Guide du retraité

CNRACL
La retraite des fonctionnaires territoriaux et hospitaliers

GUIDE DU RETRAITÉ

SOMMAIRE

Votre caisse de retraite vous souhaite la bienvenue	03
Communiquer avec la CNRACL	04
Le brevet de pension	06
Le paiement de votre pension	07
Votre situation fiscale	08
Les prélèvements obligatoires	09
L'exonération des prélèvements sociaux	10
Vivre à l'étranger	11
Vos changements de situation	13
Les accessoires de votre pension	14
Vos possibilités de cumul	17
L'allocation de solidarité aux personnes âgées et l'allocation supplémentaire d'invalidité	19
La révision de votre pension	20
Les pensions de réversion	21
Votre caisse de retraite mobilisée contre la fraude	23
Les oppositions	24
Les aides du Fonds d'action sociale	25
Les services aux pensionnés	26

VOTRE CAISSE DE RETRAITE
VOUS SOUHAITE LA BIENVENUE

Ce guide est réalisé spécialement pour vous Son objectif est de vous éclairer sur :

- Vos droits et vos obligations ;
- Les évolutions réglementaires de votre régime de retraite ;
- La marche à suivre pour bénéficier des principaux avantages auxquels vous pouvez prétendre ;
- Les services créés pour vous par le conseil d'administration afin de renforcer le lien social et préserver votre autonomie ;
- La souscription à des contrats de Téléassistance, d'Assurance dépendance ou de Prévoyance obsèques.

Pour faciliter nos relations, les premières pages de ce guide sont consacrées aux conseils pour bien communiquer avec votre caisse de retraite.

Nous sommes à votre disposition pour vous informer le mieux possible et répondre aux questions que vous vous posez.

■ **Sur le site Internet de la CNRACL,**

www.cnracl.retraites.fr

retrouvez toutes les informations pratiques et réglementaires concernant votre retraite et simplifiez vos démarches grâce à :

- Votre espace personnel, il vous donne un accès à de nombreux services personnalisés ;
- Le Guide du retraité ;
- Votre magazine "Climats", il vous apporte des renseignements pratiques sur votre caisse de retraite ainsi que des reportages et informations sur des sujets variés.

La CNRACL communique au Répertoire national commun de la protection sociale des informations vous concernant.

Vous disposez d'un droit d'accès à ces informations auprès de la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) et d'un droit de rectification auprès des organismes qui vous versent les prestations.

COMMUNIQUER
AVEC LA CNRACL

INTERNET

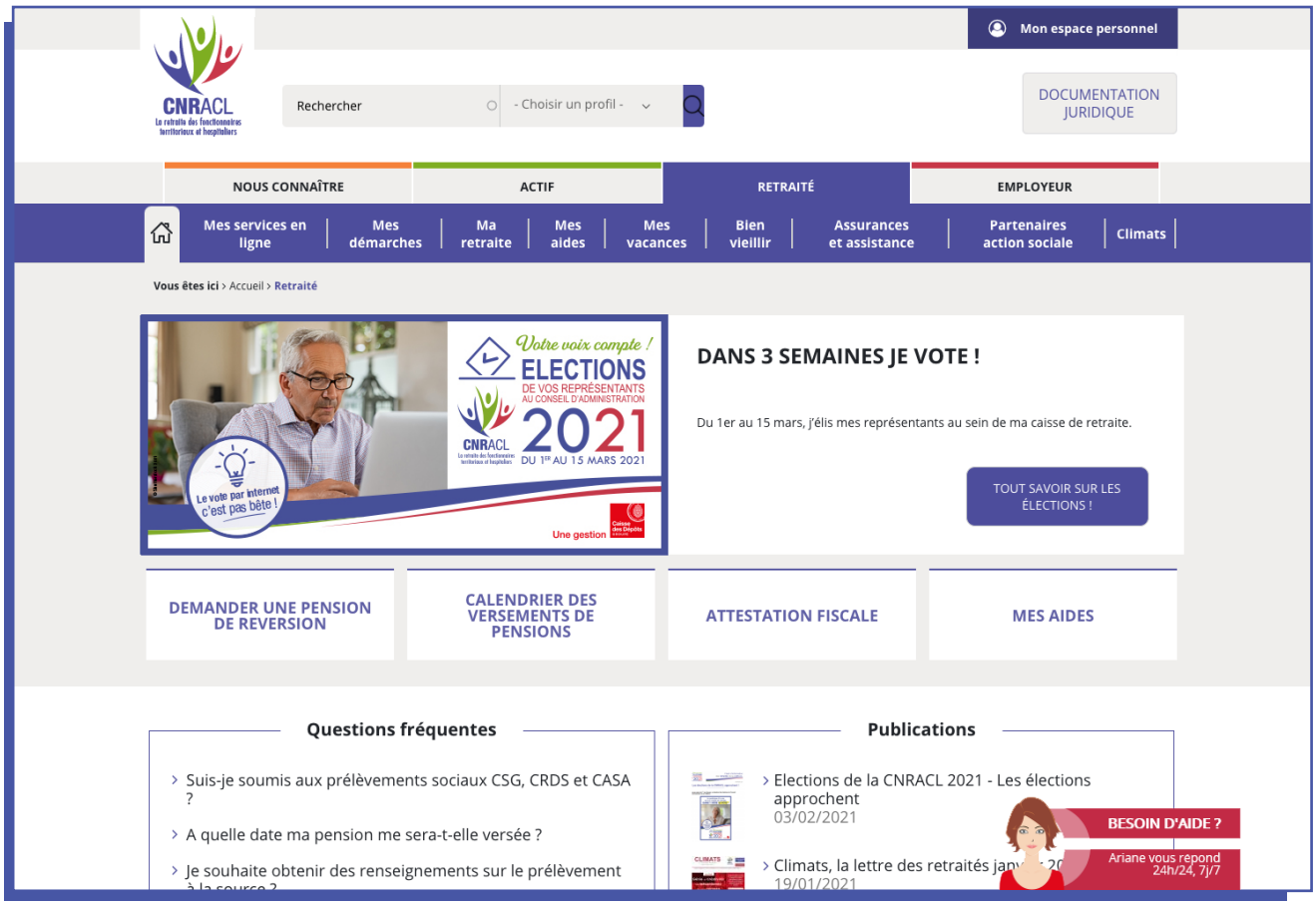
Nous contacter par internet c'est simple et pratique. Des Informations et services en ligne pour gérer votre retraite :

www.cnracl.retraites.fr

onglet **RETRAITÉ**

Créer votre espace personnel vous permettra de :

- Consulter une information personnalisée : vos derniers montants de paiement, le suivi de vos demandes d'aides, vos montants imposables...
- Modifier vos coordonnées : adresses, numéro de téléphone, références bancaires...
- Poser vos questions par courriel. Ce moyen vous garantit un délai d'acheminement presque instantané et un délai de 3 jours hors jours fériés
- Demander une attestation de paiement et/ou une attestation fiscale
- Consulter la date de paiement de votre pension et le montant
- Le catalogue "Vacancez-vous" 05 56 11 40 65



NOUS TÉLÉPHONER

05 56 11 40 40

Numéro disponible 24h/24 et 7J/7

NOUS ÉCRIRE

Votre correspondance doit comporter obligatoirement votre numéro de pension complet (il est unique et personnel) et/ou votre numéro de sécurité sociale (NIR). Votre numéro de pension, vous assure un lien direct avec votre caisse de retraite. Grâce à ce numéro, votre demande sera traitée au plus vite par le gestionnaire chargé de votre dossier. Sur les documents qui vous sont adressés, vous le trouverez à "n° Dossier".

Vous pouvez indiquer votre numéro de téléphone, votre adresse courriel ce qui nous permettra en cas de besoin de prendre directement contact avec vous.

- Gestion des pensions (changements d'adresse, de domiciliation bancaire, décès, cumuls,...)

Caisse des Dépôts
Gestion mutualisée des pensions
Rue du Vergne
TSA 20006 - 33044 Bordeaux Cedex

- Fonds d'action sociale (aides diverses)

CNRACL
Fonds d'action sociale
Rue du Vergne - 33059 Bordeaux Cedex

- Services aux pensionnés (Chèques-Vacances, prêts, carte Vikiva, catalogue vacances...) ;

CNRACL
Service aux pensionnés
Rue du Vergne - 33059 Bordeaux Cedex

LE BREVET
DE PENSION

Le brevet de pension vous est envoyé à l'émission de votre pension.
Vous devez le dater, le signer et le conserver précieusement.
L'Accusé de Réception doit impérativement être daté, signé et renvoyé.

Il mentionne :

- Votre numéro de pension ;
- Votre état civil : nom, prénom, date de naissance et numéro de Sécurité sociale (NIR) ;
- La date de liquidation de votre pension et sa nature ;
- Un décompte de pension accompagne votre brevet. Il vous donne le résultat de l'étude de votre droit à pension.
- Les voies de recours possibles en cas de contestation sur les modalités de calcul de votre pension ;

À NOTER

Transmettez une copie de votre brevet de pension à votre Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de votre département de résidence.

Si vous percevez une pension personnelle, cela vous permettra de continuer à bénéficier des remboursements de vos frais médicaux et pharmaceutiques.

Si vous n'avez jamais travaillé et que vous percevez une pension de réversion cela ouvre également droit au remboursement de vos dépenses de santé.

Le brevet de pension est un justificatif officiel qui atteste de votre qualité de pensionné de la CNRACL. Ce document indique le nombre de trimestres global retenu pour le calcul de votre pension.
Le brevet de pension peut vous être utile pour vos démarches administratives.

LE PAIEMENT
DE VOTRE PENSION

LES DATES DE VIREMENT

Votre pension est payée à terme échu. Le montant versé se rapporte au mois écoulé.

- Le calendrier des dates de virement est consultable sur :

www.cnracl.retraites.fr

- La date à laquelle votre compte est crédité dépend ensuite de votre établissement financier. Si votre compte n'est pas crédité au 1er du mois, renseignez vous d'abord auprès de votre banque.
- La date de paiement des pensions est consultable également sur le SVI : 05 56 11 40 40

LE MODE DE PAIEMENT DE VOTRE PENSION

La CNRACL paie les pensions par virement sur compte bancaire, postal, caisse d'épargne de votre choix.

- Le compte doit être ouvert en votre nom propre ou être un compte joint.
- Si vous résidez en France ou dans un autre pays de la zone SEPA (l'Union européenne, la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein, la Suisse et Monaco), votre pension sera payée par un virement SEPA.
- Le virement SEPA fait l'objet d'un traitement rapide et fiable, entièrement automatisé, utilisant obligatoirement le BIC (Bank Identifier Code) et l'IBAN (International Bank Account Number).
  Le BIC permet d'identifier votre banque au niveau international, et l'IBAN votre compte bancaire. Ils sont nécessaires au traitement automatisé des virements européens et internationaux.

LES BULLETINS DE PAIEMENT

- **A tout moment, vous pouvez consulter, télécharger, imprimer :**

- Vos bulletins de paiement,
- Vos attestations fiscales,
- À compter du 1er janvier 2019, une attestion de prélèvement à la source.

Rendez-vous sur votre espace personnalisé que vous aurez préalablement créé en vous connectant à :

www.cnracl.retraites.fr

ou l'obtenir par téléphone au :

05 56 11 40 40

VOTRE SITUATION
FISCALE

LA TRANSMISSION AUTOMATIQUE DU MONTANT IMPOSABLE DE VOTRE PENSION

Les pensions CNRACL, personnelle ou de réversion, doivent être déclarées à l'administration fiscale chaque année au même titre que les salaires.

Pour simplifier vos démarches, la CNRACL transmet directement à la Direction générale des finances publiques (DGFIP) le montant des pensions qu'elle vous a versées l'an passé.

Vous recevez ainsi de la part de la DGFIP une déclaration des revenus pré-remplie.

CALCULER LE MONTANT IMPOSABLE

Vous n'avez aucun calcul à faire. Le montant à déclarer correspond à la période du mois de décembre d'une année, au mois de novembre de l'année suivante.

Il inclut le montant :

- de la contribution additionnelle de solidarité pour l'autonomie,
- de la contribution sociale généralisée pour sa partie non déductible et de la contribution au remboursement de la dette sociale lorsqu'elles sont prélevées,
- du prélèvement à la source.

Les rappels sont soumis à l'impôt sur le revenu.

La rente d'invalidité, l'allocation de solidarité aux personnes âgées et la majoration pour tierce personne ne sont pas imposables.

CONSULTER LE MONTANT IMPOSABLE DE VOTRE PENSION

Si le montant imposable de votre pension n'est pas pré-imprimé sur la déclaration de vos revenus , reportez-le tel qu'il est indiqué sur l'attestation fiscale.

Vous pouvez consulter et imprimer votre attestation fiscale en vous connectant à votre espace personnel : www.cnracl.retraites.fr, onglet "retraité" ou l'obtenir par téléphone au 05 56 11 40 40

LE PRÉLÈVEMENT À LA SOURCE DE L'IMPÔT SUR LE REVENU

Pour les pensionnés imposables en métropole, départements d'Outre-Mer et certaines collectivités d'Outre-Mer, l'impôt sur le revenu est prélevé directement sur la pension. L'administration fiscale adresse à votre caisse de retraite votre taux d'imposition. Ce taux est appliqué au montant imposable de votre pension, tous les mois, à compter de janvier 2019. Le montant ainsi calculé est reversé directement à la Direction Générale des Finances Publiques.

Le régime spécifique de la retenue à la source sur les pensions au titre de l'impôt sur le revenu, est maintenu pour les pensionnés ayant leur domicile fiscal :

- À l'étranger, à l'exception des États liés par des conventions fiscales excluant les retenues à la source ;
- Dans certaines collectivités d'Outre-Mer.

Pour toute question sur votre situation fiscale, votre taux d'imposition, vos déclarations ou votre avis d'imposition, l'administration fiscale reste votre seul interlocuteur.

Pour tout savoir sur le prélèvement à la source, consultez le site :
www.economie.gouv.fr/prelevement-a-la-source

LES PRÉLÈVEMENTS SOCIAUX **OBLIGATOIRES**

Votre pension CNRACL, personnelle ou de réversion, est, au même titre que les salaires, soumise à prélèvements obligatoires.

- La contribution sociale généralisée (CSG) est prélevée sur le montant brut de votre pension, la nouvelle bonification indiciaire (NBI), le supplément de pension aide soignant (SPAS) et la majoration pour enfants. Le taux pour la **CSG est de 8,3 %, 6,6 % ou 3,8 %** en fonction du montant de revenu fiscal.

Depuis la loi du 24 décembre 2018 portant mesures d'urgences économiques et sociales, les retraités se voient appliqués depuis le 1er janvier 2019 un taux de CSG de 6,6 % au lieu de 8,3 % ou de 3,8 % selon leur revenu fiscal de référence.

En effet, les mesures gouvernementales sur l'atténuation de la hausse de la CSG pour les personnes à la limite du seuil déclenchant le taux de CSG à 8,3% et qui pour des variations limitées et parfois ponctuelles de revenus peuvent basculer au taux normal de 8,3%. Le problème que rencontrent ces foyers, dont les allers retours sont fréquents entre le taux réduit (3,8%) et le taux normal (8,3%) Le passage aux taux supérieur ne s'applique que si vos revenus vous ont fait franchir ce seuil deux années consécutives.

Aussi, afin d'éviter que les titulaires de revenus de remplacement ne soient pas assujettis à la CSG au taux normal pour des hausses parfois limitées et temporaires de revenu, il est proposé de n'appliquer le taux normal de CSG que lorsque les revenus de référence des assurés excèdent le seuil défini au titre de deux années consécutives. ;

- La contribution au remboursement de la dette sociale (CRDS) est prélevée sur le montant brut de votre pension, sur la NBI, le SPAS et la majoration pour enfants à raison de 0,50%. Elle est incluse dans le revenu imposable ;
- La contribution de Solidarité pour l'Autonomie (CASA) est prélevée sur le montant brut de votre pension, sur la NBI, le SPAS et la majoration pour enfants à raison de 0,30%. Elle est incluse dans le revenu imposable ;
- La cotisation d'assurance maladie du régime local d'Alsace-Moselle, est prélevée au taux de 1,50% si vous relevez du régime général, ou de 1,10% si vous relevez du régime agricole. Elle est précomptée sur la pension, la NBI, le SPAS et la majoration pour enfants. Elle est déductible du revenu imposable.

CSG CRDS CASA.

Elles sont précomptées sur toutes les sommes versées en fonction de votre situation fiscale.

L'EXONÉRATION
DES PRÉLÈVEMENTS SOCIAUX

Votre pension peut être exonérée en partie ou en totalité de la CSG, ainsi que de la CASA et de la CRDS si :

- **Vous avez un montant de revenu fiscal de référence qui ne dépasse pas le plafond de revenus, voir barème sur site :**

www.cnracl.retraites.fr

Attention : ce n'est pas le montant de votre retraite seul qui détermine votre revenu fiscal de référence. Celui-ci est calculé par l'administration fiscale à partir de tous vos revenus imposables.

Si vous estimez que ces contributions sociales sont prélevées à tort sur votre pension, adressez une demande écrite d'exonération à la CNRACL accompagnée de :

- Votre avis d'imposition ou de non-imposition sur les revenus de l'année N-2 pour être exonéré en N ;

Ou de :

- La copie de la décision d'attribution de l'allocation de solidarité aux personnes âgées ou l'allocation supplémentaire, si elle vous est servie par un autre organisme que la CNRACL.

- **Vous êtes titulaire du complément de pension, de l'allocation de solidarité aux personnes âgées ou de l'allocation supplémentaire.**

Vous êtes automatiquement exonéré du paiement de la CSG de la CASA et de la contribution RDS quand ces avantages sont versés par la CNRACL.

S'ils sont versés par un autre organisme, vous devez faire la demande d'exonération.

QUE DEVIENNENT LES COTISATIONS PRÉLEVÉES SUR MA PENSION ?

Les cotisations et contributions sont reversées intégralement à l'Agence Centrale des Organismes de Sécurité Sociale (ACOSS).

L'ACOSS est la caisse nationale qui coordonne l'ensemble des organismes participant au recouvrement du régime de la Sécurité Sociale.

Elle assure au titre de sa mission de service public :

- La collecte et la répartition de ces fonds aux organismes essentiellement destinés au paiement des prestations de Sécurité sociale ;
- La gestion de la trésorerie de la Sécurité sociale.

Elle est aussi largement impliquée dans le contrôle et la lutte contre le travail illégal.

Ainsi, la Contribution Sociale Généralisée (CSG) et la Contribution au Remboursement de la Dette Sociale (CRDS) sont reversées aux régimes d'assurance maladie, au Fonds de solidarité vieillesse (FSV) et à la Caisse d'amortissement de la dette sociale (Cades).

La Contribution Additionnelle de Solidarité pour l'Autonomie (CASA) est reversée à la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) qui est chargée de financer et de répartir les aides en faveur des personnes âgées dépendantes et des personnes handicapées .

VIVRE
À L'ÉTRANGER

Chaque mois, la CNRACL paie plusieurs milliers de pensions dans une centaine de pays étrangers.

■ Vous partez à l'étranger pour moins de 6 mois.

Il suffit de faire suivre votre courrier par la Poste. Il n'est pas nécessaire de prévenir la CNRACL.

■ Vous partez à l'étranger pour plus de 6 mois.

1 - Les obligations en cas de départ :

- Si vous changez également de moyen de paiement, vous devez indiquer votre choix et joindre un BIC/IBAN à votre nom ;
- N'oubliez pas d'avertir la Direction générale des finances publiques, la Caisse primaire d'assurance maladie, la Caisse d'allocations familiales, et vos autres caisses de retraite.

2 - Les conséquences.

• Fiscales :
Vous deviendrez résident à l'étranger. Selon le pays et le montant de votre pension, vous pourrez être soumis à une imposition sur les revenus prélevée mensuellement sous forme d'un précompte de retenues à la source.

• Couverture sociale :
Votre situation au regard des cotisations sociales changera également. Vous serez exonéré des cotisations précomptées en France (CSG, CSG élargie, CRDS, CASA) que vous soyez imposable ou non.
En revanche, une cotisation de sécurité sociale expatrié sera précomptée au taux de 3,20 % de votre pension. Elle vous permet de vous faire soigner si vous êtes malade lors d'un séjour temporaire en France.

Concernant, votre couverture sociale dans votre nouveau pays de résidence, vous pouvez vous renseigner auprès du Centre des Liaisons Européennes et Internationales de Sécurité Sociale (CLEISS), et de la Caisse des Français à l'étranger (CFE).

■ Contrôle d'existence

Les personnes résidant à l'étranger, reçoivent chaque année une seule enquête quel que soit le nombre de caisses de retraites auxquelles elles appartiennent.

Cette enquête de vie devra être complétée par l'autorité compétente du pays dans lequel réside le pensionné puis renvoyée au Centre de traitement des retraites à l'étranger.

Si vous êtes titulaire d'une pension de réversion l'enquête de vie sera accompagnée d'une enquête concernant la situation familiale.

Dans ce cas les deux enquêtes doivent être retournées.

Attention ce(s) document(s) devra(ont) être transmis dans le délai indiqué afin d'éviter toute suspension de paiement.

■ Adresses utiles.

Le CFE :

Caisse des Français à l'Étranger
Service des prestations et recouvrements
77950 Rubelles

(33)1 60 68 95 74 www.CFE.fr

Le CLEISS :

Centre des Liaisons Européennes et Internationales de Sécurité Sociale
11 rue de la tour aux dames
75436 Paris Cedex 09

(33)1 45 26 33 41 www.CLEISS.fr

■ Vous résidez dans un État membre de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse.

Demandez à la CNRACL le formulaire pour bénéficier de la couverture d'assurance maladie selon la législation et les formalités en vigueur du pays. Vous transmettrez ce formulaire à l'organisme de sécurité sociale de votre lieu de résidence.

■ Vous séjournez hors de votre pays d'accueil.

Munissez-vous de la carte européenne d'assurance maladie. Demandez-la avant votre départ de France à votre caisse d'assurance maladie.

VOS CHANGEMENTS DE SITUATION

Vous devez nous faire connaitre rapidement toutes les modifications qui interviennent dans votre situation. Elles peuvent avoir une incidence directe sur le paiement de votre pension, l'attribution de compléments, d'aides, etc.

■ Changement de coordonnées médiatiques :

En cas de changement d'adresse postale, de courriel, ou de numéro de téléphone, vous pouvez modifier vos coordonnées en ligne, directement sur votre espace personnel (www.cnracl.retraites.fr/mon espace personnel) ou prévenez votre caisse de retraite par le moyen de votre choix : courriel, téléphone ou courrier.

■ Changement de compte :

Vous pouvez modifier vos coordonnées bancaires en ligne, sur votre espace personnel (www.cnracl.retraites.fr/mon espace personnel).

Sinon, joignez un relevé d'identité bancaire, postal ou d'épargne original de votre nouveau compte, non manuscrit, et conforme aux normes SEPA. Vous recevrez un accusé de réception de votre demande, précisant la date de prise en compte, de cette modification, par la CNRACL.

Attendez pour clôturer l'ancien compte que votre pension soit versée sur le nouveau.

■ Reprise d'activité :

Prévenez nous par courrier daté, signé et fournissez tous les justificatifs relatifs à cette reprise d'activité.

■ Changement d'état civil ou de situation familiale :

Prévenez nous par courrier daté, signé et fournissez les justificatifs utiles.

■ Liste des pièces à fournir :

- Mariage, remariage : une copie du livret de famille tenu à jour, ou un extrait d'acte de mariage, ou un extrait d'acte de naissance avec mentions marginales ;
- Divorce, séparation de corps : une copie du livret de famille à jour, un extrait de jugement, un acte de mariage, ou un acte de naissance avec mentions marginales de la décision du tribunal ;
- Début ou fin de concubinage notoire : une déclaration sur l'honneur ;
- PACS ou fin de PACS : extrait d'acte de naissance avec mention marginale ou acte initial du PACS avec mention de fin de PACS ;
- Décès du pensionné, décès des orphelins de moins de 21 ans, décès des orphelins infirmes de plus de 21 ans : copie du livret de famille mis à jour ou copie de l'acte de décès ; une lettre demandant la réversion de la pension, le cas échéant ;
- Disparition, absence : jugement d'absence (1 an), jugement définitif (5 ans), procès verbal de police ou de gendarmerie constatant la disparition ou l'absence ;
- Nouvel enfant à charge ou 3ème enfant atteignant 16 ans : extrait d'acte de naissance, jugement d'adoption, de tutelle ou de délégation des droits de l'autorité parentale ou une copie du livret de famille tenu à jour.

LES ACCESSOIRES DE VOTRE PENSION

LA MAJORATION POUR ENFANTS

Vous avez droit à une majoration pour enfants, si vous avez élevé au moins trois enfants pendant neuf ans avant leur seizième anniversaire, ou avant l'âge de vingt ans s'ils ont ouvert droit aux prestations familiales.

Les enfants qui donnent droit à la majoration sont :

- Vos enfants légitimes, naturels dont la filiation est établie, vos enfants adoptifs ;
- Les enfants de votre conjoint, issus d'une précédente union, ses enfants naturels dont la filiation est établie, ses enfants adoptifs ;
- Les enfants ayant fait l'objet d'une délégation de l'autorité parentale en votre faveur ou en celle de votre conjoint ;
- Les enfants dont vous ou votre conjoint êtes tuteur, à condition que vous en ayez la garde effective et permanente ;
- Les enfants recueillis à votre foyer par vous ou votre conjoint, à condition d'en avoir la garde effective et permanente.

Cette majoration est mise en paiement, au jour des seize ans de votre 3ème enfant. Elle s'ajoute à une pension personnelle pour chacun des parents ou à une pension de réversion.

Le montant de la majoration pour enfants :

- Pour trois enfants, il s'élève à 10% du montant brut de votre pension ;
- A partir du quatrième et pour chaque enfant supplémentaire, 5% du montant brut de la pension s'ajoutent aux 10% ;
- Le montant de la majoration pour enfants et de la pension personnelle ne peut dépasser 100% du traitement d'activité.

Pour percevoir la majoration pour enfants

- Si, à l'émission de votre pension, votre 3ème enfant n'a pas seize ans, présentez une demande auprès de la CNRACL lorsqu'il atteindra seize ans ;
- Vous ferez de même pour les enfants suivants. La mise en paiement et la révision de la majoration ne sont pas automatiques ;
- Joignez à votre demande la copie intégrale du livret de famille mis à jour, ou à défaut une copie de l'acte de naissance de chaque enfant.

LA NOUVELLE BONIFICATION INDICIAIRE (NBI)

La Nouvelle Bonification Indiciaire (NBI) a été instituée par la loi n° 91-73 du 18 janvier 1991 modifiée. Elle est attachée à certains emplois impliquant l'exercice d'une responsabilité ou la mise en œuvre d'une technicité particulière.

Pour percevoir la NBI en retraite, il faut l'avoir perçue en activité.

La NBI est imposable soumise à l'ensemble des cotisations sociales et réversible.

LE SUPPLÉMENT DE PENSION AIDE-SOIGNANT (SPAS)

Le Supplément de Pension Aide-Soignant (SPAS) aux aides soignants, auxiliaires de puériculture, aides médico-psychologiques radiés des cadres à compter du 31 décembre 2003, nés à compter du 1er janvier 1960, âgés de 57 ans au moins et qui ont accompli 17 ans de services effectifs dans la fonction publique hospitalière (sauf pension d'invalidité ou décès en activité). La prime de sujétion doit avoir été perçue au cours des 6 derniers mois d'activité qui précèdent la radiation des cadres.

Le SPAS n'est pas pris en compte dans le calcul du plafonnement de la pension et des accessoires à 100% du traitement de base. Le SPAS est imposable, soumis aux cotisations sociales et réversible.

LA RENTE D'INVALIDITÉ

Une rente d'invalidité s'ajoute à votre pension si l'invalidité a été reconnue imputable au service. Certaines maladies professionnelles, se déclarent de nombreuses années après l'exposition au risque. Quelle que soit la nature de votre pension (vieillesse ou invalidité), une rente d'invalidité peut être attribuée si la preuve de l'origine professionnelle de votre maladie est établie.

Le montant cumulé de la pension et de la rente d'invalidité ne peut excéder 100% du traitement de base. Si le montant cumulé de pension et la rente est supérieur au traitement de base, il y a minoration de chaque élément à due proportion.

La rente d'invalidité n'est ni imposable, ni soumise aux cotisations sociales, et elle est réversible.

LA MAJORATION FONCTIONNAIRE HANDICAPÉ

Les fonctionnaires handicapés peuvent bénéficier, sous réserve de satisfaire à certaines conditions, d'un départ anticipé à la retraite et d'une majoration de leur pension.

Le montant cumulé de la pension et de la majoration de fonctionnaire handicapé ne peut excéder 100% du traitement de base. Si le montant cumulé de pension et la majoration est supérieur au traitement de base, il y a minoration de chaque élément à due proportion. Cette majoration est imposable et soumise à toutes les cotisations sociales.

LA MAJORATION POUR ASSISTANCE D'UNE TIERCE PERSONNE

Les critères et les formalités.

- Vous percevez une pension d'invalidité ou une pension normale assortie d'une rente d'invalidité attribuée pour maladie professionnelle après la concession de la pension. La nécessité de l'assistance constante d'une tierce personne doit alors être la conséquence directe de la maladie professionnelle en cause ;
- Vous pouvez bénéficier d'une majoration pour l'assistance d'une tierce personne si vous êtes dans l'incapacité permanente d'accomplir les actes ordinaires de la vie courante : se lever, se nourrir et se laver ... ;
- Vous devez adresser votre demande de majoration pour l'assistance d'une tierce personne, accompagnée d'un certificat médical, à la CNRACL.

Après un complément d'expertise effectué par un médecin choisi par la CNRACL, votre dossier sera transmis pour avis à la commission départementale de réforme.

Vous serez informé de la suite donnée à votre demande : accord ou rejet.

La majoration pour tierce personne est une prestation personnelle non réversible. Elle n'est plus versée après le décès du pensionné.

La mise en paiement

Elle prend effet à la date de réception de votre demande par la CNRACL.

La majoration pour tierce personne est accordée pour cinq ans. Au terme de cette période, la CNRACL réexamine votre situation, et vous l'attribue définitivement si vous réunissez toutes les conditions requises.

Dans le cas contraire, elle prendra fin. Mais si votre état le justifie à nouveau, vous pourrez formuler une nouvelle demande.

Le montant forfaitaire

Il est fixé à 1 192,50 € par mois depuis le 1er avril 2020. Il est généralement revalorisé chaque année.

La majoration pour tierce personne n'est pas cumulable avec des prestations ayant le même objet, servies par d'autres régimes de retraites.

Le total cumulé de la pension et de la majoration pour tierce personne peut dépasser 100% du dernier traitement d'activité.

La CNRACL ne délivre pas de carte d'invalidité. Adressez vous au Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie, qui transmettra votre demande à la commission technique d'orientation et de reclassement professionnel (CDAPH - ex COTOREP).

CUMUL D'UNE PENSION CNRACL ET D'UN SALAIRE D'ACTIVITÉ

Votre première retraite de base a été liquidée à partir du 1er janvier 2015 et vous envisagez de retravailler ou de poursuivre une activité salariée.

Vous devez impérativement en informer la CNRACL par écrit, car, chaque situation doit être appréciée de manière individuelle.

À noter : *Cette reprise d'activité n'ouvre pas de nouveau droit à retraite, même si elle relève d'un régime auquel vous n'avez jamais été affilié, et auquel vous versez des cotisations.*

■ Le cumul limité.

Le cumul d'une pension CNRACL avec un salaire est possible dans la limite fixée par la réglementation.

Vous êtes soumis aux règles de cumul d'une pension si vous percevez une rémunération quel que soit le secteur d'activité (public ou privé).

Si vous dépassez la limite, l'excédent constaté sera déduit de la pension. Vous pouvez cumuler sans pénalité si votre salaire ne dépasse pas un plafond, correspondant au tiers de votre pension annuelle, augmenté d'un forfait (7 095,16 € au 01/01/2020).

■ Le cumul sans restriction.

Si vous reprenez votre activité auprès d'un des employeurs énumérés ci-contre (administration d'État, collectivité territoriale, hôpital) en qualité d'auxiliaire, contractuel ou vacataire, vous pouvez depuis le 1er janvier 2009, retravailler sans limitation de salaire :

- Si vous avez entre votre âge légal et votre limite d'âge[1], que vous détenez le nombre de trimestres requis pour bénéficier d'une pension de retraite à taux plein et que vous avez obtenu la liquidation de vos pensions dans l'ensemble des régimes de retraites dont vous avez relevé ;
- Si vous avez dépassé votre limite d'âge[2], et que vous avez obtenu la liquidation de vos pensions dans l'ensemble des régimes de retraites dont vous avez relevé ;
- Si vous êtes titulaire d'une pension d'invalidité, vous pouvez retravailler sans limitation de salaire, à condition que le nouvel emploi ne conduise pas à pension de la CNRACL ou du Fonds Spécial des Pensions des Ouvriers de l'Établissement Industriels de l'État ;
- Si vous reprenez une activité en tant qu'artiste dans le spectacle ou entraînant la production d'œuvres de l'esprit ou encore à l'occasion de participations aux activités juridictionnelles ou assimilées, ou à des instances consultatives ou délibératives réunies en vertu d'un texte législatif ou réglementaire.

■ **Cumul impossible.**

Si vous reprenez votre activité en qualité de stagiaire ou de titulaire dans un nouvel emploi conduisant à pension de la CNRACL, du régime de pensions civiles des fonctionnaires de l'État ou du Fonds Spécial des Pensions des Ouvriers de l'Établissement Industriels de l'État, le cumul est impossible. La pension CNRACL est alors annulée.

Une pension unique sera servie pour l'ensemble de la carrière. Si son montant est inférieur à la pension initiale, cette dernière est définitivement rétablie. Dans tous les cas vous devez impérativement informer le CNRACL par écrit de votre situation.

1) Si vous avez :
- entre 60 ans et 65 ans, si vous êtes né avant le 1er juillet 1951
- entre 60 ans 4 mois et 65 ans 4 mois si vous êtes né entre le 1er juillet et le 31 décembre 1951
- entre 60 ans 9 mois et 65 ans 9 mois, si vous êtes né en 1952
- entre 61 ans 2 mois et 66 ans 2 mois , si vous êtes né en 1953
- entre 61 ans 7 mois et 66 ans et 7 mois, si vous êtes né en 1954
- entre 62 ans et 67 ans, si vous êtes né à compter du 1er janvier 1955

(2) Si vous dépassez :
- 65 ans, si vous êtes né avant le 1er juillet 1951
- 65 ans 4 mois, si vous êtes né entre le 1er juillet 1951 et le 31 décembre 1951
- 65 ans 9 mois, si vous êtes né en 1952
- 66 ans 2 mois, si vous êtes né en 1953
- 66 ans 7 mois si vous êtes né en 1954
- 67 ans, si vous êtes né à compter du 1er janvier 1955

CUMUL D'UNE PENSION DE RÉVERSION (VEUF OU DE VEUVE) AVEC UNE ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

Vous pouvez cumuler librement une pension de réversion de la CNRACL avec un revenu professionnel d'activité.

CUMUL DE PLUSIEURS PENSIONS

Le cumul de plusieurs pensions est possible sans restriction :

- S'il s'agit de pensions personnelles ;
- S'il s'agit d'une ou plusieurs pensions personnelles et d'une pension de réversion de la CNRACL ;

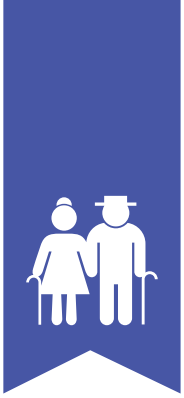
En revanche, la possibilité de cumuler deux pensions de réversion acquises au titre de deux conjoints différents dépend des régimes concernés.

CUMUL DE PENSION D'ORPHELIN

Les orphelins de plus de 21 ans infirmes peuvent bénéficier de leur pension du 1er janvier au 31 décembre 2020 si le montant annuel brut de leurs salaires de l'année 2019 est inférieur au plafond fixé à 11 354 euros au 1er janvier 2020.

En revanche, s'ils sont titulaires auprès d'un autre régime de retraite, d'une pension personnelle acquise au titre de la vieillesse ou de l'invalidité, son montant viendra en déduction du montant de leur pension d'orphelin de plus de 21 ans.

L'ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES ET L'ALLOCATION SUPPLÉMENTAIRE D'INVALIDITÉ



Les pensionnés de la CNRACL peuvent prétendre à ces allocations, sous certaines conditions.

■ La condition d'âge.

Pour bénéficier de l'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA) :

- Être âgé d'au moins 65 ans
- Avoir atteint l'âge légal de départ à la retraite applicable à son année de naissance si la demande est effectuée au titre de l'inaptitude

■ La condition d'invalidité.

Pour bénéficier de l'Allocation Supplémentaire d'Invalidité (ASI) :

- Être atteint d'une invalidité générale réduisant la capacité de travail ou de gain d'au moins 2/3;

Ou :

- Percevoir une pension d'invalidité de la CNRACL avec un taux d'invalidité au moins égal à 60%.

■ La condition de résidence.

Le demandeur doit habiter en France métropolitaine ou dans un département d'Outre-Mer de façon stable et régulière.

Cette condition est satisfaite si le pensionné séjourne en France pendant plus de six mois au cours de l'année civile de versement de prestations.

Les versements de l'ASPA et de l'ASI sont supprimés en cas de départ de France.

■ La condition de ressources.

Les revenus annuels bruts du demandeur ne doivent pas dépasser un plafond de ressources.

- Pour l'ASI :
  - 15 750,53 €* annuel pour un couple soit 1 312,50 € par mois au 1er avril 2020,
  - 9 000,00 €* annuel pour une personne seule soit 750,00 € par mois au 1er avril 2020 ;
- Pour l'ASPA :
  - 16 826,44 €* annuel pour un couple soit 1 402,20 € par mois au 1er janvier 2020,
  - 10 838,40 €* pour une personne seule soit 903,20 € par mois au 1er janvier 2020.

** Les valeurs indiquées sont susceptibles de changer. Elles sont mises à jour régulièrement sur le site internet.*

■ Les formalités à accomplir.

Vous devez demandez un formulaire spécifique par courrier à la CNRACL.

Après avoir complété votre demande, vous l'adresserez à la CNRACL accompagnée de tous les justificatifs en indiquant votre numéro de pension.

LA RÉVISION
DE VOTRE PENSION

Votre pension de droit personnel vous est attribuée de manière définitive mais, dans certains cas, vous pouvez demander la révision de cette pension :

- à tout moment, si vous désirez faire valoir un nouveau droit ou obtenir un avantage supplémentaire, tel qu'une augmentation du taux de la majoration pour enfants ou si vous constatez une erreur matérielle (omission d'un élément ou d'une période, erreur de calcul) ;
- dans un délai d'un an à compter de la réception de votre brevet de pension, s'il s'agit d'une erreur de droit (mauvaise application d'un texte). Passé ce délai, la caisse de retraites ne révisera pas les éléments de liquidation de votre pension ;
- à la suite d'une révision, vous pouvez avoir droit au versement d'un rappel. En cas de demande tardive, une prescription est appliquée. Vous percevrez au maximum l'année en cours et les quatre années antérieures (pour une demande en 2020, le rappel remontera, au plus tôt, au premier janvier 2016).

LES DROITS DE RECOURS

- Vous pouvez présenter un recours amiable auprès de la caisse de retraites. La CNRACL est tenue de vous adresser une réponse dans un délai de deux mois. Au delà, le silence est considéré comme un rejet.
- Si le désaccord persiste avec la CNRACL, vous pouvez entreprendre un recours contentieux, votre requête doit être déposée auprès du tribunal administratif dans un délai de deux mois.

Vous disposerez, à nouveau, d'un délai de deux mois suivant la notification du jugement pour faire appel auprès de la cour administrative d'appel compétente.

LES PENSIONS
DE RÉVERSION

Lors du décès, les ayants-cause (conjoint, ex-conjoint et orphelins) peuvent bénéficier d'un droit à pension. La pension de réversion n'est pas attribuée automatiquement. Pour vous accompagner dans votre demande de réversion, les régimes de retraite vous proposent un service en ligne « Demander ma réversion ». Simple, pratique et sécurisé, ce service vous permet de déposer une seule demande auprès de tous les régimes de retraite

LA DEMANDE DE PENSION DE RÉVERSION

Le service de demande de pension de réversion est accessible, via FranceConnect, en se connectant à l'espace personnel des régimes de retraite gérés par la Caisse des Dépôts. Le service "demander ma réversion" est proposé depuis le menu demander/ma retraite. Si l'ayant cause bénéficie à titre personnel d'une pension d'un régime de retraite géré par la Caisse des Dépôts et ne possède pas d'espace personnel, il est possible de le créer sur www.cnracl.retraites.fr .

Un accès au service "Demander ma réversion" est également possible de se connecter au compte retraite sur www.info-retraite.fr .

Si vous n'avez pas d'accès à internet, vous pouvez obtenir un formulaire de demande de réversion par courrier ou courriel auprès de mes services.

LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

■ **Pour la veuve, le veuf ou les ex-conjoints, au jour du décès :**

- Le retraité décédé doit avoir accompli au moins deux ans de services valables entre la date du mariage et la date de départ à la retraite ;
- Ou le mariage, quelle que soit la date de célébration, doit avoir duré au moins quatre ans ;
- Ou un enfant au moins est issu de l'union.

Si le fonctionnaire a obtenu une pension au titre de l'invalidité, il faut que le mariage soit antérieur à l'événement qui a provoqué sa mise à la retraite.
Si l'ex-conjoint se remarie avant le décès du (de la) pensionné(e), il disposera à la date de cessation de cette union, sous certaines conditions, d'un droit à pension de réversion.

■ **Pour les enfants, deux conditions sont à remplir :**

- Condition de naissance : sont considérés comme orphelins les enfants légitimes, adoptifs, ou naturels dont la filiation est établie ;
- Condition d'âge : l'orphelin doit être âgé de moins de 21 ans, ou de plus 21 ans s'il est infirme.

LE CALCUL DE LA PENSION DE RÉVERSION

Pour la veuve, le veuf ou les ex-conjoints :

- Elle est égale à 50% de la pension dont bénéficiait le (la) retraité(e) au jour de son décès, et partagée, s'il existe plusieurs unions, au prorata des années de mariage ;
- Les concubins et les titulaires d'un PACS ne peuvent pas bénéficier de la pension de réversion. Le concubinage et le PACS n'ouvrent pas de droit à pension de réversion.

Pour les enfants :

La pension temporaire d'orphelin est égale à 10 % de la pension dont bénéficiait le (la) retraité(e) au jour de son décès.

Une pension principale d'orphelin peut être attribuée à ou aux orphelins si le droit à pension de réversion n'est pas ouvert au conjoint ou ex-conjoint, parent de l'enfant. Elle est égale à 50% de la pension dont bénéficiait le (la) retraité(e) au jour de son décès. Elle peut être partagée, le cas échéant, entre les différents ayants-cause (réversions(s) et/ou pension(s) principale(s) d'orphelin). Le montant de la pension d'un conjoint, ex-conjoint, ou orphelin titulaire d'une pension principale d'orphelin, disposant de ressources inférieures au "minimum vieillesse", peut être élevé à ce minimum.

Le minimum vieillesse

Il est de 10 838,40 € par an soit 903,20 € par mois au 1er janvier 2020. Les potentiels bénéficiaires sont invités à justifier le montant de leurs ressources au moyen du questionnaire qui leur est adressé.

LA DATE DE MISE EN PAIEMENT DE LA PENSION DE RÉVERSION

La date de mise en paiement lors d'un décès en retraite, est fixée au premier jour du mois suivant le jour du décès du pensionné.

Pour le fonctionnaire en activité, la date de mise en paiement est le lendemain du décès.

Dans le cas où le fonctionnaire décédé avait un droit à pension sans avoir un droit à liquidation immédiate, la date de mise en paiement est fixée au lendemain du décès.

SUSPENSION, REMISE EN PAIEMENT D'UNE PENSION DE RÉVERSION

Vous devez informer la CNRACL de tout changement dans votre situation familiale (mariage, PACS, concubinage).

Si le (la) conjoint(e) ou le(la) divorcé(e) se remarie ou vit maritalement (concubinage ou PACS), il perd son droit à pension. Il ou elle pourra le recouvrer après un nouveau veuvage, un divorce ou une cessation de vie maritale.

Pour assurer la sécurité des fonds qu'elle gère, la CNRACL vérifie périodiquement la situation familiale des bénéficiaires de pensions de réversion.

Dans ce cadre, toute omission de déclaration, ou fausse déclaration, conduit à la récupération des sommes perçues à tort et à d'éventuelles poursuites.

VOTRE CAISSE DE RETRAITE
MOBILISÉE CONTRE LA FRAUDE

Définition de la fraude : toute irrégularité, acte ou abstention ayant pour effet de causer un préjudice aux finances publiques, commis de manière intentionnelle (selon la circulaire 09-5/G3 du 6 mai 2009 du ministère de la justice, du ministère du budget, des comptes publics et de la fonction publique).

La lutte contre la fraude n'est qu'une dimension parmi d'autres de la garantie de la qualité du versement des prestations. Votre caisse de retraite allie prévention et détection pour garantir le meilleur service rendu.

En matière de prévention, votre caisse de retraites procède à la certification de l'identification de ses usagers sur la base d'un numéro de sécurité sociale (NIR) unique.

En matière de détection, des mesures de contrôle sont mises en place autour des demandes de pension, d'accessoire de pension ou d'aide, ainsi que sur leurs paiements. Ainsi, tous les justificatifs demandés et toutes les déclarations peuvent faire l'objet d'un contrôle.

La CNRACL effectue régulièrement des contrôles.

■ Ces contrôles sont de plusieurs types :

- D'existence : vous devez faire remplir un certificat de vie par l'autorité compétente de votre pays d'accueil ou à défaut par le Consulat de France ;
- De résidence : l'Allocation de Solidarité aux Personnes Âgées (ASPA) et l'Allocation Supp-lémentaire d'Invalidité (ASI) sont versées uniquement aux résidents en France. Elles ne sont plus versées si vous vous établissez hors de France ;
- De situation familiale ;
- De ressources.

Il est impératif de renvoyer le justificatif demandé complété dans les délais car la non-production de ce document conduit à l'interruption du versement de votre pension
Toute omission de déclaration, ou fausse déclaration, conduit à la récupération des sommes perçues à tort et à d'éventuelles poursuites.

Conformément à l'article L.114-17 du code de la sécurité sociale, la CNRACL peut infliger des pénalités financières en cas de détection d'une des deux irrégularités suivantes :

- L'inexactitude ou le caractère incomplet des déclarations faites pour le service des prestations

- L'absence de déclaration d'un changement dans la situation justifiant le service des prestations

Dans ce cadre, la CNRACL a émis 54 pénalités financières pour concubinage, PACS ou remariage non déclaré en 2015 et effectué 3 dépôts de plainte en 2015 pour ce type de fraude.

LES OPPOSITIONS

Quel que soit le motif de votre mise à la retraite, en cas d'opposition sur votre pension, la CNRACL est contrainte d'effectuer le précompte.

Dans quels cas peut-on faire opposition sur votre pension ?

- Si vous n'avez pas payé vos impôts directs et indirects ;
- Si vous ne pouvez pas honorer vos remboursements de prêts envers une banque publique ou privée ;
- Si vous ne réglez pas régulièrement une pension alimentaire ou prestation compensatoire ;
- Si vos loyers restent impayés ;
- Pour toute autre dette, votre créancier pourra saisir une partie de votre pension.

Que se passe-t-il dans ce cas ? :

- Les pensions et rentes d'invalidités versées par la CNRACL sont cessibles et saisissables au même titre que les salaires ;
- La part saisissable de votre pension est calculée selon un barème bien précis ;
- La CNRACL est contrainte d'effectuer le précompte de votre pension et de le reverser au créancier ou au tribunal.

Un montant équivalent au RSA (soit 564,78 € au 1er avril 2020, revalorisé chaque année) est dans tous les cas laissé à votre bénéfice.

Comment diminuer le montant des retenues mensuelles ?

Vous pouvez demander la diminution du montant prélevé directement à votre créancier. Ce dernier devra nous en informer au plus vite.

Pour les pensions alimentaires, c'est au juge des affaires familiales qu'il vous faut réclamer la révision du montant.

Comment stopper les retenues effectuées sur votre pension ?

En demandant à votre créancier l'envoi à la CNRACL de la mainlevée totale de l'opposition, si vous avez obtenu un délai de remboursement ou si vous avez réglé votre dette.

Un délai est nécessaire pour toute régularisation d'opposition. Après le 10 de chaque mois, la mise à jour ne peut se faire que sur les mois suivants.

Pour toutes questions relatives aux oppositions installées sur votre pension :

05 57 57 91 99 de 9h00 à 16h00

05 62 27 80 24

Pour tout courrier adressé à la CNRACL, n'oubliez pas de mentionner votre numéro de pension.

LES AIDES
DU FONDS D'ACTION SOCIALE

Le Fonds d'action sociale a pour mission de favoriser le maintien à domicile et de soutenir les retraités en situation de fragilité financière.

■ Plusieurs catégories d'aides

Elles ne sont ni imposables, ni récupérables sur succession.

Elles concernent les domaines suivants :

- le maintien à domicile, la dépendance, le handicap :
  - aide ménagère,
  - amélioration et adaptation de l'habitat,
  - CESU vie pratique,
  - téléassistance,
  - enfant handicapé ;
- le soutien aux retraités en situation de fragilité financière :
  - santé,
  - énergie,
  - hébergement en maison de retraite,
  - équipement ménager,
  - scolaire,
  - déménagement,
  - vacances ;
- la détresse financière :
  - aides exceptionnelles ;
- les prêts sociaux :
  Ils peuvent vous être attribués sous conditions de ressources pour les motifs suivants :
  - travaux d'amélioration et d'adaptation de votre résidence principale,
  - dépenses de santé,
  - frais de sépulture,
  - circonstances exceptionnelles.

Taux compris entre 0 et le taux du livret A.

■ Vous pouvez en bénéficier :

- si la pension CNRACL est votre pension principale,
- sous condition de ressources.

LES SERVICES
AUX PENSIONNÉS

Les services complémentaires à l'action sociale ont été mis en place dans le but de renforcer le lien social et accompagner les retraités dans la préservation de leur autonomie.

■ Dispositifs pour favoriser l'accès aux loisirs et le départ en vacances

- "Vacancez-vous !" : un catalogue annuel de séjours et circuits en France et à l'étranger à tarifs privilégiés, destiné à tous les retraités ;
- "Seniors en vacances" : des séjours "tout inclus" en France. Les personnes non imposables sont éligibles à une aide versée par l'Agence Nationale des Chèques-Vacances (ANCV) ;
- Vacances-répit pour les personnes en perte d'autonomie : en soutenant les associations France Alzheimer et Mont Blanc Oxygène (MBO2), la CNRACL permet à ses retraités et à leurs aidants de bénéficier des séjours vacances proposés par ces associations ;
- Les Chèques-Vacances : sous condition de ressources, le retraité peut bénéficier d'un plan d'épargne annuel abondé à 30% par la CNRACL. A l'issue du plan, les Chèques-Vacances seront utilisés pour payer les prestations liées aux vacances et aux loisirs ;
- La carte "Vikiva" : une carte d'avantages et de réductions sur les vacances et la vie quotidienne.

■ Accompagnement du "bien vieillir"

- Des ateliers pour le bien vieillir.
  Par leurs actions, les caisses de retraites s'engagent et se mobilisent en faveur de la santé et du bien-être de ses pensionnés. Elles poursuivent leur programme de prévention sur tous les territoires, au côté des départements, des communes, des agences régionales de santé et de tous les acteurs locaux, impliqués dans la préservation de l'autonomie.

Vous êtes retraités et vous souhaitez organiser votre vie : des idées avec les ateliers du Bien vieillir.

Le programme de prévention "pour bien vieillir" revêt plusieurs formes, il y en a pour tous les goûts !

Des forums, des réunions, des conférences et des ateliers abordent différents thèmes de la prévention :

- **Bien démarrer sa retraite.** Comment bien démarrer sa nouvelle vie à la retraite.
- **Rester connectés.** Comment apprivoiser et se réconcilier avec le numérique.
- **Améliorer son équilibre et prévenir les chutes.** Comment des exercices simples peuvent améliorer son équilibre et aider à prendre de l'assurance.
- **Entretenir et stimuler sa mémoire.** Comment la compréhension du fonctionnement du cerveau et la pratique d'exercices ludiques peuvent aider à tonifier sa mémoire.
- **Bien manger pour rester en forme.** Comment une alimentation qui allie plaisir et équilibre est source de vitalité.
- **Bienchezsoi.Chezsoi,onyestetonyreste!** Comment anticiper l'aménagement de son logement pour y vivre confortablement et préserver son autonomie.
- **Divers sujets** comme **la sécurité routière, le bien-être, la marche, le sommeil, des jardins partagés** peuvent également faire partie du programme.

Trois bonnes raisons de participer à un atelier du bien vieillir.

- **Ces ateliers sont animés par des experts et des professionnels de la santé** qui apporteront des conseils simples et clairs adaptées à la situation des seniors.
- **La convivialité est de mise** ; les pensionnés y passent un bon moment en compagnie de personnes partageant les mêmes préoccupations ou interrogations.
- Et parce qu'il n'est jamais trop tôt ou trop tard pour s'occuper de soi.

Pour plus de renseignements, les seniors sont invités à contacter leur mairie, leur CCAS ou à consulter le site "Pour bien vieillir" pour trouver un atelier : http://www.pourbienvieillir.fr/trouver-un-atelier ;

- Le partage de logement entre un jeune et un pensionné : en proposant une chambre à l'étudiant, la personne âgée bénéficie d'une présence conviviale et sécurisante. Une formule innovante et solidaire pour freiner l'isolement de certains seniors ;
- Téléassistance : deux opérateurs spécialisés dans l'assistance à la personne sont proposés.
- Prêts sociaux aux retraités à revenus modestes pour le financement de dépenses personnelles à caractère social (habitat, santé, sépulture...)

■ Une sélection de produits de prévoyance

Des contrats d'assurance dépendance et de prévoyance-obsèques vous sont proposés en partenariat avec des opérateurs sélectionnés par la CNRACL.

Pour découvrir, obtenir plus d'informations sur l'ensemble des services proposés ou feuilleter le catalogue de vacances en ligne : consultez votre site internet :

www.cnracl.retraites.fr,
onglet **RETRAITÉ**

Choisir, selon le thème, la rubrique : "Mes vacances", "Bien vieillir" ou "Assurances et assistance"'

Si vous souhaitez recevoir gratuitement le catalogue vacances, demandez-le :

- **sur le site internet, rubrique "Mes Vacances"**
- **ou si vous n'avez pas internet, par téléphone 24h/24h au :**

05 56 11 40 65

composez le 1.

F.0774.21.23

Caisse nationale de retraites des agents des collectivités locales
Rue du Vergne - 33059 Bordeaux cedex - Tel : 05 56 11 40 47 - www.cnracl.retraites.fr

Une gestion Caisse des Dépôts GROUPE