

Préparer & vivre **sa retraite**



Comité Central d'Action Sociale



CCAS DGAC/Météo-France - Commission retraités - 2013



Solidaires

Au-delà de nos
métiers



Le départ à la retraite ne signifie pas une rupture avec l'action sociale commune DGAC – Météo-France, bien au contraire !

Le comité central d'action sociale (CCAS) dispose d'une commission spécifique dédiée aux retraités et, dans chaque comité local d'action sociale (CLAS), il existe un chargé de secteur « retraités » dont le rôle est de suivre tous les dossiers qui les concernent.

Tous les agents actifs et retraités et leurs ayants cause (conjoint, enfants à charge, veufs...) sont des bénéficiaires de notre action sociale. Pour gérer cette action sociale, le CCAS au niveau national et les CLAS dans les régions disposent de moyens leur permettant de financer la mise en œuvre d'une politique de solidarité (prestations diverses, aides et prêts pour les personnes en difficulté...) et de cohésion sociale en organisant diverses animations et en subventionnant la vie associative nationale (ARAMIS, UNASACEM et ANAFACEM) et locale (de nombreuses associations dans les régions).

Le lien des agents avec l'action sociale se trouve au niveau des CLAS et en particulier à travers deux interlocuteurs privilégiés :

- *le correspondant social régional (CSR) grâce à qui vous pourrez avoir accès à toutes les manifestations ou animations organisées dans votre région et qui pourra également vous diriger vers les associations qui peuvent vous intéresser,*
- *l'assistante de service social (ASS) qui vous renseignera sur toutes les prestations auxquelles vous avez droit.*

Les coordonnées de ces acteurs de l'action sociale ainsi que tous les renseignements utiles complémentaires sont disponibles sur le site www.alpha-sierra.org ainsi que sur les sites des CLAS et des associations nationales qui lui sont associés. Si vous souhaitez recevoir toutes les informations disponibles, il vous est conseillé de vous inscrire rapidement sur le site du CLAS dont vous dépendez.

La plaquette « Préparer et vivre sa retraite » que vous avez dans les mains a été réalisée par le CCAS avec l'appui de sa commission « retraités ». Elle a pour objectif de faciliter la recherche d'informations.

Vous trouverez dans ce document des informations et des conseils utiles afin de « bien préparer votre retraite » (âge de départ, préparation du dossier, réversion...) et « bien vivre votre retraite » (aides, exonération et réductions, protection sociale, santé, vigilance...). Des contacts ou adresses d'organismes susceptibles de vous aider vous sont également proposés si vous souhaitez approfondir un point particulier.

Alain TRIQUENOT

Président du Comité Central d'Action Sociale



■	EDITO	PAGE 2
■	DROITS RETRAITE	PAGES 4-5-6-7-8-9-10
■	PREPARER SA RETRAITE	PAGES 11-12
■	PENSION DE REVERSION	PAGE 13
■	AIDES	PAGES 14-15-16-17-18-19-20
■	PROTECTION SOCIALE	PAGE 21
■	RETRAITE EPANOUIE	PAGES 22-23
■	VIGILANCE	PAGE 24
■	BENEVOLAT	PAGE 25
■	ANNUAIRE	PAGES 26-27
■	LEXIQUE	PAGES 28-29-30

Droit à retraite

Les conditions

Tout fonctionnaire a droit à une pension de retraite s'il a été radié des cadres après avoir effectué au moins 2 ans de services et s'il remplit une condition d'âge.

Fonctionnaires occupant un emploi sédentaire

L'âge normal de départ à la retraite passe progressivement de 60 à 62 ans.

Pour obtenir une pension, vous devrez tout d'abord avoir été radié des cadres de l'administration.

La radiation des cadres intervient :

- **sur votre demande** dès lors que vous avez atteint l'âge d'ouverture des droits ;
- **d'office** si vous avez atteint l'**âge de 65 ans** ; cette limite d'âge est progressivement relevée de 2 ans pour les agents nés à compter du 1^{er} juillet 1951. Elle sera de **67 ans** à compter du 1^{er} janvier 2017 pour les agents nés à partir du 1^{er} janvier 1955. Cette dernière limite d'âge peut être repoussée d'un an sous certaines conditions (enfant à charge) et de 2,5 ans si le nombre de trimestres est insuffisant pour percevoir le montant maximum de la pension.

Pour les parents ayant élevé au moins 3 enfants et totalisant au moins 15 ans de services effectifs au 1^{er} janvier 2012, la loi portant réforme des retraites met progressivement fin au dispositif de retraite anticipée. Des dispositions transitoires sont prévues notamment pour les agents qui sont nés au plus tard le 31 décembre 1955.

Quelques cas particuliers :

- Si vous avez commencé à travailler avant l'âge de 20 ans, vous pouvez partir à la retraite avant 60 ans ou à 60 ans au titre d'une «carrière longue» ; des conditions de durée d'assurance tous régimes confondus et de durée d'activité cotisée doivent être réunies.
- Vous pouvez obtenir une pension sans condition d'âge ni de durée de services si **vous êtes radié des cadres pour invalidité**.
- Vous pouvez obtenir une pension à un âge compris entre **55 et 59 ans** si vous êtes reconnu **travailleur handicapé** ou si vous êtes atteint d'une incapacité permanente d'au moins 80 %.

L'âge de départ à la retraite est fonction d'une durée d'assurance minimale tous régimes confondus dont un nombre de trimestres cotisés depuis la reconnaissance du handicap. Ces conditions de durée d'assurance varient en fonction de votre année de naissance et de votre âge de départ à la retraite.

Avertissement aux lecteurs

Les informations contenues dans ce chapitre sont antérieures aux dispositions prévues dans le cadre de la réforme des retraites.

Si vous partez à la retraite anticipée comme fonctionnaire atteint d'une incapacité permanente d'au moins 80 %, vous bénéficiez d'une pension à taux plein (*sans décote* ⁽¹⁾).

En revanche, si vous partez à la retraite anticipée comme travailleur handicapé, votre pension de retraite est susceptible de supporter une décote.

Les ouvriers d'Etat

L'âge normal de départ à la retraite des ouvriers d'Etat passe progressivement de 60 à 62 ans avec possibilité de recul de la limite d'âge et de prolongation de l'activité sous certaines conditions.

Les ouvriers d'Etat qui ont accompli 15 ans dans un emploi comportant des risques d'insalubrité (la liste de ces emplois est limitée) peuvent jouir d'une retraite anticipée dès 55 ans puis progressivement à 57 ans pour ceux qui sont nés à compter du 1^{er} janvier 1960.

Cette durée passera progressivement de 15 à 17 ans à partir du 1^{er} janvier 2015.

Les contractuels

L'âge d'ouverture du droit à la retraite passe progressivement de 60 à 62 ans jusqu'en 2015.

Des dérogations à cet âge légal sont prévues pour les salariés ayant commencé à travailler jeunes et justifiant d'une longue carrière. Ainsi, il est possible de partir à la retraite à 60 ans si le salarié a commencé à travailler avant l'âge de 20 ans et s'il peut justifier d'une durée cotisée au moins égale à la durée nécessaire pour l'obtention d'une retraite à taux plein.

Certains salariés handicapés ou victimes de la pénibilité au travail peuvent sous certaines conditions bénéficier d'une retraite à taux plein sans atteindre cet âge légal.

Pour plus de renseignements : www.lassuranceretraite.fr

Les éléments de calcul

Fonctionnaires et ouvriers d'Etat

Pour le calcul de la pension, les années d'activité professionnelle comptent au titre de la durée de services et de la durée d'assurance tous régimes confondus.

- **La durée des services** correspond aux services civils validés effectués dans la Fonction publique en qualité de **titulaire, stagiaire ou non-titulaire**.

Si vous avez été détaché sur un emploi ne conduisant pas à pension de l'Etat, assurez-vous que vous avez acquitté vos retenues pour pension car le versement intégral des retenues conditionne le paiement de la pension.

Sont également pris en compte :

- **Les services militaires** ne faisant pas l'objet d'une pension militaire.
- **Les périodes assimilées :**
Sont prises en compte **gratuitement** dans la durée de services effectifs, les périodes d'**interruption d'activité** suite à la naissance ou l'adoption d'un enfant ; cette disposition concerne les enfants **nés ou adoptés après le 1^{er} janvier 2004**.

À ces différentes durées de service peuvent s'ajouter des **bonifications**. Ce sont des trimestres supplémentaires qui s'ajoutent - gratuitement - à la durée des services effectivement accomplis.

Quelques exemples de bonifications :

- **La bonification de dépaysement** pour les services civils accomplis hors d'Europe.
- **La bonification pour** les périodes d'**interruption d'activité** (dans certaines conditions) suite à la naissance ou l'adoption d'un enfant **né ou adopté avant le 1^{er} janvier 2004**.
- **Les bénéfices de campagne** liés à certains services militaires.
- **La bonification pour l'exécution d'un service aérien**.

Le pourcentage maximum de la pension peut être porté de 75 % à 80 % du fait de ces bonifications.

- **La durée d'assurance tous régimes confondus** reflète l'activité professionnelle exercée par l'agent tant dans le secteur public que dans le secteur privé. Elle joue pour une éventuelle *décote*⁽¹⁾ ou *surcote*⁽²⁾

La durée d'assurance tous régimes est plafonnée à 4 trimestres par année civile.

Diverses majorations de la durée d'assurance sont accordées :

- pour chacun de leurs enfants nés à compter du 1^{er} janvier 2004, aux femmes qui ont accouché postérieurement à leur recrutement : la majoration est de 2 trimestres ;
- aux fonctionnaires élevant à leur domicile un enfant handicapé de moins de 20 ans : la majoration est de 1 trimestre par période d'éducation de 30 mois, dans la limite de 4 trimestres.

Le calcul de la pension

La pension est calculée en fonction des éléments suivants :

L'année d'ouverture du droit

C'est l'année au cours de laquelle vous remplissez les conditions de durée minimale de services et d'âge pour bénéficier d'une pension.

La durée des services et bonifications

La durée des services et les bonifications sont exprimées en trimestres. Le nombre de trimestres exigé pour obtenir une pension au taux maximal de 75 % évolue dans le temps. Il dépend de la date à laquelle vous avez atteint l'âge de 60 ans, comme indiqué dans le tableau ci-dessous :

Année de naissance	Trimestres requis
1948	160
1949	161
1950	162
1951	163
1952	164
1953 et 1954	165
1955	166
1956	166

Le montant de la pension (P)

On obtient le montant de la pension en multipliant le traitement par le pourcentage de la pension.

$$P = \frac{TB \times N}{DS} \times 75 \%$$

Le traitement brut (TB)

Le traitement retenu pour le calcul de la pension est celui de l'indice correspondant à l'emploi, grade, classe et échelon effectivement détenus depuis six mois au moins au moment de la cessation des services valables pour la retraite.

Le pourcentage de la pension

Il dépend de la durée des services et bonifications (N) du fonctionnaire et du nombre de trimestres exigé selon l'année de naissance (DS).

Un supplément de la pension peut être versé en cas de perception de la Nouvelle Bonification Indiciaire (NBI) durant la carrière.

Les ouvriers d'Etat

Le calcul de la pension des ouvriers d'Etat s'effectue à partir du taux horaire perçu au cours des 6 derniers mois d'activité. Il varie en fonction du groupe et de l'échelon. À ce taux horaire, est appliqué un coefficient qui permet de prendre en compte toutes les primes soumises à cotisations (prime de rendement...).

Les contractuels

Plusieurs paramètres sont pris en compte pour le calcul de la pension : le salaire annuel moyen qui sert de base de calcul pour la pension ; le taux qui dépend de la durée d'assurance et des périodes équivalentes ; l'âge de l'assuré et de la règle de «proratisation» qui tient compte de la durée d'assurance (périodes cotisées ou assimilées propres au régime général).

Pour plus de renseignements : www.lassuranceretraite.fr

(1) Décote

Lorsque la durée d'assurance tous régimes confondus de l'agent est inférieure à la durée requise pour obtenir une pension au taux maximal de 75 %, le montant de sa pension auquel on applique un coefficient de minoration subit de ce fait une décote.

La décote n'est pas applicable aux agents atteints d'une incapacité permanente d'au moins 80 % mis à la retraite pour invalidité ou ayant atteint la limite d'âge.

(2) Surcote

Lorsque la durée d'assurance tous régimes confondus de l'agent est supérieure à la durée requise pour obtenir un taux de 75 %, il bénéficie d'une majoration de la pension appelée surcote.

La retraite des ICNA

Le corps des ingénieurs du contrôle de la navigation aérienne (ICNA) est classé dans la catégorie active (emplois présentant un risque particulier ou des fatigues exceptionnelles). De ce fait, les ICNA peuvent prétendre à la jouissance immédiate de leur pension, dès lors qu'ils ont atteint un âge d'ouverture spécifique de ce droit et qu'ils ont accompli une durée déterminée de services actifs.

L'âge d'ouverture des droits

Il est porté progressivement de 50 à 52 ans jusqu'au 1^{er} janvier 2017. La durée des services actifs évolue de 15 ans à 17 ans à partir du 1^{er} janvier 2015.

Année de naissance	Trimestres requis
1956	156
1957	158
1958	160
1959	161
1960	162
1961	163
1962	164
1963	165
1964	165
à partir de 1965	166

La surcote ⁽²⁾

La surcote n'est possible qu'à partir de l'âge de 60 ans puis progressivement jusqu'à 62 ans. Aussi, les ICNA ne peuvent atteindre cet âge en activité du fait de la limite d'âge fixée à 57 ans, même relevée à 59 ans.

L'âge limite

Il passe progressivement de 57 ans à 59 ans sans possibilité de prolongation. L'âge limite de 59 ans concerne les agents nés à compter du 1^{er} janvier 1963.

Bonifications

À l'instar des autres agents de la Fonction publique, ils peuvent bénéficier de bonifications qui viennent s'ajouter à leur durée de services effectifs.

Une bonification spécifique dite du «cinquième» s'ajoute aux durées de service sans toutefois permettre au pourcentage maximum de la pension d'excéder 75 %.

L'Allocation temporaire complémentaire (ATC)

Une allocation temporaire complémentaire (ATC) est versée durant 13 ans à compter de la cessation d'activité ; son montant est fixé à 118 % de l'indemnité spéciale de qualification (ISQ) pendant les 8 premières années et à 64 % de cette même indemnité pendant les cinq autres.

Pour bénéficier de l'ATC, les ICNA titularisés dans le corps à compter du 1^{er} janvier 2007 doivent justifier de quinze années de services effectifs accomplis dans ce corps et s'acquitter d'une cotisation.

Le bénéfice de l'ATC ne peut se cumuler avec la perception d'une rémunération d'activité.

La retraite additionnelle de la fonction publique (RAFP)

Fonctionnaires

Ce régime en vigueur depuis le 1^{er} janvier 2005, permet de prendre en compte une partie de vos primes et indemnités dans le calcul de votre retraite.

Les droits acquis dans le régime prennent la forme de **points de retraite** dont le nombre dépend du montant des cotisations versées. Ces points s'accumulent année après année jusqu'à la liquidation de la retraite.

Cette retraite additionnelle peut être perçue dès le départ à la retraite sauf pour les ICNA qui devront attendre l'âge d'ouverture des droits à la RAFP qui passe progressivement de 60 à 62 ans au 1^{er} janvier 2017.

La retraite additionnelle est versée sous forme de capital si vous totalisez moins de 5125 points ; elle sera versée sous forme de rente si vous disposez d'un nombre de points supérieur à 5125.

Pour plus d'informations : www.rafp.fr



Préparer sa retraite

*Mieux informés
pour mieux préparer
votre retraite*

LE DROIT À L'INFORMATION RETRAITE

Dans le cadre du droit à l'information retraite, chaque agent reçoit tous les 5 ans à partir de ses 35 ans, un courrier commun de ses organismes de retraite obligatoire, récapitulant l'ensemble de ses droits dans les différents régimes auxquels il a cotisé.

Ce courrier vous est adressé systématiquement par :

- le Service de Retraite de l'Etat (SRE) si vous êtes fonctionnaire
- le Fonds Spécial des Pensions des Ouvriers des Établissements Industriels de l'Etat (FSPOEIE), si vous êtes ouvrier
- la CNAV (Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse) si vous êtes contractuel.

À 55 ans et à 60 ans, puis tous les 5 ans jusqu'au départ à la retraite, vous recevez une estimation indicative globale de votre pension.

Cette estimation présente une évaluation de votre retraite à différents âges de départ possibles entre l'âge légal de départ minimum et l'âge de la retraite à taux plein (sans décote).

Attention ce courrier a une valeur purement informative ; vous devez vérifier les informations vous concernant et signaler les oublis ou erreurs.

Pour plus d'informations : www.info-retraite.fr

LA PREPARATION DE LA RETRAITE

Pour obtenir votre retraite, vous devez déposer une demande de retraite, auprès de votre organisme de retraite, quelques mois avant la date de départ que vous aurez choisie. Un calcul du montant exact de la retraite sera alors effectué.

Fonctionnaires

Six mois avant votre départ, vous devez renseigner le formulaire* intitulé « demande de retraite d'un fonctionnaire de l'Etat ou d'un magistrat » (EPR 11). Ce formulaire comporte 2 volets :

- une demande de départ à la retraite destinée à votre service administratif
- une demande de pension de retraite destinée au :

*Service de Retraites de l'Etat
Bureau des Retraites
10, boulevard Gaston Doumergue
44964 NANTES Cedex 09*

Le Service de Retraites de l'Etat (SRE) vous transmet ensuite, un formulaire de vérification de carrière. Ce formulaire comprend uniquement les années d'activité effectuées en qualité de fonctionnaire. Après vérification, n'oubliez pas de le retourner au SRE pour la liquidation de la pension. Le SRE vous enverra votre brevet de pension un mois avant le 1^{er} versement de pension.

*** Formulaire à télécharger sur l'espace Bravo Victor de la DGAC ou sur le site du SRE : www.pensions.bercy.gouv.fr**

Les ICNA doivent effectuer, en plus, une demande de versement de l'Allocation temporaire complémentaire (ATC) sur l'imprimé prévu à cet effet. Renseignements au service des Pensions de la DGAC.

A noter les personnels à statut « Equipement » doivent s'adresser :

Pour ceux qui sont en position normale d'activité

MEDDE – Bureau des Pensions
SG/DRH/ PSPP3

Boulevard Léo Lagrange
BP 299
83008 DRAGUIGNAN
Tel : 04.98.10. 73.50

Pour ceux qui sont en détachement à la DGAC
MEDDE – Pôle Retraite
administration centrale
SG/DRH/GAP12
TOUR Pascal B
92055 LA DEFENSE
Cedex

Ouvriers d'Etat

Votre demande de pension doit être formulée 6 mois avant votre départ, auprès de votre Etablissement ouvrier qui vous fournira les documents nécessaires à sa liquidation par le Fonds Spécial des Pensions des Ouvriers des Etablissements Industriels de l'Etat (FSPOEIE).

Pour tous renseignements complémentaires, consultez le «guide du pensionné» sur le site du FSPOEIE : www.cdc.retraites.fr, onglet «retraité», rubrique : publications

Fonctionnaire ou ouvrier d'Etat, si vous avez cotisé à d'autres régimes, il conviendra de vous adresser directement à ces derniers.

De même, vous pouvez demander à percevoir votre retraite au régime général si vous avez atteint l'âge d'ouverture des droits, tout en continuant votre activité dans la Fonction publique.

Contractuels

Vous relevez du régime général. Vous devez effectuer votre demande de retraite auprès de la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) de votre domicile 4 mois avant la date de départ souhaitée, à l'aide d'un formulaire disponible sur le site de la CNAV : www.lassurance retraite.fr

Pour plus de renseignements, appelez le **3960**.

Pensez à :

- bien vérifier que toutes vos activités ont été prises en compte
- effectuer vos demandes auprès des différentes caisses de retraite complémentaires auxquelles vous avez cotisé.

La pension de réversion



Fonctionnaire ou ouvrier d'Etat

En cas de décès du titulaire de la pension, le conjoint survivant a droit à une pension égale à 50 % de la pension perçue. Cette pension peut être augmentée, sous certaines conditions, de la majoration pour enfants.

Il n'y a pas d'âge minimum requis, mais des conditions liées au mariage.

Si aucun enfant n'est né de l'union, le mariage devra avoir duré au moins 4 ans ou été célébré 2 ans avant la mise à la retraite du pensionné. Le conjoint ou l'ex-conjoint survivant ne devra pas être remarié, ni pacsé ni en concubinage notoire.

L'orphelin âgé de moins de 21 ans a également droit à 10 % minimum de la pension de réversion ; s'il est handicapé et à la charge totale du fonctionnaire au moment du décès, la pension de réversion lui est versée sans condition d'âge.

Le bénéficiaire de la réversion est également possible sur la retraite additionnelle versée aux fonctionnaires.

La demande est à effectuer :

- auprès du service des retraites de l'Etat
10, boulevard Gaston-Doumergue - 44964 Nantes Cedex 9.
Le formulaire peut être téléchargé sur le site :
www.pensions-bercy.gouv.fr
- auprès du service des pensions de la DGAC dont le pensionné dépendait pour les ayants cause d'ouvriers d'Etat.

Régime général

Tout comme dans la Fonction publique, la pension de réversion est accordée au seul conjoint survivant ou ex-conjoint survivant. Toutefois, ce dernier doit être âgé d'au moins 55 ans pour pouvoir prétendre à la pension de réversion.

Aucune condition de durée de mariage n'est exigée. Le conjoint survivant peut bénéficier de la pension de réversion s'il est remarié ou s'il vit en couple. Les ressources de la personne veuve ne doivent pas dépasser un certain montant au moment de la demande. Ces conditions de ressources peuvent être revues à la baisse ou à la hausse mais le montant de la pension sera définitivement fixé 3 mois après la liquidation de la retraite personnelle du conjoint survivant ou à 60 ans si cette personne ne peut prétendre à aucun avantage vieillesse.

La demande est à effectuer auprès du service local de la Caisse nationale d'assurance vieillesse (CNAV).

Renseignements sur le site : www.lassuranceretraite.fr ou en appelant le 3960.

A savoir : la pension de réversion peut être partagée entre plusieurs ayants cause (conjoint(e), divorcé(e), orphelins issus d'autres unions). Les concubins(es) et les partenaires pacsés(es) ne peuvent pas bénéficier de la pension de réversion.

A savoir : la condition de non remariage demeure dans les régimes complémentaires ARRCO et AGIRC, ainsi que dans des régimes spéciaux. Dans ces régimes, le remariage fait perdre la pension de réversion.

L'action sociale ?

ça me concerne !



Les prestations d'action sociale spécifiques à la DGAC et à Météo-France

L'action sociale désigne les **prestations individuelles** (elles sont versées ou utilisées à titre personnel pour un objet précis) et les **prestations collectives** (ce sont les voyages culturels, les sorties familiales et activités organisées au plan national ou local).

Réservées aux agents en activité, aux retraités et à leurs ayants cause, la plupart des prestations individuelles sont soumises à un plafond de revenus calculé selon **un quotient familial** (QF).

Les prêts sont attribués avec un taux d'intérêt (calculé selon une bonification de 2 ou 3 % prise en charge selon le QF) et la durée du crédit. **Quatre prêts sont à 0 %**. Ils sont remboursables entre 12 et 60 mois. Les prestations collectives, dépendent quant à elles, d'une politique de subventions permettant de proposer un tarif attractif.

Vous trouverez toutes les prestations sur le site www.alpha-sierra.org

LES PRESTATIONS SPECIFIQUES <i>versées à titre individuel</i>	OU VOUS ADRESSER ? (en fonction de votre lieu de résidence)
Aides aux enfants Participation aux frais scolaires et universitaires Participation aux activités de loisirs des enfants Aide au BAFA Prêt pour étudiants âgés de moins de 26 ans	Pour Paris et Ile de France : <ul style="list-style-type: none"> • DGAC : SG/SDP5 • Météo-France : DRH/AS Pour la province : <ul style="list-style-type: none"> • service administratif des DSAC
Aides au logement Prêt pour le déménagement, les frais de double loyer, les frais de rénovation et l'équipement ménager Prêt pour dépôt de garantie lors de la location d'un appartement Convention spécifique avec ADIL 75 (association départementale d'information sur le logement dont le numéro peut-être communiqué par les assistantes de service social) : permanence mensuelle au siège pour consultations gratuites (ouverte aux retraités) Prêt immobilier bonifié (PIB) pour certains travaux	<ul style="list-style-type: none"> • Assistante de service social PIB: Pour Paris et Ile de France : <ul style="list-style-type: none"> • DGAC : SG/SDP5 • Météo-France : DRH/AS Pour la province : <ul style="list-style-type: none"> • service administratif des DSAC
Aides juridiques Prêt pour frais de justice Consultation juridique gratuite	<ul style="list-style-type: none"> • Assistante de service social
Aides aux emplois familiaux Participation aux frais liés aux services d'aide à la personne (100 h/an)	Pour Paris et Ile de France : <ul style="list-style-type: none"> • DGAC : SG/SDP5 • Météo-France : DRH/AS Pour la province : <ul style="list-style-type: none"> • service administratif des DSAC

LES PRESTATIONS SPECIFIQUES <i>versées à titre individuel</i>	OU VOUS ADRESSER ? (en fonction de votre lieu de résidence)
<p>Aides aux personnes handicapées ou malades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aide pour améliorer la vie quotidienne (uniquement pour les agents retraités pour invalidité) • Prêt pour frais médicaux et achat de matériel spécialisé* dans le cadre d'une prescription médicale <p>Aides exceptionnelles en cas de difficultés ou de changement de situation familiale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aide financière exceptionnelle • Prêt exceptionnel* • Prêt lié à un changement de situation familiale • Prêt pour frais liés au décès* • Prêt pour achat ou réparation de véhicule <p><i>*Taux du prêt : 0 %</i></p>	<p>Assistante de service social</p>
LES PRESTATIONS COLLECTIVES <i>DGAC - METEO-FRANCE</i>	OU VOUS ADRESSER ? (en fonction de votre lieu de résidence)
<p>Les associations nationales DGAC - METEO-FRANCE</p> <ul style="list-style-type: none"> • ARAMIS, ANAFACEM et UNASACEM 	<p>ARAMIS, ANAFACEM et UNASACEM</p>
<p>Les activités proposées par les CLAS et les autres associations DGAC - METEO-FRANCE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Correspondant social régional • Site internet du CLAS
LES PRESTATIONS INTERMINISTERIELLES <i>versées à titre individuel (non versées aux personnes domiciliées en Polynésie, Nouvelle-Calédonie, Wallis & Futuna)</i>	OU VOUS ADRESSER ? (en fonction de votre lieu de résidence)
<p>Le dispositif aide au maintien à domicile (à partir de 55 ans)</p> <p>L'aide se matérialise par une participation de l'Etat aux dépenses engagées pour les aides à la personne, notamment en cas de retour d'hospitalisation, et l'aménagement du domicile.</p>	<p>CARSAT 3960</p>
<p>Les subventions pour séjours enfants</p> <p>La prestation vise à couvrir une partie des frais de vacances ou de loisirs des enfants âgés de 4 à moins de 18 ans :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Centre de vacances avec hébergement • Centre de loisirs sans hébergement • Classe de découvertes • Séjour linguistique • Maison familiale ou gîtes <p>Le montant varie selon le quotient familial, l'âge des enfants et le type de séjour.</p>	<p>Pour Paris et Ile de France :</p> <ul style="list-style-type: none"> • DGAC : SG/SDP5 • Météo-France : DRH/AS <p>Pour la province :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Service administratif des DSAC • Météo-France : DRH/AS
<p>Les aides pour les enfants handicapés</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'allocation aux parents d'enfant handicapé âgé de moins de 20 ans • L'allocation pour les jeunes adultes au-delà de 20 ans et jusqu'à 27 ans, poursuivant des études, un apprentissage ou un stage de formation professionnelle • la participation aux frais de séjour en centre de vacances spécialisé 	
<p>Le chèque vacances</p> <ul style="list-style-type: none"> • Titre nominatif permettant de régler des services de vacances et de loisirs en France métropolitaine, outre-mer et des séjours à destinations des pays membres de l'union européenne. • Le chèque-vacances est délivré après une épargne du bénéficiaire abondée d'une participation de l'Etat. 	<p>www.fonctionpublique-chequesvacances.fr</p> <p>www.mfpservices.fr</p>

Les prestations servies par les collectivités territoriales et par les CARSAT (Caisses d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail)

Les personnes âgées d'au moins 60 ans peuvent bénéficier de l'action sociale mise en place par le Ccas, le Conseil général et la CARSAT du département de leur lieu de résidence.

La multiplicité des structures dédiées aux personnes âgées conduit à vous présenter plus particulièrement les aspects de la préservation de l'autonomie. ⁽¹⁾

LES PRESTATIONS et MESURES	OU VOUS ADRESSER ? (en fonction de votre lieu de résidence)
<p>L'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie) versée mensuellement par le Conseil général</p> <p>Conditions : avoir 60 ans au moins et rencontrer des difficultés pour accomplir les gestes simples de la vie courante Le degré d'autonomie (appelé GIR) est évalué par un médecin ou une infirmière : il est classé selon une grille de 1 à 6. L'APA est accordée pour les GIR de 1 à 4.</p> <p>L'APA peut être versée soit :</p> <ul style="list-style-type: none"> • pour vivre à son domicile • pour être hébergé dans un établissement (l'allocation couvre alors le «tarif dépendance» de l'établissement correspondant au GIR) <p>Important : l'APA ne donne pas lieu à récupération sur succession, donation ou legs</p>	<p>Au Centre communal d'action sociale (Ccas) de votre commune,</p> <p>Par l'intermédiaire d'une association de services d'aide à domicile agréée</p> <p>L'établissement d'hébergement que vous avez contacté (maison de retraite, unité de soins de longue durée d'un hôpital)</p> <p>Au Conseil général (service APA)</p>
<p>L'action sociale en faveur des retraités ressortissants du régime général de la CARSAT (ou de la CGSS pour les départements d'outre-mer)</p> <p>Chaque CARSAT met en œuvre l'action sociale réservée à ses retraités classés en groupe GIR 5 et 6 confrontés à des besoins dans le cadre du maintien à domicile. Les prestations sont soumises à conditions de ressources et se traduisent par un PAP (Plan d'Action Personnalisé) qui est le résultat de l'évaluation des besoins de la personne en lien avec un professionnel). Il peut s'agir par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"> • de l'aide au retour à domicile après hospitalisation pour les retraités de plus de 55 ans ; cette aide est limitée à un plafond et à une durée • de téléalarme <p>La CARSAT peut également proposer des actions pour les membres de la famille aidant une personne âgée :</p> <ul style="list-style-type: none"> • des actions de soutien aux aidants (groupes de paroles, informations thématiques) • la recherche d'une solution de placement <p>La CARSAT peut proposer à ses retraités des séances d'information collective (la santé alimentaire, l'activité physique) et des ateliers (mémoire, gestes et postures) animés par des professionnels</p> <p>Important : certaines caisses de retraite complémentaire et mutuelles peuvent proposer aux retraités dont les revenus sont modestes des aides et des services : pensez à vérifier vos droits.</p>	<p>La CARSAT du département où vous êtes domicilié. <i>Selon les territoires, vous disposez d'un numéro d'appel d'une plateforme ou d'un numéro direct.</i></p> <p>Selon vos besoins :</p> <ul style="list-style-type: none"> • les assistantes sociales de la CARSAT interviennent sur les actions PAP et soutien aux aidants (<i>elles travaillent en lien avec les établissements hospitaliers et les services sociaux</i>) • le service d'action sociale gère l'aide-ménagère (<i>conventionnement avec des associations d'aide à domicile chargées de se rendre au domicile de la personne pour évaluer ses besoins et monter le dossier</i>), les prestations dites extra-légales et les ateliers d'information collective • l'organisme départemental « prestataire PACT » (<i>un réseau associatif national implanté régionalement et adhérent à la Fédération des Pact</i>) habilité pour instruire les demandes d'aide à l'amélioration de l'habitat <p>www.lassurance-retraite.fr</p>

Les mesures de protection des personnes majeures

Lorsque l'état de santé d'une personne lui permet de gérer ses affaires et lorsqu'il existe un entourage familial ou un proche disponible et bienveillant, 3 solutions de prévention peuvent faciliter sa protection :

- Les procurations pour les démarches auprès de la banque, de la poste ou d'organismes prestataires d'allocations
- Les dispositions du code civil permettant à l'époux d'effectuer des actes pour le compte de son conjoint (pour certains actes, l'accord du juge sera nécessaire)
- Le «mandat de protection future» (décret n°2008-1276 du 5 décembre 2008 entré en vigueur depuis le 1^{er} janvier 2009) permet aux personnes d'organiser de façon anticipée leur protection ainsi que celle de leurs biens pour assurer la bonne gestion patrimoniale. Il s'agit d'un contrat : acte notarié (nécessaire pour des pouvoirs étendus tels que la vente ou la cession de biens), ou acte sous seing privé. Ce contrat désigne un tiers («le mandataire») chargé d'agir à sa place le jour où la personne, en raison de son état de santé ou de son âge, ne pourra plus le faire elle-même (ex : gestion des biens, prise en charge de la personne).

Lorsque les facultés mentales sont altérées par une maladie, un handicap ou un affaiblissement de l'âge, une mesure de protection judiciaire doit être envisagée.

La loi limite aux seuls proches la possibilité de saisir le juge pour demander une tutelle ou une curatelle. Elle donne priorité à la famille pour exercer la mesure de protection et renforce les droits de la personne à protéger.

Une mesure de protection peut être exercée par plusieurs membres de la famille si la situation le nécessite.

En l'absence de membres de la famille et de proches, le juge désignera un service mandataire (un professionnel : salarié d'une association tutélaire, employé d'établissement de soin ou d'hébergement, gérant privé indépendant).

Où se renseigner ?

www.tutelles.gouv.fr/justice-civile-11861/tutelles-12182

(consultez la rubrique «comment protéger une personne vulnérable»)

Service de consultations gratuites (avocats et/ou notaires).

Service accueil d'un tribunal.

(1) Pour assurer le maintien à domicile et le confort de la personne âgée et/ou handicapée, pour adapter le logement, il convient d'établir précisément les besoins de la personne : « aide technique » et/ou « aide humaine ». Vous pourrez vous adresser aux services du Conseil Général : MDPH (Maison départementale des personnes handicapées), CLIC (Comité local d'information gérontologique), APA (Allocation personnalisée d'autonomie). Le coût de ces aides peut être financé par différents dispositifs (APA, Prestation de compensation du handicap, prestations extra-légales de la CARSAT, ANAH [Agence nationale pour l'Amélioration de l'habitat], aides financières par l'action sociale de l'administration employeur, de la mutuelle).

Les services d'aide à la personne

Ils réunissent l'ensemble des activités contribuant à faciliter la vie quotidienne des personnes et des familles à domicile.

Globalement, ils s'articulent autour des 3 grands domaines :

- La famille : garde d'enfants, soutien scolaire, assistante informaticienne et administrative
- La vie quotidienne : travaux ménagers, jardinage, bricolage, gardiennage et surveillance de résidence (principale et secondaire), etc.
- Les personnes âgées et les personnes en situation de handicap : accompagnement dans les promenades ou les démarches administratives, assistance à la mobilité et aux transports, conduite de véhicule personnel, garde malade (sans soins médicaux), soins esthétiques à domicile, soins et promenades d'animaux de compagnie.

L'Agence nationale des services à la personne, créée en 2005, gère le développement et la qualité de ces services. Sous cette enseigne nationale, sont inscrites les entreprises et associations agréées par l'État (gage de la qualité du service).

Concrètement, si j'ai besoin d'un service d'aide à domicile, que faire ?

2 possibilités :

Vous voulez employer directement un intervenant à domicile que vous connaissez ?

Depuis le 1^{er} janvier 2010, les particuliers employeurs sont invités à utiliser le CESU (Chèque Emploi Service Universel) qui simplifie les démarches administratives (pouvoir déclarer l'embauche de votre salarié, être dispensé d'établir des bulletins de salaire, déclarer les salaires grâce à un volet social pré-rempli, bénéficier automatiquement du calcul et du prélèvement de vos cotisations sociales).

Vous rémunérez votre salarié par tout moyen de paiement : virement, chèque bancaire, ou espèces.

Vous pouvez adhérer au CESU de 2 façons :

- sur Internet : <http://www.cesu.urssaf.fr>
- en contactant votre Urssaf (plateforme téléphonique du CN-CESU [Centre National du CESU] 0820 00 23 78) : vous recevrez une documentation et un dossier de déclaration au CESU à compléter

Vous déclarez la rémunération de votre salarié à l'aide du volet social :

- directement en ligne sur : <http://www.cesu.urssaf.fr>
- ou sur un volet papier (volet social) du carnet qui vous sera remis à votre demande par le CN-CESU (Centre national du CESU)

***N.B :** le CESU est utilisable en métropole ; pour les DOM, le particulier employeur effectue ses déclarations sociales au moyen du Titre de travail simplifié (TTS), après adhésion via sa banque à la Caisse générale de sécurité sociale (CGSS) de son département*

Vous souhaitez passer par une association, une entreprise ou un établissement public agréé ?

L'organisme se chargera directement des déclarations administratives, vous proposera un intervenant et vous facturera le service (les activités des services à la personne sont soumises à différents taux de TVA).

Il existe 2 formes d'agrément : l'agrément simple et l'agrément qualité (exigé pour des interventions ciblant les publics fragiles tels que les personnes âgées de plus de 60 ans et les personnes en situation de handicap).

Pour trouver la liste des organismes déclarés de services à la personne :

www.servicessalapersonne.gouv.fr

Utiliser un service d'aide à domicile ouvre droit à un avantage fiscal (voir «les avantages fiscaux»)

Les aides au logement

(simulation possible sur www.caf.fr)

La Caisse d'Allocations Familiales (CAF) peut vous attribuer une allocation pour vous aider à financer des dépenses de logement que vous soyez à domicile ou en établissement.

Le montant de ces aides est soumis à des conditions de ressources et d'âge.

Important : *pour les maisons de retraite, deux allocations peuvent être versées si les conjoints sont dans deux chambres séparées ou si l'un des conjoints reste à domicile.*



Réductions, exonérations ?

... Peut-être y ai-je droit ?



Les mesures fiscales concernant **l'impôt sur le revenu** prévoient des dispositions particulières selon vos ressources, votre âge, votre situation familiale, votre taux d'invalidité et vos dépenses en rapport avec votre autonomie (aide à domicile ou hébergement en établissement).

Une majoration de part, une déduction sur le revenu imposable, une réduction d'impôt peut vous être éventuellement accordée.

Nous attirons votre attention notamment sur les dépenses liées aux aides à l'autonomie qui peuvent être déduites dans la limite d'un plafond (ce plafond diffère selon la nature de ces dépenses et de votre situation) :

- 50 % des frais supportés pour l'emploi d'un salarié à domicile ou le recours à certaines activités de service à la personne, à domicile
- 25 % des frais engagés si vous résidez en établissement pour personnes dépendantes.

Par ailleurs, un crédit d'impôt peut être accordé pour certaines dépenses d'installation et de remplacement des équipements (à titre d'exemples : économie d'énergie, sanitaires, sécurité, accessibilité). Ces équipements doivent être installés par un professionnel. Avant d'engager des travaux, appelez votre centre des impôts.

Contactez le centre des Impôts dont vous dépendez (la réglementation et les barèmes fluctuent) ou consultez le site Internet : www.impots.gouv.fr

De même, selon votre situation (âge, taux d'invalidité, revenus ou cohabitation avec une personne âgée dépendante...) vous pouvez bénéficier d'une exonération partielle ou totale des **impôts locaux** (taxe d'habitation et taxe foncière).

L'exonération des charges sociales (cotisations patronales de sécurité sociale : maladie, vieillesse, allocations familiales) est accordée si vous employez un salarié à domicile et si vous remplissez l'une des conditions :

- être âgé de 70 ans et plus (pour un couple, cette condition est remplie dès lors que l'un des deux conjoints a atteint l'âge de 70 ans). Dans ce cas, il s'agit d'une exonération limitée qui est appliquée automatiquement
- être titulaire de la carte d'invalidité à 80 %
- vivre seul et avoir atteint l'âge de 60 ans, avec l'obligation de faire appel à une tierce personne pour accomplir les actes ordinaires de la vie
- remplir les conditions de perte d'autonomie requises pour bénéficier de l'APA (les personnes percevant l'APA sont exonérées totalement des cotisations patronales de sécurité sociale hormis accident du travail et maladies professionnelles ; les personnes susceptibles de bénéficier de l'APA devront faire la demande d'exonération en joignant un justificatif)
- être titulaire de la prestation de compensation du handicap (PCH) ou d'une majoration pour tierce personne (MTP)
- avoir à sa charge un enfant handicapé ouvrant droit à l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé ou à la prestation de compensation

Des réductions tarifaires existent pour accéder à certains services. A titre d'exemple, des tarifs « seniors » sont proposés pour les transports (SNCF, RATP, compagnies aériennes, etc.) et pour les activités associatives et de loisirs.

La protection sociale des retraités !



La mutuelle de référence (MGET)

Une mutuelle de référence est un organisme sélectionné par un employeur public, qui bénéficie d'une subvention de l'Etat. Cependant, cette subvention n'implique pas systématiquement une cotisation plus faible à garantie équivalente.

Vous n'avez aucune obligation d'adhérer à la mutuelle de référence. Nous vous incitons donc à comparer les offres existantes sur le marché.

L'assurance maladie

- En qualité de retraité, vous continuez à bénéficier des prestations de l'assurance maladie (remboursement des consultations médicales, médicaments, hospitalisation...)
- Prévenez votre section locale ou régionale interministérielle (SLI ou SRI) de votre changement de situation.
- Si vous déménagez, prenez contact avec la section locale de votre nouveau département de résidence.

Complémentaire santé et prévoyance

- A la retraite, le montant de vos cotisations pour la mutuelle peut changer : il dépend de votre âge et des garanties souscrites pour le remboursement des dépenses de santé, du niveau de prise en charge pour la dépendance, la souscription ou non d'un contrat obsèques.
- Dès réception de votre arrêté d'admission en retraite, adressez une photocopie à votre centre mutualiste et renseignez-vous sur les garanties offertes.

Vous souhaitez passer une partie de votre retraite dans un pays de l'Espace Economique Européen (EEE)

- **Au minimum, 2 semaines avant de partir**, demandez à votre centre de sécurité sociale la carte européenne d'assurance maladie (CEAM)
- Cette carte est valable 1 an, elle est individuelle et nominative
- Elle permet la prise en charge des soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur du pays d'accueil

Vous souhaitez séjourner de manière permanente

Avant votre départ de France, demandez le formulaire S1 « inscription en vue de bénéficier de prestations de l'assurance maladie » à votre caisse de retraite. Une fois sur place, ce document vous permettra de vous inscrire auprès de l'organisme de sécurité sociale de votre lieu de résidence. Vous bénéficierez de la prise en charge de vos soins médicaux selon la législation et les formalités en vigueur dans ce pays

Avant de séjourner à l'étranger, ou dans un pays qui ne fait pas partie de l'Espace Economique Européen (EEE)

- Renseignez-vous auprès de votre section locale pour savoir si le pays situé hors EEE a signé une convention de sécurité sociale avec la France.
- Informez la Trésorerie chargée du paiement de votre pension de votre changement d'adresse.

Vous avez aussi la possibilité d'adhérer à l'assurance volontaire

de la Caisse des Français à l'étranger (CFE)

160, rue des Meuniers

77950 Rubelles

Tél : 0810 11 77 77

www.cfe.fr

Pour une retraite épanouie

La retraite c'est le début d'une nouvelle vie, qui doit se **PREPARER** et répondre enfin à vos **ASPIRATIONS** en prenant soin de votre **SANTE**.

Une retraite dynamique et épanouie requiert un **esprit** et un **corps** en **bonne santé** d'où six bonnes résolutions :

- 1 **Garder une activité intellectuelle et/ou culturelle**, (université du temps libre, chant, théâtre...)
- 2 **Cultiver les contacts sociaux** (associations, clubs...)
- 3 **Pratiquer régulièrement une activité physique** au moins 30 minutes/jour (selon ses goûts), et à son rythme (marche, vélo, danse...).
- 4 **Veiller à une alimentation** variée, équilibrée et complète en associant viande, poisson, légumes, féculents, fruits et laitages. Elle sera adaptée avec le médecin aux problèmes rencontrés (diabète, maladie cardiaque, obésité...).
- 5 **Penser à l'hydratation régulière**, consommer de l'eau à volonté et sous toutes ses formes.
- 6 **Eviter l'automédication.**

Pour réaliser pleinement ses **objectifs**, il faut :

Optimiser son capital santé

Pour ceux présentant déjà une maladie connue, il est souhaitable de **maintenir une surveillance appropriée** avec l'aide du médecin traitant.

Pour ceux qui n'ont présenté jusque là que de petits désagréments, il faut penser à **préserver un contact avec son médecin** dont la périodicité sera définie avec lui.

La surveillance et les soins dentaires seront maintenus.

Effectuer régulièrement les examens de dépistage

Au fil des années, communiquez régulièrement avec votre médecin et prêtez attention aux **campagnes de santé publique** que propose le ministère de la santé car elles peuvent évoluer dans le temps :

Le dépistage du cancer colorectal qui s'adresse aux personnes âgées de 50 à 74 ans n'ayant pas de facteurs de risques.

Le dépistage du cancer du sein qui s'adresse également aux femmes âgées de 50 à 74 ans.

Pour les femmes

Outre la surveillance des seins, le **suivi gynécologique complet doit être maintenu** tout au long de la vie ; il comprend également la **prévention de l'ostéoporose**.

Pour les hommes

Il est nécessaire de procéder à un **examen de la prostate annuellement** dès l'âge de 50 ans.



D'autres dépistages peuvent être proposés à la sensibilisation du public

Le dépistage du mélanome malin et autres lésions de la peau.

Le dépistage du glaucome : il s'effectue simplement par l'ophtalmologiste lors d'une consultation pour prescription de lunettes.

Le dépistage du diabète : il peut être recherché lors d'une prise de sang.

Le dépistage des déficits auditifs, surtout si vous avez travaillé dans le bruit. Vous faites répéter ou votre entourage vous indique que vous êtes « dur d'oreille ». Ce n'est pas une fatalité, prenez rendez-vous auprès de votre médecin qui vérifiera que vous n'avez pas de bouchon de cérumen et vous orientera vers un spécialiste pour une bonne évaluation.

Il faudra penser à **maintenir vos vaccinations à jour** :

1 dose de DT Polio tous les 10 ans.

A partir de 65 ans, ou avant cet âge, si vous êtes atteint d'une affection de longue durée, vous bénéficiez **gratuitement** d'une dose annuelle du vaccin antigrippe saisonnière.

Quelques recommandations :

Pour les voyageurs

Tout voyage se prépare avec son médecin en fonction des risques rencontrés : Toujours faire un petit bilan de santé avant le départ, ce qui permettra une mise à jour selon les risques encourus sur place (vaccinations, médicaments...)

Pour les sportifs

Tout candidat à une pratique sportive effectuera, au préalable, un examen médical afin de connaître celle qui lui sera la plus appropriée. Toute activité nécessite un **démarrage progressif**, c'est le plaisir qui doit être primordial et non les performances.

Manger sain, se surveiller, participer aux campagnes de dépistage, suivre les conseils de son médecin sont des atouts pour bien vivre sa retraite.

Vigilance



Le vieillissement peut se révéler un facteur de risque dans les accidents domestiques et la conduite d'un véhicule.

Les chutes : des accidents domestiques trop fréquents

De nombreuses études y ont été consacrées.

Une recherche de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) montre qu'environ un tiers des personnes âgées de 65 ans et plus, vivant à domicile, chutent chaque année. La proportion augmente avec l'âge. Les femmes sont majoritairement concernées.

Les conséquences psychologiques et physiologiques peuvent être importantes et entraîner une diminution de la mobilité ainsi qu'une perte de confiance en soi.

La prévention de ces chutes domestiques passe d'abord par un bon suivi médical. Des ateliers de formation sont également organisés dans de nombreuses communes.

Après une première chute, la consultation de spécialistes peut s'avérer nécessaire, afin d'identifier les facteurs de risque. C'est la condition pour pouvoir mettre en œuvre le soutien médical approprié (ophtalmologie, neurologie, kinésithérapie, etc.), le maintien ou la reprise toujours possible d'une activité physique (gymnastiques douces, nouvelles pratiques énergétiques, etc.), mais aussi le rééquilibrage nutritionnel et les adaptations du logement.

Pour plus d'information :

- Le site Internet de l'IPAD (Institut de prévention des accidents domestiques) www.ipad.asso.fr
- Les pôles de gérontologie des CHU (Centre hospitalier universitaire) qui proposent des consultations approfondies permettant la prévention et le traitement des maladies du vieillissement
- Les CLIC (*Centres Locaux d'Information et de Coordination gérontologique*).

La réduction de ces accidents domestiques chez les personnes âgées repose principalement sur la sensibilisation au danger, la vigilance et l'aménagement adéquat des lieux de vie.

La sécurité routière : plus d'un conducteur sur cinq est âgé de plus de 65 ans

Si le nombre d'accidents n'est pas plus élevé au-delà de cette tranche d'âge, les personnes âgées sont cependant surexposées au risque routier, particulièrement au-delà de 75 ans. Les risques sont doubles : en tant que piéton et en tant que conducteur.

Les altérations physiologiques en lien avec la vision, l'ouïe et la motricité agissent en effet sur l'aptitude à la conduite.

Outre le suivi médical qui s'impose pour vérifier ses facultés, des stages de remise à niveau peuvent être utiles pour réviser ses connaissances réglementaires et bénéficier de séances de conduite avec un professionnel. Ce peut être un moyen pour faire un bilan, recourir à des équipements susceptibles de faciliter sa conduite et peut-être prendre conscience de sa capacité à rester ou pas un conducteur vigilant.

Pour plus d'information :

Le site Internet de la Sécurité routière (brochure « Les seniors et la route ») www.securite-routiere.gouv.fr

Les Comités départementaux de la prévention routière

Votre assureur

Les sites Internet de covoiturage.

Le bénévolat vous tente

Vous avez des loisirs, des passions, des centres d'intérêts, et vous avez le temps et l'envie de les partager. De nombreuses associations peuvent avoir besoin de vous.

N'hésitez plus...

- Renseignez-vous à la mairie de votre domicile ou auprès des associations de votre commune.
- Prenez contact avec les associations locales de la DGAC/Météo-France si vous souhaitez participer à l'action sociale de votre administration.
- Adressez-vous à Espace Bénévolat, organisme relais entre les bénévoles et les associations
(Tél : 01 42 64 97 34 - Site Internet : www.espacebenevolat.org)



Action sociale nationale – CCAS

Comité central d'action sociale de la DGAC et de Météo-France
 50, rue Henry Farman – 75720 PARIS CEDEX 15
 Tél. 01 58 09 42 90 – Fax 01 58 09 41 36
 Internet : www.alpha-sierra.org

Associations nationales**ANAFACEM (Association nationale des anciens fonctionnaires de l'aviation civile et de la météorologie)**

DSAC Sud – Allée Saint-Exupéry – BP 60100 – 31703 BLAGNAC CEDEX
 Tél. 01 49 56 83 08 – Fax 01 49 56 83 02
anafacem.bn@gmail.com
www.alpha-sierra.org/anafacem

ARAMIS (Association pour la réalisation des actions et missions locales)

DGAC – 50, rue Henry Farman – 75720 PARIS CEDEX 15
 Tél. 01 58 09 43 51 – Fax 01 58 09 40 22
www.alpha-sierra.org/aramis

UNASACEM (Union nationale des associations sportives de l'aviation civile et de la météorologie)

CRNA Nord – 9, rue Champagne – BP 600 – 91205 ATHIS-MONS CEDEX
 Tél. 01 69 57 65 37 – Fax 01 69 57 65 38
unasacem.association@regis-dgac.net
www.alpha-sierra.org/unasacem

**Action sociale locale – CLAS (Comité local d'action sociale)
 CSR (Correspondant social régional)****CLAS Nord**

CSR - DSAC Nord – Orly Sud 108 – 94396 ORLY AEROGARE CEDEX
 Tél. 01 69 57 75 26 – Fax 01 69 38 15 23
www.alpha-sierra.org/nord

CLAS Nord-Est

CSR - DSAC Nord-Est - Aéroport de Strasbourg-Entzheim
 67836 TANNERIES CEDEX - Tél. 03 88 59 63 32 – Fax 03 88 59 63 52
www.alpha-sierra.org/nord-est

CLAS Centre Est

CSR - DSAC Centre-Est – BP 601
 69125 LYON SAINT-EXUPERY AEROPORT
 Tél. 04 26 72 67 94 – Fax 04 26 72 67 69
www.alpha-sierra.org/centre-est

CLAS Sud-Est

CSR - DSAC Sud-Est – 1, rue Vincent Auriol – 13617 AIX-EN-PROVENCE
 Tél. 04 42 33 78 18 – Fax 04 42 33 16 26
www.alpha-sierra.org/sud-est

CLAS Sud

CSR - DSAC Sud – BP 60100 – 31703 BLAGNAC CEDEX
 Tél. 05 67 22 90 66 – Fax 05 67 22 90 67
www.alpha-sierra.org/sud

CLAS Sud-Ouest

CSR - DSAC Sud-Ouest – BP 70116 – 33704 MERIGNAC CEDEX
 Tél. 05 57 92 84 75 – Fax 05 57 92 84 03
www.alpha-sierra.org/sud-ouest

CLAS Ouest

CSR - DSAC Ouest – Aéroport de Brest-Bretagne – BP 56
 29490 GUIPAVAS
 Tél. 02 98 32 02 95 – Fax 02 98 32 02 06
www.alpha-sierra.org/ouest

CLAS Région parisienne

CSR - SG/SDP/5 – 50, rue Henry Farman – 75720 PARIS CEDEX 15
 Tél. 01 58 09 45 33 – Fax 01 58 09 41 36
www.alpha-sierra.org/region-parisienne

CLAS ENAC

CSR - ENAC – 7, avenue Edouard Belin – BP 54005 – 31055 TOULOUSE
 CEDEX 4
 Tél. 05 62 17 47 45 – Fax 05 62 17 40 36
www.alpha-sierra.org/enac

CLAS Antilles-Guyane

CSR - DSAC Antilles-Guyane – 11, rue des Hibiscus – BP 644
 97262 FORT-DE-FRANCE CEDEX
 Tél. 05 96 55 63 60 – Fax 05 96 60 54 71
www.alpha-sierra.org/antilles-guyane

CLAS Océan Indien

CSR - AC Océan Indien – Aéroport de Saint-Denis-Gillot – BP 55
 97408 SAINT-DENIS-GILLOT CEDEX 9
 Tél. 02 62 72 87 44 – Fax 02 62 72 88 88
www.alpha-sierra.org/ocean-indien

CLAS Nouvelle Calédonie

CSR - SEAC Nouvelle Calédonie – BP H1 – 98849 NOUMEA CEDEX
 Tél. 00 687 26 52 75 – Fax 00 687 26 52 02
www.alpha-sierra.org/nouvelle-caledonie

CLAS Polynésie française

CSR - SEAC Polynésie française – BP 6404 – 98702 FAA'A TAHITI
 Tél. 00 689 86 12 17 – Fax 00 689 86 10 19
www.alpha-sierra.org/polynesie-francaise

Les coordonnées des assistantes de service social peuvent être obtenues auprès des correspondants sociaux régionaux.

AAH

Allocation aux adultes handicapés

AAM

Association des anciens de la météorologie
BP 202 - 7, rue Teisserenc de Bort
78190 TRAPPES
Tél. 01 30 13 61 30 – Fax 01 30 13 60 60
Courriel : aam@anciensmeteos.info
Internet : www.anciensmeteos.info

ADIL

Agence départementale pour l'information
sur le logement
Internet : www.anil.org

AGIRC

Association générale des institutions de
retraite des cadres
16-18, rue Jules César
75592 PARIS CEDEX 12
Tél. 01 71 72 12 00
Internet : www.agirc.fr

ANAH

Agence nationale de l'habitat
8, avenue de l'Opéra
75001 Paris
Tél. 0 820 15 15 15
Internet : www.anah.fr

ANCV

Agence nationale pour les chèques
vacances
36, boulevard Henri Bergson
95201 SARCELLES CEDEX
Tél. 0 825 844 344
Internet : www.ancv.com

APL

Aide personnalisée au logement

ARRCO

Association des régimes
de retraite complémentaires
16-18, rue Jules César
75592 PARIS CEDEX 12
Tél. 01 71 72 12 00
Internet : www.rrco.fr

AVF

Accueil des villes de France
Union nationale des AVF
3, rue de Paradis 75010 PARIS
Tél. 01 47 70 45 85 – Fax 01 47 70 46 86
Courriel : unavf@avf.asso.fr
Internet : www.avf.asso.fr

BAFA

Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur

BASIL

Budget d'action sociale et d'initiatives
locales du CLAS

CAMARCA

Caisse mutuelle autonome de retraites
complémentaires agricoles
21, rue de la bienfaisance
75832 PARIS CEDEX 08
Tél. 01 71 21 00 00
Internet : www.groupagricola.com

CARPIMKO

Caisse de retraite des auxiliaires médicaux
6, place Charles de Gaulle
78882 SAINT-QUENTIN-EN
YVELINES CEDEX
Tél. 01 30 48 10 00 – Fax 01 30 48 10 77
Internet : www.carpimko.com

Ccas

Centre communal d'action sociale

CDI-NR

Centre des impôts des non-résidents
10, rue du Centre - TSA 10010
93465 NOISY-LE-GRAND CEDEX
Tél. 01 57 33 83 00 – Fax 01 57 33 82 66
Courriel : sip.nonresidents@dgfip.finances.gouv.fr

CESU

Chèque emploi service universel
Centre national du Chèque emploi
service universel
63, rue de la Montat
42961 SAINT-ETIENNE CEDEX 9
Tél. 0 820 00 23 78 – Fax 04 77 43 23 51
Internet : www.cesu.urssaf.fr

CGSS

Caisse générale de sécurité sociale

CICAS

Centre d'information et de coordination de l'action sociale

CLIC

Centre local d'information et de coordination

Internet : clit-info.personnes-agees.gouv.fr

CNAF

Caisse nationale d'allocations familiales

Internet : www.caf.fr

CNAMTS

Caisse nationale d'assurance maladie des travailleurs salariés

50, avenue du Professeur André Lemierre
75986 PARIS CEDEX 20

Tél. 01 72 60 10 00 – Fax 01 72 60 10 10

Internet : www.ameli.fr

CNAV

Caisse nationale d'assurance vieillesse

110 avenue de Flandres
75954 PARIS CEDEX 19

internet : www.lassuranceretraite.fr

CNAVTS

Caisse nationale d'assurance vieillesse des travailleurs salariés

110, avenue de Flandre
75951 PARIS CEDEX 19

Tél. 0 821 10 12 14

Internet : www.lassuranceretraite.fr

CNAVPL

Caisse nationale d'assurance vieillesse des professions libérales

102, rue de Miromesnil – 75008 PARIS
Tél. 01 44 95 01 50 – Fax 01 45 61 91 37

Internet : www.lassuranceretraite.fr

CNIDFF

Centre national d'information sur les droits des femmes et des familles

7, rue du Jura – 75013 PARIS

Tél. 01 42 17 12 00 – Fax 01 47 07 75 28

Courriel : cnidff@cnidff.fr

Internet : www.infofemmes.com

CNRACL

Caisse nationale de retraite des agents des collectivités locales

Rue du Vergne

33059 BORDEAUX CEDEX

Tél. (actifs) 05 56 11 33 35

Tél. (retraités) 05 56 11 40 40

Tél. (pension) 05 57 57 91 99

Fax 05 56 11 41 08

Internet : www.cdc.retraites.fr

CPAM

Caisse primaire d'assurance maladie

CRAV

Caisse régionale d'assurance vieillesse

CRCCA

Caisse de retraite complémentaire des cadres de l'agriculture

CRDS

Contribution au remboursement de la dette sociale

CSG

Contribution sociale généralisée

DRH/AS

Département de l'action sociale à Météo-France

DSAC

Direction de la sécurité de l'Aviation civile

FONDA

Fondation pour la vie associative

18, rue de Varenne – 75007 PARIS

Tél. 01 45 49 06 58 – Fax 01 42 84 04 84

Courriel : fonda@fonda.asso.fr

Internet : www.fonda.asso.fr

FSPOEIE

Fonds spécial des pensions des ouvriers des établissements industriels de l'Etat

Rue du Vergne

33059 BORDEAUX CEDEX

Tél. 05 57 57 90 07

Internet : www.cdc.retraites.fr

GIP INFO RETRAITE

Groupement d'intérêt public commun
aux 35 organismes de retraite obligatoire
Internet : www.info-retraite.fr

GIR

Groupe iso-ressources

INPES

Institut national de prévention et d'éduca-
tion pour la santé
42, boulevard de la Libération
93203 SAINT-DENIS CEDEX
Tél. 01 49 33 22 22 – Fax 01 49 33 23 90
Courriel : inpes@inpes.sante.fr
Internet : www.inpes.sante.fr

IPAD

Institut de prévention des accidents
domestiques
19, rue des Pimpelines
27220 SAINT-LAURENT-DES-BOIS
Tél. : 02 32 58 13 34 - Fax : 02 32 37 25 02
Internet : ipad.asso.fr

INRS

Institut national de recherche et de sécu-
rité pour la prévention des accidents du
travail et des maladies professionnelles
65 boulevard Richard Lenoir - 75011 PARIS
Tél. 01 40 44 30 00 – Fax 01 40 44 30 99
Internet : www.inrs.fr

IRCANTEC

Institution de retraite complémentaire
des agents non titulaires de l'Etat et des
collectivités publiques
24, rue Louis Gain - 49939 ANGERS
CEDEX 9 - BP 80726
Tél. 02 41 05 25 25
Internet : www.cdc.retraites.fr

MGET

Mutuelle générale environnement et terri-
toires - Tél. 0821 08 90 00
Internet : [www.mutuelle-generale-
environnement-et-territoires.fr](http://www.mutuelle-generale-
environnement-et-territoires.fr)

MNAM

Mutuelle nationale aviation marine
Tél. 0800 00 71 01
Internet : www.mnam.fr

MSA

Mutualité sociale agricole
Internet : www.msa.fr

PACT

Protection amélioration conservation
transformation
Internet : www.pact-habitat.org

PAP

Plan d'actions personnalisés

PPO

Pension principale d'orphelin

PRE

Périodes reconnues équivalentes

PREFON

Caisse nationale de prévoyance de la
fonction publique
12 bis rue de Courcelles - 75008 PARIS
Tél. 30 25
Internet : www.prefon-retraite.fr

PSAD

Participation aux services d'aide à
domicile

RATOCEM

Rentes d'accident du travail des ouvriers
civils des établissements militaires
Internet : www.cdc.retraites.fr

RSI

Relevé de situation individuelle

SERVICE-PUBLIC

Tél. 39 39
Internet : www.service-public.fr

SG/SDP/5

Bureau de l'action sociale à la DGAC

URSSAF

Union de recouvrement des cotisations de
sécurité sociale et d'allocations familiales
Internet : www.urssaf.fr



Remerciements à :

Alain Triquenot, *Président du CCAS*

Commission retraités :

Alain Polloni, *Président de la commission*

Philippe Michaud, *adjoint au chef du bureau de l'action sociale (SG/SDP5)*

Marie-Cécile Bellevue, *Conseillère technique nationale de service social (SG/SDP5)*

Pascale Poncin, *assistante de service social (DSAC/SE)*

Gislène Edouard *(SG/SDP4 – Division des pensions)*

Bernard Cirefice *(DIRO/CM/Brest)*

Commission communication :

Jérôme Espenan *(SSIM)*

Pascale Fils, *coordinatrice de l'information sociale (SG/SDP5)*

Et à :

Dr Marie-Christine Monchalain

Marie-Claude Bigot

Marie-Dominique Langen



Conception et réalisation : DGAC/SG/Com - Impression : Météo-France

septembre 2013

