



**Des solutions
pour profiter
pleinement
de la vie.**



**Vous informer dans
tous les domaines de
la santé**

En savoir plus

En bref

15 mars 2007 : 10ème Journée Nationale de l'Audition

Informier, sensibiliser, prévenir, telle est la mission de la 10ème Journée Nationale de l'Audition. Cette année encore, des centaines de spécialistes vont aller à la rencontre du public pour traquer et dépister les déficiences auditives parmi un large public jeune ou moins jeune concerné par des troubles de l'audition. Ils veulent ainsi faire connaître les situations mettant nos oreilles en danger et les mesures à prendre pour les préserver.

40% des malentendants ont moins de 55 ans, les troubles de l'audition touchent près de 10 % de la population, et pourtant, seule 1 personne sur 2 s'en préoccupe vraiment et fait contrôler ses capacités auditives.

La presbyacousie par exemple, est un phénomène de vieillissement naturel de l'oreille qui apparaît dès l'âge de 50-60 ans. Mais cette surdité progressive est aussi un révélateur du passé auditif de la personne et des agressions que son oreille a subies. L'information et la prévention sont donc indispensables.

Contrôles auditifs, conférences, forums,... un numéro Azur oriente le public sur les actions dans chaque région : **0810 868 110** (du 1er février au 31 mars 2007, coût d'un appel local).

Pour en savoir plus : www.audition-infos.org

Vivre toujours mieux sans cigarette

L'arrêt du tabac, s'il suscite bien des difficultés, réserve souvent de bonnes surprises. Quelle que soit la quantité de tabac consommée et aussi longtemps qu'on ait fumé, il n'est jamais trop tard pour arrêter.

Les bénéfices de l'arrêt du tabac interviennent presque immédiatement :

- 20 minutes après la dernière cigarette
La pression sanguine et les pulsations du

9e édition du Salon des seniors

Les 29, 30 et 31 mars 2007, se tiendra le Salon des Seniors, organisé par le magazine Notre Temps, au Parc des expositions de la Porte de Versailles, à Paris. Dédié aux plus de 50 ans, ce salon a pour but d'**accompagner les nouvelles générations de seniors** tant dans leur vie quotidienne, que créative ou encore solidaire.

Vous y retrouverez jusqu'à **200 exposants** sur six espaces distincts : Tourisme, Multimédia/Nouvelles Technologies, Bien-être/Santé, Droit-Epargne, Associatif, Art de vivre.

Le salon est ouvert chaque jour de 10 heures à 19 heures.

Le groupe CNP Assurances sera heureux de vous accueillir sur le stand A 25 (Hall 2.2). Pour recevoir une invitation, [cliquez ici](#).

Pour en savoir plus : www.salondesseniors.com

coeur redeviennent normales.

- 8 heures après la dernière cigarette
La quantité de monoxyde de carbone dans le sang diminue de moitié. L'oxygénation des cellules redevient normale.

- 24 heures après la dernière cigarette
Le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà. Les poumons commencent à éliminer le mucus et les résidus de fumée. Le corps ne contient plus de nicotine.

- 48 heures après la dernière cigarette
Le goût et l'odorat s'améliorent. Les terminaisons nerveuses gustatives commencent à repousser.

- 72 heures après la dernière cigarette
Respirer devient plus facile. Les bronches commencent à se relâcher et on se sent plus énergique.

- 2 semaines à 3 mois après la dernière cigarette
La toux et la fatigue diminuent. On récupère du souffle. On marche plus facilement. Le teint s'éclaircit.

- 1 à 9 mois après la dernière cigarette
Les cils bronchiques repoussent. On est de moins en moins essoufflé.

- 1 an après la dernière cigarette
Le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié. Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur.

- 5 ans après la dernière cigarette
Le risque de cancer du poumon diminue presque de moitié.

- 10 à 15 ans après la dernière cigarette
L'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé.

Il est toujours temps d'arrêter de fumer !

Pour en savoir plus : www.tabac.gouv.fr

La CNAV communique : « La retraite, c'est un droit, c'est aussi un choix »

La Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) lance la campagne « La retraite, c'est un droit, c'est aussi un choix ». Objectif : informer les 55-65 ans sur les nouvelles mesures « retraite » permettant de prolonger leur activité professionnelle.

Cette campagne vise à expliquer les nouvelles opportunités de surcote, le cumul emploi/retraite, la retraite progressive, les possibilités de cotiser à temps plein quand on travaille à temps partiel,...

Une brochure d'information « La poursuite d'activité au-delà de 60 ans » et un serveur vocal (le 39 60) sont disponibles.

Pour en savoir plus et télécharger la brochure : www.retraite.cnav.fr



Vous voulez...

Pour vivre très longtemps chez soi malgré la perte d'autonomie :

Filassist Contact Plus

Dossier

LA SECURITE SOCIALE VEUT ECONOMISER 1,7 MILLIARDS D'EUROS

Le Projet de loi de financement de la Sécurité sociale (PLFSS) pour 2007 vient d'être adopté. Pour ramener le déficit de la Sécurité sociale de 9,7 milliards à 8 milliards d'euros, il table essentiellement sur de nouvelles mesures d'économie.

Réduire les dépenses de santé. Cette année encore, c'est sur la branche maladie que portera l'essentiel de l'effort. La progression de l'Ondam, l'Objectif national des dépenses d'assurance maladie, est ainsi limitée à 2,5% (contre 3,9% l'an dernier). But affiché : réduire le déficit de la branche de 6 milliards en 2006 à 3,9 milliards d'euros cette année. Pour ce faire, la baisse des prescriptions d'arrêts de travail, d'antibiotiques et de psychotropes sera de nouveau encouragée, de même que le développement des médicaments génériques. En outre, le forfait hospitalier est passé de 15 à 16 euros au 1er janvier 2007.

Le poids des retraites. Le PLFSS ausculte également le déficit de la branche vieillesse, qui devrait se creuser nettement et passer de 2,4 milliards l'an dernier à 3,5 milliards d'euros cette année. Il pourrait même atteindre 4,5 milliards d'euros en 2008, puis 5,1 milliards en 2009. Deux causes expliquent principalement cette dégradation : le succès des dispositifs de départ anticipé pour les salariés ayant commencé à travailler très jeunes et l'arrivée massive à l'âge de la retraite des générations de l'après-guerre. Par ailleurs, la branche des accidents du travail et des maladies professionnelles devrait être excédentaire de 0,1 milliard d'euros et le déficit de la branche famille devrait être réduit de moitié : 0,7 milliard d'euros, contre 1,3 milliard en 2006.

Les autres mesures. La loi comporte également d'autres dispositions, comme l'extension du dispositif d'aide à l'acquisition d'une complémentaire santé ou la prise en charge du plan Solidarité Grand Age Elle intègre aussi des mesures d'aide à l'emploi : à partir du 1er juillet 2007, suppression des 2,1 points de cotisations patronales de Sécurité sociale* pour les salariés payés au niveau du Smic dans les entreprises de moins de 20 salariés, élargissement et simplification de l'Accre (Aide aux chômeurs créateurs ou repreneurs d'entreprise)... Enfin,

la loi de financement de la Sécurité sociale rétablit à 39 heures la durée hebdomadaire du travail dans l'hôtellerie et la restauration.

* *Sauf accidents du travail*

[haut de la page](#)

Témoignage

Témoignage de Monique F., 50 ans



« La retraite, ça se prépare. La transmission d'un capital aussi. Avec Trésor Epargne, je le fais dans d'excellentes conditions fiscales.»
[lire ce témoignage](#)

[CONSULTEZ](#)
notre site
www.seniorvie.fr

Vous souhaitez vous abonner à notre lettre d'information : >>>

Vous souhaitez ne plus recevoir notre lettre d'information : >>>