

Les caisses de retraite développent une politique d'action sociale destinée à prévenir le risque de perte d'autonomie des personnes âgées. Elles mettent en place et soutiennent dans chaque région des offres de prévention.

Pour connaître votre caisse de retraite, contactez l'Agence conseil retraite de Nantes :

11, rue du Chemin Rouge - Bâtiment B
CS 27352—44373 NANTES CEDEX
Tél. : 0 970 660 660

➤ **Les aides pour faire face aux difficultés dans la vie quotidienne**

- vous avez besoin d'aide à domicile : courses, aide au ménage, livraison de repas... ;
- vous ne vous sentez pas en sécurité chez vous : besoin d'une téléassistance, d'aménager votre logement... ;
- vous avez besoin d'aide après une hospitalisation ;
- vous avez une difficulté passagère : vous venez de déménager, votre proche aidant part en vacances ou est hospitalisé ; vous venez de subir un deuil.

A travers une évaluation globale et personnalisée de vos besoins à domicile, les caisses de retraite vous proposent des aides en fonction de vos ressources et de votre fragilité.

Si vous percevez une retraite de plusieurs régimes, adressez-vous au régime pour lequel vous avez cotisé le plus grand nombre de trimestres.

Si vous bénéficiez de l'APA (allocation personnalisée d'autonomie) ou si vous êtes éligible à l'APA, vous ne pouvez pas bénéficier des aides des caisses de retraite.

Pour plus de renseignements, contactez le CLIC Eclair'Âge au 02.40.62.64.64.

➤ Les aides pour changer de lieu de vie ou améliorer son domicile

Votre logement n'est plus adapté

Les caisses de retraite peuvent intervenir dans l'amélioration du logement afin de le rendre plus confortable et plus adapté.

Différentes interventions sont possibles :

- conseil en aménagement du logement,
- financement de travaux d'isolation thermique,
- financement d'aides techniques : barres d'appui, marches antidérapantes...,
- financement de travaux d'adaptation,
- accord de prêts.

➤ Les aides pour favoriser le lien social

Les caisses de retraite vous proposent des aides pour faire des activités, sortir de chez vous, partir en vacances.

L'objectif de ces aides est de vous permettre de mieux vivre votre retraite.

Les études l'ont démontré : sortir, voir du monde, participer à des activités permet de vieillir en meilleure santé, et donc de préserver son autonomie.

Les caisses proposent également des actions collectives de prévention :

- ateliers nutrition, ateliers mémoire, ateliers équilibre, ateliers bien vieillir...
- conférences et séances d'information sur des thèmes tels que le sommeil, la sécurité routière...

Le dispositif Sortir Plus proposé par l'Agirc Arrco à ses retraités

Vous avez plus de 75 ans et éprouvez des difficultés à vous déplacer ou craignez de sortir seul ? Sortir Plus vous propose de renouer avec les sorties, à pied ou en voiture, en étant accompagné d'une personne de confiance.

Comment faire ?

- Appelez un conseiller au : 0 971 090 971
- Lors de votre 1er appel, le téléconseiller crée et active votre compte. Celui-ci vous permet de bénéficier d'une enveloppe budgétaire de 450 € pour l'année.
- Contactez-le chaque fois que vous souhaitez organiser une sortie (courses, coiffeur, rendez-vous médicaux, visites à la famille, promenade...).
- Le téléconseiller se charge de trouver un accompagnateur membre d'une structure d'aide à domicile proche de chez vous et de régler les détails financiers.
- Celui-ci vient vous chercher au jour et à l'heure convenus et vous emmène là où vous voulez. Selon le cas, il peut rester avec vous ou revenir vous chercher.

Combien ça coûte ?

La prestation est intégralement prise en charge par votre caisse de retraite complémentaire dans la limite de 450 € par an. Vous n'avez rien à régler, ni à avancer.

Le coût de la sortie dépend de sa durée et de la distance à parcourir.