

La
Lettre
N° 43

Caisse de Prévoyance et de Retraite du personnel de la SNCF

à
l'affilié

Janvier Février Mars
2017

Sommaire

Le nouveau site internet
Séjours à thèmes
Accident de ski
Dépistage du cancer colorectal

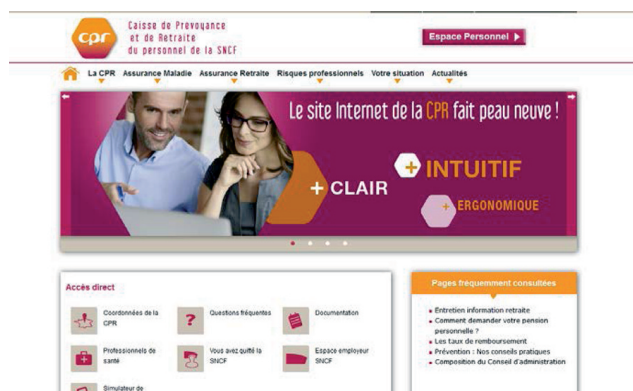
Actualité
Action sociale
Info pratique
Prévention

Le site internet fait peau neuve !

Totalement repensé au niveau du graphisme, de l'ergonomie et du contenu, le nouveau site internet CPR est en ligne depuis fin novembre 2016. Il illustre la volonté de la Caisse de proposer un accès facilité à l'information, au plus près des attentes des assurés, grâce à une interface plus moderne et plus claire.

Ce site s'inscrit dans la dynamique de transformation numérique dans laquelle la Caisse s'est engagée depuis le lancement du nouvel Espace personnel l'année dernière.

Mieux vous informer pour simplifier vos démarches, votre site internet fait peau neuve ! Découvrez-le sur www.cprpsncf.fr



Des havres de paix pour retraités

En Bretagne (St jacut de la mer) et en Provence (Sanary sur mer) l'action sociale accueille les retraités SNCF dans deux établissements de séjours temporaires. Ces résidences sont des lieux de vie et de convivialité pour passer quelques jours (1 semaine à 4 mois) dans un cadre agréable.

Pour une pause détente, se ressourcer, rompre la solitude, se reposer ou pallier à l'absence ponctuelle de proches aidants ces établissements sont faits pour vous... Du début à la fin du séjour, tout est prévu pour faciliter la vie des résidents : les tarifs en fonction des revenus, l'accueil en gare pris en charge, la coordination de soins : infirmiers libéraux ou kiné peuvent être dépêchés. Ouvert toute l'année, les résidents bénéficient de chambres tout confort individuelles, ou doubles pour les couples, en pension complète ce qui permet de s'affranchir des contraintes du quotidien le temps du séjour.

Des activités adaptées aux personnes accueillies sont proposées toute l'année. Mais il est également proposé des séjours à thème :

- initiation informatique et internet
- détente et vitalité/ Bien-être
- faire le point sur sa conduite
- équilibre = SNCF (Santé-Nutrition-Convivialité-Forme)
- aide aux aidants
- vivre sa malentendance
- redonner des couleurs à la vie après un deuil.

Enfin - à titre expérimental - deux séjours destinés aux familles ou agents en situation d'aidants de proches malades seront proposés au mois d'aout aux actifs sur le site de Sanary.

Pour plus d'informations, adressez-vous au Centre d'Action Sociale SNCF proche de votre domicile en contactant le **08 00 20 66 20** (numéro vert gratuit) ou directement les résidences :

- Résidence Les Dunes à St Jacut de la mer : 02 96 82 53 00
- Résidence La Gorguette à Sanary : 04 94 07 89 30

www.cprpsncf.fr

17 avenue Général Leclerc • 13347 Marseille cedex 20



Accident de ski : mieux vaut être assuré !

Les chutes et les accidents de ski entraînent parfois de graves conséquences médicales mais aussi financières : les frais de secours peuvent atteindre des sommes importantes notamment en cas de rapatriement en hélicoptère. Il est donc essentiel de s'y préparer.

La Caisse prend en charge :

- les soins pratiqués dans les cabinets médicaux. Pour éviter une minoration de vos remboursements, ils devront être facturés dans le cadre de « l'urgence » ou « hors résidence ».
- les frais d'hospitalisation au taux habituel.

La Caisse ne prend pas en charge :

- les frais de secours (recherche de victime, secours et évacuation d'urgence jusqu'à la structure de soins d'accueil en civière, en ambulance, voire en hélicoptère...). Si vous n'êtes pas assuré, ces frais pourront vous être facturés par la commune chargée d'organiser les secours sur le domaine public.

Avant le départ, vérifiez que vous êtes bien assuré à titre individuel !

Si votre contrat d'assurance (habitation, garantie accidents de la vie...) ne le prévoit pas déjà, il est fortement conseillé de souscrire une assurance individuelle accident qui couvrira aussi la prise en charge de vos frais de secours. A noter que certaines cartes bancaires vous garantissent contre ce type de risques. Vous pouvez également souscrire une assurance facturée à la journée dans les stations de ski, qui englobe tous ces frais.

Attention : certains contrats ne prennent pas en compte les accidents subis en cas de ski hors piste !

Dans tous les cas, renseignez-vous auprès de votre assureur et de votre banque et faites adapter vos contrats.



Dépistage du cancer colorectal : un test simple peut vous sauver la vie !

Le cancer colorectal est la 2^{ème} cause de décès par cancer en France. Il se développe lentement à l'intérieur du côlon ou du rectum, souvent à partir de petites lésions (polypes). Ce cancer est l'un des plus fréquents et touche 4% des hommes et 3% des femmes, le plus souvent après l'âge de 50 ans.

Détecter tôt un cancer ou une lésion précancéreuse augmente les chances de guérison !

Le test de dépistage, proposé aux personnes de 50 à 74 ans, réduit la mortalité par cancer colorectal. Tous les 2 ans, vous êtes invité par courrier à retirer le test de dépistage chez votre médecin. Ce courrier vous est envoyé par la structure en charge des dépistages dans votre département.

Depuis 2015, le nouveau test immunologique, à réaliser chez vous, est beaucoup plus pratique d'utilisation - il ne nécessite qu'un seul prélèvement de selles contre six précédemment. Le dépistage consiste à repérer, dans les selles, des traces de sang qui ne sont pas visibles à l'œil nu.

BON À SAVOIR

Le test de dépistage et sa lecture sont pris en charge à 100% par la Caisse, sans avance de frais de votre part. La consultation chez votre médecin traitant est remboursée dans les conditions habituelles.

Votre médecin traitant est votre interlocuteur privilégié pour parler du dépistage du cancer colorectal. Vous pouvez aussi appeler la ligne Cancer Info au 0 805 123 124 (service et appel gratuits) ou consulter notre site internet www.cprpsncf.fr rubrique « Prévention ».



Caisse de Prévoyance et de Retraite du personnel de la SNCF



Janvier Février Mars
2017