

Le Bulletin de l'ARTS



Bulletin de l'Association des Retraités du Ministère du Travail et du Ministère de la Santé

Bonne et heureuse année 2019 à tous les adhérents et les adhérentes de l'ARTS

Au nom du conseil d'administration de l'ARTS, je vous souhaite une très bonne année 2019 et surtout une bonne santé car à nos âges nous devenons plus fragiles.

Fragile c'est aussi l'adjectif que j'utiliserais pour parler de notre association.

En 2018 nous avons eu trois motifs de satisfaction :

- Un afflux de nouveaux adhérents grâce à l'accord avec la direction des ressources humaines des ministères sociaux qui a diffusé notre plaquette à plus de 2000 nouveaux retraités. Bienvenue à ces nouveaux adhérents et encore merci à monsieur Blondel, directeur des ressources humaines pour sa compréhension.
- La création d'une nouvelle section de l'ARTS à Marseille en septembre 2018 grâce au soutien de la section Rhône Alpes et bien sûr au dynamisme de quelques marseillais et marseillaises. Merci à eux.
- Grâce à l'investissement de notre vice-président, Alain Chalochet, notre bulletin trimestriel passe à 12 pages. Espérons que nous pourrons maintenir cela dans la durée.

Mais notre association reste fragile car les responsables des sections locales vieillissent et ont du mal à trouver des gens pour prendre la relève ; au niveau national le secrétariat a besoin d'être renforcé. Je fais en particulier appel à nos adhérents, adhérentes d'Ile de France. Nous avons besoin de votre aide pour des tâches variées, ponctuelles ou non. Si tu as un peu de disponibilité en 2019, contacte moi à l'adresse suivante : robert.simon@sante.gouv.fr.

J'espère que vous avez passé de bonnes fêtes de fin d'année et que l'année nouvelle commence bien pour vous et tous ceux qui vous sont chers. Merci de votre fidélité à notre association. J'espère que vous viendrez nombreux à notre assemblée générale qui se tiendra le mardi 14 mai 2019 ainsi qu'à la sortie que nous organiserons en Ile de France le lundi 13 mai.

Robert SIMON
Président de l'ARTS

Le MOT du PRÉSIDENT



L'ARTS vous adresse ses meilleurs vœux pour 2019

Quelques données sur les « minima sociaux et prestations sociales »

En 2015, 8,9 millions de personnes vivent en dessous du seuil de pauvreté (14,2 % de la population). Pour ces ménages, dont le niveau de vie est inférieur à 1 015 euros par mois, les prestations sociales représentent 41 % de leur revenu en moyenne (14 % d'allocations logement, 13 % de minima sociaux, 11 % de prestations familiales et 2 % de prime pour l'emploi et RSA activité).

Les prestations sociales et la fiscalité directe réduisent le taux de pauvreté de 8,1 points. L'effet de la redistribution est particulièrement marqué pour les familles monoparentales (-19,6 points pour celles avec au moins 2 enfants), pour les moins de 20 ans (-13,1 points) et pour les personnes en situation de handicap (-11,8 points). Les prestations familiales, les aides au logement et les minima sociaux réduisent d'environ 2 points chacun le taux de pauvreté.

4,15 millions de personnes sont allocataires de minima sociaux fin 2016. Avec les conjoints et les personnes à charge, 7 millions de personnes sont couvertes, soit 11 % de la population. En termes de dépenses, cela représente,

en 2016, 26,2 milliards d'euros (1,2 % du PIB). Pour la première fois depuis la crise de 2008, le nombre d'allocataires des minima sociaux diminue (-1,8 % en 2016), surtout du fait de la baisse du nombre d'allocataires du RSA (-4,3 % en 2016) et de l'ASS (-3,9 %), deux minima très sensibles à la situation du marché du travail.

12 % des bénéficiaires du RSA sont salariés, fin 2015. Parmi eux, 32 % en CDI, 22 % en CDD, et 11 % en emploi aidé. 64 % travaillent à temps partiel. Leur salaire net médian est de 8,40 euros l'heure contre 11,40 euros nets pour l'ensemble des salariés. 25 % des bénéficiaires du RSA sortent des minima sociaux d'une fin d'année à la suivante (dont 50 % pour au moins 5 ans). Pourtant, la persistance dans le dispositif reste forte : 20 % des bénéficiaires du RSA ont passé les 10 dernières années dans les minima sociaux et 49 % au moins les 4 dernières années.

Alain Chalochet d'après « Minima sociaux et prestations sociales édition 2018 », Collection Panoramas de la DREES, septembre 2018.

Près d'un quart des européens en risque de pauvreté ou d'exclusion sociale en 2016

En 2016, 118 millions de personnes sont en situation de pauvreté ou d'exclusion sociale dans l'Union européenne, soit 23,5 % de la population, selon un indicateur composite mesurant la pauvreté monétaire, la privation matérielle et l'exclusion totale ou partielle du marché du travail.

Les femmes, les jeunes et les personnes sans emploi ou isolés sont souvent les plus concernés.

La situation est très contrastée en Europe, où les écarts ont eu tendance à s'accroître entre pays après la crise de 2008 et les politiques d'ajustement menées. Les pays du sud de l'Europe, plus touchés, ont vu leur situation relative se dégrader, à l'inverse de la plupart des pays

de l'Est. Quoiqu'en légère hausse depuis 2008, la pauvreté monétaire se situe en France à l'un des plus bas niveaux de l'UE (14 % en 2016), grâce au système socio-fiscal en vigueur.

L'Union européenne à 27 (hors Croatie) a fixé un objectif de réduction de 20 millions du nombre de personnes en situation de pauvreté ou d'exclusion sociale entre 2008 et 2018. Pourtant, en 2016, on compte 1 million de personnes pauvres ou exclues de plus par rapport à 2008.

A.C. d'après Études et Résultats, (DREES), n°1088, octobre 2018.

Les bénéficiaires de l'allocation aux adultes handicapés ont doublé depuis 1990

Fin décembre 2017, plus d'1,1 million de personnes percevaient l'allocation aux adultes handicapés (AAH), dont 55 % l'AAH1 (taux d'incapacité supérieur ou égal à 80 %) et 44 % l'AAH2 (taux d'incapacité entre 50 % et 79 %). Ils se répartissent à peu près par moitié entre hommes et femmes.

Entre 1990 et 2017, le nombre d'allocataires de l'AAH a doublé. Plusieurs facteurs expliquent cette croissance : des effets démographiques liés au baby-

boom, des modifications réglementaires depuis 2005, dont plusieurs revalorisations exceptionnelles et, depuis 2008, le contexte économique. Le nombre d'allocataires de l'AAH1 a ainsi augmenté de 12,8 % par rapport à 2006 ; la hausse est nettement plus marquée pour celui de l'AAH2, puisque les effectifs ont doublé depuis 2006.

A.C. d'après DREES, Études et Résultats, n°1087, octobre 2018.

Entre 2010 et 2015, 22 % des personnes en emploi ont changé de métier. Ces changements sont plus fréquents parmi les jeunes : ils concernent un tiers des 20-29 ans, et bien sûr parmi les salariés, les personnes en contrat à durée limitée (intérim, CDD).

Les mobilités sont plus fréquentes lorsque le métier exercé initialement requiert des compétences transférables dans d'autres domaines. C'est le cas dans l'électricité-électronique et l'artisanat, où plus de trois personnes sur dix changent non seulement de métier mais aussi de domaine professionnel à cinq ans d'intervalle.

À l'opposé, dans les domaines professionnels où l'accès est réglementé ou se fait par concours, la mobilité est bien sûr plus limitée. C'est le cas de l'éducation, de la formation (5 % de changements de métier) et de la santé, l'action sociale, culturelle et sportive (9 %).

Enfin, certains domaines attirent particulièrement, notamment celui des ingénieurs et cadres de l'industrie : la part de ceux qui ont quitté ce domaine depuis 2010 (26 %) est nettement inférieure à la part de ceux qui l'ont rejoint en 2015 (39 %).

D'après Dares Analyses n°2018-049.

Accueil familial : en savoir plus

L'accueil familial est une réponse adaptée offerte aux personnes âgées ou en situation de handicap qui ne désirent plus ou ne peuvent plus demeurer à leur domicile. Un dispositif mis en place par l'URSSAF à travers le CESU vise à simplifier les conditions de mise en œuvre.

Il est décrit dans le petit film suivant sur CESU Accueil familial.

<https://www.dailymotion.com/video/x6oa97p>

Le DMP, on en parle ?

Le Dossier Médical Partagé (DMP) est un nouveau service de l'Assurance Maladie. Après une phase d'expérimentation, il est désormais disponible partout en France.

Véritable carnet de santé numérique, il doit permettre aux assurés de conserver leurs informations de santé en ligne et de les partager avec les professionnels de santé de leur choix, qui pourront ainsi mieux les soigner. Il conserve la mémoire de la santé de chaque patient : historique de soins, pathologies, traitements suivis, résultats d'examens, antécédents médicaux, comptes rendus d'hospitalisation, directives anticipées etc. Il est particulièrement utile pour les personnes ayant souvent recours aux soins comme les patients atteints d'une maladie chronique ou les femmes enceintes. Ainsi, même en cas d'urgence ou loin de chez soi, on pourra être soigné et suivi plus efficacement.

Un meilleur suivi pour une meilleure santé

Les informations seront déposées dans le DMP par les professionnels de santé le prenant en charge ou par le patient lui-même et seront accessibles à tout moment

sur le site dmp.fr ou via l'application mobile DMP. Elles pourront être consultées, avec l'accord du patient, par son médecin traitant ou par le professionnel de santé amené à le prendre en charge. Le patient garde le contrôle de l'accès au service, qui est sécurisé. Il peut ajouter une information (personne à prévenir en cas d'urgence, personne de confiance, directives de fin de vie, etc.) ou décider de masquer certains documents.

Comment créer son DMP ?

Pour créer son DMP, il faut se munir d'une carte Vitale et se connecter au site www.dmp.fr. On peut aussi créer son DMP ou celui de son enfant directement en pharmacie ou à l'accueil de sa caisse primaire d'assurance maladie (CPAM). Chaque personne bénéficiant d'un régime de sécurité sociale peut disposer d'un DMP.

Pour mieux faire connaître le DMP, l'Assurance Maladie a lancé cet automne une vaste campagne d'information nationale et locale qui prévoit, entre autres, la diffusion de spots télévisés.

A.C. d'après ameli.fr site assurance maladie.

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)... comment la reconnaître ?

La dégénérescence maculaire est la principale cause de malvoyance chez les sujets âgés dans les pays industrialisés. La HAS a élaboré une recommandation professionnelle sur ce thème. Il s'agit d'une pathologie qui survient chez les personnes de plus de 50 ans. Son origine est multifactorielle, génétique et acquise (liée par exemple au tabagisme).

La forme humide de la DMLA : caractérisée par la prolifération de néovaisseaux choroïdiens.

La forme atrophique de la DMLA caractérisée par des plaques d'atrophies de l'épithélium pigmentaire.

Quels sont les signes d'alerte pour le diagnostic d'une DMLA ?

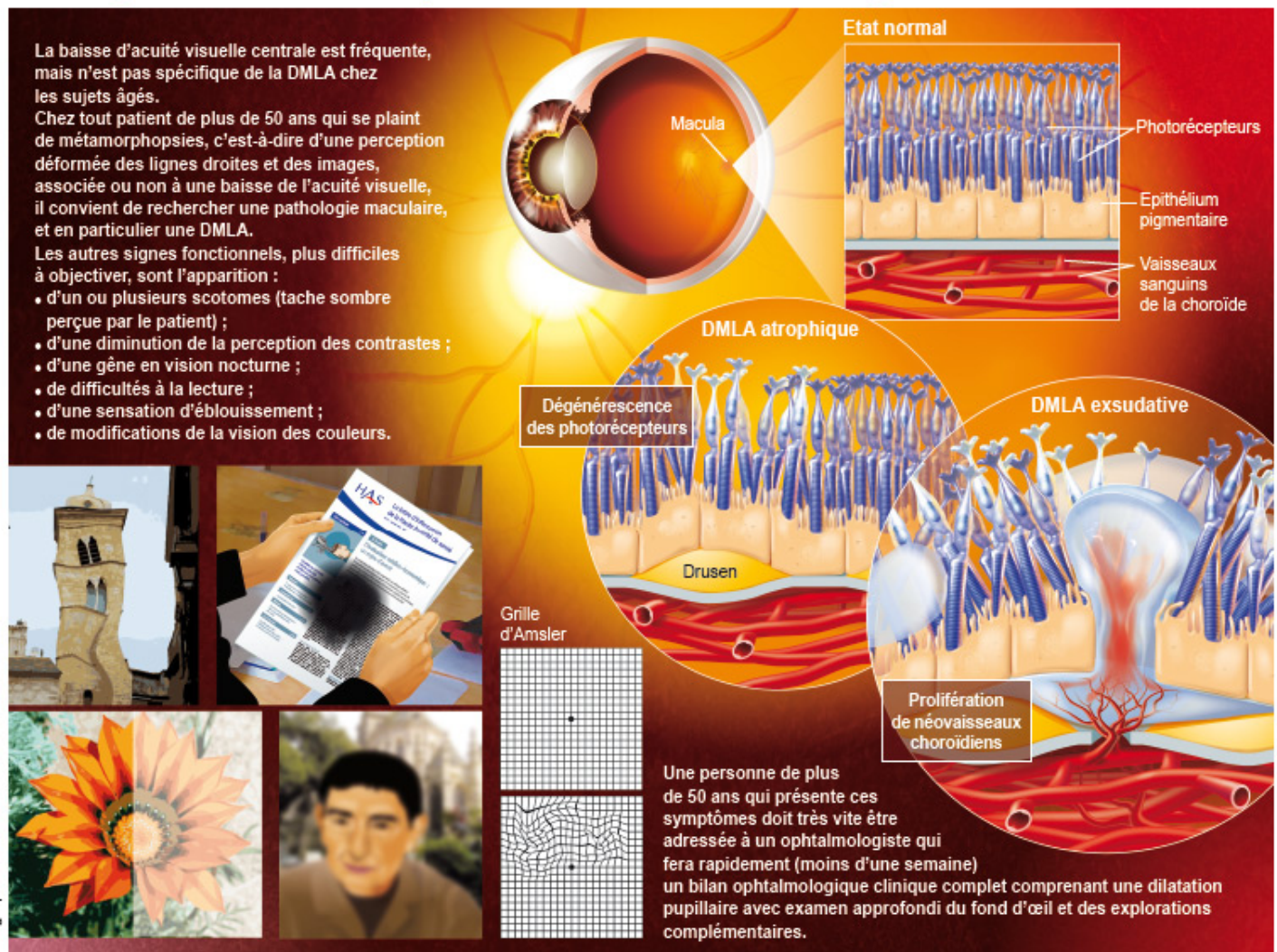
Les stades précoces peuvent être asymptomatiques. Le diagnostic est alors établi à l'occasion d'un examen du fond d'œil pour un autre problème. Il existe des symptômes visuels (voir illustration ci-dessous). Lorsque les personnes de plus de 50 ans constatent une baisse de leur vision centrale, associée à l'un de ces symptômes visuels, elles doivent consulter rapidement un ophtalmologiste. Un examen du fond d'œil et une mesure de l'acuité visuelle par une échelle visuelle spécifique sont alors réalisés.

Pour confirmer le diagnostic de DMLA exsudative, l'angiographie à la fluorescéine est indispensable. Elle affirme la présence des vaisseaux choroïdiens.

Les signes fonctionnels permettant d'établir le diagnostic de la DMLA

La baisse d'acuité visuelle centrale est fréquente, mais n'est pas spécifique de la DMLA chez les sujets âgés. Chez tout patient de plus de 50 ans qui se plaint de métamorphoses, c'est-à-dire d'une perception déformée des lignes droites et des images, associée ou non à une baisse de l'acuité visuelle, il convient de rechercher une pathologie maculaire, et en particulier une DMLA. Les autres signes fonctionnels, plus difficiles à objectiver, sont l'apparition :

- d'un ou plusieurs scotomes (tache sombre perçue par le patient) ;
- d'une diminution de la perception des contrastes ;
- d'une gêne en vision nocturne ;
- de difficultés à la lecture ;
- d'une sensation d'éblouissement ;
- de modifications de la vision des couleurs.



Etat normal

Macula

Photorécepteurs

Epithélium pigmentaire

Vaisseaux sanguins de la choroïde

DMLA atrophique

Dégénérescence des photorécepteurs

Drusen

DMLA exsudative

Prolifération de néovaisseaux choroïdiens

Grille d'Amsler

Une personne de plus de 50 ans qui présente ces symptômes doit très vite être adressée à un ophtalmologiste qui fera rapidement (moins d'une semaine) un bilan ophtalmologique clinique complet comprenant une dilatation pupillaire avec examen approfondi du fond d'œil et des explorations complémentaires.

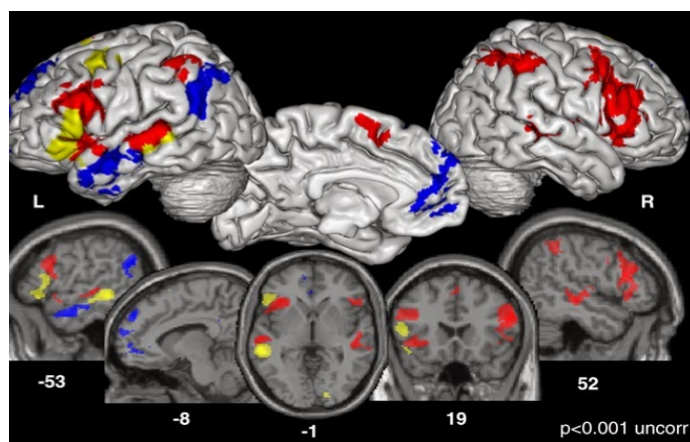
L'écoute musicale mobilise de nombreuses régions du cerveau, même pour une personne n'ayant pas fait d'études de musique. Les régions auditives (temporales) instaurent un dialogue avec les régions motrices, et c'est ce qui suscite une envie de danser. La musique est aussi continuellement évaluée dans notre cerveau par rapport au plaisir ou au déplaisir qu'elle peut nous procurer, ce qui implique un réseau cérébral complexe, le « circuit de la récompense ». L'activité de ces régions libère des substances telle que dopamine quand le plaisir est présent, d'où une sensation de bien-être.

Cette analyse s'associe avec un travail de la mémoire, impliquant des régions du cerveau cruciales dans l'encodage et le rappel des informations telles que les hippocampes. Des études de neuro imagerie montrent que la mémoire musicale sollicite plus le cerveau que la mémoire du langage, ce qui explique la résistance de cette mémoire quand le cerveau vieillit. Les deux domaines partagent des ressources cérébrales communes, et cliniciens comme orthophonistes s'appuient sur ces capacités musicales pour rééduquer des patients ayant des troubles de la production du langage, ou pour aider

les enfants dyslexiques à découper les syllabes et les phrases.

La pratique musicale peut protéger de la survenue de maladies neurodégénératives, et par exemple, il a été montré que chez des jumeaux à code génétique identique, si l'un est musicien (études et pratique musicale régulière), il aura moins souvent démarré une maladie de type Alzheimer. De même, chez des personnes âgées ayant des difficultés de mémoire (sans diagnostic de maladie neurodégénérative) ayant participé à des séances de méditations chantées ou d'écoute passive de musique pendant 3 ou 6 mois, on a relevé un progrès des 2 types d'activité de leur fonctionnement cognitif et de leur bien-être. Ce qui étonne, c'est que la simple écoute de musique produise les mêmes effets qu'une activité de méditation bien plus active. La pratique nouvelle de sport (marche, piscine...) produit des résultats similaires. Cela montre que l'on peut accroître la qualité de son vieillissement par des activités de loisirs diversifiées.

A.C. d'après HAS - H. Platel
Professeur en neuropsychologie.



Activités cérébrales pour une tâche de mémoire musicale (en rouge) et de mémoire verbale (en bleu). En jaune, les régions cérébrales communes pour la musique et le langage.

Les femmes vivent neuf mois de plus en bonne santé en 2017

En 2017, l'espérance de vie en bonne santé, c'est-à-dire le nombre d'années que peut espérer vivre une personne sans être limitée dans ses activités quotidiennes, s'élève en France à près de 65 ans pour les femmes. Entre 2016 et 2017, cet indicateur a progressé de 0,8 an, tandis que l'espérance de vie à la naissance est restée stable, atteignant 85,3 ans. Les femmes vivent ainsi plus longtemps en bonne santé, contrairement aux hommes sur la même période. L'espérance de vie en bonne santé de ceux-ci a reculé de 0,1 an pour atteindre 62,6 ans

en 2017, alors que leur espérance de vie à la naissance est passée de 79,3 ans en 2016 à 79,5 ans en 2017. Au cours des dix dernières années, l'espérance de vie en bonne santé est restée stable pour les hommes, tandis que pour les femmes, la tendance est plutôt à la hausse depuis 2012 : tendance récente restant à confirmer dans les prochaines années.

A.C. d'après DREES, *Études et Résultats*, n°1083, octobre 2018.

Les prix 2018 des EHPAD et résidences autonomie

Depuis décembre 2016, la loi oblige les EHPAD à transmettre leurs prix une fois par an à la CNSA (Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie) qui les affiche dans l'annuaire du portail internet. La CNSA a réalisé une analyse des prix 2017 transmis par 6140 EHPAD (soit 82% des EHPAD).

1953 euros : prix mensuel médian d'un hébergement en EHPAD en 2017

1 953 euros par mois : c'est donc le prix médian (la moitié des EHPAD facture moins de 1953 € et l'autre moitié facture plus de 1953 €) à payer pour un hébergement permanent en EHPAD en chambre seule en 2017 en France. Ce prix médian mensuel prend en compte l'hébergement et le tarif dépendance correspondant au tarif GIR 5-6, c'est-à-dire le prix minimum à payer par tous les résidents d'un EHPAD. C'est 4 € (+ 0,2%) de plus que le prix médian constaté en 2016.

A noter : Dans son numéro de juin 2018, la revue 60 millions de consommateurs évalue le prix médian mensuel d'une chambre en EHPAD à 2 445 euros.

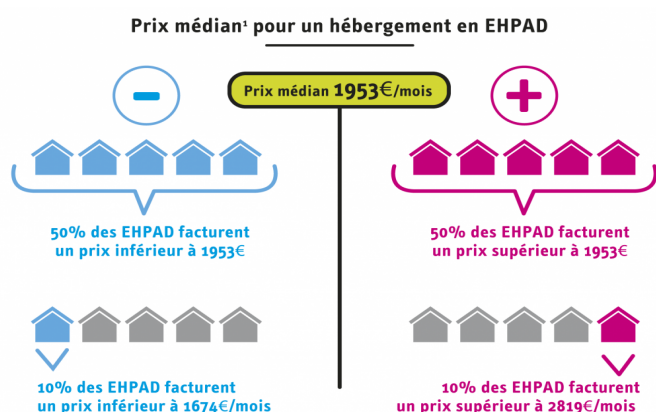
Ce tarif est très supérieur au tarif calculé par la CNSA (1 953 euros) en raison de périmètres d'analyse différents.

Pour en savoir plus : la mise au point de la CNSA sur sa méthode d'analyse.

Des écarts de prix importants

Les écarts de prix entre EHPAD sont importants. Ainsi, 10% des EHPAD facturent un prix mensuel inférieur à 1674 € par mois et 10% facturent un prix mensuel supérieur à 2819 € par mois.

Le statut juridique, le lieu d'implantation géographique, l'habilitation ou non à l'aide sociale, l'ancienneté du bâti, la taille des EHPAD sont autant de facteurs explicatifs de cette diversité des prix.

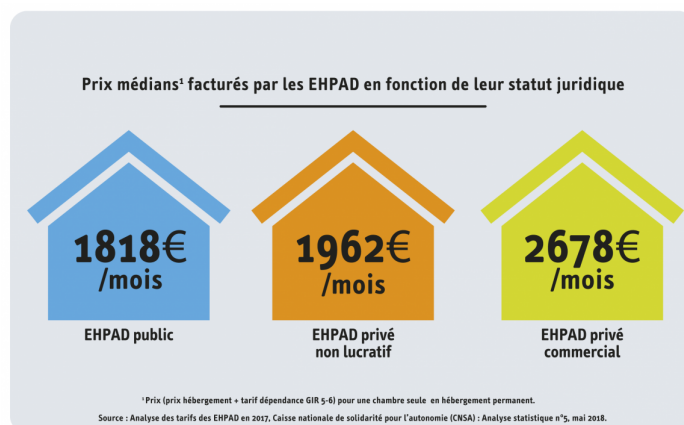


¹Prix (prix hébergement + tarif dépendance GIR 5-6) pour une chambre seule en hébergement permanent.
Source : Analyse des tarifs des EHPAD en 2017, Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) : Analyse statistique n°5, mai 2018.

Comme en 2016, l'étude montre des prix médians des EHPAD privés commerciaux (2678€) plus élevés que ceux des EHPAD privés non lucratifs (1962€) et publics (1818€).

Par ailleurs, le prix médian d'une place en EHPAD en hébergement permanent est plus élevé dans des départements très urbanisés : Paris, Hauts-de-Seine, Yvelines, Val-d'Oise, Essonne, Val-de-Marne, Alpes-Maritimes et Bouches-du-Rhône.

En 2017, le prix médian mensuel s'élève à 1856 euros dans les EHPAD situés dans une commune rurale, 1865 euros dans les EHPAD situés dans une ville isolée, 1949 euros dans les EHPAD situés dans une ville-centre, 2223 euros dans les EHPAD situés dans une banlieue.



Des aides publiques peuvent venir diminuer le prix de l'hébergement

Les prix affichés sur le portail pour-les-personnes-agees.gouv.fr ne prennent pas en compte les aides publiques versées en fonction de leurs revenus aux résidents des EHPAD.

Plusieurs aides publiques peuvent venir diminuer le coût de la facture : aide au logement, APA (allocation personnalisée d'autonomie) en établissement, ASH (l'aide sociale à l'hébergement) et réduction d'impôt pour les résidents imposables.

Un comparateur des restes à charge en EHPAD en ligne sur le portail pour-les-personnes-agees.gouv.fr permet de calculer le coût d'un hébergement pour une sélection d'EHPAD, déduction faite de 2 aides publiques : l'aide au logement et l'APA en établissement.

A.C. d'après le portail
www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr

Les EHPAD accueillent des personnes de plus de 60 ans ayant besoin d'être prises en charge et de bénéficier de services d'aide et de soins. D'après les résultats de l'enquête CARE-Institutions réalisée par la DREES, la participation financière à la charge des résidents, une fois déduites les contributions des obligés alimentaires et les différentes allocations, est estimée à au moins 1 850 euros par mois pour la moitié d'entre eux. Cette somme varie peu selon le niveau de perte d'autonomie, et dépend, avant tout, du statut de l'établissement. La participation financière médiane s'élève ainsi à 2 420 euros dans les établissements privés à but lucratif, contre 1 850 euros dans les établissements privés non lucratifs, 1 790 euros dans les établissements publics hospitaliers et 1 730 euros dans les établissements publics non hospitaliers.

Les retraités vivant en France percevant une pension moyenne d'environ 1 500 euros nets mensuels fin 2016, certains doivent donc mobiliser d'autres ressources pour financer les coûts liés à la prise en charge en établissement.

Un résident sur trois déclare devoir puiser dans son épargne pour financer sa maison de retraite. En dehors des ressources courantes, les pensions de retraite, le principal moyen déclaré pour financer leurs dépenses en maison de retraite est l'épargne personnelle. Les dépenses concernées ici sont les frais d'accueil en institution, aménagements de la chambre, appareils auditifs, aides techniques et paiement des aidants professionnels.

Un tiers des résidents disent être amenés à puiser dans leur épargne pour payer ces dépenses. Ces derniers possèdent tous des livrets d'épargne ou d'épargne logement, et la plupart détiennent aussi des produits d'assurance-vie ou d'épargne retraite. Les résidents

précisent aussi qu'ils recourent à des moyens de financement tels que l'aide financière de l'entourage (11 %) et la vente de patrimoine (5 %). Seuls 12 % des résidents déclarent mobiliser plus d'un moyen de financement : ce sont surtout ceux qui vivent en établissement depuis plus longtemps.

Pour financer cette prise en charge, 54 % déclarent n'utiliser aucun des moyens de financement proposés dans l'enquête. Parmi ceux-ci, 35 % disposent de revenus personnels supérieurs aux frais restant à leur charge (19 % de l'ensemble des résidents). Pour 21 %, les frais sont couverts par les revenus personnels et par des allocations, dont l'aide sociale à l'hébergement, soit 11 % de l'ensemble des résidents.

Pour les 44 % restants, soit 24 % de l'ensemble des résidents, les ressources mobilisées n'ont pas pu être déterminées ; les possibilités : parfois une participation financière de l'entourage inconnue du résident ; ou une sous-estimation des revenus déclarés dans l'enquête - auquel cas ces revenus pourraient être en réalité suffisants pour couvrir les dépenses.

Près d'un résident sur dix envisage de vendre du patrimoine pour financer ses dépenses. À l'avenir, 36 % de l'ensemble des résidents estiment pouvoir financer leur dépendance avec leurs ressources courantes. La moitié pense devoir puiser dans leur épargne pour supporter le coût lié à leur perte d'autonomie. Un sur quatre prévoit de mobiliser plusieurs moyens pour financer les dépenses de dépendance et d'hébergement, souvent en ayant recours à l'épargne personnelle et à une aide de l'entourage. Près d'un résident sur dix envisage même de vendre du patrimoine à l'avenir.

A.C. d'après *Etudes et Résultats DREES*
numéro 1095 novembre 2018.



François Delalande : un adhérent qui aime voyager



J'ai toujours aimé voyager ou faire de la randonnée tant que j'étais en activité, j'ai été limité par les obligations professionnelles ou les périodes scolaires. J'ai accompli la quasi-totalité de ma carrière au ministère, et quand je suis parti à la retraite, en 2014 et j'ai pu me lancer dans des voyages plus ambitieux. Ça a pourtant plutôt mal commencé. J'avais

décidé que pour faire une coupure avec ces quelques 42 années de bureau, je traverserais Israël du nord au sud par l'Israël National Trail, un sentier de grande randonnée d'un millier de kilomètres qui s'achève au bord de la mer Rouge. Je suis parti plein d'allant de la frontière avec le Liban avec sac à dos et tente pour une équipée qui devait durer deux mois. Malheureusement, au bout de quelques jours, j'ai trébuché sur le tronçon qui descend vers le lac de Tibériade, je me suis fait une double fracture ; le sentier était totalement désert et je n'ai eu d'autre ressource que de vider mon sac et me traîner plusieurs heures durant jusqu'à une route, d'où une voiture m'a conduit à l'hôpital de Tibériade. Le lendemain je reprenais l'avion pour Paris.

L'année suivante, ma femme et moi nous avons sillonné Israël, passant par Ramallah, capitale de l'Autorité palestinienne, puis j'ai entrepris de traverser la Cisjordanie de Naplouse à Hébron en passant par Jéricho et Bethléem. C'est hélas à ce moment-là qu'a éclaté cette période de très forte tension que les médias ont appelée guerre des couteaux, série d'attentats individuels au poignard ou à la voiture bélier. On peut croire que ça ne facilitait pas les déplacements, eh bien non, traverser une zone qui est la proie d'incidents graves à en juger par ce que l'on en voit à la télé, c'est avant tout côtoyer des gens qui font leurs courses, ramènent leurs enfants de l'école, vont au boulot ou sont affalés au bistrot, et sont ravis d'échanger quelques mots avec l'étranger de passage. J'ai vu une énorme manif à Jéricho, j'ai franchi des check-points, jamais je ne me suis senti exposé ou menacé. Quand on pense que cette même année se sont produits les attentats du Bataclan ... Et puis, j'ai eu bien plus peur la fois où débarquant à l'aéroport de San Francisco, ayant franchi le poste de douane, j'ai eu l'idée saugrenue de prendre une photo de ma femme faisant encore le pied de grue dans la zone : je n'oublierai pas de sitôt le regard lourd de menaces de la douanière m'intimant l'ordre de supprimer illico sous ses yeux ces clichés subversifs.

Une autre fois, nous avons passé une semaine à Buenos-Aires, étrange métropole où l'on croise à chaque pas des fantômes d'écrivains, penseurs, artistes ou psychanalystes européens, où l'on vibre au son du tango dans le quartier portuaire de La Boca, où l'on côtoie les mères de la place de Mai qui manifestent chaque semaine pour demander vérité et justice pour leurs enfants disparus sous la dictature militaire. Puis ça a été une randonnée en Patagonie.

Des glaciers gigantesques après des heures de routes rectilignes le long des haciendas. Mais ce qui m'attirait, c'est l'Amazonie, et au lieu de reprendre l'avion, je suis revenu de Buenos-Aires à Cayenne, par bus jusqu'à Manaus où j'ai pris le bateau, un de ces bateaux qui descendent lentement les eaux boueuses de l'Amazone ; on y monte avec son hamac que l'on accroche à côté de ceux des autres voyageurs, on navigue le long de cette forêt interminable que rompt de temps en temps un village, une pirogue amarrée, un promontoire. On fait parfois des rencontres inattendues : me promenant dans le Pantanal, région humide de plaines et de marigots, sur un sentier, j'ai aperçu une sorte de tatou marcher devant moi ; je l'ai suivi à pas de loup, brusquement il s'est mis en travers du sentier et il s'est immobilisé : c'était un crocodile. Le fermier de l'hacienda voisine auquel j'ai raconté cette rencontre s'est esclaffé : ici, des crocodiles, vous en trouverez à chaque pas...

Le plus économique, vivifiant, conforme aux directives du ministère de la santé reste quand même la marche à pied. L'an dernier, traversant l'Ecosse et le Jura suisse, j'ai découvert que les régions les plus sauvages ne sont pas forcément les plus lointaines : au milieu des landes j'ai croisé plus de moutons que d'écossais, et dans le Jura plus de vaches que de suisses. Pour ce genre d'équipée, il suffit d'en éprouver le désir et d'avoir des jambes en bon état.

Des jambes en bon état ? Au fond, même pas. Certains d'entre vous ont connu Philippe Saint-Martin, cloué sur un fauteuil roulant par un très lourd handicap, il a travaillé au Secrétariat d'Etat aux personnes handicapées puis à la direction de l'action sociale dans les années 1980/2000. Il m'a raconté ses virées dans le désert ou dans des contrées lointaines avec tout juste l'assistance indispensable. Comme quoi ce qui compte avant tout, c'est l'envie. Et l'on peut avoir envie de bien d'autres choses ! J'attends le prochain article de cette rubrique qui me permettra de rêver sur l'engouement d'un collègue et qui sait ? Peut-être de m'y initier.





Notre sortie nous conduit à l'est du plateau de l'Entre-deux-Mers, dans la vallée du Dropt, affluent de la Garonne qui traverse l'extrême sud du Bergeracois, le pays d'Eymet et le nord-ouest du Lot-et-Garonne, le pays de Duras. Cette région au relief plutôt doux présente une économie agricole variée (vigne, arboriculture fruitière, céréales) valorisée par de petites industries (conserveries de produits régionaux). Les rares promontoires calcaires sont occupés par quelques lambeaux forestiers quand ils n'ont pas fixé des bourgs et des villages groupés autour d'anciens châteaux seigneuriaux comme celui de Duras qui sera la première étape de cette sortie relatée dans ce Bulletin.

Dans la cour d'honneur, notre guide nous présente les grandes étapes de l'histoire du château.

Érigé dès le milieu du 12^e siècle sur un éperon rocheux dominant la vallée du Dropt, le château devient au 13^e une forteresse en forme de quadrilatère protégée par quatre tours d'angle et précédée d'une basse-cour intérieure communiquant avec le village de Duras (fondé plus tard) par une tour-porche aujourd'hui tronquée et un petit pont en pierre qui remplace l'ancien pont-levis. Agrandi progressivement par plusieurs familles de seigneurs locaux - les Bouville puis les Got d'où est issu Bertrand de Got, le futur pape Clément V - il passe au 16^e siècle sous le contrôle des Durfort, famille acquise à la Réforme qui doit faire face aux assauts des catholiques durant les guerres de Religion.

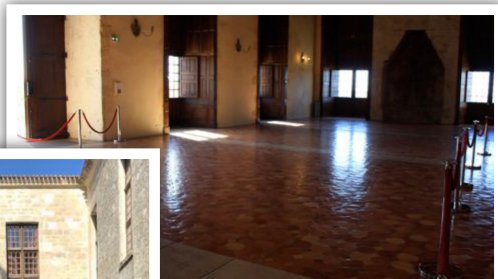
Au 17^e siècle, les Durfort-Duras obtiennent du roi, grâce à leurs talents militaires, des privilèges et des charges de premier ordre : Jacques-Henri de Durfort (1625-1704) reçoit ainsi le titre de duc de Duras. La forteresse est transformée en une vaste résidence d'agrément de style classique, accolée à l'ancien château et dominant la cour d'honneur (ex. basse-cour) par des terrasses à balustres et un perron en fer à cheval majestueux.

Nous visitons ensuite les lieux : sous-sols dédiés aux services (grande cuisine, boulangerie, puits profond de 32 m), salle aux secrets, atelier de ferronnerie... D'un

escalier à l'autre, nous parcourons les 35 salles ouvertes au public et accédons à la coursive à mi-hauteur de la forteresse maçonnée, face au paysage arboré. Nous sommes enfin dans les appartements nobles du 17^e siècle. Cette partie du château, remarquable par les pièces d'apparat de l'aide des Maréchaux, abrite les appartements du duc et de la duchesse, rénovés et décorés avec l'aide du Mobilier National. Pillé, dégradé pendant la Révolution, le château est repris au début du 19^e par le fils du dernier duc de Duras, mais il s'en désintéresse rapidement. Les propriétaires suivants n'en assurent pas l'entretien et au début du 20^e siècle, le château tombe en ruine. L'Administration des Domaines le met en vente aux enchères. Deux repreneurs se succèdent en vain. Consciente de la valeur patrimoniale de ce bien, la commune de Duras décide de le racheter en 1969.

Depuis 40 ans, elle consacre d'immenses efforts financiers aux travaux de réfection pour le mettre en sécurité (toiture, charpente, balustres, murs de soutènement, dallage de la cour d'honneur, cour intérieure et sa loggia à l'italienne...), pour lui redonner sa grandeur du 17^e siècle. Reste aujourd'hui à achever les aménagements intérieurs déjà bien engagés, avec la restauration de la salle à manger et de la salle des Maréchaux. La venue à Duras en juillet 2017 du prince Albert II de Monaco, désireux de trouver une partie de ses origines familiales à travers le souvenir de Louise d'Aumont qui avait épousé le 15 juillet 1777 un Grimaldi, futur Honoré IV de Monaco (1758-1819) a permis de relancer l'intérêt touristique et la dynamique patrimoniale de ce «petit Versailles» Lot-et-Garonnais.

Françoise et Philippe Fournet.



Saint Symphorien sur Coise : 22 mars 2018 Délégation Rhône-Alpes

« Les plus beaux détours de France », association de petites villes touristiques, qui a pour but de promouvoir leur potentiel patrimonial parfois méconnu en raison de leur éloignement des grands axes routiers, publie un guide qui nous a permis de repérer Saint Symphorien sur Coise, proche de Lyon, accessible en transport en commun, que nous sommes allés visiter au début du printemps.

Après un trajet d'une heure nous avons été reçus à la mairie pour un « accueil gourmand » bien apprécié et la présentation de la ville : Saint Symphorien sur Coise, aux confins du Forez et du lyonnais au milieu des monts du Lyonnais, position stratégique à la croisée de deux voies romaines, la voie d'Aquitaine qui partait de Fourvière pour rejoindre l'Auvergne vers Bordeaux et le chemin de Vienne, mais aujourd'hui capitale du saucisson sec avec une production de 540 tonnes par semaine. C'est aussi un village fortifié qui dévoile des joyaux historiques, dont nous verrons les vestiges lors de la visite guidée. La ville a encore un riche passé industriel qui revit dans la maison des métiers grâce aux « Pelauds » ou « peleur de peaux », nom donné aux habitants en référence au travail du cuir et de la peau.

C'est un bénévole passionné et érudit qui nous fait visiter la ville le matin, ses petites rues aux maisons style Médiéval et Renaissance et leurs façades à encorbellements et à colombages, à fenêtres à meneaux, mais aussi les anciennes maisons de tanneurs et leurs balcons typiques utilisés pour faire sécher les peaux, un ancien hôtel style art nouveau, les traces des trois remparts et notamment la troisième ligne et la très belle porte Riverie, à peu près intacte, restes de la défense de la ville. Ces enceintes étaient renforcées par des tours espacées, détruites et remplacées depuis par des maisons d'habitation. Puis ce fut la visite de la collégiale du XV^{ème} siècle, magnifique joyau gothique, érigée en 1407, sur un piton rocheux, à l'emplacement d'un château fort. Notre guide, qui a ponctué son exposé de nombreuses anecdotes, nous a également rappelé Antoine Pinay, autre enfant du pays, homme politique sous la IV^{ème} république, père du nouveau franc.

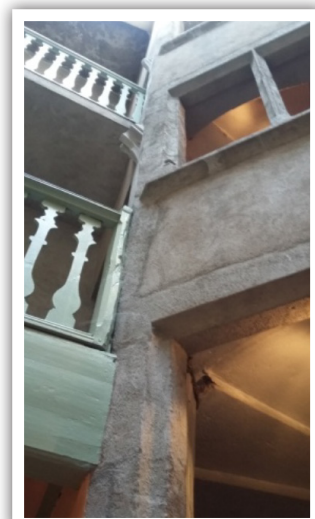
Après un bon repas dans un petit restaurant familial, l'après-midi a été consacrée à la visite de la maison des métiers créée par des retraités de différents corps de métiers afin de conserver, faire connaître, transmettre un patrimoine matériel (machines, outils) et immatériel (techniques et gestes). Ce sont eux, également bénévoles, qui nous ont fait une démonstration thématique sous forme d'ateliers en exécutant devant nous les gestes ancestraux des métiers du cuir (bourselier, tanneur, fabricants de chaussures) du bois (ébéniste, marqueteur, sabotier,

charron) du tissage (passementiers) avec démonstration sur un métier à tisser les rubans, avec la fabrique complète d'un chapeau et enfin de la charcuterie avec présentation du travail de salaison et des industries de la commune. Toutes ces machines sont en parfait état de marche. A l'ère de l'automatisation, c'est passionnant de voir ces femmes et ces hommes penchés sur leurs machines faisant corps avec elles, nous en montrant le fonctionnement avec des gestes sûrs et parlant avec enthousiasme de leurs métiers.

La visite s'est terminée par un passage à la petite boutique où sont présentés à la vente des produits fabriqués sur place.

Encore une très bonne journée remplie de découvertes qui nous a fait oublier une température un peu fraîche.

Nicole Giabiconi.



Cette année encore, la météo a compliqué le bon déroulement de la culture du safran. Aussi, au signal du safranier contacté pour satisfaire notre curiosité, nous nous sommes rendus sur son exploitation située à une trentaine de kilomètres au sud de Clermont-Ferrand.



Après nous avoir expliqué la culture du safran, ses utilisations, ses vertus, raconté son histoire et ses différentes légendes, il nous invite à cueillir, avec précaution, les fleurs écloses le matin même.

Le safran naît d'une fleur mauve, baptisée *Crocus Sativus*. C'est un bulbe, connu depuis l'antiquité, aussi bien pour ses vertus médicinales que pour son utilisation culinaire. C'est un remède naturel (influence bienfaisante sur le système nerveux, cardiovasculaire, calmant de la toux, stimulant de la digestion... Il serait un antioxydant). C'est aussi un exhausteur des saveurs de nombre de légumes, de fruits (confection de salades, confitures, glaces, entremets, pâtisseries...). C'est encore un puissant colorant, utilisé pour obtenir le jaune d'or des robes des moines bouddhistes.

Hormis la préparation du terrain, les travaux entourant la culture du safran sont exclusivement manuels. Les bulbes sont plantés en été et la floraison se produit durant la nuit en automne et sur quatre à six semaines.

A propos de sa floraison quotidienne si soudaine, notre guide évoque la légende qui raconte qu'Alexandre le Grand, prêt à conquérir le Cachemire, a installé son camp un soir d'automne dans un site aride. Le lendemain matin, il découvre son armée au milieu d'un océan de fleurs mauves écloses dans la nuit. Effrayés, ses soldats refusent d'aller plus loin. Voyant dans cette situation un signe des dieux, il fait lever le camp et renonce à sa conquête.

Le safran est une fleur éphémère qui ne vit que 24 heures. Tout juste après sa récolte, le jour même, on procède à l'émondage ; c'est-à-dire, on extrait délicatement à l'aide de fins ciseaux le précieux pistil composé de trois stigmates parfumés, de couleur rouge sombre et fourchus, pour ensuite les faire sécher par déshydratation. Les stigmates perdent alors 80 % de leur poids.

Une fois secs, les stigmates entiers sont emballés rapidement pour qu'ils conservent tous leurs arômes. Après au moins deux mois de maturation, l'or rouge révèle ses qualités gustatives. Il est recommandé de l'utiliser en filaments plutôt qu'en poudre.

A l'issue de cette partie instructive, nous nous sommes essayés à l'émondage de notre cueillette, environ 300 fleurs, avec une dextérité de débutants ! L'ambiance était joyeuse autour de la table. Cependant, les filaments recueillis n'ont pas suffi à remplir une petite assiette. A ce moment-là, nous réalisons pourquoi le safran est l'épice la plus chère au monde et nous mesurons combien le travail du safran nécessite dextérité, rigueur mais aussi passion.



Quelques chiffres évocateurs : 200 stigmates une fois séchés, ne font qu'un gramme de safran, une heure de cueillette implique quatre heures d'émondage. 150000 fleurs sont nécessaires pour obtenir un kilo de safran sec dont le prix moyen est de 30 000 euros.

L'Iran, 1er pays producteur mondial, produit près de 80 tonnes de safran et la France environ 100 kg.

Cet après-midi champêtre s'est conclu par un goûter avec dégustation de produits safranés faits maison tels que cakes, nougats et confitures accompagnés d'un thé dans lequel quelques stigmates de safran avaient été mis à infuser. Ce moment partagé a été particulièrement amical et détendu.

Ch. Force.

6	3	9	1	4	8	7	5	2
4	6	9	3	5	2	1	8	7
1	3	8	6	9	7	5	2	4
9	7	1	2	8	6	4	5	3
8	4	6	7	3	5	2	9	1
3	2	5	4	1	9	7	6	8
6	1	2	9	7	8	3	4	5
5	8	4	1	2	3	6	7	9
7	9	3	5	6	4	8	1	2

Grille 2

4	8	1	5	6	3	7	2	9
1	4	5	8	7	2	6	3	9
8	6	9	4	3	1	7	5	2
8	6	9	2	4	6	3	7	5
4	3	7	5	9	8	2	1	6
6	5	2	7	1	3	9	4	8
5	9	6	1	6	7	4	2	3
7	2	4	3	6	5	8	9	1
3	1	8	9	2	4	5	6	7

Grille 1

Solution du sudoku de ce numéro

Décès Ils nous ont quittés

- Madame Baty Gilberte
- Madame Laroudie Thérèse

13090 Aix en Provence
87280 Beaune les Mines



Une grande dame s'en est allée...

Fille d'un Inspecteur Divisionnaire du Travail disparu tragiquement dans l'exercice de ses fonctions, Thérèse LAROUDIE a voué sa carrière professionnelle aux services du Ministère du Travail et plus particulièrement à la Direction Régionale du Limousin.

Avec la volonté d'être proche, à l'écoute et de donner un mieux-être à ceux qui l'ont côtoyée, elle était appréciée de sa hiérarchie et de ses très nombreux amis et collègues. Que de qualités de cœur !

Nous l'avons accueillie, dès sa retraite, à notre bureau de délégation car avec son esprit imaginatif, sa générosité partageuse et son dynamisme communicatif, nos réunions et nos voyages ont profité de ses rires et des chansonnettes qu'elle reprenait avec entrain. Merci Thérèse !

Elle nous manque déjà mais elle restera dans nos cœurs.

A.R.T.S. Délégation du Limousin

A tous leurs parents et amis nous présentons nos sincères et amicales condoléances

Sudoku

Remplissez les grilles avec les chiffres de 1 à 9 de sorte qu'ils n'apparaissent qu'une seule fois dans chaque rangée, chaque colonne et chaque carré de 9 cases. Il existe plusieurs niveaux de difficulté, déterminés en fonction du nombre de chiffres déjà disposés dans une grille : généralement, moins il y a de chiffres au départ, plus le niveau de difficulté est élevé.

Grille niveau 1

	1		9		4		6	
		4				8		
	9						2	
	5							
			5	9	8			
	8	1				3	7	
	6		4		1		5	
		5				6		
	7		6		9		8	

Grille niveau 2

		9	3		6			
		8		1		3		
	6				7		3	5
		2			1		7	
			6				2	
			1		8			5
1		8		9				4
				3		2		8
					4		9	3

Solution dans ce numéro en page 11

Le Bulletin de l'A.R.T.S.

BULLETIN TRIMESTRIEL DE L'ASSOCIATION
DES RETRAITÉS DU MINISTÈRE DU TRAVAIL
ET DU MINISTÈRE DE LA SANTÉ

14, av. Duquesne - Pièce - 2012 - 75350 Paris 07 S.P.

Tél. 01 40 56 69 61 ou 01 40 56 45 92

E-mail : arts@sante.gouv.fr

Directeur de la Publication : M. Robert SIMON

Prix de l'abonnement annuel - 2,30€

Imprimerie LELOUP - 45700 VILLEMANDEUR

Grains
de Sagesse

« Les grands embrasements naissent de petites étincelles »
Cardinal de Richelieu

« La folie c'est se comporter de la même manière
et s'attendre à un résultat différent »

Albert Einstein

« Que cette année vous soit heureuse ; que la paix,
le repos et la santé vous tiennent lieu de fortune »

Mme de Sévigné lettre au comte de Bussy-Rabutin le 15 Janvier 1687