POUR BIEN VIEILLIR
Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Communiqué de presse

Paris, juin 2024

Les régimes de retraite se mobilisent contre l'isolement des retraités pendant l'été

L'Agirc-Arrco, le régime de retraite complémentaire des salariés du secteur privé, reconduit du 1er juillet au 30 août 2024 l'opération "Voilà l'été, si on bougeait ?", avec l'Assurance retraite, la MSA, la CNRACL. Ce programme d'activité physique à destination des seniors est proposé à Apt et dans 15 autres villes*[1] en France, pour favoriser le lien social pendant la période estivale. Cette année, cette opération s'adresse à tous les seniors quel que soit leur régime retraite.

"*L'été, les proches partent en vacances, les activités associatives s'arrêtent, les commerces et services tournent au ralenti. Dès lors, la période peut être synonyme d'isolement social pour certains seniors, alors que c'est l'occasion de profiter des beaux jours pour s'aérer, bouger, rencontrer du monde*", commente **Frédérique Decherf, directrice de l'action sociale à l'Agirc-Arrco**.

Favoriser le lien social grâce à l'activité physique

Pour prévenir le risque d'isolement des seniors, l'Agirc-Arrco organise avec l'Assurance retraite, la MSA, la CNRACL l'opération "**Voilà l'été, si on bougeait ?**", **vecteur de lien social grâce à l'activité physique**. Elle se déroulera tout l'été dans 16 villes* en France métropolitaine.

Au programme : des **séances de marche en groupe** complétées par des **exercices d'activité physique** adaptée pratiqués en binôme, pour maintenir, voire améliorer, les capacités physiques des participants (équilibre, mobilité, souffle, tonus musculaire…).

Cette année, en lien avec l'actualité, des **séances-découvertes de disciplines olympiques** seront également proposées aux participants sous des formes adaptées.

[1] ST QUENTIN (02), NARBONNE (11), GUERET (23), LOUVIERS (27), L'UNION (31), SAINT MALO (35), CHINON (37), DOLE (39), LE PUY EN VELAY (43), ST DIZIER (52), BAYONNE (64), COLMAR (68), TARARE (69), PONTAULT-COMBAUT (77), APT (84), LA ROCHE SUR YON (85)

Réf. 118212 – 10/2023

Communiqué de presse

Paris, juin 2024

Encadrées par des coachs sportifs, les séances s'étalent sur les 8 semaines des mois de juillet et août à raison d'une séance de 1h30 par semaine. Les participants peuvent s'inscrire pour un ou deux mois, à leur convenance. Un bilan de forme sera proposé au préalable à chacun d'eux. Les horaires et types d'activités seront adaptés aux conditions climatiques.

« *La lutte contre l'isolement des seniors fait partie intégrante des orientations prioritaires de notre action sociale. Orientation que nous partageons avec les autres régimes de retraite engagés, comme nous, dans les territoires pour préserver et prolonger le plus longtemps possible l'autonomie des seniors* », explique Frédérique Decherf. « *L'année dernière, plus de 600 personnes âgées de 56 à 87 ans, ont participé à la 2eme édition du programme « Voilà l'été, si on bougeait ? » avec un très bon score de satisfaction de 9,1/10* », précise-t-elle.

Quelques verbatims tirés de l'enquête de satisfaction 2023

« Très bonne idée. A refaire. Ça permet de rencontrer d'autres personnes et de bouger. L'été, les clubs arrêtent. Bravo aux moniteurs et merci ! »

« Très satisfait par cette action qui m'a permis de rencontrer des gens charmants et de faire de la marche, ce que je ne fais pas au quotidien. »

« Cela m'a boostée à faire un effort, de la marche. De plus, l'application pour le challenge me motive au quotidien. »

En pratique…

Le programme « Voilà l'été, si on bougeait ? » s'adresse aux retraités de l'Agirc-Arrco, de l'Assurance retraite, de la MSA et de la CNRACL. 40 places, intégralement financées par les régimes de retraite, sont proposées dans chaque ville couverte par l'opération.

- **Pour s'informer sur le programme :**
  - **une visioconférence aura lieu mardi 18 juin, de 10h à 11h30**, sur le site Happyvisio.com, avec la participation de Julien Lepers, animateur radio/TV.
- pour les personnes ne pouvant accéder à internet, la visioconférence sera diffusée en direct à Résidence F RUSTIN » , 17 rue Joseph Bernard, quartier St Pierre, 84400 APT à partir de 9h30. Information : Centre Communal d'Action Sociale (C.C.A.S.) d'Apt au 04 90 04 36 60 lors d'une réunion d'information qui permettra par ailleurs aux personnes intéressées de s'inscrire directement auprès des organisateurs.

- **Pour s'inscrire :**
  - **En ligne sur le site d'Été indien** (informations + formulaire de pré-inscription)
  - **Par téléphone au 03 10 93 08 58** (numéro non surtaxé, accessible du lundi au vendredi, de 9h à 17h, hors jours fériés)

Réf. 118212 – 10/2023

Communiqué de presse

Paris, juin 2024

A propos du dispositif inter-régimes "Pour bien vieillir"

Pour bien vieillir, c'est l'action coordonnée des caisses de retraite pour accompagner la vie à la retraite et préserver l'autonomie des personnes âgées.
Depuis 2022, cet engagement commun unit l'Assurance retraite, l'Agirc-Arrco, la MSA et la CNRACL, ainsi qu'un ensemble d'acteurs de la prévention au niveau local.
Pour bien vieillir, c'est notamment un site internet, une page Facebook et aussi la possibilité de s'inscrire à des activités près de chez soi.

Pour plus d'informations consultez le site pourbienvieillir.fr

À propos de l'Assurance retraite
Premier organisme français de retraite, l'Assurance retraite (Caisse nationale, Carsat, CGSS et CSSM) gère la retraite du régime général de la Sécurité sociale et les actions de prévention en faveur du bien-vieillir et de la préservation de l'autonomie des retraités. La gestion de l'Assurance retraite IDF relève de la Caisse nationale. Chaque année, l'Assurance retraite verse près de 140 milliards de prestations à plus de 15 millions de retraités, et gère la carrière de 21 millions de cotisants. Au cœur de l'innovation numérique, son offre de service se diversifie grâce aux nombreuses démarches en ligne sur www.lassuranceretraite.fr (demande de retraite en ligne, téléchargement du relevé des mensualités…) : déjà plus de 17 millions d'espaces personnels créés !

Contacts presse
presse@cnav.fr
L'Assurance retraite

A propos de l'Agirc-Arrco et de son action sociale
L'Agirc-Arrco, le régime de retraite complémentaire des salariés du secteur privé, est piloté par les partenaires sociaux, représentants des entreprises et des salariés. Il repose sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations. 58 millions de salariés ont cotisé à l'Agirc-Arrco pour constituer leurs droits futurs, ainsi que 1,8 million d'entreprises. 14 millions de retraités perçoivent chaque mois une allocation de retraite complémentaire Agirc-Arrco, pour un montant total annuel de versements s'élevant à plus de 90 milliards d'€.
L'Agirc-Arrco développe depuis l'origine des services d'accompagnement et de prévention en direction des personnes fragilisées, qu'il s'agisse de retraités, d'actifs ou de personnes en perte d'autonomie. L'action sociale Agirc-Arrco mène des actions, complémentaires aux acteurs privés et publics, sur plusieurs champs : le bien vieillir, le soutien et l'accompagnement des aidants, la perte d'autonomie des personnes âgées. Chaque année, près de 2 millions de personnes sont accompagnées par l'action sociale Agirc-Arrco, pour un budget global de 330 millions d'euros.
Pour plus d'informations : www.agirc-arrco.fr / Dépliant des services Accompagnement et prévention Agirc-Arrco.

Agirc-Arrco
dc.presse@agirc-arrco.fr
@AgircArrco

Réf. 118212 – 10/2023

À propos de la MSA
Avec 28,1 milliards de prestations versées à 5,2 millions de bénéficiaires, la MSA, deuxième régime de protection sociale en France, se distingue par son organisation en guichet unique. Elle assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole - exploitants, salariés (d'exploitations, entreprises, coopératives et organismes professionnels agricoles), employeurs de main-d'œuvre - et des ayants droit. En complément de sa mission de service public de la sécurité sociale, elle mène des actions à caractère sanitaire et social et prend en charge la médecine du travail ainsi que la prévention des risques professionnels. Pour plus d'informations : www.msa.fr

MSA
presse@ccmsa.msa.fr
@msa_actu

À propos de la CNRACL
La Caisse nationale de retraites des agents des collectivités locales (CNRACL) est, depuis 1945, l'un des principaux régimes spéciaux de sécurité sociale. Etablissement public national, elle est gérée à Bordeaux par la direction des politiques sociales (DPS) de la Caisse des Dépôts (https://politiques-sociales.caissedesdepots.fr).
La CNRACL, selon le principe de la répartition, assure grâce aux 22,7 milliards d'euros de cotisations versées par près de 2,2 millions d'actifs et 42 000 employeurs, le paiement des retraites de près de 1,5 million de pensionnés relevant des fonctions publiques territoriale et hospitalière. L'originalité de la CNRACL est d'être le seul régime spécial de sécurité sociale dont le conseil d'administration comporte en son sein des représentants des employeurs et des affiliés élus tous les six ans (https://www.cnracl.retraites.fr).

CNRACL
cyril.parodi@caissedesdepots.fr