

Le Journal des RETRAITÉS

LETTRE N° 17 | MAI 2023

L'ÉDITO

Une trentaine de retraités ont participé au séminaire organisé par le SNETAA du 6 au 8 avril 2023 à Trégastel, à la suite du Conseil National de notre organisation.

Malgré la brièveté de ce rassemblement, les militants ont participé à plusieurs ateliers portant sur la protection sociale complémentaire, l'histoire et l'évolution des mutuelles, l'importance pour les séniors de pratiquer une activité physique pour améliorer leur santé, une comparaison sur les dates de départ en retraite en Europe et dans quelques autres pays. Une croisière au large de la Côte de Granit Rose, entre Perros-Guirec et Trégastel, a permis aux congressistes de découvrir l'Archipel des Sept-Îles, royaume des oiseaux marins, par un temps ensoleillé. Les retraités du SNETAA ont exprimé leur solidarité et leur soutien aux collègues dans la lutte contre la réforme des retraites et ont demandé, dans une motion, le retrait de cette loi. Enfin un repas fraternel a permis de resserrer les liens qui unissent nos retraités.

YVES-HENRI SAULNIER,
COORDONNATEUR DES RETRAITÉS DU SNETAA



MOTION DE SOUTIEN DES RETRAITÉS DU SNETAA (7 AVRIL 2023)

RETRAIT DE LA RÉFORME DES RETRAITES

Les retraités du SNETAA FO, réunis en séminaire à TREGASTEL du 6 au 8 avril 2023, expriment leur solidarité et leur soutien aux collègues dans la lutte contre la réforme des retraites.

Ils revendiquent une retraite pour tous, conforme au mandat historique du SNETAA, la retraite à 60 ans et 37,5 annuités à taux plein. Ils condamnent toujours la mise en œuvre de la réforme Touraine.

Par leur présence dans toutes les manifestations, ils ont montré leur engagement et continueront à y participer activement.

Pour tous, retraités et futurs retraités, il faut donner la possibilité de pouvoir « vieillir en bonne santé » dans des conditions de vie satisfaisantes.

**L'OBJECTIF EST LE RETRAIT DE LA RÉFORME.
ILS APPELLENT TOUS LES RETRAITÉS
À SE MOBILISER.**

SOMMAIRE

- ÉDITO **P.1**
- MOTION DE SOUTIEN AUX ACTIFS **P.1**
- MUTUELLES ET MUTUALITÉ **P.2**
- POUR UNE RETRAITE EN BONNE SANTÉ **P.2**
- QUELQUES INFORMATIONS SUR LES DATES DE DÉPART EN RETRAITE EN EUROPE **P.3**
- PROMENADE EN MER **P.3**
- EXPOSITIONS À VOIR À PARIS **P.4**

MUTUELLES ET MUTUALITÉ

Yves-Henri SAULNIER, retraité du SNETAA



Nous avons commencé à présenter les mutuelles lors des séminaires précédents. Cette fois nous avons rappelé l'histoire des mutuelles et de la mutualité, actrices de la protection sociale, leur évolution au cours de l'histoire et les attaques qu'elles subissent de nos jours.

Enfin nous avons expliqué les différences entre mutuelles et assurances complémentaires. Un point reste à faire sur les valeurs mutualistes.

Nous présenterons plus en détail cet atelier dans un prochain numéro.

UNE RETRAITE EN BONNE SANTÉ

Mireille DELORME-LEGOUIX, retraitée du SNETAA

Nous avons commencé la journée de vendredi par une séance sur la santé.

Que pouvons-nous faire pour être en bonne santé et garder notre autonomie ?

PRATIQUER UNE ACTIVITE PHYSIQUE

30 min de marche par jour (ou en 3 fois 10 mn) et 2 à 3 fois par semaine une activité plus intense parmi ces différentes activités :

- en piscine ou dans l'eau de mer, qui demande moins d'effort et n'engendre pas de courbatures, marche, aquagym ou aqua bike (vélo dans l'eau)
- différentes marches (nordique, rando...)

- gym douce
- gym équilibre
- pilates
- yoga
- Qi Gong
- danses : de salon, régionales, cajun

NOUS AVONS ENSUITE ABORDÉ CERTAINES MÉDECINES DOUCES QUI PEUVENT AIDER :

Aromathérapie, phytothérapie, reboutologie (massages pour oxygéner les muscles) et la spirométrie (mouvements respiratoires pour mieux oxygéner son corps) nous avons mesuré notre oxygène dans notre sang avec l'oxymètre.



Le soir, surprise, un groupe folklorique breton après une belle démonstration, nous a fait danser. Nous avons mis en application cette activité qui, tout en remuant nos jambes, nous a fait travailler nos neurones en toute convivialité.

5 ASTUCES POUR GARDER LA FORME

Le sommeil tu chériras, la fatigue tu éviteras, ton alimentation tu surveilleras, la détente tu favoriseras, ton look tu soigneras !



QUELQUES INFORMATIONS SUR LES DATES DE DÉPART EN RETRAITE EN EUROPE

Françoise BUREAU, retraitée du SNETAA

Lors de ce séminaire, a été évoqué l'âge de départ en retraite en Europe et de quelques pays dans le monde.

Afin de situer la France dans le contexte européen, il faut savoir que la majorité des États membres de l'Union européenne, ont un âge légal de départ à la retraite aux alentours de 65 ans. Alors que le gouvernement français a présenté le 10 janvier un projet de loi visant à reculer ce seuil de 62 à 64 ans, les pays européens sont cependant loin d'être dotés de législations équivalentes.

Cet âge peut varier selon le sexe du

travailleur, comme dans un quart des pays de l'UE, et aussi selon le statut professionnel et les exceptions propres à chaque État.

Tout en sachant que : âge légal est parfois loin de signifier âge réel en termes de départ à la retraite.

Différents graphiques ont été projetés en comparaison de 8 pays européens (selon des études récentes), concernant : les âges inconditionnels d'ouverture des droits à la retraite, de l'âge effectif moyen de sortie du marché du travail, du taux d'emploi des 55/64 ans, de la durée de retraite en années et de la distribution des



nouveaux retraités, par tranches d'âges.

Cela a permis d'ouvrir la discussion sur chaque graphique et de constater que sans en connaître les autres critères : durée de cotisation, décote, départ anticipé, sexe... il est très difficile de comparer uniquement en fonction de l'âge. Lors d'un prochain séminaire une étude comparative prenant en compte d'autres critères pourra être discutée.



PROMENADE EN MER

Jean-Pierre ARDON, retraité du SNETAA

Promenade en mer le vendredi après-midi : le Tour des « 7 îles ».

En images l'île Rouzic et son impressionnante colonie de Fous de Bassan, et la côte en rentrant vers Perros-Guirec / Phare de Ploumanac'h.



DES EXPOSITIONS À VOIR À PARIS

EN CE MOMENT

Irène LEWKOWICZ, retraitée du SNETAA

Tout d'abord, sachez que je ne lis rien avant d'aller voir une expo. Si, regarder une photo, une toile ou autre suscite de l'émotion, c'est gagné pour moi. Je vais apprécier le reste des œuvres et l'expo en général. Je me documente au cours de l'expo puis en rentrant chez moi. L'émotion d'abord, le cérébral ensuite.

ELLIOTT ERWITT AU MUSÉE MAILLOL

JUSQU'AU 15 AOÛT 2023

C'est une rétrospective d'un photographe né à Paris en 1928, mais ayant vécu aux États-Unis, considéré comme un des plus grands du XX^e siècle, membre de l'agence Magnum depuis 1954. Il a travaillé sur différents thèmes de la vie quotidienne toujours avec humour. Il a aussi réalisé des clichés très connus d'artistes (Marilyn Monroe) ou de personnalités politiques (De Gaulle). On peut aussi visionner des interviews où il apparaît comme un homme simple, sensible. Il dit juste qu'il était là au bon moment, c'est tout et c'est beaucoup.

Vous pourrez aussi voir des peintures, des céramiques, des sculptures de Maillol en même temps. « Dire qu'il y a de l'humanité dans mes photos est le plus beau compliment qu'on m'ait adressé. » a dit Elliott Erwitt, eh bien je lui fais ce beau compliment avec l'humour en plus !

MANET/DEGAS AU MUSÉE D'ORSAY

JUSQU'AU 23 JUILLET 2023

Nés tous deux au début des années 1830, ils se sont voués une admiration mutuelle malgré leur caractère opposé : Manet affable, Degas réservé. Les tableaux exposés viennent en majorité de l'étranger. C'est important de regarder d'où ils proviennent ;

l'étranger signifie qu'on ne les reverra pas de sitôt ! Ils sont classés par thèmes (portraits, nus, courses de chevaux, le Paris moderne). Influencés par Goya, Rembrandt ou Delacroix, ils débutent tous deux avec un certain classicisme et évoluent tout au long du siècle jusqu'à l'impressionnisme.

Le musée d'Orsay a sorti pour l'occasion la collection de pastels de Manet et surtout de Degas. Ces pastels étant très fragiles, ils retourneront dans l'obscurité pour au moins 4 ans dès la fin de l'expo. Manet et Degas ont pris tous deux comme sujet la vie de tous les jours. Ils ont mis l'accent sur la mise en scène, sur les sentiments des personnages pour que la peinture soit plus représentative que la photo. Regarder leurs œuvres, c'est comme feuilleter un livre d'histoire ou un album de photos de famille. C'est beau et ça rend un peu nostalgique du passé.

BASQUIAT/WARHOL À LA FONDATION LOUIS VUITTON

JUSQU'AU 28 AOÛT 2023

L'expo est intitulée « À quatre mains » et pourtant on n'entend parler que de la folie Basquiat ! « À quatre mains » parce que 70 œuvres exposées, ont été faites entre 1982 et 1985, en collaboration entre Basquiat et Warhol à la demande de leur galeriste commun Bruno Bischofberger. Basquiat né en 1960, artiste déjà très célèbre à 22 ans admire Warhol né en 1928 mais qui a perdu de son aura dans cette dernière décennie. Le street art et la sérigraphie ! Deux des artistes les plus célébrés de la seconde moitié du XX^e siècle vont travailler ensemble. Certaines toiles sont commencées par Warhol et terminées par Basquiat et vice et versa.

« A six mains » parce que, toujours à la



demande du même galeriste, Francesco Clémente un artiste italien a aussi collaboré avec Basquiat et Warhol. Leurs 15 toiles en commun y sont également exposées.

CÉLÉBRATION PICASSO, LA COLLECTION PREND DES COULEURS !

JUSQU'AU 27 AOÛT 2023

Paul Smith a choisi et mis en scène les tableaux, sculptures, céramiques exposés. Il a imposé ses couleurs, ses rayures, ses papiers peints. Le fait de voir un tableau de Picasso sur un mur recouvert de rayures bleues par exemple lui donne un aspect contemporain. C'est intéressant car on a l'impression de redécouvrir Picasso.

FAITH RINGGOLD, BLACK IS BEAUTIFUL JUSQU'AU 2 JUILLET 2023

Deux étages sont consacrés à Picasso et le rez-de-chaussée est consacré à Faith Ringgold, une artiste afro-américaine exposée pour la première fois en France. Elle se produit dans tous les plus grands musées américains. Peintures, sculptures, patchworks, elle y représente des personnages noirs subissant le racisme, la violence, luttant pour leurs droits civiques.

Un conseil, réservez vos billets sur internet, sur les sites officiels des musées, rubrique billetterie, pour éviter une déconvenue !

CONTACTEZ-NOUS !

01 53 58 00 30

www.snetaa.org

 @snetaanational

 @SnetaaFO

417 Bureaux de la Colline, 92213 SAINT-CLOUD Cedex

