

Lettre

à  
l'affilié  
N°61

## La CPR expérimente Aidants Connect

Aidants Connect est un dispositif expérimental initié par l'Agence Nationale de Cohésion des Territoires, visant à **accompagner les publics en difficulté dans leurs démarches numériques**.

Ce service est proposé par des structures professionnelles habilitées et s'appuie sur le mécanisme d'authentification « France Connect ». Il **permet d'enregistrer une procuration donnée** par un citoyen auprès d'un collaborateur d'un de ces organismes pour réaliser une démarche en son nom sur une période donnée.

La CPR est le 1<sup>er</sup> organisme de sécurité sociale à expérimenter le dispositif. Une expérimentation pilote est lancée à la CPR sur un périmètre restreint **pour les assurés du régime spécial** :

- démarches CPR (ex : demande de pension, droits et démarches santé...),
- démarches inter-régimes (demande de réversion principalement),
- démarches administratives simples (carte grise).

Exclusivement réalisé sur rendez-vous par les agents d'accueil, le dispositif Aidants Connect sera expérimenté sur un panel d'assurés résidant dans les zones géographiques correspondant aux **antennes CPR de Paris et Marseille**. À l'issue de l'expérimentation, et selon ses enseignements, un élargissement pourra être envisagé.

## Notre réseau de proximité s'adapte pour mieux vous servir

Afin de vous proposer des services personnalisés, la CPR met à votre disposition un réseau de proximité réparti sur tout le territoire national. Nos conseillers vous reçoivent sans rendez-vous dans les antennes et sur rendez-vous dans nos permanences. Ils étudient avec vous chaque situation individuelle et vous fournissent une réponse adaptée.

### Le réseau de proximité en chiffres :

- 12 antennes
- 39 points de proximité

### L'antenne de Toulouse déménage.

À partir du second trimestre, les conseillers de l'antenne de Toulouse vous recevront dans de nouveaux locaux, rénovés et faciles d'accès.

### De nouvelles permanences pour être toujours plus proche de vous

La CPR ouvre de nouvelles permanences à Grenoble, Dax, Sarreguemines, Sarrebourg et prochainement à Albi.

Retrouvez la carte des antennes sur notre site : [cprpsncf.fr](http://cprpsncf.fr) > Réseaux de proximité.

## Que faire de votre arrêt de travail pour maladie ?

Lorsque votre état de santé le nécessite, votre médecin vous prescrit un **arrêt de travail pour maladie** que vous devez nous transmettre.

### FORMAT PAPIER

Votre arrêt doit être envoyé dans les 48 heures suivant la date d'interruption de votre travail. Ce délai reste le même quelle que soit la durée de l'arrêt de travail prescrit.

Vous devez adresser :

- **le volet 1** du formulaire à la CPRPSNCF, par voie postale au 17 avenue du Général Leclerc 13347 Marseille Cedex 20.

**⚠ Contrairement à ce qui est indiqué sur le formulaire, vous devez :**

- **Envoyer le volet 2** du formulaire au directeur de votre établissement SNCF.
- **Conserver le volet 3** du formulaire qui vous permet de garder la trace de votre arrêt de travail.

**Cette procédure est spécifique à la SNCF, il ne faut pas tenir compte de la notice explicative qui figure au dos du formulaire CERFA.**

### FORMAT ÉLECTRONIQUE

Votre médecin utilise votre carte Vitale et saisit directement l'arrêt en ligne, ce qui génère **l'envoi automatique des volets 1 et 2 à la CPR**.

Il vous remet ensuite le **volet 3** intitulé «Données télétransmises de l'avis d'arrêt de travail de l'Assurance Maladie», que vous devez **envoyer directement au directeur** de votre établissement SNCF dans les 48 heures suivant la date d'interruption de votre travail.

**Si vous avez besoin d'un duplicata, n'hésitez pas à le demander directement à votre médecin traitant.**

## Tabac et alcool, des facteurs de risque évitables

Le tabac et l'alcool représentent les deux premiers facteurs de risques évitables des cancers. 4 cancers sur 10\* pourraient être évités si nous changions nos comportements et nos habitudes de vie, notamment notre consommation d'alcool et de tabac.

\* Source : Santé Publique France

### Quelques conseils pour vous aider à arrêter de fumer

En arrêtant de fumer, vous agissez pour améliorer votre santé, celles de vos enfants et de vos proches. **Quelle que soit la quantité de tabac consommée et aussi longtemps que vous ayez fumé, il n'est jamais trop tard pour arrêter.**

- Je pratique une activité physique pour mieux gérer les effets du manque.
- J'évite les lieux où de nombreuses personnes fument
- J'associe mes proches à ma démarche.



### Comment réduire les risques de sa consommation d'alcool ?

- J'évalue et je prends conscience de ma consommation
- Je ne bois pas seul, je limite ma consommation lors de soirées, déjeuners professionnels ou familiaux
- Je me fixe des objectifs concrets. Pas plus de 2 verres par jour et pas tous les jours.

**Aucun type d'alcool n'est plus à risque qu'un autre : c'est la quantité consommée d'alcool pur qui expose au risque de développer un cancer.**

### Bon à savoir

Lorsqu'on associe alcool et cigarette, souvent lors des moments festifs, l'éthanol contenu dans les boissons alcoolisées favorise le passage des substances cancérigènes contenues dans la fumée. La consommation d'alcool augmente l'intensité de la fumée de tabac. L'inhalation est plus profonde et favorise l'action des agents toxiques.

## Carte Européenne d'Assurance Maladie : comment ça marche ?

La situation sanitaire étant stabilisée, les frontières sont réouvertes et nombreux sont ceux qui souhaitent en profiter. Si vous prévoyez de voyager dans un pays de l'Union Européenne ou en Suisse, il est préférable de penser à votre couverture santé !

### Pensez à votre Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM)

La CEAM vous permet d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier de la prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays de séjour, en cas de problème de santé.

La CEAM est individuelle, nominative et valable 2 ans. Chaque membre de la famille doit en avoir une, y compris les enfants de moins de 16 ans.

### Comment obtenir votre CEAM ?

Un téléservice simple et rapide « Demande de Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) » vous est accessible en ligne.

1. Connectez-vous à « Votre Espace personnel » sur [www.cprpsncf.fr](http://www.cprpsncf.fr)
2. Identifiez-vous avec votre numéro d'immatriculation SNCF et votre mot de passe CPR.
3. Sur la page d'accueil de votre Espace personnel, cliquez sur « Mes services », « Mes démarches en ligne Maladie » et enfin « Obtenir ma carte européenne d'assurance maladie CEAM »

Un délai de 15 jours minimum est nécessaire pour vous faire parvenir votre CEAM.

### Vous partez en séjour de dernière minute et dans 15 jours il sera trop tard ?

Pas de problème ! Un **certificat provisoire de remplacement** vous sera automatiquement proposé en téléchargement. Valable 3 mois, il peut être utilisé dans les mêmes conditions que la CEAM.



Caisse de Prévoyance  
et de Retraite  
du personnel de la SNCF

[www.cprpsncf.fr](http://www.cprpsncf.fr)



avril - mai - juin - juillet 2022