAAST à ARRAS « Roulez Carrosses » tout droit venus de Versailles

Réponses de l'espace jeux :

1 réponse C, 2 réponse B, 3 réponse A, 4 réponse B

Bravo à tous ceux et celles qui ont bien répondu à toutes les questions et rendez-vous au prochain numéro.

