



# le Lien Social

Magazine

#153

SEPTEMBRE / OCTOBRE  
2023

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

👉 **À LA UNE :**  
Une nouvelle aide CRPCEN pour les affiliés

👉 **À LA UNE :**  
La CRPCEN engagée dans la lutte contre  
le cancer du sein

👉 **BIEN VIVRE :**  
N'oubliez pas les vaccinations

👉 **DOSSIER**  
**Réforme des retraites :**  
**qu'est-ce qui change pour vous ?**





# Édito

**Olivier MANIETTE,**  
directeur de la CRPCEN

La CRPCEN vient de vivre une période historique avec la réforme des retraites dont les dispositions spécifiques pour notre Caisse ont mis fin au régime vieillesse pour tous les nouveaux embauchés dans le notariat depuis le 1<sup>er</sup> septembre.

Néanmoins, cela ne marque pas pour autant la fin d'un des plus vieux régimes de sécurité sociale français

bien au contraire ! Tout d'abord, la CRPCEN est toujours là et bien vivante ! Elle va continuer à gérer la protection sociale pour la partie maladie de 160 833 bénéficiaires, la retraite des plus de 65 000 actifs qui étaient affiliés avant le 1<sup>er</sup> septembre ainsi que la gestion des 80 000 retraités actuels. Ce seront également plus de 100 000 personnes qui sont actuellement sorties du régime et qui feront valoir leur droit à la retraite le moment venu auprès de la CRPCEN.

Donc du travail, nous en avons au moins jusqu'en 2050 ! Et non seulement, nous vous devons la poursuite d'une gestion administrative irréprochable mais il est également impératif que nous maintenions haute la qualité de service public que nous servons à nos affiliés et employeurs. C'est ce qui consolidera notre légitimité dans les années à venir.

Vous le verrez à travers les pages de ce nouveau numéro du Lien Social, nos actions de proximité prennent un nouvel élan. La réforme nous a conduits à créer des webinaires d'information que nous menons avec des chambres notariales. À ce jour, ce sont plus de 1 700 personnes qui ont assisté aux conférences en ligne que nous avons organisées pour les affiliés et les employeurs avec la chambre notariale de Caen et de Paris. Et nous allons poursuivre prochainement nos rencontres avec la chambre de Meurthe et Moselle et la chambre inter-départementale

de Toulouse. Ces rencontres sont d'ores et déjà très appréciées par les participants.

La proximité s'infuse dans beaucoup d'autres actions avec notamment le déploiement d'une mission isolement qui vise à identifier les personnes les plus isolées et à leur proposer une « main tendue », un temps de solidarité et de bienveillance grâce nos bénévoles des comités de retraités. Cette expérimentation se fera sur les départements d'Indre-et-Loire, des Bouches-du-Rhône, de la Meurthe et Moselle et de la Moselle.

J'ai également souhaité que l'on développe une démarche que nous appelons « Aller vers » afin de rappeler les affiliés qui ont cherché à nous joindre sans succès. Cette démarche prendra de l'ampleur dans les mois à venir et j'aurai l'occasion de vous en reparler.

Toutes ces actions participent à une stratégie plus globale que nous avons déjà détaillée dans les numéros précédents du Lien Social dont l'objectif principal : se doter d'une offre en ligne suffisamment riche et claire en terme d'informations que seuls les affiliés qui ont absolument besoin d'être pris en charge par un nos de conseillers puissent bénéficier d'un accompagnement au téléphone individualisé et personnalisé.

Je vous souhaite une bonne lecture.

## SOMMAIRE

3 - 6

### À LA UNE

- Le mot de Serge FOREST, vice-président du conseil d'administration de la CRPCEN représentant les assurés
- Webinaires : la CRPCEN à la rencontre de ses affiliés
- Congrès des notaires 2023 : la Normandie à l'honneur
- De nouveaux ateliers de prévention pour les affiliés de la CRPCEN
- Accompagnement et amélioration de la qualité de vie : une nouvelle aide CRPCEN
- Octobre rose : la CRPCEN engagée en faveur de la lutte contre le cancer du sein

7 - 10

### DOSSIER

- Réforme des retraites : qu'est-ce qui change pour vous ?

11 - 14

### BIEN-VIVRE

- L'automne, saison de transition pour bien préparer l'hiver
- La grippe saisonnière : se faire vacciner, c'est se protéger et protéger les autres !
- Calendrier de vaccination 2023 : avez-vous pensé à vos vaccins et rappels ?
- Urgence médicale ? Composez en priorité le 15 !
- Passage à l'heure d'hiver, quelles conséquences ?

15

### SIMPLIFIEZ-VOUS LA VIE

- Victime d'un accident causé par un tiers : quelles sont les démarches à effectuer ?



## 2023, Une année noire pour notre régime !

**L**a réforme des retraites a été promulguée par le Président de la République sans avoir été votée ! Un comble pour un pays dit « démocratique » certes les « outils » juridiques déployés par le Président de la République et son Gouvernement sont légaux, mais une réforme d'une telle importance aurait quand même pu recevoir un autre traitement politique.

Nous nous interrogeons toujours sur le pourquoi de l'inclusion de la CRPCEN dans le périmètre de cette maudite réforme :

- Dommage collatéral de la fermeture des régimes de la RATP et des IEG (EDF-GDF) ?
- Acharnement de l'actuel Gouvernement sur le Notariat, profession d'un autre siècle après la Loi Croissance ?
- Multiplication des sociétés d'exercice pluridisciplinaires (Avocats, Experts-comptables, Experts immobiliers et d'autres professions) dont les salariés relèvent tous du régime général de Sécurité Sociale et des régimes complémentaires pour la retraite ?

À ce jour aucune motivation n'apparaît comme plausible, peut-être qu'avec le temps certaines langues se délieront et nous connaissons alors le véritable motif ayant prévalu à la caisse de notre régime spécial de Sécurité Sociale qui en 85 années d'existence n'a jamais demandé l'aide de l'État pour équilibrer ses comptes.

Bon c'est le passé et même si cela nous affecte, quid pour le présent et l'avenir ?

Pour le présent, les actifs en poste dans les études et offices, aucun changement pour eux y compris jusqu'au moment de leur départ en retraite. Celle-ci sera liquidée suivant la moyenne des salaires annuels bruts des dix meilleures années avec un taux de 75 % s'ils ont une carrière complète, sinon le taux de 75 % sera proratisé en fonction du nombre d'annuités travaillées et cotisées.

L'âge de départ en retraite va converger vers 64 ans graduellement ainsi que le nombre d'annuités nécessaires fixé à 43 ans.

Toutefois pour certaines catégories de salariés des aménagements plus favorables existent encore notamment pour les carrières longues et les personnes en situation d'invalidité.

Pour les retraités, aucun changement non plus, ils vont continuer de percevoir leur retraite, la fermeture du régime n'ayant aucun impact pour eux.

Par contre pour les nouveaux salariés embauchés depuis le 1<sup>er</sup> septembre dernier, l'affiliation CRPCEN perdure pour la couverture maladie et pour la retraite, ce sera le régime général de Sécurité Sociale ainsi que les régimes complémentaires Agirc-Arrco.

Je conseille à tout à chacun, si cela n'est pas encore fait, de créer votre compte retraite sur le site Internet de l'Info retraite. Vous accéderez en toute sécurité à une information personnalisée selon vos régimes de retraite. Pour ceux qui sont concernés par un départ d'ici deux ans, je vous conseille de



### Le mot du vice-président

**Serge FOREST,**

*vice-président du conseil d'administration  
de la CRPCEN représentant les assurés*

passer par votre espace personnel CRPCEN, lequel vous permettra d'avoir rapidement les bonnes informations en vue de votre retraite (âge de départ, trimestres, annuités, etc.).

Maintenant quid de l'avenir du régime fermé de la CRPCEN ? Tout va dépendre d'un paramètre essentiel dans le projet de Loi de Financement de la Sécurité Sociale pour 2024 ou 2025. Je m'explique : lors de réunions du Conseil d'administration de la CRPCEN qui ont eu lieu pendant le premier trimestre et suivants de 2023, les représentants de nos Ministères de tutelle nous ont indiqué à plusieurs reprises que des dispositions financières seraient prises pour assurer l'équilibre du régime fermé.

C'est à dire ?

Pour nous administrateurs, c'est le juste retour des cotisations sociales perçues sur les rémunérations des nouveaux entrants depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2023 par le régime général mais aussi les régimes AGIRC-ARRCO, et là... nous n'avons aucune certitude ! Les promesses n'engagent que ceux qui les reçoivent, dixit un ancien président de la république.

Donc le régime fermé de la CRPCEN va au-devant de difficultés de trésorerie pour faire face aux paiements de ses prestations dès 2030, encore qu'avec la « crise immobilière » actuelle le montant de la cotisation sur émoluments et honoraires de 4 % n'atteindra pas les montants des années 2021 et 2022.

Cela veut donc dire que la CRPCEN devra « taper » dans ses réserves financières en cas de besoin dans un premier temps, puis sur un terme plus long sur l'immobilier de placement.

Notre effort, avec les partenaires sociaux de la profession, doit tendre à ce que le retour de cotisation évoqué plus haut soit effectif le plus rapidement possible afin d'éviter toute situation néfaste aux assurés de notre régime. ■





## Webinaire : la CRPCEN à la rencontre de ses affiliés

Depuis juillet dernier, la CRPCEN vient d'intégrer cet outil très interactif à sa nouvelle offre de service auprès de ses affiliés et des employeurs.

La réforme des retraites a généré beaucoup de questions de la part des affiliés et en toute logique, ce fut la thématique la plus opportune pour lancer les premiers webinaires de la CRPCEN.

Ainsi, après un essai réussi avec la chambre notariale de Rouen, les équipes de la CRPCEN sont allées à la rencontre de la chambre de Caen avec deux sessions qui se sont tenues sur deux jours (le 7 et 8 septembre) en réunissant près de 80 participants. Les enjeux de la réforme des retraites et les incidences sur les droits des affiliés CRPCEN ont permis des échanges d'une grande richesse avec les participants.

D'autres rencontres ont également été organisées avec la chambre notariale de Paris le 25 septembre et le 5 octobre avec les affiliés, et le 12 octobre avec les employeurs en présence de Maître Hubert FABRE, administrateur notaire de la CRPCEN qui apporte tout son soutien à cette nouvelle initiative. Ces webinaires ont également rencontré un franc succès puisque plus de 1000 participants se sont connectés sur ces 3 jours.

Cette nouvelle offre de service dynamique permet à la CRPCEN d'affirmer ainsi son rôle de conseil auprès de ses affiliés et des employeurs du notariat dans un contexte de réforme des retraites qui suscite beaucoup d'interrogations.



### MAIS QU'EST-CE QU'UN WEBINAIRE ?

Depuis la pandémie, les webinaires se sont particulièrement développés dans les entreprises. Né de la contraction des mots web et séminaire, le webinaire désigne une conférence en ligne à laquelle plusieurs personnes connectées dans des lieux éloignés peuvent participer.

Ainsi les participants peuvent suivre la visio-conférence en audio et vidéo, échanger et poser des questions via un outil de conversation instantané, répondre à des sondages, télécharger des documents mis à disposition, visionner un diaporama, des vidéos... Pour celles et ceux qui n'ont pas pu participer, le webinaire peut être visionné si besoin. ■



## CONGRÈS DES NOTAIRES DE FRANCE

### Congrès des notaires 2023 : la Normandie à l'honneur



Maître Corinne Feuillet Cadene (VP Notaire), Maître Antoine Desmiers de Ligouyer et Lise Verdier (administrateurs) aux côtés d'Olivier MANIETTE (directeur CRPCEN) et de Pierre Sudre (CRPCEN)

Pour la 17<sup>e</sup> année consécutive, la CRPCEN a participé au Congrès des notaires dont la 119<sup>e</sup> édition s'est tenue à Deauville du 26 au 29 septembre dernier.

Cet évènement séculaire a accueilli cette année plus de 3000 congressistes issus de 40 pays différents afin d'échanger sur une réflexion d'intérêt général. Avec comme thème « Le logement - Le devoir de faire mieux, le Droit pour faire autrement », les 3 jours de congrès ont mis en avant des propositions visant à améliorer les pratiques face à la crise du logement qui dure depuis plus de trente ans et de faire évoluer la règle de droit avec des propositions pragmatiques et équilibrées.

La CRPCEN, quant à elle, a pu affirmer son rôle de conseil auprès de tous les congressistes qui se sont succédés sur le stand. À l'instar des années précédentes, l'équipe administrative a accueilli une centaine de visiteurs sur le stand. Ce fut l'occasion d'aborder non seulement la situation globale de la Caisse surtout dans le contexte actuel de réforme des retraites mais également afin de leur apporter toute réponse quant au fonctionnement de leur étude ou de faire le point sur leur situation individuelle en réalisant notamment des estimations de pensions. ■



Oliver Maniette et Christine Maugüé, présidente du CA de la CRPCEN aux côtés de l'équipe administrative de la CRPCEN

## De nouveaux ateliers de prévention pour les affiliés de la CRPCEN



### Vous avez entre 60 et 80 ans ?

Dès septembre prochain, inscrivez-vous aux ateliers prévention organisés par la CAMIEG\* en partenariat avec la CRPCEN !

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour prendre soin de sa santé, les ateliers prévention sont proposés dans différentes régions soit en présentiel soit à distance (par visioconférence) sur des thématiques de santé variées (stress, bien-être, sommeil, activité physique et nutrition adaptés à son âge et à ses besoins, incidences et répercussion de l'environnement sur notre corps et notre santé, etc.). Animés par des spécialistes, vous pourrez disposer d'informations et de conseils personnalisés.

### VOUS ÊTES INTÉRESSÉ(E)S ET VOUS SOUHAITEZ VOUS INSCRIRE ?

Si vous habitez dans les localités suivantes et leurs alentours (Dijon, Montélimar, Valenciennes, Nantes, Laval, Laval, Angers, Saint-Brieuc, Dax, Saint-Yrieix-sur-Charente, Veuzain sur Loire, Bourges, Péronnas, Corse et Strasbourg), surveillez votre compte Ameli ou votre boîte aux lettres, vous recevrez une invitation vous permettant de vous inscrire.

On vous attend nombreux ! ■

\* Caisse d'assurance maladie des industries électriques et gazières

## Accompagnement et amélioration de la qualité de vie : une nouvelle aide CRPCEN



Cette nouvelle aide vise les actifs, les retraités, les aidants, les personnes (actifs et parents) en situation d'épuisement familial ou professionnel. La grande problématique, de l'aidant, du parent, de l'actif au bord de l'épuisement, c'est l'absence de répit, de loisirs, le sentiment de solitude, voire de désarroi.

Lorsque l'on aide un proche, l'attention à soi est moins importante et l'attention à l'autre peut être sans limite. Aider un proche, c'est mettre son corps à rude épreuve, c'est aussi ne dormir que d'une oreille, être plus concentré sur l'alimentation de son proche que sur la sienne, être stressé (par l'avenir, par l'organisation du quotidien...), consacrer beaucoup d'énergie à la coordination des professionnels qui interviennent, passer moins de temps avec ses amis, etc. Autant de facteurs qui concourent à augmenter le stress et à voir sa santé se dégrader...

Cette aide doit permettre au bénéficiaire de souffler moralement, physiquement et de lui offrir un moment de mieux-être.

Elle doit pouvoir servir à financer :

- des loisirs et vacances (hors achat de matériel) ;
- un séjour - répit ;
- un soutien psychologique auprès de professionnels ;
- des frais de scolarité et de soutien scolaire (hors achat de fournitures scolaires) ;
- de la garde d'enfant(s) (nourrice, crèche, garderie) ;
- un accueil temporaire de jour ou de nuit ou une suppléance de l'aidant à domicile.

**IMPORTANT : La campagne pour faire la demande de cette nouvelle aide aura lieu du 6 novembre 2023 au 9 février 2024.**

Une foire aux questions est accessible sur le site de la CRPCEN. ■



**OCTOBRE ROSE :**

la CRPCEN engagée  
en faveur de la lutte contre  
le cancer du sein



La recherche contre le cancer du sein est une cause majeure.  
Chaque année, cette maladie touche près de 60 000 femmes.

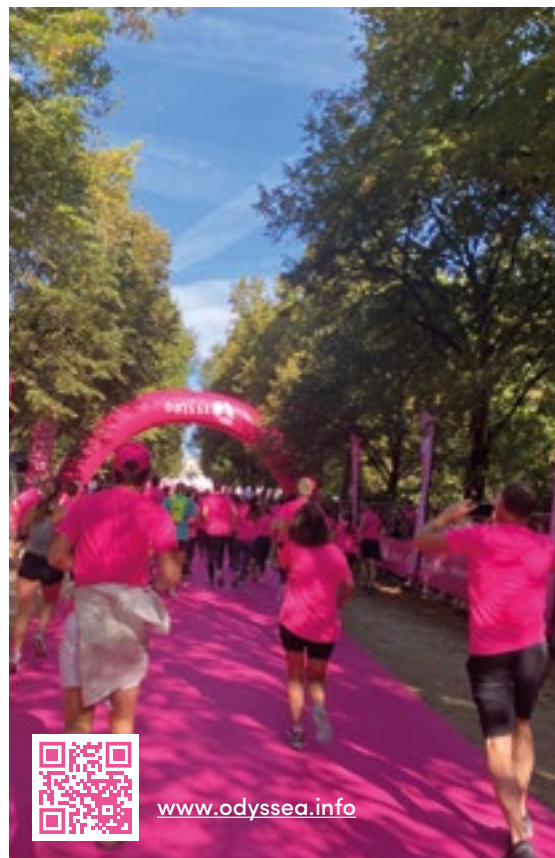
**LORSQU'IL EST DÉTECTÉ  
SUFFISAMMENT TÔT**

**9 CAS  
SUR 10  
SONT SAUVÉS**

**ODYSSÉA : une course engagée**

Depuis 1982 en France, le mois d'octobre est consacré à la lutte contre cette maladie. Communication, dépistages, événements caritatifs en faveur de la recherche... Grâce aux associations Ruban Rose et Odyssea, en plus des campagnes de prévention, des circuits de marches et de courses à pieds sont organisés dans toute la France afin de récolter des fonds destinés à la lutte contre le cancer du sein.

Cette année, 30 salariés de la CRPCEN se sont engagés pour soutenir la cause en participant à la course Odyssea qui s'est déroulée à Paris le 30 septembre et le 1<sup>er</sup> octobre dernier. Bravo à toute l'équipe de la Caisse. ■



[www.odyssea.info](http://www.odyssea.info)





DOSSIER

## Réforme des retraites : qu'est-ce qui change pour vous ?

**Vous vous posez des questions sur la réforme des retraites à la CRPCEN ?**

*Suis-je concerné(e) ?  
Qu'est ce qui change avec la réforme ? À  
quelles dates les mesures s'appliquent-elles ?...*

*le Lien Social fait la lumière sur les principales mesures. Toute l'information « Réforme des retraites » est accessible sur [www.crpcen.fr](http://www.crpcen.fr)*



### La fermeture du régime vieillesse CRPCEN pour les nouveaux embauchés à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2023

La loi du 14 avril et le décret du 28 juillet derniers définissent les principes d'affiliation vieillesse à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2023.

**Quelle que soit la date d'embauche, l'affiliation maladie ne change pas**

Pour la retraite, les salariés dans le notariat avant le 1<sup>er</sup> septembre bénéficient du maintien du régime CRPCEN, c'est ce qu'on appelle la « clause du grand-père ». La loi prévoit également le maintien de l'affiliation en cas de changement d'employeur dans le notariat entre deux contrats de travail ainsi qu'en cas de période de chômage indemnisé ou de période dite assimilée (arrêt maladie indemnisé, congé de maternité indemnisé, etc.).\*\*

Les nouveaux embauchés dans le notariat à compter du 1<sup>er</sup> septembre sont en revanche affiliés au régime général pour la retraite de base et au régime unifié Agirc-Arrco pour la retraite complémentaire.

#### En résumé

Vous êtes	Régime affiliation maladie	Régime(s) affiliation vieillesse
Salarié dans le notariat <b>avant</b> le 1 <sup>er</sup> septembre 2023	CRPCEN	CRPCEN
Salarié dans le notariat <b>à compter</b> du 1 <sup>er</sup> septembre 2023	CRPCEN	Régime général (CNAV) et Régime Agirc-Arrco

\* (loi n° 2023-270 du 14 avril 2023 de financement rectificative de la sécurité sociale pour 2023)

\*\* Des précisions sont apportées dans le PLFSS 2024.

## La fermeture du régime vieillesse CRPCEN pour les nouveaux embauchés à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2023

De manière générale, à la CRPCEN, ces mesures entrent en vigueur à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025 et concernent les générations nées à compter de 1963.



Un calendrier spécifique de montée en charge est prévu pour le régime CRPCEN à la fois concernant la cible des 64 ans et la cible des 172 trimestres nécessaires :

➔ l'âge légal de la retraite est fixé à 64 ans à compter de la génération 1970. Il est relevé progressivement de 62 ans et 3 mois à 63 ans et 9 mois pour ceux qui sont nés entre 1963 et 1969 ;

➔ le nombre de trimestres requis est fixé à 172 à compter de la génération 1966. Il passe progressivement de 169 à 171 pour ceux qui sont nés entre 1963 et 1965.

### Par conséquent :

➔ l'âge légal de la retraite est fixé à 64 ans à compter de la génération 1970. Il est relevé progressivement de 62 ans et 3 mois à 63 ans et 9 mois pour ceux qui sont nés entre 1963 et 1969 ;

➔ le nombre de trimestres requis est fixé à 172 à compter de la génération 1966. Il passe progressivement de 169 à 171 pour ceux qui sont nés entre 1963 et 1965.



Le dispositif de retraite anticipée au titre d'une carrière longue est aménagé pour les pensions prenant effet à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025.

Il s'articule désormais en cible (générations nées à compter de 1972) autour de **4 bornes d'âge de départ** :

- à partir de 58 ans si vous avez commencé à travailler avant 16 ans
- à partir de 60 ans si vous avez commencé à travailler avant 18 ans
- à partir de 62 ans si vous avez commencé à travailler avant 20 ans
- à partir de 63 ans si vous avez commencé à travailler avant 21 ans

**Dans tous les cas, vous devez totaliser 172 trimestres d'assurance cotisés.**

À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025, les conditions du départ à la retraite anticipée au titre d'une situation de handicap sont également assouplies. Le départ reste possible à partir de 55 ans, mais désormais sous deux conditions au lieu de trois :

- justifier d'un taux de handicap à 50 % ;
- totaliser une durée cotisée avec handicap minimale.

La condition de durée d'assurance en situation de handicap est ainsi supprimée.

**Tous les calendriers de montée en charge sur les mesures d'âge de départ et de durée d'assurance requise sont disponibles sur notre site Internet. Attention, ces calendriers de montée en charge sont spécifiques à la CRPCEN. Si vous êtes né(e) à compter du 1<sup>er</sup> septembre 1961, vous pouvez être concerné(e) dès aujourd'hui par la réforme dans d'autres régimes dont vous avez relevé (régime général, fonction publique...).**

## La mise en place de la retraite progressive

La réforme des retraites de 2023 étend le dispositif au régime CRPCEN.

Le dispositif de retraite progressive permet aux salariés, 2 ans ou moins avant l'âge légal de la retraite en vigueur au régime général, de travailler à temps partiel tout en touchant une fraction de leur retraite. Lorsque vous cessez totalement votre activité professionnelle, votre retraite définitive est recalculée en tenant compte de cette période à temps partiel.



Pour bénéficier de la retraite progressive, vous devez :

- être âgé d'au moins 62 ans à compter de la génération 1968 (entre 60 ans et 61 ans et 9 mois si vous êtes né avant) ;
- réunir au moins 150 trimestres d'assurance tous régimes de retraites de base confondus ;
- exercer votre activité à temps partiel. Votre quotité de travail ne doit pas être inférieure à 40 % ni supérieure à 80 % de la durée de travail à temps complet ou de la durée de travail légale ou conventionnelle à temps complet exprimée en jours pour les salariés en forfait-jours.



Le montant de votre retraite progressive est déterminé à partir du calcul provisoire de votre pension sur la base de vos droits au moment de la date d'effet de votre retraite progressive.

La fraction de cette pension provisoire qui vous est versée est égale à la différence entre 100 % et votre durée de travail à temps partiel ou à temps réduit.

Exemple : en cas d'activité à temps partiel à 60 % d'un temps complet, vous avez droit à 40 % de votre pension provisoire.

Le bénéfice de la retraite progressive entraîne également la liquidation provisoire et le service de cette même fraction de pension dans tous les régimes de retraite de base légalement obligatoires dont vous avez relevé.

### Le cumul emploi retraite créateur de nouveaux droits

Les périodes travaillées à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2023 dans le cadre d'un cumul emploi retraite intégral permettent, depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2023, de se constituer de nouveaux droits à retraite. Elles ouvrent droit à la liquidation d'une seconde pension.

#### EN QUOI CONSISTE LE CUMUL EMPLOI RETRAITE INTÉGRAL ?

Vous avez obtenu toutes vos retraites de base et complémentaires dans tous vos régimes de retraite français et étrangers ? Vous pouvez reprendre une activité salariée et cumuler intégralement, sans condition de plafond, les revenus procurés par cette nouvelle activité et votre pension CRPCEN :

- dès l'âge légal de la retraite en vigueur au régime général (ex : 63 ans si vous êtes né en 1964) à condition de totaliser le nombre de trimestres requis pour bénéficier d'une pension à taux plein au régime général (ex : 171 si vous êtes né en 1964) ;
- ou à partir de 67 ans.

Ainsi, si vous êtes retraité(e) de la CRPCEN et reprenez, dans le cadre d'un cumul emploi retraite intégral, une activité au titre de laquelle vous cotisez de nouveau au régime de retraite CRPCEN, vous pouvez vous ouvrir droit à une seconde retraite CRPCEN\*.

Cette seconde retraite est calculée, liquidée et servie dans les conditions habituelles. Toutefois :

→ elle ne donne lieu ni à décote ni à majoration et accessoire ;

→ son montant annuel ne doit pas dépasser 5 % du plafond annuel de la sécurité sociale (soit, en 2023, 2 199,6 € brut) ;

→ seules sont retenues pour le calcul les périodes d'assurance que vous avez cotisées.

→ le salaire servant de base au calcul est votre salaire mensuel moyen correspondant aux périodes cotisées au cours des mois d'assurance entre la date à laquelle vous remplissez les conditions pour vous constituer de nouveaux droits et la date d'effet de votre nouvelle pension.

Une fois cette seconde retraite liquidée, aucun nouveau droit supplémentaire ne peut plus être acquis dans un régime de retraite de base



#### À noter :

si à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2023 vous reprenez une activité chez votre dernier employeur, cette reprise d'activité doit intervenir au moins six mois après la liquidation de votre première retraite, pour vous ouvrir de nouveaux droits.

### DES WEBINAIRES

#### POUR MIEUX COMPRENDRE LA RÉFORME



La CRPCEN accompagne affiliés et employeurs pour expliquer les impacts de la réforme des retraites via le déploiement de webinaires à destination notamment des futurs retraités (59 ans et plus) et des études (ndlr,p.4 du Lien Social). Des ateliers de préparation à la retraite sont également proposés pour le moment dans le cadre d'universités du notariat organisés par les chambres de notaires de Caen (le 31 octobre 2023) et de Besançon (le 16 avril 2024). ■



\* Les conditions de réaffiliation au régime CRPCEN sont précisées dans le PLFSS 2024.

# Réforme des retraites pour la CRPCEN : 4 grandes mesures à retenir

Depuis de  
1<sup>er</sup> sept 2023

**MESURE 1 :**  
FERMETURE DU RÉGIME VIEILLESSE  
NOUVEAUX EMPLOYÉS

Les salariés du notariat recrutés  
avant le 31 août 2023 et affiliés  
bénéficient du maintien dans le  
régime CRPCEN\*

À compter du  
1<sup>er</sup> janv 2025

**MESURE 2 :**  
MODIFICATION ÂGES DE DÉPART ET  
TRIMESTRES REQUIS

Cible 64 ans  
et 172 trimestres

Mesures transitoires pour  
les générations nées  
entre 1963 et 1969

Depuis de  
1<sup>er</sup> sept 2023

**MESURE 3 :**  
MISE EN PLACE DE LA RETRAITE  
PROGRESSIVE

Possibilité de retraite  
progressive  
à partir de 62 ans

Mesure transitoire pour  
les générations nées  
avant 1968

Depuis le  
1<sup>er</sup> sept 2023

**MESURE 4 :**  
CRÉATION D'UN CUMUL EMPLOI RETRAITE INTÉGRAL  
CRÉATEUR DE NOUVEAUX DROITS

Les périodes travaillées  
ouvriront droit à une  
seconde retraite



\* Des précisions sont apportées dans le PLFSS 2024.



## L'automne, saison de transition pour bien préparer l'hiver

Lorsque l'automne s'installe, il laisse place à de jolis paysages aux couleurs dorées et orangées. Cependant, les températures baissent progressivement et la luminosité diminue également. Afin d'éviter que ce cycle transitoire n'agisse sur le moral, voici quelques conseils pour bien préparer l'entrée dans l'hiver

### Mettre en place une routine de santé physique et morale

➔ Faites le plein d'énergie en consommant des fruits et légumes de saison. Les légumes de l'automne sont riches en vita-

mine A qui contribue à booster votre organisme. Elle est contenue notamment dans les carottes ou les cucurbitacées.

Quant aux fruits, l'automne est la saison propice à consommer des fruits à coque qui contiennent des Oméga 3 bons pour le cœur, mais aussi des agrumes pour le plein de vitamines C.

➔ Vous pouvez également compléter votre alimentation de saison par des vitamines sous forme de compléments alimentaires. Le cocktail parfait à base de magnésium, de vitamine D et de gelée royale auront des bienfaits sur la gestion de votre stress, le renforcement de vos os et de votre sys-

tème immunitaire afin d'éviter les maladies hivernales. Nous vous conseillons de demander conseils à votre médecin traitant qui saura vous prescrire les compléments les plus adaptés à vos besoins.

➔ La rentrée est souvent synonyme d'organisation et de nouvelles habitudes. S'inscrire à une activité sportive est nécessaire à tout âge pour retrouver un regain d'énergie et se maintenir en forme.

➔ Pratiquez des activités qui vous font du bien : méditation, lecture, musique, cuisine, jardinage, autant de pratiques qui peuvent vous apporter du réconfort et canaliser le stress du quotidien.



### Recette Bien-être

DE L'AUTOMNE



- Potiron 500 g
- Farine 50 g
- Poudre d'amandes 50 g
- Chapelure 50 g
- Parmesan râpé 100 g
- Bouillon de volaille 1 cube
- Beurre doux 125 g
- Sel poivre

## UN CRUMBLE DE POTIRON

Préchauffer le four à 180°C ou sur th. 6. Verser un grand volume d'eau dans une casserole. Ajouter le cube de bouillon de volaille, puis porter à ébullition.

Pendant ce temps, éplucher et couper en deux le potiron. Retirer les pépins et les filaments, puis couperle en gros cubes.

Dès l'ébullition, plonger les cubes de potiron dans l'eau bouillante, et laisser cuire à feu moyen pendant 5 min ou jusqu'à ce que les cubes de potiron soient tendres. Egoutter les dans une passoire et réserver.

Dans un saladier, déposer le beurre coupé en dés, verser la farine, la chapelure, la poudre d'amandes et le parmesan râpé. Malaxer le tout avec vos doigts pendant plusieurs minutes jusqu'à obtenir une pâte sableuse qui s'effrite, puis réserver.

Beurrer un plat allant au four. Verser les cubes de potiron cuits dans le fond du plat, puis émietter la pâte sableuse par-dessus. Saler et poivrer selon vos goûts.

Enfourner le plat dans le four et laisser cuire le crumble pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que sa surface soit dorée.

**C'est prêt, bon appétit !**





## La grippe saisonnière : se faire vacciner, c'est se protéger et protéger les autres !

La grippe saisonnière, souvent considérée comme bénigne, est une infection respiratoire virale pouvant entraîner de graves complications chez les personnes fragiles. Elle touche, chaque année, de 2 à 6 millions de personnes en France. C'est pourquoi il est conseillé de se faire vacciner.

### À QUOI SERT LA VACCINATION ?

L'objectif est double, on se fait vacciner pour soi-même mais aussi pour protéger sa famille et son entourage. Et même si elle ne permet pas toujours d'éviter la maladie, la vaccination réduit le risque de complications graves.

### COMMENT ÇA MARCHE ?

Lors d'une vaccination, il est injecté dans l'organisme un microbe inactif. Ce microbe n'entraîne donc pas la maladie. En revanche, le corps le reconnaît comme s'il était actif et donc fabrique des anticorps pour l'éliminer. Le système immunitaire garde en mémoire ces anticorps et si le microbe se représente, le corps pourra plus rapidement les fabriquer et empêcher la survenue de la maladie.

### LA VACCINATION COMPORTE-T-ELLE DES RISQUES ?

Les vaccins ont parfois mauvaise réputation, et pourtant, ils sont l'une des mesures de prévention les plus efficaces. Les effets indésirables constatés sont le plus souvent bénins (fièvre, douleurs...) et ils sont beaucoup moins dangereux que la maladie qu'ils préviennent.



### QUI EST CONCERNÉ EN PRIORITÉ PAR LA VACCINATION DE LA GRIPPE ?

Ce vaccin est pris en charge à 100 % par la CRPCEN pour l'ensemble des personnes à risque :

- ➔ Les personnes âgées de plus de 65 ans
- ➔ Les femmes enceintes quel que soit le trimestre de grossesse
- ➔ Les personnes atteintes de certaines affections de longue durée
- ➔ Les personnes obèses avec un indice de masse corporelle (IMC) supérieur ou égal à 40 kg/m<sup>2</sup>
- ➔ L'entourage familial de nourrissons de moins de 6 mois présentant des facteurs de risque de grippe grave
- ➔ Les personnes séjournant dans un établissement de soins de suite ainsi que dans un établissement médico-social d'hébergement quel que soit l'âge
- ➔ Certains professionnels de santé
- ➔ Elle peut également être proposée chaque année à tous les enfants âgés de 2 à 17 ans révolus, de préférence avec le vaccin administré par voie intranasale.

**À SAVOIR :** La campagne 2023-2024 de vaccination contre la grippe sera conjointe à la vaccination contre le Covid-19. Elles ont débuté le 17 octobre 2023.

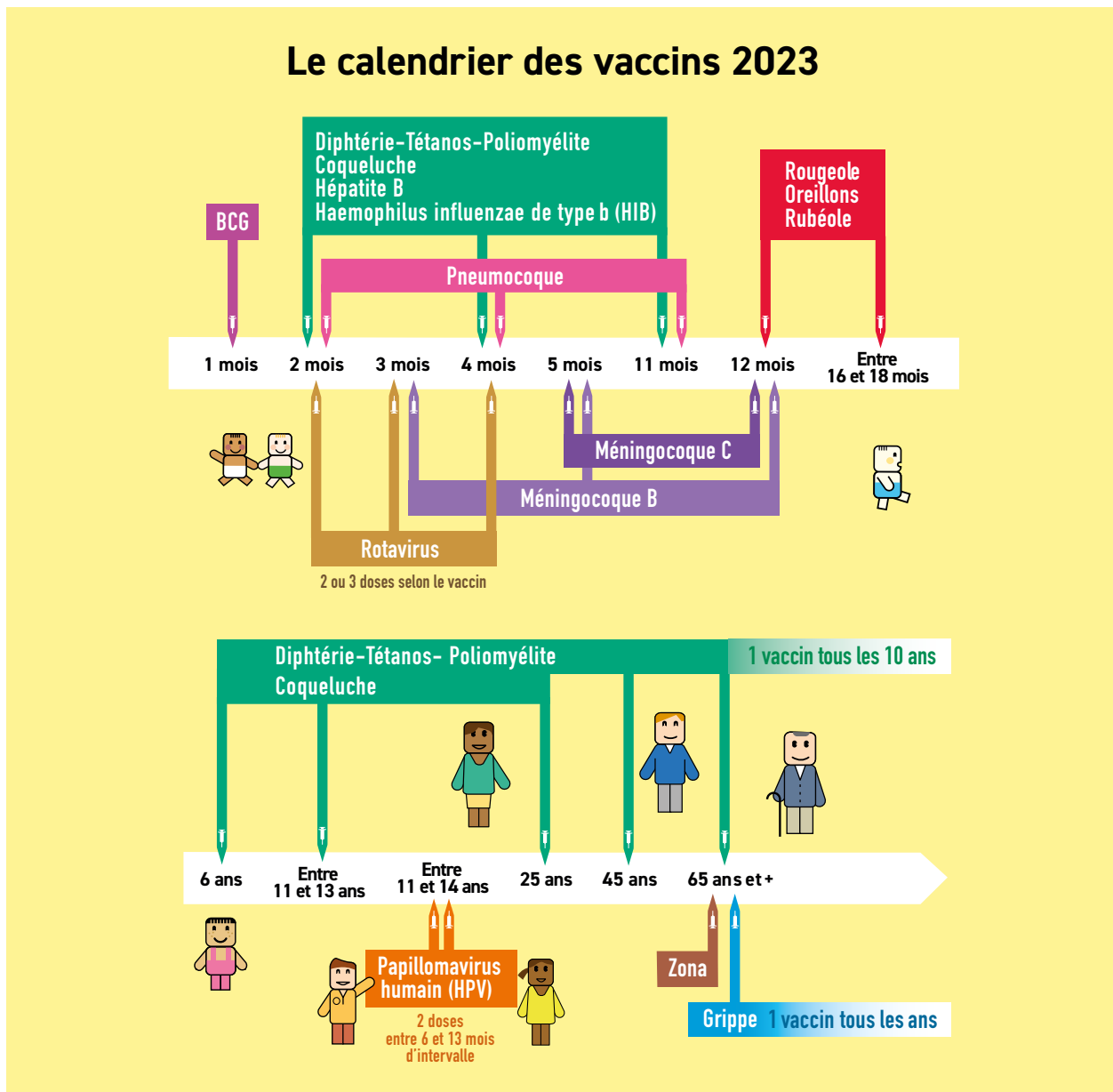
Contrairement aux campagnes précédentes, la vaccination contre la grippe sera ouverte à l'ensemble de la population dès le début de la campagne, sans priorisation pour les personnes ciblées par les recommandations vaccinales Grippe et Covid-19. ■

Sources : [Ameli.fr](https://www.ameli.fr), [santepubliquefrance.fr](https://www.santepubliquefrance.fr), [Vaccination info service](https://www.vaccination-info-service.fr), [USPO](https://www.uspo.fr)

# Calendrier de vaccination 2023 : avez-vous pensé à vos vaccins et rappels ?

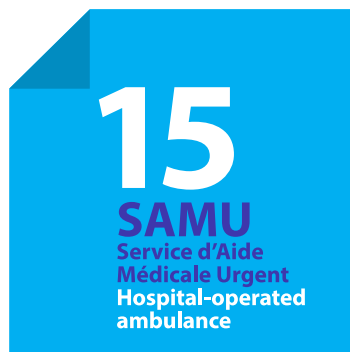
Le calendrier de vaccination 2023 est accessible sur le site du ministère de la santé et de la prévention. C'est un référentiel important pour suivre, à toutes les étapes de la vie, les vaccins recommandés et limiter ainsi collectivement la propagation de certaines maladies.

Pour rappel, ce calendrier fixe les vaccinations applicables aux personnes résidant en France en fonction de leur âge. Il indique les recommandations vaccinales « générales » et des recommandations vaccinales « particulières » propres à des conditions spéciales (risques accrus de complications, d'exposition ou de transmission) ou à des expositions professionnelles.



**NB :** ce calendrier finalisé en mars 2023 ne prend pas en compte les recommandations qui pourront être émises ultérieurement.

Il ne détaille pas non plus les vaccinations contre la COVID 19 qui figurent sur le site du ministère chargé de la santé dans la rubrique vaccination COVID-19, et sur l'espace réservé aux professionnels de santé sur le site vaccination info services. ■



## Urgence médicale ? Composez en priorité le 15 !

Dans la vie courante, dès lors qu'un accident domestique, une intoxication alimentaire ou encore une chute survient, la première intention est généralement de se rendre au service des urgences le plus près de son domicile. Or, il est primordial de ne pas surcharger les urgences afin de laisser la priorité aux cas les plus graves.

Aussi, le ministère de la santé et de la prévention lance une campagne de sensibilisation sur ce sujet en rappelant qu'avant de se déplacer, le premier geste est d'appeler le SAMU. En effet, composer le 15, numéro national et gratuit, vous permettra d'entrer rapidement en contact avec un médecin compétant qui vous dira quoi faire en fonction de votre situation. ■

## Passage à l'heure d'hiver, quelles conséquences ?



Le dimanche 29 octobre prochain, la France passera à l'heure d'hiver. Il sera donc nécessaire de **RECULER** nos montres d'une heure. À 3h du matin, il sera alors 2h (pour celles et ceux qui se mélangent encore les pinceaux 😊).

Le changement d'horaire peut impacter le fonctionnement de notre horloge biologique :

- Le sommeil avec des risques de somnolence ou des difficultés d'endormissement ;
- La concentration au travail peut être perturbée ;
- Une diminution ou une augmentation de l'appétit.

Afin de s'adapter progressivement à ce nouveau cycle jour/nuit, voici quelques recommandations :

- Reculer progressivement son heure de coucher par phase de 20 minutes, deux ou trois jours avant le changement ;
- Pratiquer des exercices physiques peut permettre une bonne fatigue physique ;
- Boire une boisson chaude avant de se coucher peut favoriser l'endormissement.

Généralement, trois ou quatre jours sont nécessaires au métabolisme pour accepter totalement le changement d'heure. ■





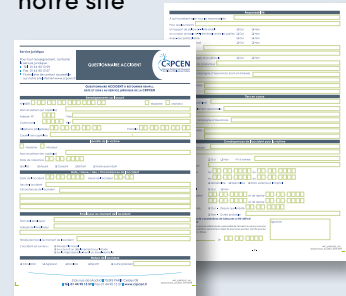


- vous avez été victime d'un accident provoqué par un objet appartenant à un tiers (chute d'un pot de fleurs d'un balcon, d'une tuile ou d'une branche d'arbre, etc.).

**Quelles sont les démarches à suivre ?**

**Pour déclarer un accident causé par un tiers à la CRPCEN, voici les étapes pratiques à suivre :**

- connectez-vous sur la page de notre site
- complétez et signez le formulaire de déclaration d'accident disponible sur notre site



- retournez le questionnaire à la CRPCEN, en vous connectant à votre espace de santé sécurisé



➔ ou par courrier postal à l'adresse :

CRPCEN  
5 bis rue de Madrid  
75395 PARIS Cedex 08

➔ enfin, informez également votre complémentaire santé. ■

## Victime d'un accident causé par un tiers : quelles sont les démarches à effectuer ?

En cas d'accident causé par un tiers, il est impératif de déclarer votre accident à votre Caisse d'assurance maladie. Un dossier de recours sera automatiquement ouvert par le service compétent, qui pourra se retourner vers la personne responsable ou sa compagnie d'assurance afin d'obtenir le remboursement des frais engagés pour vos soins médicaux liés à l'accident.

**Qu'est-ce qu'un accident causé par un tiers ?**

L'accident causé par un tiers est un accident dont vous êtes la victime et qui a été provoqué, volontairement ou non, par un particulier (la « personne physique ») ou une entreprise ou une administration (la « personne morale »).

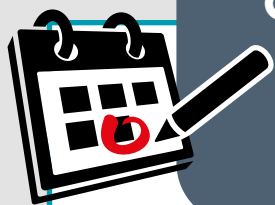
La responsabilité de cette personne physique ou morale est alors engagée.



**Quelques exemples d'accidents causés par un tiers :**

- vous avez été victime d'un accident de la circulation ;
- vous avez eu un accident sportif (lors d'un match, par exemple) ;
- vous avez été victime d'un accident médical (blessure consécutive à une opération, infection contractée à l'hôpital, etc.) ;
- votre enfant a été victime d'un accident scolaire (chute dans la cour de récréation ou lors d'une séance d'éducation physique et sportive, etc.) ;
- vous avez subi des coups ou blessures volontaires (que vous ayez ou non fait une déclaration à la police ou la gendarmerie) ;
- vous avez été victime de morsures par un animal (un chien, par exemple) ;
- vous avez fait une chute à cause d'un mauvais entretien de la voirie ;





## Calendrier 2024

### PAIEMENT DES PENSIONS

Les pensions dues au titre de l'année 2024 seront mises en paiement aux dates données ci-après. La CRPCEN n'adresse pas d'avis lors du règlement des retraites. Vous êtes informé du virement par relevé émanant de votre agence bancaire.

Échéance	Date de versement
Janvier 2024	<b>Jeudi 8 février 2024</b>
Février 2024	<b>Vendredi 8 mars 2024</b>
Mars 2024	<b>Lundi 8 avril 2024</b>
Avril 2024	<b>Mardi 7 mai 2024</b>
Mai 2024	<b>Lundi 10 juin 2024</b>
Juin 2024	<b>Lundi 8 juillet 2024</b>
Juillet 2024	<b>Jeudi 8 août 2024</b>
Août 2024	<b>Lundi 9 septembre 2024</b>
Septembre 2024	<b>Mardi 8 octobre 2024</b>
Octobre 2024	<b>Vendredi 8 novembre 2024</b>
Novembre 2024	<b>Lundi 9 décembre 2024</b>
Décembre 2024	<b>Mercredi 8 janvier 2025</b>



- *Le versement bancaire est ordonné par la CRPCEN à ces dates. Les dates de compensation peuvent varier d'une banque à l'autre (date de valeur).*
- *Si vous ne recevez pas le paiement de votre pension sur votre compte à des dates très proches de celles qui figurent ci-contre, nous vous invitons à vous rapprocher de votre conseiller bancaire.*

CRPCEN - 5 bis, rue de Madrid - 75395 PARIS Cedex 08

Fax 01 42 93 27 60

Site Internet [www.crpcen.fr](http://www.crpcen.fr)

Accueil personnalisé sur rendez-vous

Directeur de la publication Olivier MANIETTE, directeur de la CRPCEN

Rédacteur en chef : Pierre-Vincent BOSSER

Ont collaboré à la réalisation de ce numéro :

Alexandra SCHATZER, Alexandra AUCLAIR,

Pierre-Vincent BOSSER

Création graphique, réalisation :

Bullegom, agence

Photos CRPCEN, Shutterstock

Le Lien Social, publié par la CRPCEN

Impression Groupe LECAUX Imprimerie / HandiPRINT

CRPCEN,  
organisme certifié



Retrouvez  
tous les numéros du Lien Social  
de l'année sur [www.crpcen.fr](http://www.crpcen.fr)



10-31-2816 / Certifié PEFC / Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. / [pefc-france.org](http://pefc-france.org)