

La Lettre Mensuelle

Une publication mensuelle du Bureau de l'Association



ENTRE NOUS, la chronique de Gif

TU ES VIEUX, MOI NON PLUS ...

Hier matin, je me suis réveillé octogénaire ! Quelle galère ! En vérité, mon état-civil l'attestait déjà depuis plusieurs mois, mais ce fut malgré tout une sacrée mauvaise surprise...

Vite, courir vers la salle de bains; s'assurer que l'inconnu un peu flou et vaguement patibulaire qui m'observe dans le miroir avec une insistance gênante, les sourcils en accent circonflexe et la bouche en « cul de poule », ne m'est pas étranger. Aucun doute possible, c'est bien moi. Il va falloir se ressaisir, il va falloir s'habituer. Une bonne nouvelle malgré tout : je ne suis pas atteint du « syndrome de Capgras ** ».

Il est vrai que j'avais renoncé depuis un certain temps à m'examiner dans une glace par peur de représailles psychologiques sévères. En effet, je n'ai jamais été mon type d'homme idéal, et les années qui passent n'ont pas amélioré ce jugement. Inutile donc de m'auto-provoquer.

Que ceux de mes lecteurs qui n'ont jamais connu ce grand moment de doute me jettent la première crème anti-rides, aurait probablement ajouté Jésus.

Mais tout cela c'était hier. Si j'exclue la tendance vexante de certains voyageurs à m'offrir leur siège dans les transports, tout va dorénavant beaucoup mieux. J'assume. Et si j'osais, je ferais mienne cette phrase du regretté Voltaire : « vous n'ignorez pas combien la réputation d'octogénaire me flatte et m'est nécessaire ». (*lettre à Mme Duffaut, février 1770*)

Selon une récente enquête auprès des seniors français, 80 ans serait l'âge charnière au-delà duquel les anciens accepteraient le qualificatif de « vieux ». Je conteste formellement cette assertion. Il serait plus convenable d'utiliser le terme « personne âgée ».

Il s'agit en fait d'une appréciation individuelle nous faisant penser à un moment donné : "On y est, mauvaise nouvelle, je suis vieux".

Pourtant, rien ne permet de dater précisément la fin de la jeunesse. Pour certains, le déclic s'opère lors du départ à la retraite, de la ménopause, du décès d'un parent, en devenant grands-parents ou lorsque les enfants quittent le nid; d'autres en prennent conscience en franchissant le cap des 75 ans alors que quelques-uns se sentent basculer vers 40 ans, dès l'apparition des premières rides. Finalement, on vieillit un peu chaque jour depuis

notre naissance; à nous donc d'estimer quand on penche plus du côté des seniors que de celui des jeunes. De fait, on peut se sentir vieux à 30 ans ou jeune à 80. Le temps ne fait rien à l'affaire, comme le chantait si justement Georges Brassens (pour un autre qualificatif, je vous l'accorde).

Evidemment, il n'est pas forcément évident de faire fi des modifications physiques (rides, cheveux blancs, port de lunettes, audition, dentition, douleurs corporelles, fatigue, mémoire et tutti quanti) liées à notre avancée en âge, c'est une réalité à apprivoiser. Quittez donc ces béquilles que je ne saurais voir !



Une expérience menée par une équipe de chercheurs sur des sujets âgés sans pathologie particulière, divisés en deux groupes, l'illustre bien. Au premier, on a présenté des mots positifs tels que "vigueur" ou "sagesse", l'autre groupe a été soumis à des mots à connotation négative tels que "fatigue" ou "douleur". Les participants ayant baigné dans un environnement positif marchaient plus vite et avaient une meilleure mémoire à l'issue de l'expérience. Et inversement pour l'autre groupe. J'ai décidé que c'était vrai.

Dans notre Association, sur 337 membres actifs, nous comptons actuellement 112 seniors ayant atteint, dépassé ou sur le point de dépasser cette frontière des 80 ans, soit exactement un tiers de l'effectif. Vous reconnaîtrez qu'il y a lieu d'être fiers. Et en bon professeur Tournesol de la statistique, j'avancerais cette évidence : « l'informatique, ça conserve ».

Merci pour être ce que vous êtes, je vous aime; et rendez-vous à l'année prochaine toujours en pleine forme et ... en action...

GIF

** syndrome de Capgras : la personne ne se reconnaît pas

PUBLICATIONS DE L'ASSOCIATION

Envoi à tous de la **LETTRÉ MENSUELLE** de janvier 2020 (316 envois). La chronique de GIF pour ce mois s'intitulait : « Bon appétit », un petit énervement sur les pratiques des extrémistes de la fourchette. A noter que l'année 2020 voit la 18e année de parution de cette lettre !

Elles sont toutes consultables dans la rubrique « Archives ».

[lire la lettre...](#)

Parution de LA LETTRE DU **GUIDE DU CIEL** 157 de février 2020, par Guillaume Cannat. Au sommaire : L'arche de la Voie Lactée sur le chaos granitique de Serre de Monjol - Le ciel à l'oeil nu en 2020, mois par mois - Le calendrier astronomique 2020 - Le blog "Autour du ciel ».

[lire la lettre ...](#)

Envoi à tous de la **LETTRÉ du CYBER CONSEILLER** de janvier et février 2020, 317 envois). Au sommaire : Optimisez votre connexion WIFI • La mise à jour de Firefox 72 indispensable • La mise en place d'une authentification forte pour les paiements en ligne. • Projetez sur votre TV avec Chromecast. • ANDROID 10 : les principales nouveautés

[lire la lettre cyber ...](#)

Publication du bulletin de janvier 2020 **UNISYS DEVELOPING ACTIVITY**, de Unisys USA. Au sommaire : Agile Business Suite 7.0 et le cloud - Clonage et transfert des systèmes MCP - Clearpath OS 2200 et Agile Business Suite.

[lire le bulletin ...](#)

Publication du planning et des tarifs des **locations** d'hiver 2019/2020 du C.E.Unisys.

[voir le planning ...](#)

PUBLICATIONS DES FÉDÉRATIONS DE RETRAITÉS

Parution du mensuel **AU FIL DES JOURS** n° 153 de février 2020, une publication CFR/UFR/FNAR. Dans ce bulletin, les activités des fédérations de retraités CFR, UFR et FNAR. Au sommaire = Projet de loi système universel des retraites - Avis de la FNAR sur ce projet - Comment atteindre l'équilibre financier des 42 régimes - Santé et qualité de vie du retraité - FNAR, la santé des seniors - ANNEXE : Le nouveau contrat santé MUTUALIA/FNAR-UFR.

[en savoir plus ...](#)

DES NOUVELLES DE L'ASSOCIATION

Notre **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE** annuelle s'est tenue dans les salles de l'école hôtelière Ferrandi à SAINT-GRATIEN le 5 février.

Malgré de sérieux problèmes de transport, 76 adhérents étaient présents et 126 s'étaient fait représenter.

Nous regrettons malgré tout qu'un bon tiers des adhérents n'ait pas répondu à notre invitation.

Les présentations se sont déroulées dans une très bonne ambiance et une attention soutenue, ponctuées par de nombreuses questions, notamment concernant la mutuelle MERCER.

Tout le monde s'est ensuite retrouvé dans la salle du restaurant pour partager un excellent repas, agrémenté par un service irréprochable.

Un diaporama de cette manifestation sera prochainement disponible sur le site. Voir quelques photos de notre ami Georges ETAIX en dernière page.

A l'occasion de cette AG, nous avons approuvé la fin de mandat d'un administrateur : M. Georges PRESSE, un nouveau mandat pour deux administrateurs sortants, MM. Michel COLOMBIER et Jean GAIROT, et l'arrivée d'un nouvel administrateur : M. Christian VIDAL.

DES NOUVELLES DU SITE INTERNET

Un nouveau script permet de visualiser en temps réel la pyramide des âges des membres de l'Association. Ne manquez pas de vous situer dans cette pyramide dont vous êtes peut-être le pharaon ? Rendez-vous sur -> [Pyramide des âges](#).

Une enquête est en cours auprès de tous les adhérents sur la fréquentation de certaines rubriques : Les services du site, le blog Astronomie, le compte Twitter, les anecdotes de généalogie, les passeurs de science, l'espace protégé et les publications mensuelles et trimestrielles. N'oubliez pas de nous donner votre opinion.

[participer à cette enquête ...](#)

Pour les personnes n'ayant pas assisté à l'AG (et pour les autres aussi) deux informations sont à votre disposition :

- les statistiques de fréquentation du site en 2019 [accès ICI](#)
- quelles évolutions pour le site au 1er janvier 2020 [accès ICI](#)
- la publication des comptes pour 2019. Cette information se trouve dans la page MENTIONS LEGALES [accès ICI](#)
- savoir où vous en êtes avec votre cotisation 2020 (si vous l'aviez oublié ?) : Rendez-vous dans votre espace protégé, puis clic sur « examiner mes données personnelles ». Tout en bas de l'affichage, voir la case « infos cotisation 2020 ».

QUELQUES VUES DE NOTRE A.G.

UNE INFO CONCERNANT UNISYS USA

Cette information nous a été communiquée par Jean-François WALTER.

« L'entrepreneur gouvernemental SAIC a déclaré qu'il dépenserait 1,2 milliard de dollars pour acquérir les activités de passation de marchés fédéraux d'Unisys, une société informatique cotée en bourse, dans le but de capitaliser sur les efforts naissants du ministère de la Défense pour intégrer la technologie de cloud computing dans ses opérations. »

Que va-t-il rester d'Unisys ?



DES NOUVELLES DE NOS ADHÉRENTS

Nous avons le plaisir d'accueillir ce mois deux nouveaux adhérents :

- **Idir Claude HAMICHE**
- **Noredine BOUZI**

à qui nous souhaitons la bienvenue dans l'Association.



QUOI DE NEUF SUR NOTRE COMPTE TWITTER ?

- Dans sa guerre des câbles contre l'UE, Apple cache bien son jeu
- Ordinateur : les promesses du quantique
- Le CNRS se dote d'un puissant supercalculateur : le Jean zay.
- L'inventeur du « copier-coller » (entre autres) est mort
- Au cœur de X, le labo secret de Google
- Drones, radars, nucléaire : comment le quantique va changer la guerre
- Les « deepfakes », ces fausses vidéos créées pour nous influencer
- Coronavirus: comment bien nettoyer son smartphone (sans l'endommager)
- Un trou noir responsable de la plus grosse explosion jamais observée dans l'espace depuis le Big Bang.
- Demain, tous centenaires ?
- 8 astuces pour booster sa mémoire



[accès TWITTER AAU ...](#)