

LA VOIX DU GROUPE

N° 96 - septembre - 2026

Le mot du président



RETRAITES, DES CITOYENS A PART ENTIERE : LES EXIGENCES DE L'ANR

Conscients des difficultés auxquelles est confronté notre pays, ses 18 millions de retraités s'affirment comme des citoyens responsables. Ils s'élèvent contre l'ostracisme qui se manifeste à leur égard. Ils dénoncent leur absence dans les instances qui les concernent telles que celles qui gèrent leurs retraites. Ils n'acceptent plus d'être une population qui, seule, devrait apporter sa contribution financière afin de faire face aux besoins de financement de l'État.

Ils n'ignorent rien de la situation actuelle ni des défis que doit affronter notre système de retraite. Ils considèrent que les retouches proposées n'apportent aucune solution viable et souhaitent une réflexion globale et cohérente permettant une réelle pérennité du système, sans négliger, en attendant, un ré-abondement du Fonds de Réserve des Retraites.

En conséquence, voici la motion adoptée lors de l'Assemblée Générale de l'ANR les 26 et 27 mai 2026 à Paris.

Les retraités de l'ANR :

- S'inquiètent des mesures impactant leur pouvoir d'achat.
- Exigent que la règle de revalorisation des retraites soit systématiquement respectée sans aucune tentation de gel des retraites.
- Rejettent toute augmentation de leurs cotisations aux compléments santé.
- Demandent que le conjoint survivant bénéficie de la pension de réversion :
 - o - Sans limite d'âge,
 - o - Sans condition de ressources.
 - o - D'un montant égal à 60% de la pension du conjoint décédé, au prorata des années de mariage en cas de pluralité de conjoints.
- Revendiquent pour les retraités le bénéfice des mêmes droits que les salariés en déduisant de leur revenu imposable les cotisations restant à leur charge au titre de leur complémentaire santé ou en obtenant un crédit d'impôt.
- Réitèrent leur demande pour que soit rétablie la ½ part des veuves et veufs ayant élevé au moins un enfant
- Insistent pour que soit enfin supprimée la cotisation de 1% sur les retraites complémentaires.
- Attendent qu'il soit mis un terme à une médecine à plusieurs vitesses, avec aucun dépassement d'honoraires.

Les retraités constatent que leur cadre de vie ne cesse de se détériorer avec :

- La désertification médicale.
- La disparition des services publics de proximité et la numérisation à outrance de ceux-ci.
- Le manque de contrôles aléatoires de la qualité de vie dans les EHPAD (futurs Maisons France Autonomie), l'absence d'une participation délibérative des représentants des résidents et de leurs familles dans la gestion de ceux-ci.

Sans que les revendications ci-dessous ne soient exhaustives, L'Association Nationale de Retraités, reconnue d'intérêt général, défend les intérêts de l'ensemble des retraités

Par cette MOTION, elle tient à mobiliser tous les acteurs de terrain et sensibiliser élus et responsables pour que les retraités soient entendus et respectés dans les débats les concernant.

Être RECONNUS, être ÉCOUTÉS, être ENTENDUS, être CONSIDÉRÉS, être RESPECTÉS ; Telles sont les exigences des adhérents de l'Association Nationale de Retraités.

Bien chaleureusement,

Gérard Bisiou

Sommaire

Page 1

Le mot du président Gérard Bisiou

Page 2

Sortie régionale

Richesse et bizarreries de la langue Française

Sorties pédestres

Page 3

Après midis récréatifs

Commission loisirs

Marre des appels indésirables ?

Rubrique Ophtalmo

Page 4

Défense et Solidarité

2 Intercalaires d'inscriptions

Bienvenue à ceux qui nous rejoignent

Mme LEPINAY Claudine SOTTEVILLE LES ROUEN
Mme PICARD Hélène SAINT ETIENNE DU ROUVRAY
Mme OCTAU Anne-Marie NEUVILLE LES DIEPPE
Mr MORJON Marceau LERY
Mme MORJON Françoise LERY

Sortie Régionale du 21 mai 2026 à Fécamp



Le 21 mai 2026, une sortie régionale organisée par l'ANR76 a réuni 48 adhérent(e)s (bénévoles et leur conjoint(e)), des 5 départements normands. Cette journée a commencé par une balade sur le front de plage d'Yport, avec une météo très clémente (il n'y avait pas de vent et le soleil était au rendez-vous). Après cette mise en appétit, un repas a été partagé dans un restaurant situé au milieu du bourg. Le repas a été apprécié par tous les participants, et a permis de nombreux échanges entre collègues normands (qui pour beaucoup se connaissaient déjà auparavant).

Cette journée fût complétée par une visite l'après-midi, du site très connu de « La Bénédicte » à Fécamp.

Les participants à l'issue de cette journée très réussie, sont repartis dans leurs départements respectifs.

Cette sortie sera de nature à resserrer les liens (déjà étroits) entre nos associations normandes de l'ANR.

Gérard Bisieu

Richesse et bizarreries de la langue française Même orthographe et pourtant....



Nous **portons** les **portions**.

Les poules du **couvent couvent**.

Mes **films** ont cassé mes **films**.

Il **est** à l'**Est**.

Je **vis** ces **vis**.

Cet homme est **fier**. Peut-on s'y **fier** ?

Avant, nous **éditions** de belles **éditions**.

Je suis **content** qu'ils **content** ces histoires.

Il **convient** qu'ils **convient** leurs amis.

Ils ont un caractère **violent**; ils **violent** leurs promesses.

Nos **intentions** sont que nous **intentions** ce procès.

Ils **négligent** leurs devoirs, je suis moins **négligent** qu'eux.

Ils **résident** à Paris chez le **résident** d'une nation étrangère.

Les cuisiniers **excellent** à faire ce mets **excellent**.

Les poissons **affluent** à un **affluent**.

La foi qui est féminin ne prend pas de E

Le foie qui est masculin lui, prend un E

Une fois, qui est singulier prend un S

Didier Commare

Sortie pédestre du 5 mai 2026 à Saint André sur Cailly.

Malgré un ciel gris un peu menaçant, nous sommes 7 marcheurs à prendre le départ de Saint André sur Cailly, pas même impressionnés par les gros nuages.

Petit bout de route puis rapidement un chemin dans les bois, encaissé et moussu. On traverse ensuite plaine et village, pour filer sur un sentier forestier, entre ombres et lumières filtrées.

Vient l'heure du goûter sur des troncs couchés, biscuits et café.

Nous repartons à travers bois, sous une brise fraîche, portion de route vite avalée et retour au parking de la salle des fêtes.

Nos courageux marcheurs venaient de faire plus de 13 kms.....

A bientôt.

Pascale Marais

2 juin 2026 : sortie pédestre à Etretat



Toute bonne chose se mérite : 1 h 30 de voiture pour rallier Rouen aux Loges, covoiturage réalisé au mieux.

Et de la gare des Loges, nous sommes 8 à chevaucher des vélos rail, cheveux au vent, percutés par toute bête volante croisant notre route, le sourire aux lèvres, pour gagner Etretat.

Au cours de ce périple insolite et cahotant, nous aperçûmes un garenne fuyant notre barouf et un joli chevreuil.

A Etretat, après être descendus par de petites rues quêtées vers le centre-ville, nous avons pique-niqué en tentant de nous mettre à l'abri du vent....

Puis après ce plein de calories, c'est un peu poussifs que nous avons escaladé la longue volée de marches menant à la chapelle. Une vue magnifique sur la mer et les falaises découpées s'offrait à nous, qui valait bien la sueur de la grimpe.

Redescente vers le front de mer, promenade tranquille tout le long de la jetée sous un ciel bleu inespéré.

Quelques-uns d'entre nous, courageux, sont montés jusqu'au point de vue au-dessus de l'aiguille creuse pendant que les autres devisaient sur un banc face à la mer.

Puis nous avons déambulé gentiment à travers les rues de la ville, lorgnant les façades colorées des magasins, quelques détails d'architecture, les halles toutes en bois travaillé

Un pot réconfortant sur une terrasse au soleil et nous repartons vers la gare d'Etretat afin de monter dans le train navette qui nous ramène doucement à la gare des Loges.

Promesse de se retrouver en Septembre, nous remontons dans les voitures vers Rouen et nos logis.

Pascale Marais

Après-midi récréatif à Sotteville-lès-Rouen Le 11 juin 2026



Le 11 juin 2026, 7 adhérents se sont retrouvés pour partager un après-midi récréatif.

Certains ont opté pour une partie de belote et les autres ont joué au rummikub. le tout dans une ambiance détendue et très conviviale.

Bien entendu, comme à chaque fois, s'est en ayant partagé un bon goûter qu'ils se sont séparés.

Rappel des prochaines dates proposées :

Jeudi 10 septembre Jeudi 15 octobre

Jeudi 12 novembre Jeudi 10 décembre

Les jeux proposés sont variés, vous êtes les bienvenu(e)s !.

Le lieu est l'adresse habituelle :

465 rue de Paris 76300 Sotteville-lès-Rouen à 14h00.

A bientôt.

Gérard Bisiau ✍

Activités loisirs

A l'issue de l'Assemblée Départementale 2026, un renouvellement important est intervenu dans la commission des loisirs. Se retrouver est toujours une des missions de votre association. La nouvelle commission a ainsi complété les sorties déjà prévues. Nous vous invitons à les découvrir

Octobre : 6, sortie pédestre Bosc-Guérand

15: Après-midi récréatif Sotteville-lès-Rouen

27: Projections photos (Malte, Australie), avec inscription demandée.

Salle Marcel LODS 5 rue des Flandres SOTTEVILLE - LES-ROUEN, 14 H 00

(proximité station métro Garibaldi)

Réponse avant le 12 Octobre 2026

Par courrier : ANR76 - 465 rue de Paris - 76300 SOTTEVILLE LES ROUEN

Par e-mail : adressée christian.brachet0721@orange.fr

Par Sms : au 06 68 70 19 96

Novembre : 3: sortie pédestre St Martin du vivier

10: Repas IFA Mont St Aignan

12: Après-midi récréatif Sotteville-lès-Rouen

Décembre : 1: sortie pédestre Rouen

5 au 12 Croisière sur le Nil

10: Après-midi récréatif Sotteville-lès-Rouen

20: Déjeuner Spectacle aux enfants terribles Elbeuf

Pour début 2027, vous trouverez les bulletins d'inscription pour 2 activités :

- 21 Janvier : Galette des Rois IFA mont St Aignan

- 14 Février : Théâtre à l'Ouest ROUEN : une pièce comique, « Mariages, embrouilles,... »

En préparation pour la période de Mars à Juin 2027 :

Sorties à la journée : Croisière Paris canal St Martin et visite aux belles poules

Visite du Château de Versailles

Visites des villes de Dieppe et Le Havre

Visite des jardins et maison de Monet, musée de l'impressionnisme

Voyages en projets pour 2027 et 2028 : Séjour ANCV, circuit Portugal ou Bulgarie,...

N'oubliez pas les sorties pédestres et après-midis récréatifs dont les dates vous seront communiquées dans le bulletin de Décembre 2026.

Christian BRACHET et la Commission loisirs ANR76 ✍

Y-en a marre des appels indésirables. Bloquez les avec Saracroche



Saracroche offre les fonctionnalités suivantes :

Environ **15 millions de numéros** sont bloqués, dont **12,5 millions** correspondent aux préfixes réservés au démarchage téléphonique, communiqués par l'ARCEP : 0162, 0163, 0270, 0271,

0377, 0378, 0424, 0425, 0568, 0569, 0948, 0949, ainsi que ceux allant de 09475 à 09479.

• **Blocage automatique** : Les appels des numéros inscrits dans la liste sont bloqués automatiquement

• **Blocage des SMS** : Les SMS provenant des numéros bloqués sont également filtrés (uniquement sur iOS).

• **Fonctionnement hors ligne** : La liste est téléchargée périodiquement puis le blocage fonctionne sans connexion Internet.

• **Signalement d'appels indésirables** : Vous pouvez signaler les numéros indésirables pour améliorer la base de données.

• **Respect des contacts** : Les numéros sauvegardés dans vos contacts ne sont jamais bloqués.

• **Application légère** : Consomme très peu de batterie et d'espace disque.

Créée par le développeur français Camille Bouvat
Application gratuite et sans publicité

<https://saracroche.org/fr>



Didier Commare ✍

Savez-vous qui est l'inventeur de ce test de vision ?



Pour parodier un jeu télévisé

« La réponse est sous vos yeux »

Ferdinand Monoyer est l'inventeur de l'échelle Monoyer encore en usage actuellement et dans le monde entier pour mesurer l'acuité visuelle. Invention dans laquelle il cache ses nom, prénom et qualité. En effet, par un double acrostiche, en lisant chacune des premières lettres de chaque ligne en partant de l'avant-dernière ligne du bas, on peut lire MONOYER DM (docteur en médecine) et FERDINAND en ne lisant que les dernières lettres.

Didier Commare ✍

Défense des retraités et solidarité.

Pouvoir d'achat :

L'inflation annuelle était, en Juillet, de + 2,1%. Nous sommes loin de notre revalorisation de 0,9% de Janvier !

En cause, principalement, l'énergie (gaz + 18,7% et produits pétroliers + 20,7%) mais aussi l'alimentation avec, par exemple, une hausse de 3,8% des produits frais, victimes de la sécheresse.

Et ce n'est pas fini. Nous avons déjà les décrets concernant des baisses des remboursements Sécurité sociale et, à l'étude, dans le cadre du budget 2027 le projet de gel partiel des retraites avec désindexation sur l'inflation pour les retraites les plus élevées (3.000 €). Et peut-être d'autres mesures fiscales. Soyons très attentifs.

Plan « Grand âge » où en est-on ?

Il devait être présenté le 12 février, il a été reporté, jusqu'à quand ? Sur le vieillissement de la population de nombreuses études ont montré la situation, très précises par départements et même par secteurs, comme en Seine Maritime. On sait où on en est, on connaît les besoins. Hélas le Gouvernement fait trainer. Il lance une consultation citoyenne pour préparer la Conférence nationale de l'autonomie en automne....une façon de « botter en touche ! »

Dans ce domaine il y a les grandes difficultés rencontrées pour les EHPAD : les capacités d'accueil, le recrutement de personnels, le coût, les difficultés financières dans les établissements publics. Mais pour le moment la grande mesure gouvernementale c'est le changement de nom : les « Maisons France Autonomie » Voilà qui va changer la vie des résidents. Voilà qui est scandaleux !

Avenir des retraites :

Dans le cadre de la campagne des Présidentielles c'est un sujet qui va venir dans le débat. Des propositions seront faites sur l'âge et les conditions de départ, mais aussi sur le système de retraite. C'est ainsi que nous verrons apparaître la retraite par capitalisation. A suivre de près. L'ANR est avant tout, attachée à la retraite par répartition.

Conseil départemental citoyenneté autonomie (CDCA).

Séance du 15 juin 2026.

L'ordre du jour a porté principalement sur les avis à donner aux rapports d'activité 2025.

-Rapport d'activité de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie (CFPPA).

Le CDCA a donné un avis favorable pour les actions de prévention de perte d'autonomie, l'aide aux aidants et le développement du lien social.

-Rapport d'activité de la Direction de l'autonomie.

Le CDCA a donné un avis favorable, en particulier pour la création de nouvelles places d'hébergement temporaire en sortie d'hospitalisation, le bon fonctionnement du Service public départemental de l'autonomie sur le secteur Dieppe Neufchâtel, les mesures d'amélioration de l'habitat et l'accompagnement des personnes vulnérables.

Le CDCA a demandé que les efforts soient développés dans le domaine de l'aide à domicile, en particulier, le recrutement, la rémunération et la formation des personnels.

-Rapport d'activité de la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH).

Le CDCA donne un avis favorable pour un bilan très positif, avec d'une part, la qualité de travail en collaboration avec les partenaires (ARS, CAF, le Département, France travail, Education nationale etc..), d'autre part, grâce au recrutement de personnels et un rattrapage des retards dans le traitement des dossiers.

Toutefois une attention particulière doit être portée pour aider les familles dans leur demande (diagnostic et aides possibles).

Autres sujets à l'ordre du jour :

-Guide d'entrée en EHPAD.

Présentation du guide pour validation. Il sera disponible en fin d'année et mis largement à disposition en particulier vers les organismes sociaux et les associations.

-Lutte contre l'isolement.

Il a été constaté par l'association « Petits frères des pauvres » une augmentation des cas d'isolements des personnes âgées. Un appel est fait à toutes les associations pour s'appliquer au repérage des plus isolés.

L'ANR, en particulier avec nos collègues de la Commission sociale, est très attentive à cette action mais n'hésitez pas à nous signaler des personnes qui pourraient être dans ce cas.

Jean Michel Sagnier

Séniors et jeunes sous un même toit La cohabitation partagée

La loi ELAN de novembre 2018 facilite la cohabitation intergénérationnelle solidaire (article 117). Elle a vocation de permettre à des personnes de plus de 60 ans de louer ou sous-louer à des personnes de moins de 30 ans, une partie du logement.

Alors, si vous disposez d'un lieu de vie convivial, si vous souhaitez bénéficier d'une présence bienveillante, si vous avez envie de contribuer à la réussite d'un jeune, vous pouvez vous adresser à des associations qui aident au rapprochement. Parmi celles-ci, en Seine Maritime il y a l'association « cohobilis » joignable au 09 79 71 48 98 et sur son site www.partageonsunhavre.org.

Jean Michel Sagnier

Nos peines

Nous avons appris le décès de :

Mr ARAMBURU James	ROUEN
Mr CACHELEUX Roger	CAILLEVILLE
Mr CHANU Claude	ROUEN
Mme CHEDEVILLE Jeannine	ROUEN
Mme GOSSELIN Gilberte	ROUEN
Mr GREMETZ Max	MONTVILLE
Mme HERICHER Odile	ALLOUVILLE BELLEFOSSE
Mme MERCIER Lucienne	MONT SAINT AIGNAN

Nous adressons nos sincères condoléances à leurs familles.

Les avis de décès paraissent dès que nous avons l'information.