

# LE BULLETIN

Une publication trimestrielle de l'Association des Anciens d'Unisyss  
1er trimestre 2023 n° 32301 (16e année)

Type your text

## SOMMAIRE

- Le bitcoin expliqué aux nuls
- La carte vitale numérique arrive
- Quelques conseils de santé
- J'ai besoin d'être aidé à domicile
- Tentons d'y voir plus clair
- Les cafés mythiques de Paris



## LE BITCOIN EXPLIQUÉ AUX NULS



**U**ne action correspond à une partie d'une entreprise dont la valeur fluctue en fonction de sa performance. Mais le bitcoin !!! Quelqu'un peut-il m'expliquer ?

Facile. Lisez plutôt ce qui suit.

Beaucoup de singes vivaient près d'un village.

Un jour, un marchand est venu au village acheter ces singes. Il a annoncé qu'il les achèterait 100 \$ chacun. Les villageois pensaient que cet homme était fou. Comment quelqu'un peut acheter des singes errants à 100 \$ chacun? Pourtant, certaines personnes ont attrapé des singes et les ont apportés à ce marchand qui leur a donné 100 \$ pour chaque singe.

Cette nouvelle s'est répandue comme une traînée de poudre et les gens ont attrapé des singes et les ont vendus au marchand.

Après quelques jours, le marchand a annoncé qu'il achèterait des prochains singes à 200 \$ chacun. Les villageois les plus paresseux ont également couru pour attraper les singes restants ! Ils ont vendu ces singes restants 200 \$ chacun.

Puis le marchand a annoncé qu'il achèterait des singes à 500 \$ chacun ! Les villageois ont commencé à perdre le sommeil! Ils ont attrapé six ou sept singes, c'est tout ce qui restait et ont obtenu 500 \$ pour chacun. Les villageois attendaient anxieusement la prochaine annonce.

Puis le marchand a annoncé qu'il rentrerait chez lui pendant une semaine, mais que lorsqu'il reviendrait, il achèterait des singes à 1.000 \$ chacun ! Il a demandé à son seul employé de prendre bien soin des singes en attendant son retour. Les villageois étaient très tristes car il n'y avait plus de singes à vendre à 1.000 \$ chacun. Puis l'employé leur a dit qu'il pourrait leur vendre secrètement des singes à 700 \$ chacun. Cette nouvelle s'est répandue comme une traînée de poudre. Puisque le commerçant achèterait des singes à 1.000 \$ il y aurait un profit de 300 \$ pour chaque singe.

Le lendemain, les villageois ont fait la queue près de la cage des singes. L'employé a vendu tous les singes à 700 \$ chacun. Les riches ont acheté des singes en gros lots. Les pauvres ont emprunté de l'argent à des prêteurs et ont aussi acheté des singes ! Les villageois ont pris soin de leurs singes et ont attendu le retour du marchand.

Mais personne n'est venu ! Alors ils ont couru chez l'employé. Mais il était déjà parti aussi !

Les villageois se sont alors rendu compte qu'ils avaient acheté les singes errants inutiles à 700 \$ chacun et étaient incapables de les revendre ! Bitcoin sera la prochaine entreprise de singe. Cela mettra beaucoup de gens en faillite. Et cela va enrichir des personnes sans scrupules ... dans cette affaire de singes! C'est ainsi que naquit la monnaie de singe! L'INVENTION EST DE JOAN LAW EN 1715 .

**Michel Colombier**



## LA CARTE VITALE NUMÉRIQUE ARRIVE

**A**voir sa carte vitale dans son smartphone, c'est pour bientôt. Elle est

déjà en phase de test depuis deux ans, elle va désormais se déployer progressivement sur le territoire entre 2023 et 2026. Concrètement, la carte en plastique vert pourra être remplacée par une application qui sera à télécharger sur son téléphone. Elle s'appelle "apCv" pour "application carte vitale" et va remplir la même fonction.

Pour s'inscrire, il faut photographier sa carte vitale et sa carte d'identité. Une fois chez le médecin, plutôt que de présenter sa carte, il suffira de tendre



son smartphone en mode sans contact, ou de présenter un QR code que le médecin pourra scanner.

Pour les têtes en l'air, cela permet d'éviter l'oubli de la carte vitale car en général on a toujours son téléphone sur soi. C'est donc moins de feuilles de soin, des remboursements plus rapides, c'est en tout cas ce qu'espère l'assurance maladie. On évite tout contact physique avec le médecin.

Il y aura aussi des fonctionnalités supplémentaires, par exemple chacun pourra consulter tous ses reçus médicaux dans l'application.

À terme, elle pourra même être prêtée virtuellement, si par exemple les grands-parents doivent emmener leur petit-enfant chez le médecin mais que la carte vitale est restée chez les parents.

Qu'arrive-t-il si un utilisateur perd son smartphone? Pas de panique car normalement il y aura un système de double authentification, avec mot de passe et envoi d'un sms. Même en cas de vol, ça limite les risques: il suffira de retélécharger l'application sur son nouveau smartphone. De plus, aucune donnée de santé ne sera stockée.

Ce qui est en train d'arriver, c'est la fin du portefeuille. Paiement par smartphone, carte vitale numérique et bientôt e-carte d'identité, notamment avec l'application "France Identité". Cette dernière est déjà disponible en version test pour 5.000 personnes. À terme elle servira à prouver son identité et s'authentifier dans de nombreuses situations.

Cela pourra être le cas pour des démarches en ligne d'abord: faire une procuration, ouvrir un compte en banque, préparer une hospitalisation, ou même déclarer ses impôts. Il suffira d'ouvrir l'application, qui sera une version numérique de la carte papier, et d'entrer un code. Comme quand on déverrouille son smartphone, on sera automatiquement identifié.

Il sera aussi possible d'envoyer un justificatif d'identité à usage unique, par exemple pour louer un appartement ou pour ouvrir un compte en banque. Ça évite de devoir scanner sa carte papier, d'avoir des scans qui se baladent dans la nature, même sur l'ordinateur ou dans les mails.

Y a-t-il une menace pour le respect de la vie privée? Pour certains dès qu'il est question d'identité électronique, ils pensent que c'est un pas de plus vers la société de surveillance généralisée et le traçage de la population.

D'abord, toutes ces cartes numériques ne seront pas obligatoires, en tout cas ça n'est pas prévu pour le moment. Ensuite, toutes les données seront stockées dans la carte physique et dans le téléphone. Aucune ne sera stockée sur un serveur lié à l'application. La Cnil (Commission nationale de l'informatique et des libertés), plutôt tatillon en général, a validé le projet. Concernant la carte vitale, dans la version initiale de l'application, il n'y aura même pas de données biométriques pour déverrouiller l'application (empreintes digitales ou reconnaissance faciale), ce qui serait pourtant très pratique pour éviter les fraudes et l'usurpation d'identité.

## QUELQUES CONSEILS DE SANTÉ



### **L**a « loi d'une minute et demie »

Elle est scientifiquement prouvée. En se réveillant soudainement pour faire vos besoins physiologiques, il faut être prudent. Vous entendez parfois dire que quelqu'un qui était en bonne santé est mort soudainement pendant la nuit sans raison apparente. La raison la plus probable est que quand cette personne s'est réveillée pour aller aux toilettes, elle s'est levée du lit en vitesse. A ce moment, le cerveau a besoin d'un plus grand flux sanguin, causant un état d'évanouissement. Et c'est là l'AVC arrive... .

Dans ce cas, il est recommandé d'apprendre la "loi d'une minute et demie". Quand vous vous réveillez pour aller aux toilettes, vous devez d'abord :

- Rester couché pendant 30 secondes après le réveil,
- vous asseoir dans le lit pendant 30 secondes de plus,
- baissez ses jambes tranquillement
- s'asseoir sur le bord du lit encore 30 secondes
- Et seulement alors, direction les toilettes.

Avec ces étapes, les chances sont importantes pour survivre à un coup soudain, quel que soit l'âge...

Partagez avec toute votre famille et vos amis. N'oubliez pas que vous pouvez sauver votre vie et celle des nombreuses personnes qui partagent cette information...

La prévention est meilleure que la guérison.

### **Pression artérielle :**

- 120/80 normal
- 130/85 normal (demande de contrôle)
- 140/90 haut
- 150/95 trop haut

### **Battements de cœur par minute :**

- 72 BPM (par défaut)
- 60 à 80 BPM (normal)
- <60 et >80 BPM (anormal)

### **Température Degrés Celsius :**

- 36° à 36.7 : Température. Normale
- 37.3° à 37.8° : Fébrile / attention
- 37.8° et au-dessus : Fièvre / sévère

### **Effet de l'eau : À propos du corps :**

- Nous savons que l'eau est importante, mais vous n'avez jamais su le bon moment pour boire !
- Le saviez-vous ? L'eau potable en temps voulu maximise l'efficacité du corps humain
- 1 verre d'eau après le réveil aide à activer les organes internes
- 1 verre d'eau 30 minutes avant le repas favorise la digestion





- 1 verre d'eau avant la douche aide à réduire la tension artérielle
- 1 verre d'eau avant de dormir évite les AVC ou les crises cardiaques

Un Bon Conseil n'a jamais nui... au contraire !

On va sauver des vies qui font partie de notre vie.

**Edith Goiffon**

## J'AI BESOIN D'ÊTRE AIDÉ A DOMICILE



**V**ous avez besoin d'être aidé à domicile. Quelles démarches doivent être réalisées pour obtenir une aide financière et mettre en place les interventions d'une aide à domicile ?

Les aides financières et les démarches à réaliser sont différentes selon votre situation : vous êtes autonome avec seulement quelques difficultés à réaliser certains gestes, comme le ménage ; vous êtes en perte d'autonomie avec des difficultés à réaliser des actes essentiels de la vie quotidienne (vous lever, vous déplacer, vous laver...) ; vous revenez chez vous après avoir été hospitalisé.

### **Vous êtes autonome et vous avez besoin d'aide uniquement pour faciliter votre vie quotidienne**

Vous pouvez demander de l'aide auprès : de votre caisse de retraite ; de votre mairie ou de votre CCAS (centre communal d'action sociale)

#### **Les aides de votre caisse de retraite**

Votre caisse de retraite peut vous proposer des aides (intervention à domicile, [portage de repas](#), aide aux déplacements...) après étude de vos ressources, de votre niveau d'autonomie et de fragilité. Si vous percevez une retraite de plusieurs régimes, adressez-vous au régime pour lequel vous avez cotisé le plus grand nombre de trimestres. Pour en savoir plus, consultez l'article [Les aides des caisses de retraite](#) et l'article [Des aides pour les retraités de la fonction publique d'État](#) Vos besoins sont évalués par un évaluateur mandaté par votre caisse de retraite. On peut vous proposer un plan d'aides qui comporte des heures d'interventions d'aide à domicile.

Vous ne pouvez pas bénéficier des aides des caisses de retraite si vous recevez déjà l'[APA \(allocation personnalisée d'autonomie\)](#)

#### **L'aide-ménagère du Département**

Si vous avez plus 65 ans (60 ans si vous êtes reconnu inapte au travail) et que vos ressources par mois sont : inférieures à 916,78 € si vous vivez seul, inférieures à 1 423,31 € si vous vivez en couple vous pouvez demander une aide financière (aide-ménagère) pour qu'une personne vienne vous aider chez

vous. Cette aide financière est versée par votre Département, mais vous devez déposer votre demande à la mairie ou auprès de votre CCAS.

Vous ne pouvez pas bénéficier des aides des caisses de retraite si vous recevez déjà l'[APA \(allocation personnalisée d'autonomie\)](#).

### **Vous êtes en perte d'autonomie et vous avez besoin d'aide pour les actes essentiels de la vie quotidienne**

Vous êtes en perte d'autonomie, vous avez plus de 60 ans et vous avez besoin d'aide pour les actes essentiels de la vie quotidienne (vous lever, vous déplacer, vous laver...).

Toutes les personnes remplissant ces conditions et résidant en France peuvent bénéficier de l'APA quels que soient leurs revenus.

En revanche, le montant attribué dépend des revenus. Au-delà d'un certain niveau de revenus, une participation progressive est demandée à la personne bénéficiaire de l'APA. La demande d'APA se fait auprès des services du Département.

La démarche à réaliser varie selon votre département de résidence. Elle peut se faire soit par un service en ligne, soit par un formulaire papier à remplir.

Pour en savoir plus, consultez l'article [Faire une demande d'aides à l'autonomie à domicile](#). Après avoir reçu votre demande d'APA, le Département organisera une [visite d'évaluation à domicile](#) réalisée par l'équipe médico-sociale APA. Pour en savoir plus, consultez l'article [L'APA](#).

### **Vous rentrez chez vous après avoir été hospitalisé**

Après une hospitalisation, le retour à domicile peut s'avérer difficile du fait de la fatigue, d'un état de santé encore fragile.

Il est possible d'anticiper ces difficultés, avant et pendant l'hospitalisation, en prenant contact avec le [service social de l'hôpital](#). Le service social de l'hôpital vous indiquera les solutions qui sont envisageables à votre sortie de l'hôpital.

Une aide au retour à domicile après une hospitalisation peut être attribuée en fonction de la situation et sous conditions. Cette demande d'aide au retour à domicile après une hospitalisation est directement réalisée par le service social de l'hôpital.

C'est ensuite la CARSAT (caisse d'assurance retraite et de la santé au travail) qui intervient pour organiser la mise en place des aides.

Pour en savoir plus, consultez l'article [Être hospitalisé : ce qu'il faut savoir](#).

Des aides financières existent pour [aménager son logement](#) ou se procurer du [matériel adapté](#) afin de continuer à vivre chez soi le plus longtemps possible. Pour en savoir plus, consultez la rubrique [Aménager son logement et s'équiper](#).

**Comment mettre en place les interventions d'aide à domicile ?** Vous avez trois possibilités pour mettre en place les interventions à votre domicile :

- employer directement un intervenant à domicile : vous êtes l'employeur de l'intervenant à domicile. Pour vous renseigner sur les formalités à accomplir, renseignez-vous





sur le [portail net-particulier](http://portail-net-particulier) ou sur le site [www.employeradomicile.fr](http://www.employeradomicile.fr).

- Faire appel à un [service d'aide et d'accompagnement à domicile](#) prestataire : vous êtes le client du service qui est l'employeur de l'intervenant. Pour obtenir les coordonnées d'un service, consultez [l'annuaire du portail](#).
- Faire appel à un service d'aide et d'accompagnement à domicile mandataire : vous êtes l'employeur de l'intervenant à domicile mais le service vous décharge des aspects administratifs liés à ce statut. Renseignez-vous auprès de votre point d'information local ou bien consultez [l'annuaire de la DGE](#). Ces trois solutions ont chacune leurs avantages et leurs inconvénients. Pour en savoir plus et obtenir des conseils adaptés à votre situation, renseignez-vous auprès de votre point d'information local. Pour trouver les coordonnées d'un point d'information local, consultez [l'annuaire](#).

Si vous faites appel à un service d'aide et d'accompagnement à domicile ou si vous employez directement une aide à domicile, vous pouvez bénéficier d'un [crédit d'impôt](#).

## TENTONS D'Y VOIR PLUS CLAIR



Le contrôle du remboursement des dépenses de santé peut parfois s'apparenter à une enquête policière !

Certains se disent :

« Je suis pris en charge à 100 % (ce qui n'est pas si rare dans une population de

retraités) donc je ne vous coûte rien du tout; Or vous ne me remboursez pratiquement rien ! A quoi bon payer une mutuelle puisque la Sécurité Sociale prend tout en charge ? »

Ces affirmations ou questions, les services de réclamations les constatent régulièrement.

Et elles traduisent une réalité : : l'organisation des remboursements des dépenses de santé est d'une complexité effrayante ... A tel point que l'on ne sait plus qui paie quoi de la Sécurité Sociale, de la mutuelle ou du patient... ni même si c'est payant !

Alors revenons sur quelques fondamentaux pour tenter d'y voir clair.

### **Quelle que soit votre dépense de santé ... le remboursement de la Sécurité Sociale n'est toujours que partiel !**

Vous avez bien sûr probablement entendu parler du fameux « ticket modérateur » Destiné à « modérer » notre consommation médicale. C'est la part des dépenses qui restent à la charge de l'assuré (ou de sa mutuelle) sur le tarif fixé par la Sécurité Sociale pour chaque acte de soins ou médicament. Alors qu'il n'est « que » de 20% sur les dépenses liées à une hospitalisation, il monte à 30% sur les consultations des médecins, 40% pour les actes pratiqués par les auxiliaires médicaux et même jusqu'à 70% voire 85% pour les médicaments dits « Service Médical Rendu (SMR) faible ou

modéré ... Dans vos dépenses de santé les plus quotidiennes et même si nous n'en avez pas le sentiment, votre mutuelle intervient en prenant en charge le Ticket Modérateur de manière à ce que la dépense restant à votre charge soit nulle ou la plus faible possible.

### **57 % des remboursements se font directement auprès des professionnels de santé.**

Pharmacie, médecins, kinés, infirmiers ... très souvent, il suffit de donner sa carte Vitale (et une fois par an chez le pharmacien sa carte mutuelle) et l'on repart sans payer ... ce qui, au fil du temps nous donne le sentiment que soit c'est gratuit, soit c'est intégralement pris en charge par la Sécurité Sociale. Mais ce n'est pas le cas ! Vous ne le voyez pas mais des échanges informatiques entre vos professionnels de santé, la Sécurité Sociale et la mutuelle permettent de rembourser directement la part que vous auriez dû payer si vous n'aviez pas eu de mutuelle.

### **100 % santé en dentaire, optique, aides auditives ... la participation des mutuelles est massive et très largement supérieure à celle de la Sécurité Sociale.**

Depuis 2020 et la mise en place de la réforme du 100 % santé, il vous est désormais possible (si le contrat souscrit auprès de votre mutuelle est solidaire et responsable) de bénéficier d'un remboursement intégral de vos dépenses en matière de prothèses dentaires fixes ou mobiles, de lunettes (appelées équipement d'optique) et d'aides auditives. La communication gouvernementale sur le sujet a clairement passé sous silence qui étaient les principaux financeurs de cette réforme en laissant penser qu'il s'agissait d'une prise en charge intégrale par la Sécurité sociale. Et ce n'est pas vraiment le cas.

### **Des dépassements d'honoraires à la chambre particulière en passant par les ostéopathes ou les acupuncteurs.... Des dépenses ou seule votre mutuelle intervient !**

Avec le temps qui passe et les déficits qui s'accumulent, la tendance de la Sécurité Sociale est de réduire son périmètre d'intervention et d'en reporter la charge sur les adhérents ou sur leur mutuelle. Ainsi, au fil des années, les déremboursements se font plus nombreux, les bases de remboursement évoluent peu (amenant de plus en plus de médecins à pratiquer des dépassements d'honoraires) et certaines spécialités paramédicales, à l'instar des ostéopathes ne font jamais l'objet d'une prise en charge par la Sécurité Sociale. Dans tous ces cas, votre mutuelle se retrouve seule à financer tout ou partie des dépenses que vous engagez.

Citons un dernier exemple : celui des lunettes hors 100 % santé. Pour un équipement complet incluant monture et verres progressifs, le tarif moyen national est de 601€, la base de remboursement Sécurité sociale est de 0, 15€ dont elle ne rembourse que 60 % soit 0,09€ ... tout le reste étant laissé à votre charge et/ou à celle de votre mutuelle !

*extrait de CNM info, janvier 2023*

## LES CAFÉS MYTHIQUES DE PARIS



**C**afés populaires, littéraires, intimistes, étudiants ou branchés, artistes et poètes, ceux qui ont de l'argent et ceux qui n'en ont pas se retrouvent au café à Paris...

Le café est arrivé en France dans le sillage de l'ambassadeur extraordinaire *Soliman Aga*, envoyé par le Sultan de Turquie Mehmet IV auprès de Louis XIV en 1669.

Servi chaud et sucré dans des petites tasses de porcelaine chinoise, il connut un vif succès. Deux hommes comprennent l'intérêt d'accueillir le café dans un cadre renouvelé: l'arménien *Grégoire d'Alep* et l'italien *Procopio dei Corelli*.

Au XVIIIème siècle, on compte entre 600 et 700 cafés à Paris, ils sont reconnaissables aux miroirs qui garnissent leurs murs à profusion, accroissant la luminosité et la magie du lieu. A la veille de la révolution, on en dénombre déjà plus de 900. Installés surtout sur la rive gauche, ils s'en vont conquérir la rive droite, là où la politique prend ses quartiers entre le Palais-Royal et les grands boulevards.

### Un petit tour d'horizon des origines de quelques grands noms des cafés de Paris

Vous avez leurs noms en tête, mais connaissez-vous leur histoire ?

#### LE PROCOPE

Fondé en 1686, par le sicilien *Francesco Procopio Dei Corelli*, Le Procope est considéré comme le plus ancien café de la capitale. Implanté en plein cœur du quartier de Saint-Germain-des-Prés, l'établissement a en effet été le premier restaurant en Europe à introduire le café et à le démocratiser en proposant son service à table dans une tasse en porcelaine.

Lieu mythique, très tôt prisé par les philosophes et les écrivains du siècle des Lumières (Jean-Jacques Rousseau, Voltaire ... ), l'histoire aime à raconter que les prémices de l'Encyclopédie de Diderot y ont ainsi vu le jour.

#### LE CAFÉ DE CHARTRES

Dans les jardins parisiens du Palais-Royal, un café chic, à la mode, nommé le café de Chartres. Ouvert en 1784, il était le café des Royalistes, chaque café parisien ayant sa couleur politique. Pendant la Révolution, les cafés du Palais-Royal résonnaient des échanges houleux des différents clubs révolutionnaires qui y avaient chacun leur lieu de rendez-vous.

Danton, Marat ont compté parmi les clients, alors que Mademoiselle Montansier (comédienne et directrice du théâtre français) a son salon au 1er étage.

En 1820, à l'initiative de son nouveau propriétaire, *Jean VÉFOUR* (1784-1841), le café devient un restaurant

somptueux et le meilleur endroit gastronomique de Paris ; son nom est changé en *Véfour*.

Pendant près d'un siècle, le restaurant est le rendez-vous du Tout-Paris politique et artistique. On peut encore voir une plaque indiquant la table qu'occupait Bonaparte.

#### LE CAFÉ DE FLORE

Ce café fait son apparition en 1885, quelques années après les débuts de la Troisième République. Il doit son nom à une sculpture de Flore, déesse des fleurs et du printemps de la mythologie gréco-romaine, située de l'autre côté du boulevard.

Le Café de Flore n'existerait sans doute plus sans les dizaines d'écrivains qui ont franchi ses portes, jour après jour, année après année. Pendant près de cinquante ans, ce lieu a été celui de toutes les réunions littéraires, de tous les débats philosophiques et de toutes les rêveries artistiques.

Guillaume Apollinaire, Jacques Prévert, Picasso, Hemingway comptent parmi les plus illustres habitués du café. A la fin de la guerre, le lieu se transforme alors en épice de la vie artistique et intellectuelle parisienne.

#### LES DEUX MAGOTS

L'un des deux cafés mythiques de Saint-Germain-des-Prés, avec le café de Flore bien sûr ! Ouvert en 1885, les deux Magots a vu passer de nombreux artistes du monde littéraire, tant et si bien qu'un prix "les Deux Magots" est décerné chaque année à un auteur de talent.

Il tient son patronyme d'un magasin de nouveautés qui existait avant lui au même emplacement, signifiant "les deux figurines chinoises". Dans la salle du café, deux statues rappellent ce passé.

#### LES FEMMES AU CAFÉ

Les femmes ont longtemps refusé d'entrer seules ou même accompagnées dans les cafés.

La tenancière ou l'épouse coquette trônait derrière la caisse. Dans la salle, les serveuses s'activaient, et des prostituées accompagnaient quelques clients.

Au XIXème siècle, quelques femmes seules attendaient qu'on leur offre une boisson. Les dames ne devaient pas entrer dans les cafés, les salons de thé leur étant réservés.

La morale conservait et entretenait l'image de la serveuse avenante et peu farouche telle "La Madelon" de la chanson.

extrait de « Paris, l'histoire d'une capitale, Michel Carmona

