

La lettre d'info

de l'Association Nationale de Retraités, reconnue d'intérêt général

Mars 2026

A LA UNE

ANR : Mars, le mois des assemblées départementales

Depuis quelques jours c'est le début des assemblées départementales dans les groupes ANR. La plupart d'entre eux s'approprient à convier leurs adhérents pour cette journée réglementaire, qui reste avant tout très conviviale.

Lors de ces assemblées départementales, chaque groupe aura la belle opportunité de valoriser son bilan, en mettant en lumière les activités inspirantes menées et les actions concrètes réalisées en faveur de la solidarité. C'est également le moment privilégié pour célébrer notre engagement commun dans la défense des intérêts de nos adhérents.

Mais comme le rappelle le président « c'est bien au groupe de recruter de nouveaux adhérents, de les fidéliser et de proposer des activités motivantes animées par des bénévoles. C'est aussi le groupe qui doit chercher des subventions auprès des collectivités locales. C'est le groupe qui doit aussi présenter la motion de défense des retraités votée en assemblée générale aux parlementaires locaux ».

Nos groupes sont les véritables moteurs de notre organisation : ils ont la capacité d'aller chercher des soutiens auprès des collectivités locales et de porter avec conviction la voix des retraités auprès de nos parlementaires. Ensemble, nous avons toutes les cartes en main pour dynamiser notre action et renforcer notre impact sur le terrain.

L'assemblée départementale est le moment propice pour le groupe de proposer, de présenter ses réussites, d'avoir aussi des doutes. Certains réussissent ! voir le dernier numéro de La Voix de l'ANR paru en janvier.

Dans les groupes ANR

Dans les Bouches-du-Rhône le groupe propose de belles animations. Un voyage en Ouzbékistan en septembre, un séjour « Seniors en vacances » à Sarzeau dans le Morbihan et toute l'année, de belles randonnées sont programmées. Le sous-groupe d'Aix en Provence 5 jours en Slovénie et en juin une semaine en Norvège. <https://www.anr13.org/>

Le groupe Vendée propose de son côté des sorties au théâtre comme à Belleville/vie. Des ateliers sont à la disposition des adhérents à La Roche/Yon comme l'initiation aux jeux d'échecs, des séances Pilates, de la généalogie...Et aussi un voyage à Naples et un autre à la découverte de l'Aveyron. <https://www.anrvendee.org/>

Beaucoup d'autre activités, lire les bulletins de vos départements : <https://www.adherents.ansiege.fr/publications/>

N'oubliez pas votre rendez-vous au salon des seniors (Hall 5.2. Stand G46) à partager : <https://www.salondesseniors.com/>

ACTUALITES

Un outil pour consulter la qualité de l'eau du robinet dans votre commune

En France, l'eau du robinet fait l'objet d'un suivi sanitaire permanent par les agences régionales de santé (ARS). Il est possible de visualiser les résultats des contrôles sanitaires grâce à des outils proposés par le ministère de la Santé. Le contrôle régulier de l'eau est destiné à en garantir la sécurité sanitaire. Les résultats des contrôles effectués sur l'eau potable du robinet sont disponibles par région et actualisés régulièrement. Vous pouvez les consulter :

1. Une carte élaborée par le ministère de la Santé : Cette carte vous permet de visualiser le bulletin de conformité de l'eau que vous buvez : <https://sante.gouv.fr/sante-et-environnement/eaux/eau>
2. Le service infofacture : Ce service vous permet d'obtenir une synthèse annuelle de la qualité de l'eau près de chez vous. https://carto.atlasante.fr/1/ars_metropole_udi_infofactures.map

Dentistadom, des dentistes à domicile et en EHPAD pour les seniors

Accès aux soins, prévention de la dénutrition et bien-vieillir : avec Dentistadom, les soins bucco-dentaires viennent directement au domicile des seniors et en EHPAD. Portée par la Dr Laura Bru et l'association française des chirurgiens-dentistes à domicile (AFCDAD), cette expérimentation nationale entend répondre à un enjeu majeur de santé publique en levant les freins liés à la perte de mobilité et en améliorant la prise en charge bucco-dentaire des personnes âgées dépendantes.

Dentistadom est un projet national qui apporte les soins dentaires directement aux seniors à domicile et en EHPAD. L'expérimentation, autorisée jusqu'en juin 2029, teste un modèle innovant de dentistes itinérants. Le projet permet de lever les obstacles liés à la mobilité, en proposant des consultations au domicile des patients aux mêmes tarifs qu'en cabinet.

BONS PLANS

Indice des prix à la consommation : quelle évolution ?

Le 18 février, l'Insee a dévoilé le nouvel indice des prix à la consommation. Celui-ci a diminué de 0,3 % sur un mois, après une hausse de 0,1 % en décembre 2025. Les prix à la consommation ont baissé de 0,3 % sur un mois, au mois de janvier.

Cette diminution sur un mois s'explique par la baisse saisonnière des prix des produits manufacturés du fait des soldes dans le secteur de l'habillement et des chaussures (baisse des prix de 10,2 % sur un mois). À l'inverse, les prix de l'alimentation ont augmenté sur un mois (+0,5 %), comme ceux de l'énergie (+0,8 %) et du tabac (+2,4 %). Les prix des services ont diminué légèrement par rapport à décembre (-0,1 %).

Sur un an, une réduction de l'inflation est constatée. Les prix à la consommation ont augmenté de 0,3 % sur un an en janvier 2026, après une augmentation de 0,8 % en décembre 2025.

Le Solex revient : 8 millions de Français ont roulé dessus, et vous ?

Le cyclomoteur qui a marqué toute une génération : Pour ceux qui ont grandi dans les années 50, 60 ou 70, le Solex n'était pas qu'un simple moyen de transport. C'était la liberté. Le premier engin motorisé, celui qui permettait d'aller au lycée, au travail ou retrouver ses amis sans dépendre de personne.

Né en 1946 dans les ateliers de Courbevoie, le VéloSolex s'est vendu à 8 millions d'exemplaires jusqu'à l'arrêt de sa production en 1988. Son secret ? Un prix accessible (moins d'un mois de salaire à l'époque), une consommation ridicule grâce à son petit moteur de 49 cm³, et ce slogan devenu culte : « *Il ne coûte qu'un sou au kilomètre !* »

Le VéloSolex revient mais en électrique. (Source : <https://solex.world/>)

Permis de conduire après 70 ans : ce que dit la loi en 2026

La France est l'un des derniers pays européens où le permis est véritablement « à vie ». Chez nos voisins, les règles sont souvent plus strictes, parfois depuis des décennies. En France en 2026 : le permis reste à vie. La carte physique du permis, elle, a bien une date d'expiration : 15 ans depuis la réforme de septembre 2013. Mais ce renouvellement est purement administratif. Il s'agit de mettre à jour la photo et les éléments de sécurité du document.

En résumé : rien ne change en 2026. Les modalités exactes (visite médicale, auto-évaluation, fréquence pour les seniors) restent à définir. La France a plusieurs années devant elle pour décider d'appliquer la directive européenne des visites médicales, quand ? affaire à suivre...

A L'ACTION

Conseil de la CNSA : installation des membres pour la nouvelle mandature

Le Conseil de la CNSA, instance de gouvernance de la branche Autonomie, a été renouvelé le 4 février 2026 pour une nouvelle mandature. Composé de 52 membres, il réunit les représentants des personnes âgées, des personnes en situation de handicap, des institutions du secteur médico-social, des conseils départementaux, des organisations syndicales et patronales, des organismes de sécurité sociale et de l'État.

À l'issue de quatre années de mandat, M. Jean-René Lecerf a quitté la présidence du Conseil. Sous sa responsabilité, le Conseil a renforcé son rôle d'instance stratégique et a engagé plusieurs chantiers majeurs. Les travaux menés au cours de cette période ont permis d'approfondir les réflexions relatives à la réforme des concours versés par la CNSA aux départements, au développement de l'habitat intermédiaire ou encore de contribuer au débat national sur la fin de vie, et d'associer plus activement les conseils départementaux. <https://www.cnsa.fr/>

Billets de train ! Comment payer un peu moins cher !

Chaque année, des milliers de voyageurs de plus de 60 ans achètent leurs billets de train sans connaître les réductions auxquelles ils ont droit. Une carte méconnue, qui change le prix de chaque trajet.

La **Carte Avantage Senior** est l'outil indispensable de tout voyageur de plus de 60 ans. Pour un investissement annuel de 49 euros, elle offre une réduction constante de 30 % sur vos trajets. Mais son avantage le plus puissant en période d'inflation réside dans le plafonnement des prix en seconde classe.

<https://www.sncf-voyageurs.com/fr/voyagez-avec-nous/en-france/tarifs-grandes-lignes/carte-avantage/carte-avantage-senior/>

En 2026, malgré les réajustements tarifaires liés aux coûts de l'énergie, la SNCF s'engage à ne pas dépasser certains seuils de prix pour les détenteurs de la carte, quelle que soit la date de réservation. Ces plafonds sont calculés en fonction de la durée du trajet :

- 49 euros maximum pour les trajets courts de moins de 1h30 (comme Paris-Lille ou Lyon-Marseille) ;
- 69 euros maximum pour les trajets intermédiaires entre 1h30 et 3h (comme Paris-Bordeaux ou Paris-Rennes) ;
- 89 euros maximum pour les trajets longs de plus de 3h (comme Paris-Nice ou Paris-Toulouse).

Chauffage : À quelle date l'obligation d'installer un thermostat programmable sera-t-elle effective ?

Un thermostat programmable vous permet de fixer la température idéale de chaque pièce de votre habitation. Un décret paru en 2023 avait établi l'obligation d'installer ce type de dispositif sur les systèmes de chauffage de tous les logements à compter du 1^{er} janvier 2027. Cette obligation a été reportée à une date ultérieure pour les logements existants.

Selon l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (Ademe), l'installation d'un dispositif de ce type peut entraîner jusqu'à 15 % d'économie d'énergie de chauffage, en vous permettant de réguler la température de votre logement en fonction de vos besoins réels. <https://www.ademe.fr/>

L'INFO DU MOIS : Une nouvelle procédure pour demander le remboursement de vos billets d'avion

Annulation d'un vol, retard important, refus d'embarquement. Pour toutes ces situations, la procédure pour régler un contentieux lié à une indemnisation évolue.

Un décret du 5 août 2025 modifie la procédure de règlement des contentieux des passagers aériens. La médiation préalable devient obligatoire avant toute action en justice. Les passagers doivent solliciter un médiateur de la consommation. Pour ce type de litige, c'est le Médiateur Tourisme et Voyage. L'absence de médiation peut entraîner l'irrecevabilité de la demande. <https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/R46367>

INFOS PRATIQUES

Chèques-vacances expirés : vous pouvez les échanger jusqu'au 31 mars

Trajet de train, nuit d'hôtel, séjour en camping, entrée de parc de loisirs ou de musées... Les chèques-vacances vous permettent de payer de nombreuses prestations. Si vous possédez encore des chèques-vacances émis en 2023, vous avez jusqu'au 31 mars 2026 pour les échanger.

Le chèque-vacances a une durée de validité de 2 ans en plus de l'année d'émission. Les chèques émis en 2024 sont valables jusqu'au 31 décembre 2026.

Arnaques visant les seniors : les fraudes les plus dangereuses

Des millions de retraités sont ciblés chaque année par des escroqueries de plus en plus sophistiquées, du faux conseiller bancaire à la voix clonée par intelligence artificielle.

Un guide complet : <https://www.economie.gouv.fr/files/2021-03/guide-des-arnaques-task-force.pdf> :

- Arnaque téléphonique : le faux conseiller bancaire
- Arnaque au colis : le faux SMS Chronopost ou La Poste
- Arnaque Leboncoin : le faux mail de confirmation de paiement
- Arnaque carte Vitale : le faux SMS Ameli
- Arnaque Enedis : les faux appels énergie
- QR codes piégés dans les boîtes aux lettres
- Voix clonée par IA : l'arnaque aux faux petits-enfants
- Faux sites Assurance Retraite et CNAV

Que faire si vous êtes victimes, des contacts officiels sont à garder à portée de main :

- **17Cyber** : le guichet unique pour toute cybermalveillance. <https://17cyber.gouv.fr/>
- **Info Escroqueries** : 0 805 805 817 (appel gratuit, du lundi au vendredi de 9h à 18h30). Des policiers et gendarmes vous conseillent et vous orientent.
- Signaler une fraude à la carte bancaire : <https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/R46526>

Vacances un site à découvrir : <https://dicolova.com/>

Créé par un collectif d'associations pour les loisirs et les vacances, ce site a pour mission d'offrir un accès privilégié aux loisirs et aux vacances. Un site internet interactif, clair et pratique à visiter.

Enfin n'oubliez pas pour publier dans la voix de l'ANR : <https://tinyurl.com/LVANRdepot>

Votre version imprimable « .pdf » de cette lettre : <https://tinyurl.com/ANRLETa>

Vos anciens numéros : <https://www.adherents.ansiege.fr/publications/>

Recevez en priorité La Lettre d'INFO (newsletter)

Vous devez impérativement vous inscrire sur notre site <https://www.ansiege.fr/newsletter/>

Réalisation : Communication de l'ANR mars 2026



Ouvert à tous, la vie de nos Groupes  <https://www.facebook.com/groups/groupepedesamisdelanr>