

## vie pratique

# Appel à la vigilance

### Des intrus se présentent au nom de la CRAM

**D**epuis le mois d'avril 2006, dans l'ensemble de la région, plusieurs retraités ont reçu la visite de personnes se faisant passer pour des agents de la CRAM Aquitaine. Celles-ci, prétextant une future augmentation de leur pension de retraite ou une vérification de leurs paiements, demandent à s'assurer de leurs coordonnées bancaires et insistent pour entrer dans le domicile. En Gironde, une personne usant de cette manœuvre a réussi à subtiliser ces informations et à les utiliser au détriment d'un assuré à qui une somme importante d'argent a été dérobée. Récemment, une démarche identique a été signalée par un de nos ressortissants qu'un individu a contacté par téléphone pour obtenir ce même type de renseignements.

La CRAM rappelle à l'ensemble des assurés bénéficiant d'une pension de retraite ou en cours de démarche pour leur passage à la retraite, que ses agents ne se déplacent chez les assurés que très exceptionnellement, uniquement sur leur demande et un rendez-vous est toujours fixé au préalable. Dès lors, toute visite qui n'aurait pas été annoncée antérieurement doit être systématiquement refusée. En cas de doute, il convient d'interroger les services de la CRAM. Pour ce qui est des renseignements de même nature sollicités par téléphone, ils ne doivent en aucun cas être communiqués par ce biais. Les personnels de la CRAM, lorsqu'ils ont recours à la relation téléphonique, ne réclament en la matière que des réponses par courrier.

Il est donc recommandé la plus grande prudence face à tout individu se présentant au domicile de retraités ou intervenant téléphoniquement auprès de ces derniers.

# Des ateliers pour apprendre à rester debout

*Chaque année, près d'un tiers des personnes âgées de 65 ans et plus vivant à leur domicile font une chute dont les conséquences peuvent être lourdes. Quelques exercices pratiqués régulièrement permettent de prévenir certaines situations. C'est ainsi que la CRAM Aquitaine a mis en place des ateliers d'activités physiques adaptées.*

**U**ne trentaine d'ateliers a déjà eu lieu au cours de l'année 2005 ; un chiffre qui a doublé en 2006. A raison de quinze séances hebdomadaires d'une heure, les personnes âgées apprennent des postures-clés, apprennent à se relever en cas de chute, fortifient certains muscles majeurs afin d'accéder à une meilleure autonomie. Une participation financière raisonnable leur est demandée. Ces ateliers sont animés par des opérateurs conventionnés avec la CRAM Aquitaine : SIEL Bleu, Atout Age et la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire. Dans chaque département de la région, divers acteurs locaux agissent en tant que relais d'information de ces ateliers : les Clics, les CCAS, les associations... Au gré de leurs calendriers, ils organisent des réunions de sensibilisation pour les personnes âgées.

Une circulaire conjointe CNAMTS et CNAV a lancé, en 2003, un programme national de préservation de l'autonomie des personnes âgées. Dans ce cadre, un groupe régional de réflexion réunissant des organismes de sécurité sociale aquitains : ARAMSA, CRAM Aquitaine, CPAM, CMRA, RSI (AVA et ORGANIC), URCAM a préparé, dès 2004, l'articulation du fond et de la forme de ces ateliers de prévention des chutes. Ils ont ensuite activé leurs réseaux (Clic, CCAS, associations...) et choisi les opérateurs. Ceux-ci, dans le cadre de leurs activités quotidiennes travaillent avec des personnes âgées et peuvent également être amenés à proposer ces séances d'activités physiques adaptées. Les personnes intéressées peuvent donc se rapprocher de leur commune afin de connaître l'existence possible d'un atelier dans leur secteur.

## Aide à l'acquisition d'une complémentaire santé

Vos revenus mensuels n'excèdent pas :

- Pour une personne seule 687,97 € \*
- Pour 2 personnes

Pour une personne âgée de 60 ans ou plus, le montant de l'aide s'élève à 400 €.

Pour en savoir plus, contactez la