

Bonjour Toutes et tous,  
Tout d'abord, chers retraité-es :



Ensuite, commençons par dire **Merci à celles et ceux qui ont pris le temps de nous écrire**, transmettre de nouvelles coordonnées, des idées, encouragements, et aussi cette touche d'humour et de philosophie dans ces 4 mots en plein milieu de la page : « **je suis toujours vivante** »

Dans les envois il y a aussi plusieurs anciens collègues archi investis qui réalisent des publications trimestrielles. Chapeau et Respect. En pensant à vous, nous allons essayer de faire vivre plus de Lien(s) en 2026

### Envie de mieux suivre la vie syndicale des retraité-e-s ?

Plusieurs d'entre vous nous ont demandé **d'avantage d'informations** sur ce qui se passe vraiment : les actions, les prises de position, les mobilisations, les dossiers en cours...

Et vous avez raison : **les retraité-e-s ne comptent pas pour des prunes !** (une certaine brune l'avait déjà dit en 1986 😊).

👉 Nous pouvons vous transmettre des infos ciblées venant de **SUD Retraités** sur les sujets qui vous intéressent.

👉 Nous pouvons aussi vous envoyer — ou vous abonner — aux travaux de **l'Union Interprofessionnelle des Retraité-e-s Solidaires**.

Cette équipe est incroyable : active, combative, présente dans les réunions officielles (gouvernement, députés, institutions...) et surtout... **elle ne lâche rien !** Rien que l'an dernier : plus de **150 publications, notes, décisions et comptes rendus**.

✉ Si vous souhaitez recevoir régulièrement tout ou partie de ces informations pour suivre et défendre les intérêts des retraité-e-s :

Écrivez à [sudcamretraites@gmail.com](mailto:sudcamretraites@gmail.com) ou envoyez un SMS à **Monique**.

### IA : menace, miracle ? et si on démystifiait ?

On en parle partout :

Est-ce un Grand méchant truc qui va nous asservir ? Va-t-elle nous remplacer ? Piller les ressources de la planète ? Transformer nos métiers et nos vies ? Faut-il en avoir peur... ou apprendre à s'en servir sereinement ?

👉 Pour y voir clair, comprendre sans jargon, poser vos questions librement et échanger entre retraité-e-s, nous vous proposons un cycle de courtes visio-conférences, simples d'accès, sans rien à télécharger.

Que vous soyez : un peu perdu-e face à ces « trucs d'ordinateur », inquiet-e ou méfiant-e, simplement curieux-se ou déjà amateur-trice d'outils numériques...

→  **Vous êtes les bienvenu-e-s !**

Mélanger des profils différents promet des échanges passionnants. Philippe, Vincent et Xavier répondront à vos questions, démystifieront l'IA et vous montreront ce qu'elle change – ou pas – dans nos vies.

✉ **Pour participer :**

Écrivez à [sudcamretraites@gmail.com](mailto:sudcamretraites@gmail.com) ou envoyez un SMS à Monique avec vos questions ou juste votre envie de participer.

### Grand Soir pour cette Grève du 22 janvier ?

La dernière grève nationale datait de plus de 25 ans. Lors du CN des 13-14/01, le vote a été unanime. Notre communiqué de presse a été relayé le soir même et à l'heure où nous vous écrivons il y a déjà plus de 3000 Followers sur la chaîne Whatsapp « Alerte Mouvement 22/01/26 »

Cela parle des négociations salariales en queue de peloton du secteur bancaire alors que le groupe affiche des résultats solides,

- une pression toujours plus forte sur le terrain,
- IMP'ACT2030 qui inquiète sur les métiers et l'emploi,
- des suppressions de postes, des réorganisations qui avancent masquées, des agences qui ferment discrètement ... Pour vous en rendre compte, regardez : <https://www.sudcam.fr/pages/dataviz/agences/> Agrandissez, choisissez, déplacez les années, cliquez les points... **c'est une création 100% SUDCAM.**

**Dossier ENVIRONNEMENT : Urgence d'agir.**

10 ans de perdus après l'accord de Paris. Les catastrophes climatiques se multiplient. La biodiversité se dégrade.

**En réalité, c'est la logique capitaliste qui continue de régner :** moins de commerces, de transports, pas de Caf, de CAM, de tribunal, de centre des impôts, de carsat, MSA, ni poste dans les campagnes.

SUD-Solidaires se bat aussi sur ce plan

**NON, ON NE FAIT PAS D'ÉCONOMIES SUR NOS VIES**

## AG UNIRS de décembre 2025 :

### Une force qui agit, qui rassemble et qui ne lâche rien.

Cette année encore, l'UNIRS l'a démontré : les retraité·e·s ne sont pas de simples spectateurs. Ils et elles luttent, s'engagent et construisent.

☞ L'UNIRS est présent dans tous les BN et CN, réunit chaque premier jeudi du mois, et contribue activement à la rédaction des Utopiques. 73 structures participent, **nous sommes fier·e·s d'en faire partie.**

Sur la question du pouvoir d'achat et de la justice fiscale, nous le répétons : depuis 30 ans, le libéralisme organise la dette publique. Nous refusons la culpabilisation permanente. Il faut taxer réellement les plus riches, défendre l'impôt progressif et dire NON à l'austérité.

Concernant le climat, l'UNIRS remet au cœur du débat un enjeu trop souvent oublié : l'impact direct sur la santé et la vie des personnes âgées.

☞ En 2025, l'UNIRS a été de toutes les mobilisations nationales, a joué un rôle moteur au sein du G9, pris part aux débats intersyndicaux et aux rencontres internationales, s'est engagée sur des sujets majeurs : fin de vie, protection sociale, services publics, enjeux internationaux, montée de l'extrême droite... avec des analyses solides et assumées.

Les nombreuses publications, actions et RDV officiels font bouger les lignes, pas assez bien sûr

C'est une année de mobilisations et d'actions concrètes, parce que les retraité·e·s comptent et refusent d'être invisibles.

Ensemble, nous constituons une véritable force, déterminée à obtenir la reconnaissance pleine et entière du syndicalisme retraité dans SUD-Solidaires : droit de vote, place dans les décisions, visibilité des luttes. ça fait vraiment plaisir d'être retraité·e et Militant·e.



Pour celles et ceux qui le connaissent, Gérard Gourguechon, qui a œuvré pendant 24 ans pour les retraité·e·s, ne se représentera pas et restera au Bureau.

Anne Millant a lu un texte émouvant qui se termine par : *« Nous espérons parvenir avec toi à faire sue l'UNIRS continue à œuvrer pour un autre avenir, pour un monde plus juste Nous sommes ravi·e·s de participer à cela à tes cotés Aujourd'hui et demain »*

## Alors les Jeunes !?? ça Boomer ?

Quand j'avais 15 ans, à mes yeux, à 40 ans t'étais déjà vieux, puis en progressant en sagesse....enfin en âge, en vieillissant donc, les vieux sont toujours ceux qui sont plus âgés que moi, jusqu'au jour, où, fatalement, je serai résigné à reconnaître qu'il est difficile d'être plus vieux.

Vous l'avez peut-être remarqué mais il existe un cycle naturel qui fait qu'avec de la chance on peut durer en relative bonne santé, de fait, en fonction des aléas de la vie : jeune un jour, jeune un jour, et peut être vieux un jour, pour toujours.

Si le vieillissement est pour certains une calamité obsessionnelle, socialement cela devient un sujet economico-politico-socio-pop.

Notre élite nationale, ex premier ministre en tête, l'a même utilisé et mis sur le tapis pour expliquer tous les problèmes d'aujourd'hui.

Il fut un temps, y avait les Ritals, puis les Espinguoins, puis les Portos (pas celui des mousquetaires), les Bounouls qui font encore recette aujourd'hui et enfin les migrants toutes nationalités confondues.

Maintenant, il semble que cela soit de la faute de certaines générations si tout part en couille.

Comment fracturer la société et comment diviser le peuple pour mieux l'exploiter ? Facile. C'est toujours la faute de l'autre, surtout s'il est différent.

Nous pourrions rentrer dans le jeu du comparatif de vie entre générations pour distribuer les bons ou mauvais points des X ou des Y ou des boomers. Cela a d'ailleurs été fait au boum de la polémique et si cela vous intéresse il y a un tas d'articles sur le net.

Pour autant nous resterions dans des généralisations qui n'ont pas de sens et est-ce réellement ce qui doit nous préoccuper aujourd'hui ?

A mon sens s'il y a un clivage à combattre, il me semble que c'est celui de la participation de chacun au bien commun et comment celui-ci est géré ?

Nous souhaitons vivre en société car c'est une organisation qui nous est naturelle, pour autant, il n'est pas normal que le concours au bien commun ne soit pas distribué équitablement.

Est-il normal que plus on est riche, moins on participe proportionnellement à l'effort collectif ?

Alors il ne s'agit pas là de problème générationnel.

D'ailleurs dès 1585, le chirurgien Ambroise Paré avait ainsi défini quatre âges de la vie :

la puérité, l'adolescence, la virilité, la vieillesse en se basant essentiellement sur l'évolution de la température corporelle.

Plus de quatre cent ans plus tard, même si les limites d'âge ont considérablement évolué, le monde médical n'a pas remis en cause ce principe, même si à la température sont venus s'ajouter d'autres paramètres comme la composition corporelle (notamment la répartition masse grasse/masse musculaire) ou l'imprégnation hormonale.

**Alors ceux qui tiennent encore à ergoter sur les générations, à vos thermomètres !**

## Du nouveau en 2026 :

- Les **pensions de retraite** de base font + 0,9 % au 1er janvier 2026, conformément à la loi de financement de la Sécurité sociale.

- **Surveillance des comptes bancaires** : La Carsat a renforcé ses mesures de surveillance pour lutter contre la fraude sociale. Du coup, nous devrions être vigilants sur la protection des données personnelles et il faudra fournir rapidement les documents requis en cas de contrôle. ☹️ ☹️

- **Évolution des tarifs postaux** : + 7,4 % au 1er janvier 2026. Même avec ces tarifs, **nous allons continuer à vous écrire en papier**. Si vous préférez le mail cela économisera notre trésorerie.

- **Revalorisation du Smic**: Le mensuel brut est à 1 823,03 € le plafond de la Sécurité sociale fait + 2 %, soit 48 060 €

- **Aides pour les véhicules électriques** : Les aides à l'achat de véhicules neufs sont maintenues, l'aide maxi est à 5 700 € pour les ménages précaires.

- **Protection des données personnelles** : Les retraités doivent être encore plus vigilants ☹️ ☹️  
Si vous avez des doutes sur un email, un sms reçu, un QR code, un lien bizarre, nos informaticiens se feront un plaisir de vous aider. Ça peut servir ...

## ON VIT UNE ÉPOQUE OÙ TOUT VA... TRÈÈS VITE:

Dans notre commission retraité-es, c'est Monique qui centralise tous les contacts.

Normal : elle vient de Centre France, donc elle est pile au milieu... et au courant de tout 😊

Entre nous, on s'échange encore des fichiers Word par mail, le soir, à l'ancienne, avec patience, lunettes sur le nez et clic bien appuyé sur « envoyer »..

Nous pensions être très bien placés sur le podium de la lenteur.

Mais c'était sans compter sur un concurrent redoutable, champion toutes catégories : 📧 **La Poste** 📧

Monique a reçu le 12 janvier **2026** une enveloppe en parfait état, marquée NPAI, envoyée... → 📧 le 27 janvier 2025.

Un an de voyage,

Autant dire un courrier qui a pris le temps de vivre.



Alors les ami-e-s, petit rappel :

📧 **si vous changez d'adresse, dites-le vite à Monique.**

Parce que si on attend les retours de La Poste pour tenter de vous retrouver... **on risque d'avoir largement le temps de fêter un bon nombre d'anniversaires** 😊😊

## Mini information et Grandes Formations :

Des cours gratuits, en ligne pour découvrir, apprendre, progresser..

Connaissez-vous FUN :

France Université

Numérique ?

Certains sont des cours qui vont au niveau Ingénieur +++

et d'autres faciles à suivre et rapides à finir

Science, nature, environnement, social, actualités ...

Il y a de tout, des exercices, et des corrigés

personnalisés. Zéro obligation !

CNAM, CNRS, plus de 50 universités et grandes écoles contribuent... **Un vrai service public** que le capitalisme n'a pas encore avalé (*j'peux pas m'en empêcher*)

Inscrivez-vous vite car le catalogue évolue sans cesse.

### Un SUD, ça doute de tout, un retraité SUD c'est pire !

Pendant les fêtes une amie m'appelle car elle a reçu un mail avec son nom, prénom qui lui demande de payer 78 cts car le colis n'entrait pas dans sa boîte aux lettres.

Ancien informaticien, je me dis cette arnaque va être aussi simple à voir qu'un éléphant dans un couloir.

Que nenni ! les liens sont bons, le site est parfait, même le code html est nickel, aucun renvoi, absolument rien de bizarre jusqu'à ce que je regarde la date de création du domaine sms-fr-pickups.com dans Whois : 26 décembre 2025.

Pour une "grande entreprise mondiale", comment dire... **ça sent la bûche de Noël !**

Je savoure ma victoire, j'éteins l'ordi et j'attaque la boîte de chocolats. Fier, très fier d'être aussi perspicace.

En ce début Janvier, j'entends parler **d'attaque homographique**. Je me dis c'est juste encore un truc facile à détecter, ça va me prendre 2 minutes et hop, j'ouvrirai une autre boîte car il faut vous dire que cette année, la famille a été généreuse.

**Eh bien NON**, il va falloir arrêter avec les chocolats et se documenter car on est LOIN d'imaginer ce qui va nous arriver.

trouvez-vous l'erreur ici ? [www.airfrance.com](http://www.airfrance.com)

et là ? [ikea.com](http://ikea.com) [deloitte.com](http://deloitte.com) [facebook.com](http://facebook.com)

Airfrance, c'est la seconde lettre a en cyrillique, ça se voit à la loupe car la barre de soulignement est discontinuée. ikea, deloitte c'est l'accent du i, Facebook le f accentué.

allez un dernier [orange.com](http://orange.com) celui-là est **au**

**top**, je pense qu'on se fait tous et toutes rouler.

*Farine, goudron, plumes, ...*

Le a est dans un alphabet différent, ce devrait être : **a**  
Avez-vous trouvé ?

A cette heure, j'ai rangé les boîtes de chocolat, rangé aussi mon excès de confiance et vais maintenant, **comme vous**, me méfier 10 fois plus !

Si vous avez des doutes, contactez-nous, les informaticiens retraités se feront un plaisir de vous aider, et je retournerai chercher les chocolats !



Voici **le traditionnel questionnaire** qui va nous permettre de mettre à jour vos coordonnées, vos préférences de contact et surtout de traiter des sujets qui vous intéressent.  
N'hésitez pas... nous lisons tout car on a le temps maintenant !



Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
Adresse postale : \_\_\_\_\_  
Téléphone : \_\_\_\_\_ @ mail : \_\_\_\_\_  
Ancienne caisse ou entité du groupe CA : \_\_\_\_\_

Choix de communication : Je préfère le papier-----je préfère le mail ----- envoyez donc sur les deux !

A quelle périodicité souhaitez-vous recevoir cette lettre d'info ? *(on aimerait arriver à trimestrielle)*

Quels sont les sujets que vous souhaitez aborder dans cette lettre ?

- 
- 
- 

Continuez-vous la vie militante ?

Non / très peu / je vais à certaines manifs / j'aide un groupe local / je continue comme avant  
Je continue encore plus fort car j'ai du temps !

Aimeriez-vous nous aider en publiant des articles ou, en nous soumettant des sujets ?

-

Autres idées, Expression libre :

Retour par mail à [sudcamretraites@gmail.com](mailto:sudcamretraites@gmail.com) ou, par courrier à :

**Syndicat SUDCAM Commission Retraités Monique Caillac 9 rue du Languedoc 15130 Ytrac**

**à Bientôt**

Monique (06 37 04 53 42), Christian, Frédéric (x2), Philippe et Richard sont à votre écoute.