

SOMMAIRE

P.1 : Le mot du Président

P.2 : Quoi de neuf ?

- Les retraites
- La Santé

P.3 : - Loi Grand Age
 - Ateliers Bons Jours

P.4 : Les vacances
 La Galette
 L'Assemblée Générale
 Les voyages
 Entre nous

Liens vers :

<https://www.fnaropa.fr/espace-adherent>

Vient de paraître :



Le mot du Président

Une forme olympique pour 2024.

*Une année chasse l'autre, et c'est parti, la nouvelle année est déjà bien entamée ! Vous avez eu le temps de prendre vos bonnes résolutions et peut-être déjà constaté que vous aviez placé la barre un peu haute ! Citons, par exemple, le vœu de se délester de quelques kilos, mais comment faire au moment de la Galette des Rois, des crêpes de la Chandeleur, des beignets de Mardi Gras, qui portent bien leur nom !**

Nous avons échangé nos vœux, sur chaque département lors d'après-midis « galettes » qui remportent le palmarès de la convivialité au regard de la forte participation ! Des échanges chaleureux dans la grisaille de l'hiver, c'est gratuit, et ça fait du bien !

Pendant ce temps, la réforme a entamé sans bruit sa montée en charge et nous commençons bien l'année, avec l'augmentation de la retraite de base, après avoir bénéficié de celle des retraites complémentaires.

Pas vraiment le jackpot, l'inflation ne bat pas en retraite et les hausses interviennent avec un décalage d'un an par rapport à la tendance inflationniste. Mais c'est un bon coup de pouce quand même !

Selon les économistes, bien qu'en légère décline, l'inflation restera, encore cette année la préoccupation essentielle. Ce ne sont pas le doublement des franchises médicales et la hausse des prix de l'énergie qui vont arranger les choses pour les consommateurs !

D'autant que le contexte politique international n'est pas là pour redonner le sourire.

Tous les scénarios sont là pour une flambée des prix, que ce soient les difficultés d'approvisionnement, les guerres, ou la spéculation... D'où la nécessité de continuer à être vigilants et à agir pour défendre notre pouvoir d'achat !

A plus grande échelle, ce contexte est aggravé par les effets néfastes du réchauffement climatique. Entre les catastrophes naturelles liées à ce phénomène et les dégâts causés par les guerres, des drames humanitaires se nouent, créant un sentiment général de tristesse et d'insécurité.

Plus près de chez nous, ce n'est pas non plus l'hymne à la joie ! L'actualité politique est mouvementée. Compte-tenu de nos origines professionnelles, nous ne sommes pas restés insensibles à la fronde des agriculteurs. Les premières mesures en leur faveur vont-elles éteindre ce mouvement qui révèle les disparités de ce monde en pleine mutation. S'il suffisait d'acheter local pour résoudre le problème !!! Pour son baptême du feu, voilà le nouveau gouvernement en prise avec un dossier épineux et ceux qui suivent ne sont pas plus digestes !

Parmi ces dossiers, 2024 devrait voir des évolutions significatives sur deux sujets : « Fin de vie » et « Bien vieillir », et, dans ce domaine, les experts de nos commissions fédérales sont là pour apporter un éclairage de terrain.

A notre niveau et parce que beaucoup d'entre nous sont concernés, nous souhaitons attirer votre attention sur les dispositifs de soutien existants à l'attention des personnes aidées (82% ont plus de 70 ans) et ceux qu'on appelle les aidants. (Sur notre page d'accueil.)

Une bonne nouvelle ! Notre équipe d'administrateurs va se renforcer. Des adhérents ont entendu nos appels et nous rejoindront à la prochaine AG. Déjà, merci à ceux qui donnent du temps en communication, comptabilité, accueil, information, animation, travail administratif, coups de main ici et là...et plus encore.

Des vœux d'optimisme pour 2024, mieux vous connaître dans votre grande diversité et répondre à vos attentes.

Notez la date de l'Assemblée Générale, le 23 mai 2024 à SAONE, où une surprise vous attend.

**(recommandation plan nutrition santé)*

Le Président,

Jean François POISOT



QUOI DE NEUF ? ACTUALITE

RETRAITES

Retraite de base :

+ 5,3 % au 1/1/2024 payée le 9/2/2024

Retraites complémentaires :

ARRCO/AGIRC : + 4,9 % au 1/11/2024

Les augmentations dont nous venons de bénéficier, sont critiquées par les économistes qui y voient une décision politique posant la question de l'équité entre les générations, ce dont s'est fait écho une certaine presse. Serions-nous « toujours plus choyés » (Les Echos).

Qu'en pensez-vous ? Tout est question de point de vue, ce qui ne nous empêche pas de déplorer la trop faible rémunération du travail.

On peut souligner les points positifs de la réforme notamment la revalorisation des petites retraites, l'ouverture de nouveaux droits en cas de cumul emploi retraite...

Notre collaborateur, Jean Louis Vannet vient de faire une formation sur les nouvelles dispositions et il saura d'autant plus vous conseiller pour votre dossier que ce soit pour vos droits personnels ou la pension de réversion.

Son téléphone 03 84 47 06 92.

Dans sa mission de défense des intérêts des retraités, notre fédération, alimentée par les remontées du terrain,

continue à travailler avec ses partenaires sur les points de difficultés de cette réforme.

SANTE

L'addition des frais de santé devient salée !

La hausse attendue des frais de santé :

Sans préjuger du résultat des concertations actuelles, ce projet devrait entrer en vigueur à la fin du mois de mars et d'ici début juin : 1€ par boîte de médicament et acte paramédical, 2€ par consultation chez le médecin, examens et analyses de biologie médicale, 4€ pour chaque transport sanitaire.

ET, double peine, les complémentaires santé répercutent automatiquement une hausse des cotisations pour maintenir l'équilibre !!!

Notre fédération nationale s'élève contre le doublement de ces franchises et participations forfaitaires et s'oppose à toutes mesures qui freinent l'accès aux soins pour les plus démunis, et amènent les personnes les plus à risques à renoncer aux soins.

Cette situation, conjuguée avec les difficultés d'accès à un médecin traitant, ne risque-t-elle pas d'augmenter le recours à une automédication non contrôlée chez les patients, et retarder d'autant la prise d'un traitement médicalement efficace et approprié ?

Par ailleurs, constatant qu'une part significative de la population n'accède pas à la couverture santé solidaire. (12% des personnes les plus pauvres n'ont aucune couverture complémentaire), INITIATIV'Retraite demande

l'extension de l'aide financière à la complémentaire santé solidaire (CSS) à plus de foyers, par une revalorisation significative des plafonds. En effet, ses bénéficiaires sont exonérés des participations forfaitaires sur les consultations médicales, et les examens de radiologie et biologie ainsi que des franchises médicales sur les médicaments. L'objectif est de réduire le nombre de personnes ne recourant pas à une couverture santé complémentaire du fait de leurs faibles revenus.

Nous invitons nos adhérents à être attentifs et de vérifier pour eux-mêmes l'accès à ce droit.

Plafond actuel 2024 : 1 093 € par mois.

UNE LOI

« GRAND ÂGE et AUTONOMIE » Pourquoi ?

Pour rester pragmatiques, l'objectif de cette loi est de permettre aux personnes âgées ou en situation de handicap et à leurs aidants, d'avoir accès de manière simplifiée à l'information et de pouvoir être orientées en fonction de leur besoin et de la complexité de leur situation personnelle.

Ici, nous souhaitons attirer votre attention sur les solutions proposées pour accompagner ceux qu'on appelle les aidants, qui, souvent, ne se reconnaissent pas comme tels, leur solidarité étant vécue comme tout à fait naturelle. Néanmoins, leur vie peut être impactée au niveau social, familial et professionnel. Ils ont besoin de préserver leur santé et de prendre du temps libre.

ETRE AIDANT, un devoir ?

La solidarité des aidants est aussi discrète que massive tant le lien familial les rend invisibles.

Que font-ils ? Ce rôle recouvre des fonctions différentes. Ils s'occupent de façon régulière d'un proche dépendant à domicile ou tiennent un rôle d'aidant auprès d'un proche, quelques heures par semaine ou 24 h/24 ! Vous vous reconnaîtrez peut-être...

Qui sont-ils ? 63 % sont des retraités, 60 % sont des femmes, mais cette tendance s'inverse après 75 ans : 50 % sont des enfants, 25 % sont le conjoint(e). Souvent, au sein des couples cette aide est vécue comme naturelle. En fonction de leur ressenti ils demanderont -ou pas- une aide.

Certains n'ont pas de sentiment marqué de la charge, ils vivent « avec ». Par contre, certains se sentent particulièrement sollicités, la charge lourde étant ressentie par seulement 20 % des aidants et cela se traduit par une sensation d'épuisement, de fatigue physique ou psychique. Des réponses doivent donc être apportées, l'aide d'un personnel salarié n'étant pas toujours suffisante ou satisfaisante.

MSA et AGRICA nous ont présenté leurs dispositifs spécifiques pour l'accompagnement des aidants dont ils font une priorité dans le cadre de leur action sanitaire et sociale en apportant informations et conseils dont vous trouverez la déclinaison sur leur site ...

MSA : 03 84 35 25 25

AGRICA : 0800 944 333.

Bon à savoir : sans attendre, vous pouvez bénéficier aussi de nombreux conseils et mises en garde, afin de prendre les décisions les plus appropriées. Et tout cela avec une seule adresse : pour-les-personnes-agees.gouv.fr. (Portail national d'information pour les personnes âgées et leurs proches). A chacun d'en faire le meilleur usage en fonction de la situation.

Des informations capitales : Etre rémunéré pour l'aide apportée à son proche, droit au répit, aides fiscales, aides financières légales ou extra légales et possibilités offertes aux aidants, annuaires des établissements, comparateurs de prix.

LES ATELIERS BONS JOURS

Commençons par bien vieillir !

BIEN VIEILLIR sur les territoires.

<https://www.ateliersbonsjours.fr>

Vous connaissez le programme des Ateliers Bons Jours. Le programme vous a été adressé le 1er février.

Le menu est copieux avec ses thèmes classiques, ateliers mémoire, équilibre, nutrition, sommeil et quelques petits nouveaux, par exemple, « fête du lien » dans le Jura à Tavaux et Commenailles, « en voiture je me rassure » sur le Territoire de Belfort à Trévenans, ou encore « la retraite de Babeth » à GRANDVILLARS le 12 avril 2024.

Ces actions sont animées par un réseau de bénévoles. Or les années passent et certains de ces bénévoles souhaitent arrêter. Il est donc important de pouvoir renouveler le réseau qui fait appel aux volontaires. Il suffit d'avoir envie ! Faites vous connaître ! Une formation et un soutien sont assurés.

Pour les lecteurs et lectrices qui seraient intéressés par cette expérience d'animation. Renseignements :

Elodie GASCA, Mutualité Française Bourgogne-Franche-Comté, 0381251760
lesbonsjours25@bfc.mutualite.fr



Jamais sans mes vacances !

VACANCES, pour s'évader ! Un coup d'œil sur nos offres.

Donc pensons déjà aux vacances. Pas besoin d'aller au bout du monde pour s'évader.

Nous, on lutte contre la vie chère et pour les loisirs !

Avec la carte Butterfly, vous pouvez obtenir des réductions significatives (5 à 50%) dans les stations de ski mais aussi dans certains magasins de sport.

L'été, profitez de remises sur les forfaits vtt/piétons, luge sur rail ou tyrolienne jusqu'à -30% parmi plus de 60 stations partenaires en été.

ZOOM sur VACANCES BLEUES

Vos avantages.

Individuellement avec le code FNR

- 15% sur les établissements VACANCES BLEUES

Avantages cumulables avec les Early Bookings et Promotions Catalogues (jusqu'à 30% supplémentaires).

- 5% sur les séjours à l'étranger

Réservations par téléphone au 04 91 00 96 13 ou sur nos sites internet.

Et encore : GD Vacances.....AVMA...Clevacances

Rendez-vous sur notre site.

GALETTES

A Initiativ' Retraite, on aime la Galette.

Nous ressentons toujours un vrai plaisir à renouer des liens, c'est une très bonne occasion de reprendre contact avec des personnes que nous n'avons pas eu l'occasion de rencontrer récemment.



En Haute Saône



Dans le Doubs

ASSEMBLEE GENERALE

A noter sur vos agendas !

Nous serions contents de vous revoir à l'AG qui se tiendra **le Jeudi 23 mai à Saône Espace du Marais**, pour continuer les conversations, prendre des nouvelles les uns des autres ou/et tout simplement s'informer. Et chanter...

Oui, du nouveau cette année : après le cérémonial qui entoure le déroulement de l'AG, place au repas et pour égayer le début d'après-midi : un groupe de chanteurs et musiciens : « Les Intemporelles », qui se produisent dans la continuité des Marchands de Bonheur, groupe bien connu dans la Vallée de la Loue. Nous pourrions reprendre avec eux les airs qui ont fait vibrer nos années 80 ! ou comment passer facilement du sérieux au pas sérieux.

Vous recevrez prochainement votre invitation.

VOYAGE 2024

Le circuit en NORVEGE du 30 mai au 6 juin 2024.

41 inscrits, le nombre maximum de places que nous pouvions offrir.

SORTIE à la journée : nous étudions la possibilité de proposer des sorties à la journée. Vous avez peut-être des suggestions ?

COMMUNICATION ENTRE NOUS !

Nous adressons cette lettre d'information sur votre boîte mail quand vous nous fournissez l'adresse correspondante.

Au nom du droit à l'information pour tous, nous continuons à l'adresser en version "papier" à ceux qui ne sont pas informatisés ou qui préfèrent la recevoir sous cette forme soit environ 150 adhérents = ¼ des effectifs.

Domage ! Ils ne peuvent accéder aux informations que nous mettons sous LIEN avec Internet, ni la mise à jour des ateliers de prévention.

Donc, quand vous ouvrirez votre enveloppe, ayez une pensée pour celles et ceux qui négocient les coûts d'affranchissement, achètent le papier, les cartouches, éditent la lettre, la mettent sous enveloppe, l'emmenent à la poste..., pendant que le trésorier fronce les sourcils !!!

Quelque soit la forme, nous espérons que vous apprécierez cette lettre, réalisée parfois dans des conditions acrobatiques (oh combien sympathiques !) entre télescopage d'agendas, panne informatique, mauvaise grippe ou fièvre du samedi soir...

CONNECTEZ VOUS

Vous pouvez consulter le site Internet

<https://www.initiativ-retraite.fr/aropa-franche-comte-25-39-90-70>

Rédaction et mise en page : Nadège LECUYER -
Jean-François POISOT - Michèle PIERRET - Odile BULLE