



Numéro 37

SOMMAIRE

P.1 : le mot du Président

P.2-3 : Vie de l'association

- ◆ **Circuit-découverte en Ecosse**
- ◆ **Fête de l'agriculture**
- ◆ **Sortie au Cabaret K**
- ◆ **Sorties et voyages 2025**
- ◆ **Assemblée Générale 2025**
- ◆ **Vacances en mobil-home**
- ◆ **Renouvellement des adhésions**

P.4 :

- ◆ **Actualités et orientations de nos partenaires**
- ◆ **Pour une retraite active et solidaire**



Le mot du Président

Bienvenue à nos nouveaux adhérents, jeunes retraités pour la plupart, une nouvelle étape commence dans votre vie. Un des objectifs d'INITIATIV'Retraite, confirmé par son slogan « une retraite active et solidaire » doit nous permettre de s'inscrire dans

la durée. De nombreuses possibilités existent pour pratiquer des activités physiques, éducatives et conviviales, quelques-unes sont énumérées dans ce bulletin en dehors des rencontres de l'association.

Le contexte mondial morose avec les conflits en Ukraine, au Moyen Orient, et au niveau national : les problèmes liés aux stupéfiants, les enlèvements, les attaques au couteau, les difficultés économiques qui pèsent sur le pouvoir d'achat, les propositions très variées du gouvernement qui soulèvent plus de questions que de décisions, les excès climatiques..., ne nous apportent pas un climat de confiance.

Quelles vont être les conséquences sur notre vie de retraité ? Notre pouvoir d'achat va probablement être une nouvelle fois amputé, si ce n'est par la poursuite des augmentations inéluctables des cotisations d'assurances, ça le sera par une indexation retardée ou moindre de nos retraites.

Concernant les complémentaires santé, nous essayerons d'apporter des explications lors de notre Assemblée Générale du 1^{er} avril 2025.

Au niveau du département, vous avez remarqué le développement des parcs logistiques autour de Troyes. Pourquoi une telle évolution vers une économie logistique ? ; ce sera le second sujet abordé lors de notre prochaine Assemblée Générale.

Prenez le temps d'explorer ce bulletin et de noter les dates de nos prochaines rencontres.

N'hésitez pas à promouvoir INITIATIV'Retraite auprès de votre entourage ; malgré certaines communications, les nouveaux retraités ne connaissent pas notre association.

Dans l'attente de se retrouver, bonnes fêtes de fin d'année.

Le Président
Jean Bourtembourg

Merci à nos partenaires pour leur soutien :



INITIATIV'RETRAITE10

Chambre d'Agriculture – Espace Régley
1 boulevard Charles Baltet – CS 44080 – 10000 TROYES
Mail : initiativ.retraite10@gmail.com - Tél. : 03 25 43 72 72

www.initiativ-retraite.fr

Actualités

AFFILIÉE À
FÉDÉRATION NATIONALE
INITIATIV'
RETRAITE
Active & Solidaire

VIE DE L'ASSOCIATION

CIRCUIT-DÉCOUVERTE DE L'ÉCOSSE



Avec le concours de l'Agence Salaün Holidays, les 4 et 18 septembre 2024, 69 personnes partagées en 2 groupes ont eu le plaisir de découvrir les mille et une facettes de ce pays nordique débordant de merveilles et paysages mystiques.

A notre arrivée en Ecosse, notre guide Garry, nous a fait visiter la fascinante capitale Edimbourg avec son quartier médiéval, son château et son musée.

Nous avons continué notre circuit en nous dirigeant vers Stirling, porte historique des Highlands, région réputée auprès des amateurs de whisky. Dans la vallée de la rivière Spey surnommée "le Triangle d'Or", nous avons apprécié la visite de la distillerie de whisky commentée par le dirigeant et suivie d'une dégustation bien agréable pour les connaisseurs.

Après Aberdeen et son grand port pétrolier, la visite du château de Crathes et son magnifique jardin nous ont donné l'exemple de l'architecture écossaise.



Nous avons quitté la mer du Nord pour traverser la lande de Culloden, paysage mystique et sauvage pour arriver à Inverness, ville chargée

d'histoire et de traditions ancestrales.

Après l'île de Skye, reliée au continent par un pont, nous avons découvert les mythes et les légendes du monstre sacré du Loch Ness.

Ensuite, nous avons traversé la vallée de Glencoe pour une mini-croisière sur le Loch Lomond, sous le soleil.

Après les paysages de nature, nous sommes arrivés à Glasgow, ville dynamique et la plus branchée d'Ecosse, puis retour en France.

Fin octobre, nous nous sommes retrouvés pour un après-midi photos grâce à Anne-Marie et Claude qui ont composé, chacun, un diaporama nous rappelant les différentes facettes et les bons moments vécus dans ce pays mystique. Merci à eux.

FÊTE DE L'AGRICULTURE



Dimanche 18 août à Orvilliers-Saint-Julien, la journée s'annonçait très mal au vu des précipitations de la veille et de la nuit. Nous avons subi plusieurs dérapages et patinages pour atteindre le stand et se préparer. Mais, grâce à l'organisation des Jeunes Agriculteurs, un paillage devant les stands a permis une inauguration officielle dans des conditions acceptables.

Avec le soleil de l'après-midi, nous avons accueilli plusieurs adhérents et prospects. Cette rencontre a permis également d'autres contacts avec nos partenaires.

Une belle journée conviviale pour les représentants d'INITIATIV'Retraite 10 qui ont tenu le stand.



SORTIE AU CABARET K



Jeudi 5 décembre, 39 personnes prenaient le car pour se rendre à Tinquieux au Cabaret K. Troisième plus grand cabaret de province, le K nous a ouvert ses portes pour vivre un après-midi inoubliable.

La revue à grand spectacle « femmes Mythik » a commencé dès l'apéritif, puis tout au long du repas servi dans les traditions françaises.

Les artistes ont rendu hommage à toutes les femmes, héroïnes du quotidien, célèbres ou anonymes. Nous avons été émerveillés par la beauté de la mise en lumière des costumes et des danses. Chaque tableau du spectacle a célébré l'esprit indomptable de ces femmes qui ont changé le cours de l'histoire.

L'après-midi, quatre humoristes ont su animer la salle avec leurs histoires rocamboliques.

Tous les participants ont apprécié cette sortie, en particulier les femmes qui ont été mises à l'honneur.

SORTIES ET VOYAGES PROGRAMMÉS EN 2025

- ◆ **2 circuits-découverte vous ont été proposés pour 2025 :**
 - la **Crête** du 17 au 24 mai
 - la **Slovénie** du 14 au 21 septembre

Le programme détaillé de ces voyages est disponible sur notre site internet.
- ◆ **Rencontre festive de début d'année :** elle aura lieu le **samedi 11 janvier**, salle des fêtes de Saint Parres aux Tertres. Les Comédiens du Tertre auront le plaisir d'interpréter devant vous une comédie en 3 actes intitulée « à vous de gagner ». Un très agréable moment qui sera suivi de la galette et du verre de l'amitié.

- ◆ **Randonnée pédestre :** le jeudi 12 juin, vous serez invités à parcourir les sentiers de la commune de Montiéramey. Pour agréments cette sortie, nous envisageons de vous faire découvrir un monument classé cher aux habitants du village. Comme les années précédentes, vous aurez la possibilité de prendre le déjeuner au restaurant. Une invitation vous sera envoyée courant mars.
- ◆ **Sortie parisienne :** en 2025, nous prévoyons de vous emmener à Paris, soit au théâtre, soit pour une visite culturelle. Nos recherches sont actuellement en cours.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2025

L'Assemblée Générale **d'INITIATIV'Retraite 10 se tiendra le mardi 1^{er} avril** à la halle sportive de Mesnil-Saint-Père. Les travaux de cette assemblée et le repas auront lieu dans la même salle. Un courrier individuel sera adressé fin février aux adhérents.

VACANCES EN MOBIL-HOME AVEC HOMAIR/TOHAPI

La saison 2025 des locations en mobil-home est ouverte. HOMAIR/TOHAPI vous offre un large choix de destinations, en France et en Europe.

En basse saison, la semaine de location démarre à 154 €/semaine et peut atteindre 50 % de réduction sur le prix public.

En haute saison (juillet et août), les adhérents peuvent également bénéficier d'une remise minimale de 15 % cumulable avec les offres en cours.

Retrouvez toutes les informations utiles sur notre site internet initiativ-retraite.fr

RENOUVELLEMENT DES ADHÉSIONS

Le renouvellement des adhésions pour l'année 2025 est en cours. Nous rappelons aux adhérents qui n'auraient pas choisi le prélèvement automatique que leur chèque de **règlement doit impérativement nous parvenir avant le 17 janvier**.

ACTUALITÉS ET ORIENTATIONS DE NOS PARTENARIATS

INITIATIV'Retraite 10 est représentée dans les instances départementales que sont l'ASEPT et le CDCA. Leur rôle, que nous vous présentons ci-après, est très important auprès des retraités :

- **L'Association Santé Éducation et Prévention sur les Territoires Champagne-Ardenne (ASEPT)** a réuni son conseil d'administration le 2 décembre 2024.

Nous sommes des relais d'information avec nos adhérents sur les territoires aubois pour augmenter la participation aux réunions.

Plusieurs actions sont mises en place : Vitalité, PEP'S Euréka, « prévenons certains cancers », conférences santé, prévention routière seniors, le sommeil nutri'Activité sont déployées ou vont l'être pour 2025 avec des intervenants spécialisés.

La convention signée avec la MSA porte sur l'information à partir de notre réseau d'adhérents et nous comptons sur votre connaissance du territoire.

INITIATIV'Retraite 10 suit aussi les contrats locaux de santé d'Arcis, Piney, Vendeuvre-Soulaines et Aix en Othe.

- **Le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie (CDCA) présidé par le Conseil Départemental.**

Nous jouons un rôle consultatif avec un mandat de 3 ans pour représenter les usagers retraités, les personnes âgées, leurs familles et les proches aidants.

Le Schéma Départemental de l'Autonomie, bâti à partir des 3593 questionnaires reçus, a permis un état des lieux et proposé des objectifs qui vont se décliner en fiches actions (lutte contre l'isolement des personnes âgées, attractivité des métiers de l'aide à domicile, qualité de vie, moyens de transports, accès aux droits et information, etc).

Dans l'AUBE, plusieurs réunions portant sur les conseils de la vie sociale (CVS) ont permis d'affiner 3 thèmes : comment se faire connaître ?, les objets perdus, disparus ou volés en EHPAD, le consentement et le libre choix de la personne âgée ou handicapée.

Le Schéma Départemental de l'Autonomie 2024-2028 doit être signé début 2025 par le Président du Conseil Départemental.

POUR UNE RETRAITE ACTIVE ET SOLIDAIRE

Pour trouver un certain équilibre de vie, tout individu et d'autant plus pour les retraités, il faut bouger pour maintenir une certaine forme. Il y a de plus en plus de participants dans les clubs en gymnastique volontaire, aquagym, marche... Continuons cette évolution pour profiter de plus de convivialité, se créer de nouveaux cercles d'amis qui seront des soutiens quand la solitude ou la maladie surviendra et ainsi ne pas rester seul à la supporter.

Beaucoup de réunions ou ateliers MSA, ASEPT, GROUPAMA, AGIRC ARRCO, Mutualité française bien souvent en lien avec les communautés de communes, le département, sont proposés. N'hésitez pas à y participer, nous avons toujours à apprendre et cela favorise de nouveaux contacts.

De même, beaucoup d'informations diverses sont accessibles sur les réseaux numériques pour continuer à activer nos neurones, par exemple « Happyvisio » en lien avec le département «senior aube» sur des sujets très divers (numériques, santé, société, coaching exercices physiques, yoga, pilate, langues, quiz...)

De nombreuses possibilités existent pour s'améliorer, s'informer, apprendre à mieux naviguer en sécurité avec des présentations vidéos ou des visioconférences. Au niveau de notre association, le site internet d'INITIATIV'Retraite propose de nombreuses informations et notamment des tutoriels vidéos sur la chaîne YouTube «Seniors Numériques». De plus, pour notre gestion administrative, l'utilisation des mails et des «newsletters» permet une communication plus rapide et moins onéreuse.

Il est nécessaire d'améliorer l'utilisation du numérique par tous car de plus en plus de démarches administratives nécessitent de maîtriser internet. Il ne faut pas hésiter à se former quelque soit son âge et apprendre à détecter les messages ou les sites malveillants. L'utilisation de tablette ou smartphone est de plus en plus intuitive et le plaisir de pouvoir partager des photos et visios avec ses enfants et petits-enfants éloignés doit aider à se former.