

Aides et conseils pour une retraite réussie

La Carsat m'accompagne pour :

- ▶ rester vivre à domicile
- ▶ bénéficier d'un accompagnement temporaire



Je souhaite rester vivre à domicile

Je souhaite réaliser des travaux pour adapter mon logement

Dans le cadre de l'aide à l'Amélioration de l'habitat et au cadre de vie, vous pouvez bénéficier d'une subvention afin de réaliser certains travaux :

- ▶ aménagement des parties sanitaires (remplacement d'une baignoire par une douche, WC surélevé),
- ▶ accessibilité au logement,
- ▶ motorisation et pose de volets roulants dans vos pièces de vie,
- ▶ création d'un lieu de vie au rez-de-chaussée ,
- ▶ élargissement des portes, monte-escalier favorisant la mobilité dans le logement,

- ▶ remplacement d'une chaudière ancienne*,
- ▶ travaux d'isolation*.

**uniquement dans le cadre du dispositif "Habiter mieux". Consultez anah.fr.*

Montant maximum :

2 500 €, 3 000 € ou 3 500 €**

*** conditionné à la tranche de ressources, montant sur lequel votre participation assuré(e) est calculée*

- ▶ kit prévention (barres d'appui, rehausse WC, siège de bain ou de douche, enfile-bas, pinces de préhension...)

En savoir plus :
carsat-pl.fr/Retraités

L'Agirc-Arrco vous propose à partir de 75 ans, le diagnostic "Bien Chez Moi"

Un ergothérapeute, vous apporte des solutions et des conseils d'aménagement pour optimiser votre confort et votre sécurité.

En savoir plus : agirc-arrco.fr

Téléphone : 0 810 360 560 (0,05 €/min + prix appel)



CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ

- ▶ Résider en Pays de la Loire (résidence fiscale)
- ▶ Avoir la qualité de retraité et percevoir à titre principal une pension :
 - du Régime Général (RG) ou de l'ancien régime des Travailleurs Indépendants (TI) Si l'assuré(e) est né(e) à partir de 1953 et :
 - qu'il a cotisé à au moins 2 des 3 régimes dits alignés (RG, MSA, TI)
 - qu'il perçoit une retraite liquidée en LURA depuis le 1^{er} juillet 2017 alors c'est le **dernier régime** d'affiliation qui est compétent.
 - de la Fonction Publique d'État (FPE) : pensions civiles ou militaires de l'État (hors CNRACL et titulaires de l'IRCANTEC) et les ouvriers des établissements industriels de l'État
- ▶ Être âgé d'au moins 55 ans
- ▶ Relever d'un GIR 5/6 (Grille nationale d'évaluation de la dépendance)
- ▶ Ne pas dépasser le plafond de ressources en vigueur
- ▶ Ne pas bénéficier ou être éligible à une aide légale :
 - APA (Allocation Personnalisée Autonomie)
 - PSD (Prestation Spécifique Dépendance)
 - ACTP (Allocation Compensatrice pour Tierce Personne)
 - PCH (Prestation de Compensation du Handicap)
 - MTP (Majoration pour Tierce Personne)
- ▶ Envisager des travaux finançables par la Carsat
- ▶ Faire réaliser les travaux par un professionnel
- ▶ Ne pas avoir commencé les travaux
- ▶ Ne pas avoir déjà bénéficié d'une aide habitat pour le même logement dans les 3 années précédentes
- ▶ Une seule demande par couple, même pour des travaux différents

Je souhaite rester vivre à domicile

Je souhaite être aidé à domicile

Le Plan d'Actions Personnalisé (PAP) vous offre un ensemble de solutions et de prestations utiles à votre bien-être dans des domaines très variés :

- ▶ aide à domicile (courses, toilette, ménage, préparation des repas, ménage),
- ▶ portage des repas ou repas pris en structure,
- ▶ téléalarme,
- ▶ pédicurie, dépenses de protections, aide aux transports, aide au maintien du lien social, petits travaux,
- ▶ un séjour en accueil de jour ou en

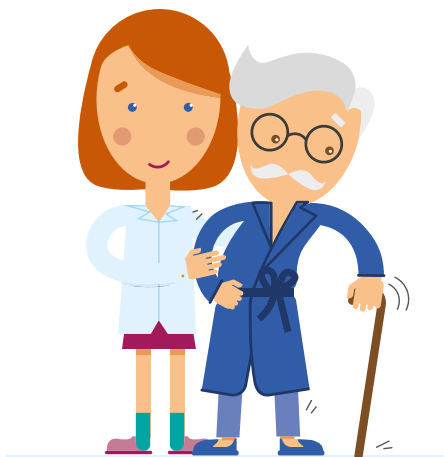
hébergement temporaire dans un établissement spécialisé sur une période limitée avec un retour ensuite à domicile.

Montant maximum : 3 000 €* par an et par personne

** montant sur lequel votre participation assuré(e) est calculée*

- ▶ kit prévention (barres d'appui, rehausse WC, siège de bain ou de douche, enfile-bas, pinces de préhension...)

En savoir plus :
carsat-pl.fr/Retraités



Le service "Sortir plus", proposé par l'Agirc-Arrco vous permet, à partir de 75 ans, d'être accompagné pour sortir de votre domicile (aller chez le coiffeur, faire des courses, retrouver des amis...)

En savoir plus : agirc-arrco.fr

Téléphone : [0 810 360 560](tel:0810360560) (0,05 €/min + prix appel)

CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ

- ▶ Résider en Pays de la Loire (résidence fiscale)
- ▶ Avoir la qualité de retraité et percevoir à titre principal une pension :
 - du Régime Général (RG) ou de l'ancien régime des Travailleurs Indépendants (TI)
Si l'assuré(e) est né(e) à partir de 1953 et :
 - qu'il a cotisé à au moins 2 des 3 régimes dits alignés (RG, MSA, TI)
 - qu'il perçoit une retraite liquidée en LURA depuis le 1^{er} juillet 2017
alors c'est le **dernier régime** d'affiliation qui est compétent.
 - de la Fonction Publique d'État (FPE) : pensions civiles ou militaires de l'État (hors CNRACL et titulaires de l'IRCANTEC) et les ouvriers des établissements industriels de l'État
- ▶ Être âgé au minimum de 75 ans dans l'année civile pour les retraités du RG ou des TI (pas de condition d'âge pour les retraités de la FPE)
- ▶ Relever d'un GIR 5/6 (Grille nationale d'évaluation de la dépendance)
- ▶ Ne pas dépasser le plafond de ressources en vigueur
- ▶ Ne pas bénéficier ou être éligible à une aide légale :
 - APA (Allocation Personnalisée Autonomie)
 - PSD (Prestation Spécifique Dépendance)
 - ACTP (Allocation Compensatrice pour Tierce Personne)
 - PCH (Prestation de Compensation du Handicap)
 - MTP (Majoration pour Tierce Personne)

Je vis un moment difficile et souhaite être soutenu

Je suis confronté à un événement difficile dans ma vie

Votre conjoint est décédé ou placé en établissement de longue durée ? Déménager devient une nécessité pour vous rapprocher de votre entourage ? Vous pouvez, sous certaines conditions, bénéficier de l'Aide aux retraités en Situations de Rupture (ASIR) et obtenir :

- ▶ une aide à domicile (courses, toilette, préparation des repas, ménage) en mode prestataire uniquement,
- ▶ le portage de vos repas ou les repas pris en structure,
- ▶ une téléalarme,

- ▶ une aide au maintien du lien social,
- ▶ une aide au transport.

Montant maximum : 1 800 €* , pour une période de 3 mois pleins

** montant sur lequel votre participation assuré(e) est calculée*

- ▶ un kit prévention (barres d'appui, rehausse WC, siège de bain ou de douche, enfile-bas, pinces de préhension...)

En savoir plus :
carsat-pl.fr/Retraités

Avec l'Agirc-Arrco, l'"Aide à domicile momentanée" vous permet, à partir de 75 ans, de faire face à des difficultés passagères et assumer les tâches quotidiennes

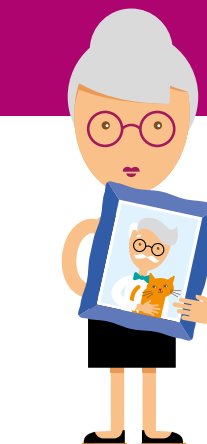
Les personnes isolées de 75 ans et plus, peuvent bénéficier de la prestation "Sortir plus" : un accompagnateur, véhiculé ou non, est à leur disposition pour les aider dans leurs déplacements (faire leur courses...) et rester en contact avec l'extérieur.

En savoir plus : agirc-arrco.fr

Téléphone : 0 810 360 560 (0,05 €/min + prix appel)

CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ

- ▶ Résider en Pays de la Loire (résidence fiscale)
- ▶ Avoir la qualité de retraité et percevoir à titre principal une pension du Régime Général (RG) ou de l'ancien régime des Travailleurs Indépendants (TI)
Si l'assuré(e) est né(e) à partir de 1953 et :
 - qu'il a cotisé à au moins 2 des 3 régimes dits alignés (RG, MSA, TI)
 - qu'il perçoit une retraite liquidée en LURA depuis le 1^{er} juillet 2017 alors c'est le **dernier régime** d'affiliation qui est compétent.
- ▶ Être âgé d'au moins 55 ans
- ▶ Être confronté à une situation de rupture :
 - le décès du conjoint
 - la perte d'un proche : déménagement ou décès d'une personne aidante
 - le placement du conjoint en EHPAD
 - l'hospitalisation de longue durée du conjoint (supérieure à un mois)
 - le déménagement de l'assuré avec un changement de commune
 - le divorce
- ▶ Relever d'un GIR 5/6 (Grille nationale d'évaluation de la dépendance)
- ▶ Ne pas dépasser le plafond de ressources en vigueur
- ▶ Ne pas bénéficier ou être éligible à une aide légale :
 - APA (Allocation Personnalisée Autonomie)
 - PSD (Prestation Spécifique Dépendance)
 - ACTP (Allocation Compensatrice pour Tierce Personne)
 - PCH (Prestation de Compensation du Handicap)
 - MTP (Majoration pour Tierce Personne)
- ▶ Déposer la demande dans les 6 mois suivant l'évènement



Je vis un moment difficile et souhaite être soutenu

Je vais être hospitalisé

A votre sortie d'hospitalisation, vous pourriez avoir besoin d'une aide momentanée. Afin de favoriser votre rétablissement, la Carsat vous propose, sous certaines conditions, une aide spécifique de court terme (3 mois pleins) : l'Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation (ARDH). Après une évaluation de vos besoins, différents services vous seront proposés :

- ▶ une aide à domicile (courses, toilette, préparation des repas, ménage) en mode prestataire uniquement,
- ▶ le portage de vos repas ou les repas pris en structure,

- ▶ un séjour en accueil ou en hébergement temporaire dans un établissement spécialisé sur une période limitée avec un retour ensuite à domicile.

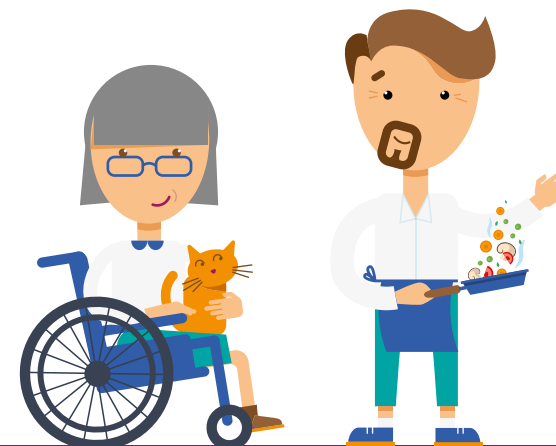
Montant maximum : 1 800 €* (pour une période de 3 mois pleins)

** montant sur lequel votre participation assuré(e) est calculée*

- ▶ un kit prévention (barres d'appui, rehausse WC, siège de bain ou de douche, enfile-bas, pinces de préhension...)

En savoir plus :
carsat-pl.fr/Retraités

Pendant votre hospitalisation, contactez l'assistant(e) de service social ou le cadre de santé de l'établissement hospitalier.



CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ

- ▶ Résider en Pays de la Loire (résidence fiscale)
- ▶ Avoir la qualité de retraité et percevoir à titre principal une pension :
 - du Régime Général (RG) ou de l'ancien régime des Travailleurs Indépendants (TI) Si l'assuré(e) est né(e) à partir de 1953 et :
 - qu'il a cotisé à au moins 2 des 3 régimes dits alignés (RG, MSA, TI)
 - qu'il perçoit une retraite liquidée en LURA depuis le 1^{er} juillet 2017 alors c'est le **dernier régime** d'affiliation qui est compétent.
 - de la Fonction Publique d'État (FPE) : pensions civiles ou militaires de l'État (hors CNRACL et titulaires de l'IRCANTEC) et les ouvriers des établissements industriels de l'État
- ▶ Être âgé d'au moins 55 ans
- ▶ Sortir d'hospitalisation (y compris ambulatoire, passage aux urgences, chimiothérapie, dialyse et sortie d'Hospitalisation A Domicile) ou d'un établissement de soins de suite/réadaptation
- ▶ Relever d'un GIR 5/6 ou 4 si temporaire (avec récupération dans les 3 mois) (grille nationale d'évaluation de la dépendance)
- ▶ Ne pas dépasser le plafond de ressources en vigueur
- ▶ Ne pas bénéficier ou être éligible à une aide légale :
 - APA (Allocation Personnalisée Autonomie)
 - PSD (Prestation Spécifique Dépendance)
 - ACTP (Allocation Compensatrice pour Tierce Personne)
 - PCH (Prestation de Compensation du Handicap)
 - MTP (Majoration pour Tierce Personne)

CONTACTS

► **Carsat Pays de la Loire**
2 Place de Bretagne - 44932
Nantes Cedex 9

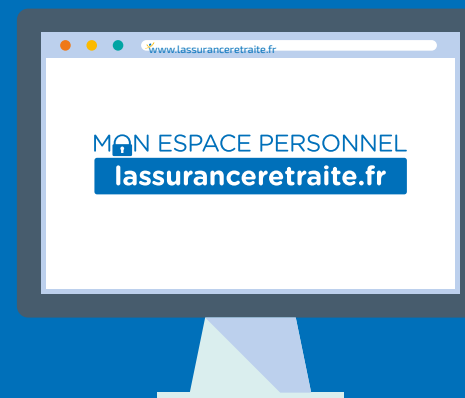
carsat-pl.fr/Retraités

Tél. : 3960 (0,06 €/min + prix appel)

De l'étranger, d'une box ou d'un mobile,
composez le 09 71 10 39 60.

► **Les aides proposées par la**
complémentaire Agirc/Arrco
agirc-arrco.fr ou appelez le
0 810 360 560 (0,05€/min + prix
appel).

Pour en savoir plus :
lassuranceretraite.fr



MON ESPACE PERSONNEL

En créant mon espace personnel, je peux :

- consulter mes derniers paiements retraite,
- télécharger mon attestation de paiement retraite,
- consulter mon montant retraite déclaré aux impôts,
- recevoir de l'information sur ma retraite du régime général (*nouveautés, retraite de réversion, allocation de solidarité*),
- changer mon adresse ou mes coordonnées bancaires,
- poser une question.

En cas de difficulté pour créer ou vous connecter à votre espace personnel, composez le 09 71 10 20 10 (service 0,06 €/min + prix appel).



carsat-pl.fr



lassuranceretraite.fr