



BIEN VIEILLIR ET VIVRE PLUS LONGTEMPS ?

Une chance pour les naturellement « optimistes », moins enclins que les « pessimistes » à sombrer dans la morosité et la sinistrose qui caractérisent le sentiment général d'une trop grande frange de la population des seniors...

Il est vrai que le spectacle pitoyable que nous donnent ceux qui devraient nous servir de référents, les discours clientélistes ou encore les mensonges effrontément assumés dont font état nos journaux télévisés, ne nous incitent guère à avoir une vision plutôt positive de notre futur ...

Toutefois, si l'optimisme ne se décrète pas, il peut se travailler, particulièrement en cultivant la capacité de croire plus en ce qui est possible qu'impossible... Si tel n'était pas le cas, moins nombreux seraient les bénévoles à conduire les activités proposées par la multitude d'associations qui meublent notre environnement ...

Alors, bougeons nous, marchons, jouons, dansons, voyageons, cultivons nous,

- Donnons- nous la chance de continuer à être de bons conducteurs de notre auto en nous inscrivant à la journée du 14 mars « Adaptons notre conduite »

- Programmons dans nos plannings la sortie organisée le jeudi 18 mai dans le cognçais...

- Retenons déjà la date du mardi 17 Octobre pour participer à l'Assemblée Générale de l'AROPA , particulièrement festive cette année pour fêter les 30 ans de notre association..

- Consultons le site de TOHAPI sur www.tohapi.fr, ou demandons le catalogue en téléphonant au 04 30 05 15 19 pour encore voyager et découvrir d'autres horizons tant que la santé nous le permet ...

- Inscrivons nous à l'un ou l'autre des ateliers du « Bien Vieillir » de l'ASEPT ...

- Rejoignez nous au Conseil d'Administration en mettant votre dynamisme au service des collègues moins mobiles de l'AROPA

- Continuons d'être décideur de notre futur et constructeur de notre devenir ...

Jean Marie Guilloton

BALADE en CHARENTE le 18 Mai 2017

ENTRE ANGOULEME ET JARNAC

C'est une promenade tranquille en pays Cognçais.

Le départ aura lieu sur le parking des chais Magelis à St Cybard, à 8h15, le jeudi 18 mai .

Notre autocar prendra la route de Fléac pour visiter la distillerie et le musée du Gaec des Sazaris. Puis, nous serons attendus à Bassac pour la visite de l'abbaye et du bourg.

Nous nous rendrons ensuite aux Métaïries pour déjeuner au Karina.

Vers 14h, nous irons à Jarnac visiter les chais Courvoisier, puis, vers 15h 30, vous irons au musée de la Gabarre à Saint-Simon pour ensuite embarquer sur une gabarre (la croisière s'amuse).

Le retour est prévu à Angoulême vers 18h/18h30.

Le prix de la journée est de 50 euros par personne.

Les inscriptions sont à retourner à l'aide du bulletin ci-joint avant le 30 avril (mais le plus tôt sera le mieux).

Mireille Machedaud
Annie Murs
Jacky Longueville.

SOMMAIRE

Page 1 Edito, Voyage de printemps

Page 2 et 3: Offre TOHAPI

Page 4 : Voyage de septembre, infos pratiques

Des vacances en mobil home à prix Comité d'entreprise pour nous aussi retraités : c'est possible avec la convention AROPA 16 - TOHAPI.

L'AROPA 16 a signé une convention de partenariat avec TOHAPI qui est une structure de location de mobil-homes et chalets dans des campings. TOHAPI propose aux « AROPA » signataires de cette convention des locations dans ses campings à un tarif « **Comité d'entreprise** », en Mobil Home ou chalet (meublé pour recevoir 4 à 6 personnes).

Notre Conseil d'administration a décidé de vous faire profiter de cette possibilité d'accéder à des vacances à prix raisonnable. Le fait d'être retraités n'interdit pas de prendre un peu de repos.

L'OFFRE TOHAPI

L'offre de TOHAPI comprend un choix de **184 campings en France, Italie et Espagne**. Nous aurons accès aux catégories "**Malin et découverte**" et **Privilège**".

Pour 2017, le tarif proposé est de **170 € par semaine en période creuse** :

- de l'ouverture des campings jusqu'au **1^{er} JUILLET 2017**
- et du **2 septembre à la fermeture**, du samedi au samedi selon disponibilités.

L'offre TOHAPI est consultable sur leur site internet www.tohapi.fr (voir page suivante modalités recherche) ou sur catalogue à demander au 04-30-05-15-19.

Quelques administrateurs ont fréquenté les mobil home TOHAPI pendant leur vie active et ont été très satisfaits.

Rappel : Journée du 14 mars "Adaptons notre conduite"

Si vous souhaitez participer à cette journée (sans danger pour votre permis ou vos points), merci de répondre rapidement à Mireille Machenaud. **Il reste des places**. La participation à la journée suppose l'utilisation du véhicule personnel ou familial. Pensez y avant de proposer du covoiturage.

Alors que certains sont tentés d'imposer aux seniors des contrôles de capacité obligatoires montrons que nous sommes capables d'être responsables au volant.

COMMENT RÉSERVER ?

L'adhérent qui souhaite réserver une ou plusieurs semaines doit passer par l'AROPA 16. Pour ce faire, il informe Solange DUSSUBIEUX par mail : rochdus16@aol.com et lui envoie un chèque de 170 € à son adresse précisée ci-dessous, chèque libellé à l'ordre de AROPA 16, avec copie à Jean Marie GUILLOTON : jmguillot@gmail.com

La demande de réservation doit faire état :

- de 3 campings donnés par ordre de préférence (au cas où il n'y aurait pas de disponibilité de dernière minute dans le premier camping choisi)
- de la période souhaitée
- du n° d'immatriculation du véhicule

Dès réception du chèque, Solange DUSSUBIEUX (ou en cas d'absence Jean Marie GUILLOTON) réservera la semaine auprès de TOHAPI et en informera l'adhérent en lui envoyant l'avis de réservation à présenter au camping.

Coordonnées des personnes à contacter :

*Solange DUSSUBIEUX : 140 rue St Roch,
16 000 ANGOULEME
Tél 05 45 69 20 61*

*Jean Marie GUILLOTON, 4 rue Boursac
16130 ARS
tél 05 45 82 03 64 & 06 32 52 74 22*

CARTE D'ADHÉRENT 2017

Elle était avec notre dernière lettre. Certains ne l'avaient pas remarquée l'an dernier. Nous avons essayé de la mettre en évidence et nous espérons que vous l'avez trouvée.

Si elle n'était pas dans notre envoi, c'est que votre cotisation n'était pas encore arrivée à la trésorière dont nous rappelons l'adresse : Madame Nicole FERNANDES 31 rue Gérard de Nerval 16710 SAINT YRIEIX

Lettre d'information aux adhérents AROPA 16
Président : JM Guilloton, 4 rue Boursac 16130
ARS Tél: 05.45.82.03.64
Réalisation : A LANDEZ, 18 rue des gears
16400 PUYMOYEN Tél : 06 52 38 29 16

Comment faire sa recherche sur le site ?



Attention : il y a plusieurs moyens d'accéder au catalogue Tohapi à partir de votre moteur de recherche habituel : le descriptif ci-contre peut donc être différent de ce que vous aurez sur votre écran. Mais nous sommes sûrs que vous arriverez à trouver les informations dont vous aurez besoin.

Sur cette ligne vous pouvez accéder au menu déroulant ou au contenu de la tête de chapitre sur laquelle il suffit de cliquer.

Par exemple en cliquant sur «**Nos campings**» vous choisissez une région et les implantations de campings dans cette région s'affichent à droite de votre écran.

En cliquant sur «**Info et réservations**» vous avez accès au calendrier des disponibilités.



Vous pouvez aussi faire «**VOTRE RECHERCHE**» comme indiqué sur le cadre ci-contre qui apparaît sur la gauche de votre écran dès que vous vous êtes connectés au site.

Le voyage d'automne 2017

LA TRADITION DU VOYAGE D'UNE JOURNÉE MI SEPTEMBRE SERA TENUE.

Toutes les informations utiles avec le bulletin d'inscription vous seront adressées en Avril/Mai.

D'ores et déjà vous pouvez noter :

La date retenue est le 14 septembre

Les horaires se situeront dans la fourchette suivante: départ vers 7h30 retour vers 19h30

DES INDICES SUR NOTRE ESCAPADE :

Nous irons dans un département non contigu à la Charente.

Nous visiterons un site historique riche de deux mille ans d'histoire et mondialement connu..

Nous ripaillerons (avec modération).

Nous poursuivrons en allant nous plonger dans le passé littéraire.

Vous aurez plusieurs opportunités pour acheter cadeaux et souvenirs.

Le prix de la sortie sera comme toujours ajusté au plus près (le circuit n'étant pas encore totalement finalisé, il n'est pas souhaitable d'avancer un chiffre).

Vous pouvez imaginer cette sortie, le plus important est de bloquer préventivement la date du 14 septembre.

Information du patient sur le coût des prestations délivrées par un établissement de santé.

Afin de faire prendre conscience au patient du coût réel de sa prise en charge en établissement de santé, le décret du 28 octobre 2016 précise le contenu des informations qu'il devra recevoir à sa sortie :

- le montant des frais pris en charge par le régime obligatoire d'assurance-maladie,
- le montant pris en charge par l'assurance complémentaire,
- la somme restant à la charge du patient.

Cette disposition qui figure déjà dans le code de la santé publique répond à un besoin de transparence et n'attend plus que l'arrêté du ministre de la santé pour entrer en vigueur.

Infos pratiques

NEWSLETTER DE L'AROPA 16

Le 4 février j'ai envoyé la lettre électronique de l'AROPA 16 aux 143 adhérents dont nous connaissons l'adresse mail. 15 jours plus tard, d'après les statistiques que nous fournit l'outil de gestion de notre site, vous êtes seulement 60% à l'avoir ouverte, 12% ont cliqué un lien, dans 8 cas elle a été considérée comme un « Spam ».

Ce moyen de communication nous permet d'annoncer des événements non connus lors de l'édition de la Lettre d'Infos ou non traités faute de place. Une occasion aussi de faire quelques rappels. Il demande un peu de temps de réalisation mais sa diffusion ne nous coûte rien à l'inverse du papier.

Nous aimerions améliorer la lecture de cette lettre électronique. Comme il se peut que certains d'entre vous ne la voient pas dans leurs messages reçus suite à un classement par leur logiciel de messagerie dans les « Spam » ou « Indésirables », je vous annonce de **l'envoi d'une lettre de test le dimanche 26 février.**

Merci à tous ceux d'entre vous qui ont une adresse mail de vérifier que vous l'avez bien reçue. Si ce n'est pas le cas envoyez moi un message à l'adresse suivante: andre.landez@gmail.com pour que je vérifie si nous connaissons votre adresse mail actuelle.

A LANDEZ (Webmaster AROPA)

RETRAITES

Il y a quelques changements dans les **prélèvements sociaux 2017 sur les retraites**. La revalorisation des plafonds combinée avec la stagnation des retraites devrait entraîner pour ceux qui dépassaient de peu les seuils précédents une réduction des prélèvements. Voir le site de la CNAV : lassuranceretraite.fr

Dates de versement des retraites : Sur les sites de la MSA et de la CNAV vous trouverez aussi le calendrier de versement des retraites 2017. Attention : Le créditement des comptes peut être rallongé d'un jour selon la banque destinataire.

Rappel : AGRICA et AGIRC ARCCO versent les retraites en début de mois.