

CALENDRIER DES MANIFESTATIONS 2015

- . **16 mars** : Réunion « *Séniors, soyez acteurs de votre santé* », à Digosville.
- . **9 avril** : Assemblée générale de la fédération, à Lessay.
- . **7 mai** : Journée de la forme à Sainte Suzanne sur Vire.
- . **21 mai** : Journée de la forme à Valognes.
- . **25 mai** : Départ pour le voyage en Grèce.
- . **24 juin** : Prévention routière à Millières.
- . **27 et 28 juin** : Fête de la Vire, à Saint-Lô.
- . **20 septembre** : Départ du voyage dans l'est du Canada.
- . **14 octobre** : Prévention routière au Vrétot.
- . **15 octobre** : « *Ensembles sur les chemins de Compostelle* ».
- . **Du 3 au 6 novembre** : Journées de gala, à Condé sur Vire.
- . **2 novembre** : Départ du voyage en Inde.
- . **Du 24 au 26 novembre** : Réunions de secteurs.



LES ECRIVAINS DE LA MANCHE

Jacques LECHEVALIER, déjà bien connu des lecteurs manchois, vous propose 2 nouveaux livres. « *Un siècle de vie* » et « *Les croyances* ». Il sera présent lors de notre assemblée générale, à Lessay. Des bons de souscription à tarif préférentiel sont adressés à vos présidents.

Contact : Jacques LECHEVALIER – 18, rue division Leclerc – 50180 AGNEAUX – ☎ : 02.33.05.29.19.

Fernand FOURNIER sera également présent et vous proposera un livre intitulé « *Paroles d'appelés* ». 32 témoignages d'appelés à combattre en Algérie pendant la période 1954-1962.

LA SANTE BUCCO-DENTAIRE A PARTIR DE 65 ANS

Vous avez 65 ans ? La M.S.A. vous propose de réaliser un bilan bucco-dentaire pris en charge à 100 %. C'est aussi l'occasion de bénéficier de conseils de prévention pour préserver la santé de vos dents.

Trois règles d'or pour préserver sa santé bucco-dentaire :

- 1 - Acquérir de bonnes habitudes d'hygiène alimentaire et de vie**
- 2 - Avoir une bonne hygiène bucco-dentaire**
- 3 - Se rendre régulièrement chez le chirurgien-dentiste.**

Pour certaines maladies, comme le diabète ou la cardiopathie, un suivi bucco-dentaire annuel est indispensable. Même si vous portez un appareil dentaire complet, il est important de consulter votre chirurgien-dentiste tous les deux ans, afin de vérifier le bon état de votre cavité buccale et de détecter toute(s) lésion(s) de la bouche.

AIDE POUR UNE COMPLEMENTAIRE SANTE

Nous vous rappelons que, si vous avez des ressources modestes, vous pouvez bénéficier d'une aide au financement de votre complémentaire santé (ACS). Avec cette aide, vous bénéficiez également de tarifs médicaux sans dépassement d'honoraires et de la dispense d'avance de frais sur la partie prise en charge par l'assurance maladie.

Vous trouverez auprès de votre caisse primaire maladie tous les renseignements nécessaires, soit par internet, soit par téléphone.

COPIES DE DIAPORAMAS

Lors de la dernière assemblée générale, quelques adhérents nous ont demandé la possibilité d'avoir une copie du diaporama des photos que nous vous passons avant le début de la réunion.

Pour l'assemblée générale du 9 avril 2015, ces personnes pourront, en arrivant, nous déposer une clé USB étiquetée avec le nom et l'adresse. Cette clé leur sera rendue après le repas.

CARTE D'ADHERENT

Lorsque vous participez à un voyage, pensez toujours à prendre cette carte avec vous car, en cas de nécessité, les assurances Mutuaide Assistance peuvent vous demander votre numéro d'adhérent. De même, elle vous permet de bénéficier de réductions auprès des commerçants partenaires de la Manche, ainsi qu'aux partenaires nationaux. Elle vous donne droit à une réduction de 5% pour vos assurances voiture et habitation pour les adhérents assurés à Groupama. Pensez à passer à votre agence Groupama, avec votre timbre 2015, pour la mise à jour de votre dossier.

JOURNEES DE LA FORME 2015

Le **jeudi 7 mai**, le club de Ste Suzanne sur Vire organisera la journée de la forme à Ste Suzanne.



Le **jeudi 21 mai**, les clubs de Huberville et de Grosville organiseront une journée de la forme à Valognes.



Vous serez informés du programme et des lieux précis par vos présidents.

LA FETE DE LA VIRE



Comme chaque année, elle aura lieu à Saint-Lô, les samedi 27 et dimanche 28 juin 2015.

CHEMINS DE COMPOSTELLE

A ce jour, le programme n'est pas encore arrêté mais retenez dès à présent la date du jeudi 15 octobre 2015.

Vous serez informés dès détails de la journée par vos présidents.

L'ALLONGEMENT DE 5 ANS POUR LA CARTE D'IDENTITE NATIONALE

Depuis le 1er janvier 2014, la durée de validité de la carte nationale d'identité est passée de 10 à 15 ans pour les personnes majeures (plus de 18 ans).

Cela concerne :

- . Les nouvelles cartes d'identité sécurisées (cartes plastifiées) délivrées depuis le 1^{er} janvier 2014 à des personnes majeures
- . Les cartes d'identité sécurisées délivrées (cartes plastifiées) entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 à des personnes majeures.

Attention :

Cette prolongation ne s'applique pas aux cartes nationales d'identité sécurisées pour des personnes mineures. Elles seront valables pour 10 ans lors de délivrance. Inutile de vous déplacer dans votre mairie.

Si votre carte d'identité a été délivrée entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, la prolongation de 5 ans de la validité est automatique. Elle ne nécessite aucune démarche. La date de validité inscrite ne sera pas modifiée.

Néanmoins, certains pays de la C.E.E. refusent la prolongation. Si vous êtes concernés, il vous faudra un justificatif de déplacement dans le pays concerné. Renseignez-vous auprès de votre mairie.

Si vous devez refaire votre carte en vue d'un voyage, pensez que les délais de délivrance sont plus ou moins Longs, suivant les préfetures.

Les passeports restent valables 10 ans.



ATTENTION AUX E-MAILS CRAPULEUX ET A CERTAINS APPELS TELEPHONIQUES

La MSA vous met en garde contre l'envoi d'emails frauduleux (phishing) vous invitant à fournir des informations personnelles pour obtenir une carte Vitale 3 ou une aide financière.



De nombreux faux emails avec les logos des impôts, de nombreuses banques, SFR, ORANGE, EDF... vous demandent vos coordonnées pour des soi-disant remboursements.



JAMAIS ces organismes ne demandent ces renseignements confidentiels par internet.

Prévenez votre entourage que les escrocs sont de plus en plus nombreux.

JOURNEE DE GALA



Vous pourrez, cette année, vous dépayser avec un voyage en Polynésie au travers des Ballets d'Haloha Tahiti.

Les danseurs et musiciens reprendront des chants, des musiques et des danses qui ont traversés des siècles de tradition de toutes les îles des 5 archipels. Ils revêtiront des costumes typiques et colorés.

Vous serez également sous le charme d'un ténor lyrique, Peterson Cowan, qui interprétera des titres en hommage à Luis Mariano, tels que « *La Belle de Cadix* », « *L'amour est un bouquet de violettes* »...

Vous pouvez, dès à présent, faire une préinscription afin de choisir le jour qui vous intéresse, soit auprès de votre président, soit directement à la fédération.

INFOS VOYAGES 2015



GRECE « Les Cyclades » **Les îles paradisiaques**

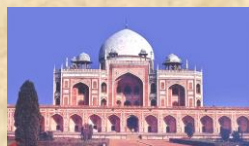
Circuit de 10 jours.
Du 25 mai au 3 juin.
1520 € par personne.
Il reste 4 places.



CANADA

Circuit de 12 jours.
Du 20 septembre au 1^{er} octobre.
1925 € par personne.
COMPLET.

INDE DU NORD



Circuit de 12 jours.
Du 2 au 13 novembre
Circuit complet (33 places).
2^{ème} groupe prévu 2^{ème} quinzaine de novembre. Il reste 11 places.

Prix exceptionnel : 1585 € par personne.

Nous sommes en attente de la date précise du 2^{ème} groupe pour l'Inde (plan de vol).

FRANCE

Le Bois d'Amont est annulé faute de participants.

Le séjour à Ronces les Bains aura lieu du 20 au 27 septembre.
Prix : 488 € par personne.

COMPLET.

Pour tous renseignements et réservations, vous pouvez contacter la fédération départementale de la Manche au 02.33.06.40.79 ou Gilbert LAMOME au 06.20.19.04.52 / 02.33.55.22.18 ou vous connecter sur notre site internet.

SOLIDARITE

En 2014, nos actions de solidarité nous ont permis de récolter différentes sommes, lors des journées de la forme de Précorbin et de Quettehou, la fête de la Vire mais aussi le gala en novembre à Condé sur Vire.

Le 21 janvier dernier, nous avons donc eu le plaisir de remettre des chèques aux associations caritatives suivantes pour un total de 2000 €uros :

- La Banque Alimentaire
- Les Restos du Cœur
- Action Solidarité Madagascar
- Manche Alzheimer
- L'ADEVA (Association de Défense des Victimes de l'Amiante)
- L'Association des Diabétiques de la Manche (AFD 50)
- Rétina.

PRESENCE VERTE

Au 31 décembre, Présence Verte des côtes normandes compte 3061 abonnés dans la Manche. Au cours de l'année, il y a eu 1042 nouveaux abonnés et 742 contrats de résiliés (pour départ à l'hôpital, en maison de retraite ou décès). Cette progression montre l'accroissement de notre population âgée mais aussi la confiance accordée à Présence Verte.

A l'appareil de téléassistance classique peuvent être ajoutés un détecteur de chutes, un détecteur de fumée (relié à la téléassistance), une boîte à clés pour laisser vos clés en sécurité, une interphonie déportée pour une meilleure phonie dans les grands logements.

Par ailleurs, Présence Verte élargit son offre de services en ajoutant DORO (téléphone mobile avec géolocalisation qui permet d'être secouru partout en France 24h/24) et ETICOM (petit boîtier d'appel avec géolocalisation destiné en particulier aux salariés seuls ou isolés des entreprises).

