



## Le mot du président



### Bonne année, bonne santé...

La période des vœux n'est pas très loin, c'est traditionnellement l'occasion de souhaiter une bonne année et une bonne santé. Il est vrai qu'il vaut mieux, pour nous retraités, avoir une bonne santé, afin de ne pas être confrontés au phénomène de la désertification médicale. Les difficultés sont nombreuses, dans un contexte de perte de médecin référent, de délais pour obtenir un rendez-vous avec un passage obligé par internet, de pénurie de spécialistes. Tout cela est souvent peu compatible avec l'urgence de certaines situations.

Pouvons-nous espérer profiter d'une meilleure année 2024 en termes d'amélioration du pouvoir d'achat ?

On peut en douter, et pourtant en matière de détérioration, 2023 fût un cru exceptionnel !

Hausse des prix importante des produits alimentaires et des produits de 1<sup>ère</sup> nécessité.

Hausse du carburant.

Hausse du prix de l'électricité

Hausse des taxes foncières

Arrêt de l'abondement des chèques-vacances pour les retraités de la fonction publique.

Annonce par La Poste de la suppression au 1<sup>er</sup> janvier 2024 des quelques avantages dont bénéficiaient les postiers retraités.

Après une augmentation de 0,8% des retraites de base au 1<sup>er</sup> janvier 2023, c'est une hausse de 5,3% des retraites de base qui est intervenue au 1<sup>er</sup> janvier 2024.

Mais le compte n'y est pas, le mode de calcul aboutit à un coefficient de revalorisation minoré par rapport à l'évolution des prix.

Par ailleurs, la hausse des prix reste très élevée, notamment sur les produits alimentaires.

Une hausse des assurances « habitations » est réclamée par les assureurs.

Une nouvelle hausse des tarifs de l'électricité de près de 10% est actée en février.

Il serait temps que les pouvoirs publics prennent la pleine mesure de ce que les retraités apportent à la nation, en matière de soutien familial (aux enfants et petits-enfants), en matière de bénévolat social et associatif et tout simplement en matière économique (consommation de loisirs, utilisation de services à la personne...)

En coordination avec d'autres associations partenaires telles que le pôle des retraités, l'ANR continuera de défendre les intérêts de ses adhérents notamment en poursuivant sa présence au sein des organismes départementaux.

N'hésitez pas à parler de notre association autour de vous et d'inviter de nouveaux retraités à venir nous rejoindre et renforcer notre équipe !

**Au cours de la prochaine assemblée départementale annuelle, qui aura lieu le samedi 23 mars à Isneauville, il sera procédé au renouvellement de la moitié des membres du comité. Vos candidatures sont reçues dès maintenant.**

Vous êtes toutes et tous cordialement invités à participer à cette assemblée, nous vous y attendons nombreuses et nombreux. Cependant, en cas d'empêchement n'oubliez pas de donner un pouvoir.

Merci pour votre fidélité.

Bien chaleureusement,

*Gérard Bisiou*

## Sommaire

### Page 1

Le mot du président Gérard Bisiou

### Page 2

Après midi récréatifs

Galette des rois

Théâtre des Mathurins à Paris

### Page 3

Sorties pédestres

### Page 4

Défense Solidarité

Intercalaire 1

Assemblée Départementale

Intercalaire 2

Voyage au Portugal

Intercalaire 3

Hortillonnages Amiens

Bienvenue à ceux qui  
nous  
rejoignent

Mme Michèle COULIBALY

Le Grand Quevilly

M. Francisco DUARTE PINTO

Bourg Achard

Mme Corinne GRESSIER

Rouen

## Après-midis récréatives à Sotteville Lès Rouen, les 11 Décembre 2023 et 8 Janvier 2024

Lundi 11 Décembre, une partie des membres du bureau et 5 adhérents se sont retrouvés au Siège Social de l'ANR76 pour jouer au triomino ou « s'affronter » au jeu de dames. Pour d'autres, après-midi plus laborieuse, car il fallait préparer les envois des chocolats de nos membres nonagénaires et du dernier bulletin 2023. Après-midi bien chargée où il a fallu vaincre toutes les embûches techniques...

Lundi 8 janvier, trois d'entre nous ont joué au triomino et les autres ont opté pour la belote.

Le temps d'un café pour certains, pour d'autres le partage des crêpes et confitures maisons présidentielles en décembre et la galette des rois traditionnelle au mois de janvier, accompagnés à chaque fois du cidre normand. Le hasard faisant bien les choses, les fèves ont désigné une reine et un roi.

Encore une après-midi conviviale qui en appelle d'autres.

Merci à Marie et à Gérard

*Christian Brachet*

### Prochaines dates programmées :

**Lieu :** 465 rue de Paris Sotteville **heure :** de 14h00 à 17h00

Lundi 11 mars 2024 (déjà communiquée)

Lundi 15 avril 2024

Lundi 13 mai 2024

Lundi 10 juin 2024

Merci de nous indiquer votre participation (au plus tard une semaine avant la date planifiée), par courriel sur la boîte :

[anr76@wanadoo.fr](mailto:anr76@wanadoo.fr), ou appeler Gérard Bisiou au 06 82 66 83 48.

## Galette des rois, à BONSECOURS Le 13 Janvier 2024

Quelles que soient les origines de cette tradition, leur point commun reste le partage.

52 adhérents de l'ANR76, répartis dans une grande salle, avaient répondu présents pour partager ce repas, des souvenirs, des projets, mais surtout la galette.

Il ne restait plus qu'à s'installer par affinités ou laisser faire le hasard.

Notre Président n'a pas manqué d'évoquer le souvenir des adhérents récemment disparus avant de se tourner vers l'avenir et nous souhaiter ses vœux de bonne santé pour l'année 2024.

Le repas pouvait commencer. Kir, vin blanc ou eau accompagnés de ses amuses bouche,

Oufs mimosa au saumon fumé, Parmentier de joue de bœuf et sa petite roquette .

Il était temps que les rois et les reines d'un jour soient désignés par le hasard dû à la découverte de la fève dans sa part.

Roi ou reine qu'importe, le sourire ne coûte rien et apporte beaucoup...

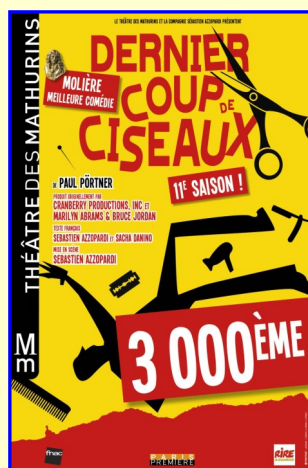
Merci aux organisateurs et organisatrices de cette journée.



*Christian Brachet*

## Sortie Théâtre des Mathurins à Paris

Le 16 Décembre 2023



Samedi 16 Décembre 2023, nous avons rejoint la capitale pour une majorité d'entre nous, en train.

Après un bref passage devant les vitrines décorées pour les fêtes de fin d'année, nous avons tracé notre chemin à travers la foule parisienne afin de rejoindre la rue des Mathurins pour découvrir le théâtre et son « annexe » qui avait accepté de recevoir la trentaine de provinciaux que nous étions.



Le temps de, tous, régler notre repas, nous n'avions qu'à traverser la rue et se frayer à nouveau un chemin pour retrouver les sièges confortables à l'intérieur du théâtre.

Démarrage du spectacle sur les chapeaux de roues et poursuite de l'action sur le même rythme.

Le public est associé et mène l'enquête en intervenant par ses questions au travers de l'acteur qui joue le rôle du policier.

Ce jour-là, la majorité du public a désigné le producteur de télévision comme coupable.

Si vous y allez un autre jour, le suspense reste entier.

Tous les acteurs ont montré un fabuleux talent d'improvisation...

Pas étonnant que tant de spectateurs se soient laissés tenter par le spectacle de cette pièce, car ce fut un excellent moment.

Un grand merci aux organisatrices de cette journée, Bernadette, Eliane et Joëlle.

*Christian Brachet*

## Sortie pédestre à ...? Le 9 Janvier 2024



Mardi 9 Janvier 2024, rendez-vous avait été donné sur le parking d'une célèbre abbaye.

10 courageux malgré le froid, se sont retrouvés pour un parcours plat qui les a amené en bord de Seine et dans les champs environnants du village.

L'occasion pour Gérard de nous faire partager ses connaissances ornithologiques.



Presque 2 heures que nous marchions, il était temps de partager notre habituel goûter de sorties pédestres. Biscuits normands, madeleines, chocolat rocher ou en tablette mais surtout café étaient de la partie.



Il restait du chemin à faire mais nous avons pris le temps de faire d'autres rencontres...



Encore une belle après-midi de découverte de paysages souvent proches mais méconnus, de partage de souvenirs et d'échange sur de multiples sujets. Une marche adaptée au rythme de chacun, Merci aux organisatrices qui ont préparé cette sortie très réussie..

Pour ceux qui n'auraient pas trouvé nous étions sur la commune de Jumièges. Rendez-vous le mardi 6 Février à Montigny.

*Christian Brachet* ✍️

## Sortie pédestre à Rouen le 5 décembre 2023



Mardi 5 Décembre, nous étions une dizaine au rendez-vous devant le Théâtre des Arts à Rouen pour aller rejoindre, en empruntant le quai Rive Droite, le Musée Maritime Fluvial et Portuaire.

Notre visite a commencé par la vision des 3 immenses silos où nous avons eu la chance d'observer des bateaux céréaliers amarrés.

Nous avons poursuivi notre découverte des lieux par la visite en demi-groupe de la péniche Pompon Rouge témoin de la vie des bateliers des années passées. En empruntant la passerelle nous avons visité le poste de pilotage ainsi que le lieu d'habitation familiale (cuisine avec eau courante, chambres, salle à manger).

Par une entrée ouverte, dans la coque, nous avons visité l'intérieur aménagé pour les chargements transportés, de même que la partie contrepoids qui était remplie d'eau pour stabiliser l'embarcation en absence de marchandises, la salle des machines avec réserve de carburant et eau potable.

La visite s'est poursuivie par l'intérieur du Musée avec toutes ses maquettes, ses panneaux explicatifs et objets maritimes. Un moment particulier devant la maquette du pont transbordeur qui a rappelé des souvenirs d'enfance partagés avec les parents.

L'après-midi s'est terminée près de la Cathédrale de Rouen, autour d'un vin chaud ou thé, accompagné de papillotes et chocolat à l'orange.

Cette fois encore, cette sortie surprise fût une vraie réussite !

*Christian Brachet* ✍️

## Défense des retraités et solidarité.

### -Comité départemental de la citoyenneté et de l'autonomie : réunion du 27 novembre 2023.

Lors de la réunion du CDCA du 27 novembre il a été procédé à l'examen du Schéma unique des solidarités (SUS) pour la Seine-Maritime et celui du Programme interrégional d'accompagnement des handicaps et de la perte d'autonomie (PRIAC).

Concernant le SRU et les personnes âgées, le CDCA a noté les grandes priorités, à savoir :

- la communication indispensable vers les ayants droits,
- l'accessibilité des services,
- le suivi de la qualité de service,
- le soutien aux aidants,
- la formation des professionnels.

S'agissant du PRIAC le CDCA a apprécié l'effort de financement dans le domaine des personnes âgées avec, en particulier :

- un engagement de la réforme des services d'aide à domicile pour une simplification des relations et un renforcement des moyens par le recrutement et la formation des personnels.
- pour les EHPAD, des mesures relatives au renfort de l'encadrement et à l'amélioration de la qualité des soins (médecin ou soignant coordonnateur).
- dans le cadre de l'objectif « Agir pour les aidants » la création de 12 places d'accueil de jour supplémentaires en Seine-Maritime.

Le CDCA reste attentif aux mesures indispensables quant au recrutement et à la formation des professionnels de l'accompagnement et du soin.

### Projet de loi « Bien vieillir » et « Grand âge » :

L'Assemblée nationale a adopté en première lecture le 23 novembre dernier le projet de loi « Bâtir la société du bien vieillir en France ».

Ce projet vise à permettre la prise en charge globale (physique, psychique, sociale) de la personne âgée, dans son cadre de vie, avec une attention particulière pour les aidants.

Un engagement a été pris pour une programmation en 2024. L'ANR espère que ce n'est pas un plan vieillissement de plus après de nombreux autres. Nous y veillerons.

### Le Service public départemental de l'autonomie :

La Seine-Maritime fait partie des 18 départements pilotes pour la mise en place de ce nouveau service public dont le but est de changer la vie des personnes en situation de handicap et de leurs aidants. En résumé, l'objectif est de simplifier les démarches administratives, le renvoi de guichets en guichets. L'objectif est d'apporter la simplicité dans le parcours des usagers quel que soit leur lieu de résidence et l'objet de leur demande : accompagnement social ou médico-social, adaptation de l'habitat, actions de prévention.

Au niveau national, quatre groupes de travail participent à la co-construction de cette nouvelle organisation. Ces groupes s'appuieront sur des travaux d'ateliers territoriaux. Le CDCA de Seine-Maritime, où siège l'ANR prendra sa part dans la réflexion et sera attentif à la mise en place de ce nouveau service dont l'objet, rappelons-le, est de faciliter les démarches pour les personnes âgées ou handicapées et leurs aidants.

### Bouger 30 minutes par jour : une action de prévention.

Inciter la population à pratiquer 30 min d'activité physique et sportive par jour pour être en meilleure santé, à tous les âges, c'est l'un des objectifs de la « Grande cause nationale » pour 2024 dont l'Assurance Maladie est partenaire. On peut bien sûr faire du sport en s'inscrivant dans un club une association ou encore chez soi. Ces 30 minutes d'activité physique peuvent aussi facilement trouver leur place dans le quotidien de chacun.

A vos marques, prêts,....partez !

*Jean Michel Sagnier*



## Nos peines

Nous avons appris le décès de :

M. Jean AVRIL	Oherville
Mme Denise BUISSON	Tourville la Rivière
Mme Christiane DEPERROIS	Bois Guillaume
Mme Yolande FOLLIOU	Rouen
Mme Jacqueline LECHAFTOIS	Bagnoles de l'Orne
Mme Eliane LE QUILLÉC	Le Petit Quevilly
Mme Monique LÉROUX	Avremesnil
Mme Renée POLVENT	Le Grand Quevilly

Nous adressons nos sincères condoléances à leurs familles.

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

