

URFU



Union des retraités des Finances UNSA



UNION DES RETRAITÉS DES DOUANES

La lettre N° 27 : consommation

Deux journaux en un seul envoi !

Une fois n'est pas coutume, l'URD vous adresse en ce début octobre, 2 lettres en lieu et place de notre traditionnel envoi de rentrée automnale.

L'actualité et les éléments d'information sur la société et la consommation sont suffisamment nombreux pour justifier que vous bénéficiez d'une lecture plus abondante.

Pour faciliter, à la fois la lecture et l'envoi en dématérialisé de ces nombreux sujets de préoccupation, il fallait scinder notre information en deux.

Ce qui explique que la lettre N° 37, soit consacrée à des informations plus centrées sur la vie et la consommation, après la 36 consacrée à la vie sociétale et l'actualité générale.

Je vous souhaite une bonne lecture.

Fx Dewasmes

=====

Sommaire :

- Page 1 :** L'État taxe les mutuelles
- Page 2 :** Obligations des mutuelles
- Page 2 :** Droits fin de vie
- Page 3 :** Achat concessions funéraires
- Page 4 :** Locataires / propriétaires
- Page 5 :** Locations de longue durée
- Page 6 :** Travaux d'aménagement
- Page 7 :** Résidences autonomie/services
- Page 8 :** L'asthme sévère
- Page 9 :** Alzheimer
- Page 9 :** Changement d'adresse
- Page 10 et 11 :** La 5 G
- Page 12:** Adhésion

=====

Il faut choisir, dans la vie, entre gagner de l'argent et le dépenser ; on n'a pas le temps de faire les deux.

Edouard Bourdet

L'État taxe les mutuelles...

Tous les moyens et arguments sont bons pour vous ponctionner.

Le gouvernement a demandé début Août aux complémentaires santé de reverser d'ici à la fin de l'année à la Sécurité sociale une "contribution exceptionnelle", calculée sur les économies qu'elles auront réalisées pendant la crise épidémique, a-t-on appris auprès du ministère de la Santé.

"Il ne s'agit pas d'une taxe, mais bien d'une récupération des montants qui n'ont pas été déboursés" par les complémentaires, notamment du fait que, pendant le confinement, de nombreux assurés ont renoncé à certains soins, et que des consultations et des tests ont été pris en charge à 100 % par la "Sécu", a expliqué un porte-parole du ministère.

Selon le ministère de l'Économie et des Finances, les organismes de complémentaires santé ont économisé au total 2,6 milliards d'euros pendant le confinement, mais ce montant ne tient pas compte des soins seulement ajournés – et qui seront donc au final réalisés et remboursés malgré tout –, ni du fait que la crise économique a également entraîné des cotisations en baisse pour les assurances.

La Mutualité française, qui regroupe 266 mutuelles santé, "a rapidement indiqué au ministère de la Santé qu'elle n'était pas opposée au principe d'une contribution", notamment car "il n'a jamais été question de tirer des bénéfices de cette crise".

Cependant, le chiffrage des économies réalisées est "complexe", d'une part car certains patients vont "rattraper" les soins non réalisés durant le confinement, d'autre part car "la faillite d'entreprises pourrait diminuer le montant des cotisations perçues dans le cadre des contrats collectifs", a-t-elle fait valoir.

Récemment les gouvernants ont indiqué que la facture s'établira à 1 milliard d'€ en 2021 et 500 Millions en 2022.

Le principe d'une mutuelle est la solidarité entre ses membres et ses tarifs sont fonction de ses coûts ! Quand les coûts augmentent les cotisations suivent. Quand les coûts baissent les cotisations doivent suivre la même courbe !

Simple honnêteté intellectuelle, que semble avoir largement zappée ces « hauts dirigeants » mutualistes qui ont oublié les bases !!!

Ainsi c'est sans aucun scrupule qu'après avoir dit oui au gouvernement, les mutuelles assurent qu'elles répercuteront la taxe du gouvernement sur leurs assurés.

En quoi les adhérents mutualistes devraient-ils se substituer aux contribuables pour aider l'État à boucler son budget ? Ce mélange des genres est anormal !

Les obligations des mutuelles ou assurances santé

Quelles sont les infos que les complémentaires santé doivent transmettre à leurs clients ?



Voilà plusieurs années que l'État encadre les contrats de complémentaire santé pour permettre aux usagers de bénéficier d'une couverture efficace à bon prix. A nouveau, au 1er septembre 2020, le législateur a serré la vis.

Il n'est pas toujours évident d'y voir clair dans les formules des complémentaires santé, tant le jargon utilisé est souvent incompréhensible.

En 2019, les principales fédérations du secteur se sont donc engagées auprès du ministère de la Santé à améliorer la lisibilité des garanties. Il s'agissait alors d'harmoniser les libellés des principaux postes de garantie et de communiquer sur des exemples concrets de remboursements. À présent, ce sont au tour des frais de gestion et des ratios de sinistralité de gagner en clarté.

Les ratios mis en lumière :

Un arrêté publié au *Journal officiel* du 5 juin 2020 et entré en vigueur le 1er septembre impose aux organismes d'assurance santé et mutuelles de détailler ces éléments dans leurs offres et de les rappeler à leurs adhérents chaque année. Et tous les contrats souscrits ou renouvelés depuis 2013 sont concernés. C'est d'ailleurs une condition *sine qua non* pour répondre au cahier des charges des contrats dits solidaires et responsables qui proposent un « package encadré » de protections.

En pratique, il s'agit d'indiquer de façon lisible le ratio entre le montant des prestations versées par l'assureur en cas de maladie, maternité ou accident et celui des cotisations ou primes encaissées pour ces garanties au titre de l'ensemble du portefeuille de l'organisme. De même, tout devis ou contrat doit désormais préciser le ratio entre le montant total des frais de gestion de la compagnie au titre de ces couvertures et celui des cotisations afférentes, en détaillant au passage la composition de ces facturations.

Quels sont les droits souvent méconnus, des personnes en fin de vie ?

Depuis 2005, la *loi Leonetti* relative à la fin de vie octroie aux patients des droits, renforcés par un autre texte législatif datant de 2016. Néanmoins, selon le Centre national des soins palliatifs et de la fin de vie (CNSPFV), 9 Français sur 10 ignorent totalement ces dispositions qui les protègent et les accompagnent dans leur maladie.



Pas d'acharnement thérapeutique !

Les lois de 2005 et 2016 donnent la possibilité aux malades, mais aussi aux personnes bien portantes, d'anticiper leur fin de vie, d'exprimer leurs choix et de désigner une personne de confiance qui sera à même de les faire respecter en cas d'incapacité.

Ainsi, les patients ont droit de refuser une « obstination déraisonnable », c'est-à-dire un acharnement thérapeutique lorsque les soins sont inutiles, disproportionnés ou ne servent qu'à maintenir artificiellement la vie. C'est le cas, par exemple, de la nutrition et de l'hydratation artificielles.

Les patients en fin de vie ont également le droit de demander une « sédation profonde et continue » jusqu'au décès, notamment lorsqu'il y a des complications irréversibles et graves, et que les traitements ne suffisent pas à calmer les souffrances. Cette sédation peut être mise en œuvre à domicile, dans un établissement de santé ou dans une structure qui accueille des personnes âgées.

Enfin, les malades peuvent émettre des directives anticipées, des documents qui permettent d'exprimer leur volonté de refuser ou de poursuivre les soins, de mettre en place un maintien artificiel de la vie ou de bénéficier d'une sédation. Le choix d'une personne de confiance permet, quant à lui, de manifester sa volonté si la personne n'est plus en mesure de le faire.

Comment acheter une concession funéraire ?



En France, tout citoyen a le droit d'être inhumé dans un cimetière. Il doit pour ce faire acheter une concession funéraire, autrement dit un emplacement destiné à accueillir son corps.

Où établir sa dernière demeure ?

Parler d'acquisition est un abus de langage. Les cimetières sont en effet la propriété des communes. Dès lors, il ne s'agit pas d'acheter un morceau du terrain mais simplement son usage, afin d'y édifier un caveau ou une tombe. Et ce droit est circonscrit au respect de certains critères.

Chaque municipalité réserve en priorité ses cimetières à ses habitants, ou tout au moins à ceux qui sont inscrits sur ses listes électorales, dans l'éventualité où ils résident à l'étranger. Même si vous n'êtes pas domicilié sur la commune, vous avez néanmoins le droit d'y être enterré si vous bénéficiez d'une concession familiale.

C'est le cas des parents ou grands-parents qui ont acheté un caveau pour plusieurs générations. Enfin, toute personne décédée sur un territoire peut y être inhumée, quelle que soit sa ville de domiciliation. En dehors de ces cas de figure, la mairie est libre de vous refuser l'octroi d'une concession en raison d'un manque de place ou de sa politique de gestion.

Une tombe à durée limitée ?

Pour épargner une tâche difficile à leurs héritiers, mais aussi pour s'assurer que leurs souhaits seront respectés, de nombreuses personnes achètent une concession funéraire de leur vivant. Au vu des tarifs variables et des délais d'attente dans certaines communes, c'est une sage précaution.

À l'heure du choix, plusieurs possibilités s'offrent à vous. Il s'agit d'abord de savoir si vous voulez accueillir vos seuls ossements ou reposer avec vos proches. Vous pouvez en effet acheter une concession individuelle, réservée à votre seul usage ; collective, en désignant spécifiquement dans l'acte les personnes qui pourront y reposer ; ou familiale, si elle est destinée à vous-même et à votre fratrie sans distinction. Ce droit d'usage n'est en outre octroyé que pour une certaine durée.

La concession dite temporaire dure entre cinq et quinze ans. Sinon, vous pouvez opter pour une concession trentenaire ou cinquantaire. À l'échéance, il faudra renouveler le contrat ou procéder à une exhumation. **Seule la concession perpétuelle vous accorde un repos réellement éternel en ce lieu. Mais, faute de place, toutes les communes n'en proposent pas.**

À quel coût s'attendre ?

Pour acheter une concession funéraire, vous devez vous adresser à la municipalité concernée. Elle vous indiquera la marche à suivre et les justificatifs à fournir. C'est l'occasion de vous renseigner sur le règlement intérieur des cimetières, qui peut notamment limiter le choix du type d'ornements et de pierres tombales et, bien entendu le coût d'une telle opération.

D'une ville à l'autre, et même d'un cimetière à l'autre, les prix peuvent varier de quelques centaines d'euros à plusieurs milliers. D'après l'Association française d'information funéraire (AfiF), en 2018, il fallait par exemple payer plus de 15.000 euros pour s'offrir une concession perpétuelle individuelle à Paris intra-muros, contre plus de 4.000 euros pour cinquante ans, près de 2.800 euros pour trente ans et un peu plus de 800 euros pour dix ans.

À l'inverse, les prix oscillent entre 40 euros pour dix ans et un peu plus de 2.000 euros pour une concession perpétuelle à Lille, tandis qu'ils tournent aux environs de 500 euros pour quinze ans et 7.000 euros à durée illimitée à Lyon. A noter qu'au coût d'achat, il faudra ensuite ajouter celui de l'entretien obligatoire de la sépulture.

La rétrocession :

Si toute vente est proscrite, la législation permet de se défaire d'une concession funéraire. Dès lors qu'un corps repose dans cette tombe, le titulaire du contrat a uniquement le droit de transmettre son usage à titre gratuit à un membre de sa famille, par un don du vivant ou un legs dans son testament.

En cas de déménagement ou de changement de choix d'obsèques, il est par ailleurs possible de rendre la concession à la commune, à condition que cette concession soit vide, ce qui peut impliquer de procéder à une exhumation. Lorsque la mairie accepte cette rétrocession, elle doit vous rembourser le prix payé au prorata du temps restant à courir ou selon un montant décidé par le conseil municipal pour une concession perpétuelle.

Locataires : quels sont les recours possibles auprès du propriétaire en cas de problème dans le logement ?

Nuisances sonores, habitat dégradé, travaux non réalisés, présence de nuisibles... Bon nombre d'occupants, les loyers payés, ne jouissent pas du confort auquel la loi leur donne droit.

Pour d'autres, le manque de confort, les rapports locatifs sont une éternelle source de conflits. Et le podium des mécontentements est toujours le même. En plus des brouilles sur la non-restitution du dépôt de garantie et le poids des charges locatives, les troubles de jouissance alimentent litiges locatifs. Mais de quoi parle-t-on au juste ?



Le confort est un devoir :

Pour comprendre ce terme juridique plutôt vague, il faut se référer aux obligations du bailleur. En vertu des articles 1719 et suivants du Code civil, tout propriétaire doit délivrer à son locataire un logement décent, lui en assurer la jouissance paisible pendant toute la durée de son bail et entretenir cette chose en état de servir à l'usage pour lequel elle a été louée.

En tête de liste, il doit donc y effectuer toutes les réparations nécessaires, autres que locatives. Le législateur rend également responsable le bailleur pour tous les vices ou défauts qui empêcheraient l'utilisation normale des lieux, quand bien même ce dernier n'en aurait pas eu connaissance lors de la signature du bail. En d'autres termes, le propriétaire doit garantir à son locataire une occupation sereine et un certain niveau de confort. Par opposition, c'est donc lorsque l'une de ces prescriptions légales n'est pas respectée que l'occupant peut invoquer un trouble de jouissance.

Le défaut d'entretien en ligne de mire :

Avec un tel champ d'application, les exemples de tracas locatifs sont innombrables. Sans être exhaustif, on peut notamment citer tout ce qui touche au manque d'isolation thermique, un système de chauffage défaillant ou encore la présence d'humidité ou d'amiante.

De même, si le locataire doit assurer l'entretien courant des lieux, le propriétaire est responsable de certains frais comme le remplacement d'une boîte aux lettres inutilisable, le maintien en bon état de l'installation électrique, le changement d'un chauffe-eau hors d'usage ou encore la réparation d'une porte-fenêtre brisée après une tentative d'effraction.

Plus anecdotique, mais tout aussi prohibée, l'intrusion du bailleur dans le logement sans l'autorisation de son locataire relève du trouble de jouissance. Bon à savoir : l'occupant ne peut pas mettre en cause son propriétaire en cas de force majeure (inondation, tempête...), lorsque son inconfort résulte des agissements d'un tiers (pour le tapage nocturne d'un voisin, par exemple) ou encore s'il résulte de sa propre négligence.

La conciliation obligatoire :

Si vous estimez être victime d'un problème relevant de la responsabilité de votre logeur, la première chose à faire est de lui en faire part pour trouver une solution amiable. Lorsque les emails et les relances téléphoniques auprès du gestionnaire restent sans réponse, mieux vaut hausser le ton en faisant valoir ses droits à travers un courrier recommandé avec accusé de réception, qui détaillera les nuisances subies (les photos en annexe sont recommandées) et rappellera les prescriptions des articles 1719 et suivants du Code civil.

Votre bailleur persiste à faire l'autruche ? Rien ne sert de vous venger en ne payant plus votre loyer, car c'est interdit et il pourrait alors se retourner contre vous. Vous devez saisir la Commission départementale de conciliation, compétente pour tout litige relatif à la location d'une habitation principale. Si la tentative d'arrangement amiable échoue, il ne vous restera plus qu'à porter votre affaire devant la justice.



La location longue durée : attention danger !

Remplacer un appareil d'électroménager ou high-tech n'est jamais une mince affaire, surtout pour le portemonnaie. Pour éviter d'avoir à débours en une seule fois plusieurs centaines voire milliers d'euros, la tentation est grande d'échelonner les mensualités.

En parallèle des possibilités de crédit à la consommation, une offre séduit les consommateurs : la location longue durée.



En quoi cela consiste-t-il ?

Ce type de contrat propose de disposer d'un bien sans l'acheter, moyennant des loyers mensuels sur une durée déterminée. Mais gare à la confusion : une location de longue durée (ou LLD) impose nécessairement de restituer le produit loué au terme de l'engagement, sans aucune possibilité d'en devenir réellement propriétaire.

C'est donc différent de la location avec option d'achat (LOA) – le fameux leasing –, vous permet d'acheter le bien à la fin du contrat, en versant simplement la différence entre son prix et les mensualités déjà acquittées. De même, alors que la LLD consiste en une simple location, la LOA est en réalité un crédit à la consommation qui, en tant que tel, est soumis à des obligations d'information et de transparence bien plus strictes.

Quels sont les avantages ?

Ces deux types de location sont depuis longtemps démocratisés dans le secteur automobile. Sachant qu'une auto coûte de plus en plus cher au fil des kilomètres, et que dans le même temps son prix de revente chute, l'intérêt est de limiter les dépenses en profitant d'un véhicule neuf que l'on change tous les deux ou trois ans.

Le succès de ce modèle de consommation est tel qu'il s'est étendu à la grande distribution. Vous pouvez désormais louer sur plusieurs années un téléviseur 4k, un iPhone dernière génération, un réfrigérateur ou pourquoi pas un vélo. Les avantages avancés ? Profiter de modèles neufs que vous pouvez renouveler régulièrement pour rester à la pointe de la technologie, moyennant des mensualités à la portée de tous, puisqu'elles atteignent en général entre une quinzaine et une trentaine d'euros par mois.

Quels sont les inconvénients ?

L'objectif est de vous pousser à la surconsommation et au suréquipement, en vous incitant à opter pour des modèles high-tech toujours plus chers, quitte à créer une véritable accoutumance. Car pour conserver vos produits loués, il va falloir reconduire encore et encore vos contrats.

Mais la question déterminante est de savoir si le consommateur y gagne financièrement. Et la réponse est a priori non. Début 2020, l'UFC-Que Choisir publiait ainsi une étude dénonçant le manque d'encadrement de la location longue durée, la qualifiant de « véritable gouffre économique ». Après avoir comparé le coût de plusieurs appareils d'électroménager et high-tech au tarif comptant, avec un crédit et avec la souscription d'une LLD, l'association s'est aperçue que cette dernière offre faisait grimper en flèche le prix réel des produits. D'autant plus que si vous ne rendez pas le bien en parfait état à la fin du contrat, vous en serez quitte pour des frais supplémentaires.

Pour quels travaux d'aménagement faut-il une autorisation ?



Avant de vous lancer dans la création d'une terrasse, la construction d'un garage ou l'aménagement des combles pour créer une chambre supplémentaire, il faut vérifier à quelles conditions vous en avez le droit. En la matière, l'Agence départementale pour l'information sur le logement (Adil) – pourra vous renseigner.

Il est en outre conseillé de demander en mairie un « certificat d'urbanisme simple », qui vous indiquera l'état des règles applicables à votre terrain. Si vous souhaitez réaliser une construction d'ampleur, préférez un « certificat d'urbanisme opérationnel », qui indiquera également si votre projet est réalisable.

En toute discrétion

Par principe, tout propriétaire est libre d'effectuer des travaux chez lui sous réserve que ceux-ci ne portent pas atteinte à la structure de l'immeuble – quand il s'agit d'un appartement –, ne modifient pas l'aspect extérieur de la façade et n'agrandissent pas la surface d'habitation.

En d'autres termes, vous n'avez pas besoin d'autorisation pour poser un nouveau revêtement de sol, installer une salle de bains, abattre ou ajouter des cloisons (hors murs porteurs), isoler l'intérieur du logement...



À noter que dans un immeuble, un certain nombre de travaux peuvent être soumis au vote des copropriétaires, conformément au règlement de copropriété et de façon indépendante des autorisations administratives. C'est le cas des aménagements qui affectent l'aspect extérieur du bâtiment mais aussi les parties communes, comme la création d'ouvertures dans les combles, la fermeture d'un balcon, la pose de volets ou de barreaux aux fenêtres, voire le changement de la couleur des volets.

Une procédure progressive

D'autres travaux nécessitent des autorisations d'urbanisme. En la matière, le degré de contrainte de la procédure augmente avec l'ampleur du chantier envisagé. La déclaration préalable en mairie est nécessaire pour réaliser des aménagements de faible importance tels qu'un ravalement de façade ou la création d'une nouvelle emprise au sol mesurant entre 5 et 20 m².

Sous réserve que la construction finale ne dépasse pas 150 m² de surface de plancher, ces dimensions peuvent être portées jusqu'à 40 m² au sol, dans les zones couvertes par un plan local d'urbanisme (PLU). En pratique, il peut s'agir de la création d'une terrasse, d'une véranda, d'un garage, d'un abri de jardin construit en dur (s'il est démontable, aucune autorisation n'est nécessaire), voire d'un étage supplémentaire à l'intérieur de votre maison en transformant les combles, par exemple.

Le dossier est en général instruit dans le mois qui suit son dépôt. Une fois le projet accepté, le propriétaire aura deux ans pour le réaliser.

Au-delà de ces seuils, toute extension de l'habitation ou création extérieure implique un permis de construire. C'est aussi le cas lorsque le chantier concerne un immeuble inscrit au titre des monuments historiques ou situé en secteur sauvegardé.

L'autorisation administrative se traduit ici par un arrêté municipal. Si ces démarches sont gratuites, des coûts annexes peuvent s'ajouter au prix du chantier, comme les taxes locales et les frais inhérents à l'intervention d'un architecte (obligatoire à partir de 150 m² de construction).



Résidences autonomie ou résidences services : Quelles différences ?

Bénéficier d'un cadre de vie en adéquation avec son âge et en préservant son autonomie, c'est la promesse mise en avant par les résidences pour seniors, qui fleurissent un peu partout.

Il faut toutefois distinguer deux types de structures : les résidences autonomie (ancien foyer-logement) et les résidences services. Si leurs prestations sont similaires, leur fonctionnement varie en effet du tout au tout.

Différents services :

Ces complexes immobiliers dédiés au troisième âge indiquent offrir un environnement sécurisé, adapté à une mobilité réduite (ascenseur, siège de douche, dispositif d'alerte...), et intégrant des services facilitant la vie des résidents sans les priver de leur liberté. On y trouve notamment une offre hôtelière comprenant la restauration, le ménage, un service de blanchisserie et la réception, mais aussi des animations récréatives.

Composés d'appartements indépendants plus ou moins grands, ces résidences non médicalisées s'adressent dans tous les cas aux personnes de plus de 60 ans autonomes ou semi-autonomes, autrement dit présentant un degré de dépendance correspondant à un niveau GIR 5 ou 6, voire GIR 4 pour les résidences autonomie qui travaillent avec un centre de santé.

Un loyer modéré :

La résidence autonomie est un établissement médico-social qui s'adresse plutôt aux personnes ayant des revenus limités. Gérée par une structure publique, le plus souvent un centre communal d'action sociale (CCAS), elle propose à la location des appartements privatifs allant du studio au deux-pièces mais rarement au-delà, le tout pour un loyer modéré.

Le conseil départemental doit délivrer une autorisation pour ouvrir une résidence autonomie et effectue des contrôles réguliers sur la qualité des prestations, dont un nombre minimum est imposé par un décret de 2016. Outre l'éventail de services mentionné plus haut, s'ajoute l'obligation d'actions collectives ou individuelles de prévention de la perte d'autonomie. Elles consistent par exemple en des ateliers de prévention des chutes, sur la nutrition ou encore sur la mémoire.

Côté coût, le prix de l'hébergement (loyer + charges locatives, hors services facultatifs) peut varier d'environ 500 euros pour un T1 à plus de 1.000 euros par mois selon la résidence. Sous condition de ressources, les résidents peuvent réduire la facture grâce à l'allocation personnalisée d'autonomie (APA), l'aide sociale à l'hébergement (ASH) et les aides au logement. Le site officiel Pour-les-personnes-agees.gouv.fr référence les prix mensuels dans un annuaire dédié.

Un conseil des résidents :

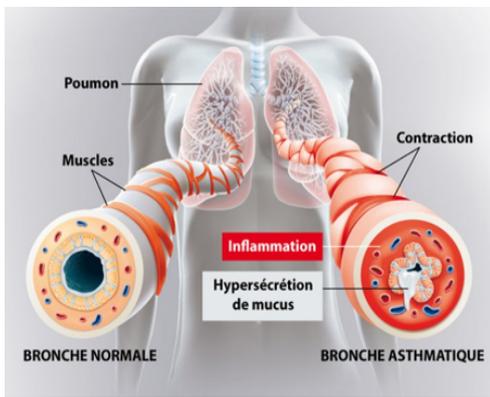
À l'inverse, les résidences services sont gérées par des structures privées commerciales ou associatives. On y trouve des appartements qui vont cette fois du studio au trois-pièces et plus, et qui sont proposés à la location ou à l'achat. Lorsqu'il s'agit d'une copropriété, les propriétaires peuvent occuper leur bien ou le louer.

Construites le plus souvent en centre-ville, à proximité des transports en commun et des petits commerces, ces résidences de standing intègrent des services collectifs de base, ainsi que d'autres facturés à la carte en fonction de l'utilisation faite par le résident.

Depuis 2015, ces structures doivent par ailleurs mettre en place un conseil de résidents, afin que les occupants participent aux décisions relatives à la gestion des services. En ce qui concerne le budget, le loyer d'un studio peut varier de 900 à 2.000 euros en fonction du positionnement plus ou moins haut de gamme de la résidence.

L'asthme sévère

**Une maladie chronique, handicapante,
trop souvent sous-estimée !**



Une enquête réalisée par l'Ifop pour Sanofi dévoile que le grand public connaît l'asthme, mais mesure moins les difficultés au quotidien de ce qu'on appelle l'asthme sévère. Or, cette maladie chronique, qui touche 4 millions de personnes en France, empêche beaucoup de patients de faire une activité physique, voire d'avoir une vie sociale riche.

Témoignage : « Ne vous inquiétez pas, l'asthme ça dure toute la vie, mais on n'en meurt pas . Voilà les mots du médecin que C H consulte à 27 ans pour cause de petits picotements dans les poumons. Dix ans plus tard, je me suis retrouvée entre la vie et la mort pendant dix jours. Entre 27 et 37 ans, j'ai tout fait pour ignorer ma maladie. Ce qui a failli m'être fatal. Pourtant, j'étais infirmière... »

Depuis, C H qui a maintenant 64 ans, sensibilise le grand public grâce à l'Association des asthmatiques sévères. Car l'asthme, pour beaucoup bénin et facile à maîtriser, peut s'avérer mortel et handicapant.

Confusion entre asthme sévère et léger

Si le grand public résume souvent l'asthme à une maladie que règle un coup de ventoline, il existe des degrés très variés. Et l'asthme sévère n'a rien à voir, au niveau du danger, comme des conséquences, sur le quotidien. Problème, l'asthme sévère n'est pas évident à définir, donc à diagnostiquer. Les symptômes restent les mêmes : essoufflement, sifflements quand on respire, toux... « Il se définit à la fois par des symptômes plus importants et réguliers, donc plus handicapants, un traitement plus lourd ».

« Avant d'être sûr qu'il s'agit d'un asthme sévère, il faut s'assurer que tous les facteurs qui déclenchent la crise ont été vérifiés : allergies, tabac, pollution intérieure (acariens, animaux, moisissures) mais aussi extérieure. Il faut vérifier que le non-contrôle n'est pas dû à une mauvaise utilisation du dispositif d'inhalation ou à une mauvaise observance (le respect du traitement par le patient). » Troisième inconnue de l'équation : les éventuelles comorbidités (reflux gastro-œsophagien, rhinite, obésité, contexte psychologique...). Une fois tous ces examens réalisés, on doit se donner 6 à 12 mois de recul pour délivrer un diagnostic fiable. »

Une maladie grave...

Un adolescent décède toutes les trois à quatre semaines à cause de l'asthme en France. Pour deux raisons principales : la fréquence de la maladie, qui touche 6 à 7 % des adultes, contre 10 à 16 % des adolescents. Mais également parce que l'adolescence est un moment particulièrement périlleux.

L'asthme provoque entre 800 et 1.000 décès en France tous les ans actuellement. Voilà pourquoi il est fondamental, selon les médecins et associations, que les patients et leurs familles ne minorent pas cette maladie. Plus tôt les asthmatiques sévères seront identifiés, mieux ils seront soignés.

...Et invalidante

Il existe un véritable fossé dans la qualité de vie entre les asthmatiques sévères et les autres. « C'est une maladie chronique pesante ».

Souvent, la peur de la crise alimente un cercle vicieux. Un patient va éviter tout sport, « alors que l'activité physique est bénéfique, elle permet de savoir où il en est, s'il s'aperçoit qu'il est beaucoup plus essoufflé, c'est une alerte. Et l'activité physique améliore l'asthme, parce que cela entretient les bronches. »

« Ça entrave toute votre vie »

Mais pour certains patients, même les activités domestiques deviennent une montagne à gravir. Quand vous êtes limité au niveau respiratoire, ça entrave toute votre vie. En plus, le manque d'oxygène dans le corps provoque des douleurs musculaires, c'est très handicapant. Quant aux choix de vacances, la maladie limite l'horizon, (évitement de la pollution, par exemple).

Un problème de santé à prendre donc très au sérieux.

Une simple protéine suscite l'espoir dans la lutte contre la maladie d'Alzheimer

A Montpellier, les travaux d'Eric Kremer et Tangui Maurice ont été distingués par la Fondation pour la recherche médicale, qui leur a alloué 361.600 euros.

La protéine Nav1.1 est au cœur du projet de ces deux scientifiques héraultais, qui sont engagés contre la maladie d'Alzheimer : l'augmentation de sa production permettrait de prévenir les anomalies associées à cette pathologie.

Pour l'instant, la méthode a été démontrée sur des souris porteuses de la maladie.

Pourra-t-on, demain, vaincre la maladie d'Alzheimer ? De nombreuses pistes sont explorées depuis de longues années dans les laboratoires du monde entier. Mais pour l'instant, il n'existe aucun médicament sur le marché capable d'en guérir.

Eric Kremer, chercheur à l'Institut de génétique moléculaire, et Tangui Maurice, chercheur au laboratoire Mécanismes moléculaires dans les démences neurodégénératives, sont engagés dans le rude combat contre cette maladie, qui touche environ 225.000 nouvelles personnes chaque année en France. Leur projet, comme sept autres dans l'Hexagone, a tapé dans l'œil de la Fondation pour la recherche médicale, qui leur a alloué une dotation de 361.600 euros. « Ce financement est fondamental, confie Tangui Maurice. Sans lui, le projet ne se faisait pas. »

Rétablir la neurotransmission chez le patient

La protéine Nav1.1 est au cœur des travaux de ces deux scientifiques héraultais : des recherches ont démontré que l'augmentation de sa production dans le cerveau de souris porteuses de la maladie d'Alzheimer prévenait les anomalies associées à la pathologie. L'objectif est de mettre au point une technique, capable de transférer le gène nécessaire à la fabrication de cette protéine, directement dans le cerveau. Et ainsi, de rétablir la neurotransmission, qui est défaillante chez le patient atteint d'Alzheimer.

« Cette protéine laisse passer des ions sodium, entre l'intérieur et l'extérieur de la cellule, qui contribuent à l'amélioration de son fonctionnement, celui des neurones, et donc de la neurotransmission », explique Tangui Maurice. Cette méthode innovante pourrait permettre de prévenir ou de stopper les symptômes liés à la maladie d'Alzheimer.

Pour l'instant, les travaux ne font que débiter, et il est encore trop tôt pour envisager des tests sur l'homme. Mais « compte tenu des résultats encourageants de l'injection de cellules surproduisant Nav1.1 chez l'animal, nous avons bon espoir qu'une approche simplifiée utilisant le transfert de gènes nous permettra de confirmer ces résultats et ainsi de déboucher sur des essais chez les patients », indique Eric Kremer.

Source 20 minutes

Des conseils pour faire un changement d'adresse

Pour profiter pleinement du nouveau logement dans lequel vous venez de vous installer, encore faut-il informer tout un tas de prestataires qui ont besoin de vos nouvelles coordonnées. Par mesure de prudence, il est conseillé d'effectuer un suivi de votre courrier, proposé par La Poste moyennant une vingtaine d'euros pour une réexpédition sur le territoire national pendant six mois.

Cette précaution ne doit cependant pas vous rendre négligent. Il vous faut aussi prévenir au plus tôt, votre caisse de retraites, les organismes sociaux tels que la caisse d'allocations familiales, votre caisse d'assurance maladie, votre mutuelle ainsi que les administrations publiques et votre banque.

En ce qui concerne les organismes publics, la plateforme Service-public.fr propose un téléservice de déclaration dédié, afin d'informer simultanément plusieurs institutions (caisses de Sécurité sociale, impôts, gaz, électricité, etc.). Il vous suffit de vous munir d'une attestation ou d'une facture contenant votre identité pour effectuer cette déclaration de changement de coordonnées en quelques clics dans les trois mois qui précèdent ou qui suivent votre modification de domicile.

Vos papiers à jour

Si votre changement de domicile intéresse au premier plan vos prestataires de services, l'administration publique entend elle aussi savoir où vous trouver. La loi vous impose de mettre à jour votre adresse sur la carte grise de votre véhicule dans le délai d'un mois après le déménagement.

La demande de modification se fait en ligne, sur Immatriculation.ants.gouv.fr (gratuit jusqu'au 3e changement et 2,76 euros à partir du 4e). Vous recevrez une étiquette à apposer sur votre certificat d'immatriculation. Le permis de conduire et la carte d'identité n'ont en revanche pas à être modifiés. Il suffira d'indiquer votre nouvelle adresse au prochain renouvellement de vos papiers.

À l'inverse, profitez de l'occasion pour vous inscrire sur les listes électorales de votre commune d'accueil. C'est là encore possible par Internet, sur le site de la mairie ou via Service-public.fr.

Installation des antennes, données personnelles... Le vrai du faux sur la 5G



Le déploiement de la 5G inquiète. Une infographie regroupant une dizaine d'affirmations est largement partagée sur Facebook. Données personnelles, ondes, antennes, impact sur la vie animale, l'infographie balaye un large spectre d'affirmations, qu'en est-il ?

1/ Une antenne toutes les dix à douze maisons ? **NON !**

La 5G va faire appel à une fréquence différente de la 4G. La 5G va être à 3,5 GHz. Quand les générations avancent [3G, 4G, et 5G aujourd'hui], on monte en fréquence. Plus on monte en fréquence, plus la propagation est difficile. Ce qui veut dire que quand on monte en fréquence, il faut plus d'antennes car la portée est moindre. Les antennes du réseau vont se rapprocher un peu plus près des utilisateurs.

Ce possible rapprochement des antennes signifie que les antennes vont envoyer moins de watts. Quand on se rapproche des utilisateurs, la propagation est plus facile. Donc on a besoin de moins de puissance. Si on a des cellules plus petites sur la 5G, on va émettre moins de watts.

Il faut comprendre que, plus il y a d'antennes, moins c'est dangereux, puisque la puissance des émetteurs descend. Mais on voit mal les antennes se démultiplier, car ce serait beaucoup trop cher pour les opérateurs d'en mettre autant....

2/ Renouvellement prématuré et obligatoire de tous les équipements. **NON Mais !!!**

L'arrivée de la 5G est prévue en 2021 sur une partie du territoire français. Elle mettra du temps avant d'être déployée sur tout le territoire. Même après l'entrée en service de cette nouvelle technologie, votre téléphone continuera à fonctionner en 4G s'il est équipé pour. En revanche, pour utiliser la 5G, il faudra effectivement changer de smartphone...



3/ 20.000 satellites en orbite ? **NON**

Beaucoup d'annonces ont été faites par des start-up. Il y a eu des demandes d'autorisations de mise en orbite d'un grand nombre de satellites. Ces start-up ont proposé d'envoyer beaucoup de satellites, de manière à faire une couverture satellite du monde entier. Cela n'a rien à voir avec la 5G. » L'objectif de SpaceX, entreprise d'Elon Musk, est d'envoyer 42.000 satellites dans l'espace. Or actuellement il y a moins de 10.000 satellites qui ont été lancés depuis le début des satellites ...Les opérateurs français n'envisagent pas de lancer des satellites pour l'utilisation de la 5G.

4/ La 5G promet de tout connecter, partout et tout le temps, grâce à la collecte permanente de nos données personnelles ! **NON Mais !!!**

Les données personnelles des utilisateurs de la 5G seront gérées de la même façon que lors de l'utilisation des technologies 3G, 4G. Les opérateurs ont l'obligation légale confirmée par le RGPD de respecter la vie privée des utilisateurs et de garantir le secret des correspondances, quelle que soit la technologie mise en œuvre par l'opérateur.

Mais la masse de données qui va passer dans des data centers soulève toutefois des interrogations : « Tout le monde va passer par la 5G à court ou moyen terme. Les opérateurs développent des data centers pour gérer les antennes et toutes ces nouvelles applications. Ils ont sous la main énormément d'informations. Que vont-ils faire ? Vont-ils les exploiter ? Ce sont des questions qui se posent effectivement !

6/ Une multiplication des ondes par dix. **NON**

Les ondes électromagnétiques du soleil représentent 90 % des ondes que nous recevons. On va multiplier les ondes du soleil par 10 ? La personne qui écrit cela n'a aucune idée de ce qu'est une onde électromagnétique...

La 5G va émettre « en fonction de la demande, et non en fonction de l'offre », contrairement à la 4G par exemple. « Il y a une interaction qui est être très courte avec l'antenne. Celle-ci va envoyer ce qu'il vous faut pendant deux, trois secondes, les prochains kilo-octets de votre vidéo ou musique, et après elle passe à un autre client. Elle fait une couverture qui est séquentielle, à très haute vitesse. S'il n'y a personne avec un téléphone 5G, il n'y a qu'une très faible émission pour vérifier qu'il n'y a personne qui a besoin de quelque chose.

7/ La 5G en France entraînera une surconsommation électrique équivalente à deux réacteurs nucléaires. **NON !**

Cela n'a aucun sens. La consommation est extrêmement complexe à calculer. » Dans les antennes 4G, un boîtier électronique, qui effectue notamment le traitement du signal, est la principale dépense énergétique. Pour les antennes 5G, ce boîtier est virtualisé dans un data center, relié à plusieurs antennes.

Les antennes 5G ont été conçues pour dépenser très peu d'énergie. Si on considère uniquement l'antenne, les antennes 5G consomment beaucoup moins d'énergie qu'une antenne 4G. Maintenant, si on compare une antenne 5G complète avec la machine virtuelle associée et l'antenne 4G avec son boîtier électronique, on peut dire que c'est équivalent, mais cela dépend complètement de la façon dont est gérée le data center, s'il est optimisé ou non.

8/ La 5G impacterait les observations et prévisions des astronomes et des météorologues. **A VOIR ?**

Les astronomes redoutent une pollution visuelle accrue en raison du lancement de nombreux satellites par des projets comme celui porté par SpaceX. Ces projets de satellites ne sont pas liés au développement de la 5G.



Les météorologues redoutent, pour leur part, une interférence de la 5G avec certaines de leurs fréquences. Cette inquiétude est liée « au démarrage en trombe de la 5G américaine ». Aux alentours de 23 GHz, il y a une bande de fréquence qui est utilisée par les météorologues. Elle sert à faire l'étalonnage pour l'humidité de l'air. Or les Américains avaient autorisé des antennes 5G low-cost à 28 GHz, qui faisaient du "bruit" dans les 23 GHz. L'Europe a pris des normes pour protéger la météo.

9/ La 5G a un impact négatif sur la vie des insectes, remettant en cause le bon fonctionnement des écosystèmes indispensable à notre survie. **Peut-être ?**

Une étude parue en 2018 dans la prestigieuse revue *Nature* s'est penchée sur l'impact des ondes sur quatre espèces d'insectes. « Les insectes étudiés de moins de 1 cm présentent un pic d'absorption aux fréquences (au-dessus de 6 GHz) qui ne sont actuellement pas souvent utilisées pour les télécommunications, mais qu'il est prévu d'utiliser dans la 5G.

Toutefois, les auteurs précisent ne pas avoir « effectué de simulations thermiques complètes, en raison d'incertitudes sur les capacités thermiques spécifiques des insectes et les mécanismes de dissipation de la chaleur ». D'autres études sont nécessaires pour mesurer l'impact sur les insectes.

10/ L'extraction des minerais utilise une main-d'oeuvre infantile et entraîne la mort d'humains, d'où leur nom de "minerais du sang". Elle génère une pollution des sols, de l'air et de l'eau. **NI PLUS NI MOINS ! Hélas !!!**

L'extraction de minerais pour la fabrication d'équipements électroniques n'est pas née avec la 5G. Et elle se poursuivra hélas !

L'URD ne vit que par vos cotisations. L'année 2020 a passé le cap de sa moitié et nos frais engagés doivent être réglés. A ceux qui n'auraient pas encore renouvelé leur adhésion, nous demandons d'adresser « rapidement » leur chèque. Rappelons qu'il ne vous reste à charge que 13€, soit un euro par mois, par le biais de la défiscalisation. Je sais pouvoir compter sur vous. D'avance merci.



BULLETIN D'ADHÉSION



A renvoyer accompagné du règlement à:

URFU/URD

François Xavier DEWASMES

Villa Domitia B- 4 rue Paul Bert – 05000 GAP

M., M^{me}, M^{elle} :

Prénom : né(e) le :

Adresse complète :

Téléphone domicile (fixe) : Portable :

Adresse électronique personnelle :

Syndicat en tant qu'actif :

Grade :

Ex-Fonctions exercées :

EX-Direction Régionale :

Ex-Résidence Administrative :

Retraité depuis le :

J'autorise l'URFU à me communiquer les informations syndicales sur mon adresse e-mail :

Mon adhésion comporte une entière souscription aux dispositions statutaires régissant le Syndicat et je m'engage à payer annuellement ma cotisation.

A le

(Signature)

Cotisation annuelle unique : 40 €

(Chèques à établir au nom de URFU)

Ces 40€ ouvrent droit à une réduction d'impôt nette des deux tiers soit 27 € ; donc coût réel pour l'adhérent pour l'année de 13€.