APAROPA INITIATIV'64 RETRAITE
Active & Solidaire

Actualités

Les Nouvelles N°14 - JANVIER 2024

SOMMAIRE

P 1 :
Mot de la présidente

P.2 :
Actualités locales :
- Ce n'est pas nouveau
- Sorties
- Le service «Sortir plus»

Actualités nationales :
- Revalorisation de la retraite de base
- Revalorisation des retraites Agirc Arrco

P.3 :
- Santé
- Autonomie
- Le Chêne Vert

P 4 : Article sur les chutes des personnes âgées

Liens vers :
https://www.initiativ-retraite.fr/initiativretraite-64

Vient de paraître :

LE MOT DE LA PRESIDENTE

Depuis plusieurs années, nous constatons dans notre Pays la montée de phénomènes de société tels que les incivilités, l'auto-censure des enseignants, le développement des radicalités et de la violence dans tous les domaines sans oublier les effets désastreux d'événements climatiques. Que sera notre Pays demain ?

Si ces différents points peuvent nous interroger, je ne m'étendrai pas dessus, n'étant pas compétente en la matière et les informations vous étant fournies toute la journée par les différents médias, pas toujours très objectifs, il est vrai.

Je préfère vous parler de notre **relation** et vous **remercier chaleureusement** pour **votre fidélité.**

Oui, un très grand merci de continuer à soutenir notre belle Association qui a pour principal objectif la défense de nos droits de retraités dans le cadre d'une ambiance conviviale.

Tout au long de l'année, votre Conseil d'administration est à votre disposition pour vous informer et aussi répondre à notre Fédération qui œuvre activement afin de soutenir les demandes adressées auprès des Pouvoirs Publics.

L'Assemblée Générale, notre rendez-vous habituel est un vrai plaisir. Nous sommes heureux de nous retrouver et d'échanger.

Alors, venez nombreux à Morlaas le 11 avril.
Ensemble nous passerons un bon moment.

Bien amicalement,

INITIATIV'RETRAITE 64
Siège social : 5 place Marguerite Laborde 64000 PAU
Adresse postale : 19 rue du Général Dauture 64000 PAU
Mail : initiativ.retraite64@gmail.com - https://www.initiativ-retraite.fr/initiativretraite-64

AFFILIÉE À FÉDÉRATION NATIONALE INITIATIV' RETRAITE
Active & Solidaire

ACTUALITES LOCALES

*** Ce n'est pas nouveau**

Notre effectif diminue chaque année car nos adhérents âgés disparaissent et les nouveaux retraités ne viennent pas nous rejoindre.

Quelques chiffres :

- 2004 : 309 adhérents pour un âge médian de 70 ans
- 2023 : 251 adhérents (-20%) pour un âge médian de 78,6 ans

Vous pourrez constater que notre Association rencontre un problème de survie.

Le bouche à oreille est le meilleur moyen de recrutement. Parlez-en autour de vous afin de convaincre les personnes qui n'ont pas encore franchi le pas.

*** Sorties**

Nous aurions aimé réaliser 1 ou 2 sorties à la journée afin de nous retrouver pendant l'année. Malheureusement les propositions qui vous ont été faites n'ont pas enregistré suffisamment d'inscriptions pour en permettre leur réalisation.

Alors à la demande du Conseil, nous avons pris contact avec l'Amicale du Crédit Agricole qui met en place ce type d'animation. Pour ma part, j'ai participé à la visite de Bordeaux en bateau et à l'entrée au Bassin des Lumières. Ce fût une très belle journée.

Donc l'Amicale du Crédit a accepté de nous faire bénéficier de ces balades dans la mesure des places disponibles. Il faudra s'inscrire par Internet et le coût sera prélevé directement sur le compte.

Si vous ne nous avez pas fourni votre adresse internet, merci de le faire au plus vite pour accéder à ce service.

Merci à l'Amicale d'avoir répondu favorablement à notre demande.

*** Le service « sortir plus »** C'est un service proposé par l'AGIRC-ARRCO aux retraités de 75 ans et plus, qui aide à organiser les prestations d'accompagnement véhiculées ou non à concurrence de 450 euros/an.

Nous souhaitons tester ce service avant de vous en parler plus longuement.

ACTUALITES NATIONALES

*** Revalorisation de la retraite de base :**

La loi de financement de la Sécurité Sociale (PLFSS) pour 2024 a fixé à 5,3 % au 1 janvier 2024 la revalorisation du montant de la retraite de base. Les retraites de base étant payées à terme échu, cette augmentation sera perçue le 9 février 2024.

*** Revalorisation des retraites complémentaires AGIRC et ARRCO**

Les partenaires sociaux se sont mis d'accord sur une revalorisation de 4,9 % au 1 novembre 2023. La pension versée à partir de cette date tient compte de cette augmentation.

Après un résultat positif supérieur à 5 Md€ pour 2022 qui porte le résultat de ses réserves à près de dix mois de prestations, le régime a conclu le 5 octobre 2023 un nouvel accord.

Après avoir, pendant des années, amputé le pouvoir d'achat des pensions de 0,5 %, pratique heureusement non appliquée en 2023, le régime se redonne, par ce nouvel accord, la possibilité de sous-indexer de 0,4 % les pensions qu'il versera pendant les années 2024 à 2026.

Par ailleurs, le gouvernement fait planer une menace de prélèvement sur les excédents au titre de la solidarité. La CFR s'est mobilisée pour faire connaître son opposition à ce projet.

ACTUALITES NATIONALES (suite)

*** Santé**

- les franchises médicales : elles sont aujourd'hui d'un forfait de 1 euro par consultation médicale et 0,50 euros par boite de médicaments ou acte paramédical et 2 euros par transport sanitaire sans que le total puisse dépasser 50 euros/an. Ces franchises ne sont pas prises en compte par l'assurance complémentaire santé. Avec cette mesure, les Pouvoirs Publics espèrent économiser 300M€, aussi caressent ils l'idée de doubler ces franchises. Compte tenu des oppositions ce projet a été abandonné pour l'instant mais il faut veiller.
- médicaments : l'autorisation est donnée aux pharmaciens de délivrer sans ordonnances certains antibiotiques (cystites, angines).
- les transports sanitaires : Le constat établi par l'Assurance maladie est édifiant : les dépenses concernant les transports sanitaires ont plus que doublé passant de de 2,3 à 5,5 milliards en vingt ans. Dorénavant, les patients seront invités à partager le véhicule sanitaire sous peine de suppression du tiers payant et d'avoir à payer une partie supplémentaire des frais.
- TSA : les contrats santé couvrant les personnes du régime agricole bénéficient d'un taux minoré de TSA (taxe de solidarité additionnelle) soit 6,27 % au lieu de 13,27 %. Actuellement, il y a une contestation sur l'application des textes par rapport à cette minoration. Notre Fédération suit de près cette affaire.
- INITIATIV'Retraite est à l'origine d'une demande d'évolution de la fiscalité de la cotisation de l'assurance santé par la mise en place d'un crédit d'impôt pour les retraités afin de supprimer la discrimination avec les actifs et bientôt les fonctionnaires.
- les certificats médicaux : Ceux-ci réclamés par les Fédérations ou clubs de sport ne sont plus obligatoires. Beaucoup de généralistes constatent qu'à chaque rentrée 20 à 30 % des consultations sont uniquement dédiées aux certificats médicaux, ce qui leur occasionne une surcharge de travail et génère un coût pour l'assurance maladie.
- les arrêts maladie : En 2022, 37 % de plus d'arrêts maladie qu'il y a 10 ans. Cause : les certificats de complaisance délivrés par les médecins recensés par l'Assurance Maladie qui traitera le sujet.

*** Autonomie**

De nouvelles recettes sont affectées à ce secteur par prélèvement de 0,15 point de CSG soit 2,6 milliards d'euros pour couvrir la montée en charge des mesures nouvelles. Cette disposition constitue bien sûr une avancée mais elle est néanmoins insuffisante au regard des besoins du financement de la perte d'autonomie.

Nous restons en attente d'une loi grand âge.

*** Le chêne vert**

Compte-tenu de l'augmentation du prix du papier et des effets de l'inflation, l'abonnement au chêne vert a augmenté de 1 euro : de 7euros à l'année il passe à 8 euros.

PREVENTION

Les chutes des personnes âgées

Les statistiques sont accablantes : plus d'une personne sur cinq âgée de 55 à 85 ans, a été victime d'une chute l'an passé, avec des conséquences souvent graves et handicapantes. Un véritable problème de santé publique.

Selon le gériatre Olivier de Ladoucette, les chutes constituent la première cause de mortalité accidentelle des seniors, loin devant les accidents de la route.

Pour limiter les risques de chute, il faut accepter de vieillir c'est-à-dire reconnaître la diminution de ses capacités, à savoir : troubles de l'équilibre [1], baisse de la vision, marche moins sûre, articulations sensibles, sachant qu'il y a souvent des moyens pour améliorer ces situations

Les facteurs favorisants

Le risque de chute ne dépend pas que de l'âge chronologique, mais est plutôt lié à la forme physique et l'état de santé de la personne.

Rappelons que la masse musculaire diminue avec l'âge et la force également, ce qui explique que beaucoup traînent les pieds et sont à la merci du moindre obstacle.

Quelques maladies affectent l'équilibre et la prise de certains médicaments favorise la somnolence donc les risques de chute. Il faudra être très vigilant particulièrement la nuit où les chutes sont fréquentes.

Comment prévenir les chutes ?

Au niveau du logement où se déroule la moitié des accidents, il importe d'appliquer des mesures de bon sens de façon à limiter les obstacles aux déplacements : fils électriques, tapis, plantes, jouets pour animaux... On fera appel à une personne extérieure avec un œil neuf.

Parmi les autres conseils, mentionnons l'installation de barres d'appui y compris dans les sanitaires, privilégier la baignoire avec porte, voire supprimer la baignoire au profit de la douche à l'italienne, renforcer l'éclairage avec des sources indirectes, poser des accessoires antidérapants sur les marches...

On bannira l'emploi d'escabeau ou d'échelle (sauf avec assistance), que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur. Bien entendu, lors de sorties, sur sols humides ou a fortiori neigeux, on s'équipera de chaussures à semelles antidérapantes.

Signalons que l'Agence nationale pour l'habitat (Anah) propose des aides financières afin que les occupants modestes réalisent les travaux de sécurisation nécessaires de leur logement.

Il existe sur le marché des objets connectés destinés à détecter les chutes et même un assistant de lever nocturne, du matériel souvent utilisé dans les Ehpad.

Le syndrome post-chute

La chute entraîne souvent une perte de confiance en soi et de l'angoisse. Se développe alors un syndrome qui peut influer sur l'équilibre et bloquer tout ou partie des automatismes de la marche, un facteur pénalisant qui influe directement sur la dépendance de la personne.

Beaucoup de personnes âgées souhaitent vivre dans leur logement le plus longtemps possible mais lorsque que les chutes arrivent, leurs proches les orientent souvent vers une maison de retraite.

● JACKY SAMPIC

(1) Test d'équilibre : Debout, fermez les yeux, si vous avez l'impression de tomber ou si vous ne pouvez pas tenir plus de cinq secondes, parlez-en à votre médecin.

Un site Internet pour le Courrier des Retraités
www.courrierdesretraites.fr
Nouveau Site Web !
Courrier des retraités
www.courrierdesretraites.fr
@CourrierdesRetraites