

# GUIDE DE L'ACTION SOCIALE

2026



**CNRACL**

La retraite des fonctionnaires  
territoriaux et hospitaliers

ACTION SOCIALE

# 01

## LE SOUTIEN À DOMICILE, LE HANDICAP

PAGE 03

Aide à domicile	PAGE 04
Aides à l'amélioration et à l'adaptation de l'habitat	PAGE 05
Aide équipement chauffage	PAGE 06
Aides pour enfant handicapé	PAGE 07

# 02

## LE SOUTIEN AUX RETRAITÉS EN SITUATION DE FRAGILITÉ

PAGE 08

À savoir	PAGE 09
Énergie	PAGE 11
Complémentaire santé	PAGE 11
Scolarité	PAGE 11
Équipement ménager	PAGE 12
Vacances	PAGE 12

# 03

## LES DÉPENSES LIÉES À DE GRAVES DIFFICULTÉS

PAGE 13

Détresse financière	PAGE 14
Dépenses liées au handicap	PAGE 14

# 04

## LES PRÊTS SOCIAUX

PAGE 15

# 05

## LES ATELIERS DU BIEN VIEILLIR

PAGE 17



01

## LE SOUTIEN À DOMICILE, LE HANDICAP

# AIDE À DOMICILE

Cette aide permet de financer l'intervention d'une aide à domicile pour vous aider au quotidien.

Elle peut être utilisée pour :

- l'entretien courant de votre logement
- les courses, le repassage
- la préparation des repas
- les aides pour les actes essentiels et de confort de la vie
- l'accompagnement à l'extérieur
- les démarches administratives simples
- le jardinage
- l'accompagnement informatique

Vous pouvez bénéficier de ces aides si, à la date de réception de la demande, vous remplissez les conditions d'attribution.



## LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

### ■ La CNRACL doit être votre régime de retraite principal.

C'est le cas si :

- vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
- ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;
- ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

**REMARQUE :** si vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une pension personnelle d'une autre caisse de retraite, vous devez vous adresser à cette dernière (régime de retraite dont vous relevez pour l'action sociale).

### ■ Vous pouvez bénéficier de l'aide à domicile seulement si vous ne bénéficiez pas des aides suivantes :

- la majoration pour tierce personne (MTP)
- la prestation de compensation du handicap (PCH)
- l'allocation compensatrice pour tierce personne (ACTP)
- l'allocation personnalisée d'autonomie (APA)
- une aide ménagère de la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)

### ■ Votre revenu fiscal de référence ne doit pas dépasser :

- pour une personne seule : 18 700 €
- pour un couple : 28 000 €

Il est déduit de votre revenu fiscal de référence 2 000 € par enfant fiscalement à charge indiqué sur votre avis d'imposition.

Il est également tenu compte sur votre avis d'imposition :

- des frais d'hébergement de votre conjoint en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), établissement d'hébergement pour personnes âgées (EHPA), établissement de soins de longue durée (ESLD), unité de soins de longue durée (USLD) ou en résidence autonomie ;
- de vos frais d'hébergement en EHPA ou en résidence autonomie.

### ■ Vous ne devez pas résider en EHPAD, ni ESLD ni en USLD.

### ■ Vous devez être âgé de 65 ans au moins ou être :

- atteint d'une incapacité grave justifiée par un taux d'invalidité ;
- atteint d'une affection longue durée (ALD), d'une affection hors liste ou d'une polyopathologie relevant de la liste des prises en charge à 100 %,
- dans une situation d'urgence (sortie d'hôpital...).



## LE MONTANT DE L'AIDE

→ Le montant de l'aide varie en fonction de votre revenu fiscal de référence et de votre situation familiale (personne seule ou couple). La participation financière de la CNRACL est fixée dans un barème revalorisé chaque année.

→ Les aides ne sont pas récupérables sur succession (hormis les aides perçues à tort).



## LES MODALITÉS PRATIQUES

Vous devez vous rapprocher d'une structure d'aide ménagère parmi les structures prestataires de service (et non mandataires) de service de l'annuaire des organismes de services à la personne, rendez-vous sur le site : [www.servicesalapersonne.gouv.fr](http://www.servicesalapersonne.gouv.fr).

Cette structure devra se rapprocher du Fonds d'action sociale.

**IMPORTANT : Vous ne devez pas passer par une structure mandataire. En effet, si vous employez directement une aide à domicile, vous ne pouvez pas bénéficier de l'aide du Fonds d'action sociale.**

# AIDES HABITAT

Le Fonds d'action sociale de la CNRACL propose deux types d'aides cumulables la même année civile.

## AMÉLIORATION DE L'HABITAT

Cette aide permet la prise en charge d'une partie de certains frais d'amélioration de votre résidence principale construite depuis plus de 10 ans.

Les travaux pouvant être retenus sont différents si vous êtes :

- propriétaire : chauffage individuel, réfection de toiture, isolation des combles...
- locataire : revêtement des sols et murs des pièces destinées à l'habitation...

Avant de formuler une demande d'aide au Fonds d'action sociale de la CNRACL, vous devez solliciter les aides de l'État et notamment MaPrimeAdapt' (principale aide de l'État pour l'adaptation à la perte d'autonomie) ou MaPrimeRénov'.



## LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

### ■ La CNRACL doit être votre régime de retraite principal.

C'est le cas si :

- vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
- ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;
- ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

**REMARQUE :** si vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une pension personnelle d'une autre caisse de retraite, vous devez vous adresser à cette dernière (régime de retraite dont vous relevez pour l'action sociale).

### ■ Votre revenu fiscal de référence ne doit pas dépasser :

- pour une personne seule : 18 700 €
- pour un couple : 28 000 €

Il est déduit de votre revenu fiscal de référence 2 000 € par enfant fiscalement à charge.

Il est également tenu compte des frais d'hébergement de votre conjoint dans un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), établissement d'hébergement pour personnes âgées (EHPA), établissement de soins de longue durée (ESLD), unité de soins de longue durée (USLD) ou en résidence autonomie.

### ■ Vous ne devez pas résider en EHPAD, EHPA, résidence autonomie, ESLD ni en USLD.

## ADAPTATION DE L'HABITAT

Cette aide concerne les travaux d'adaptation du logement au handicap : réaménagement ou création de sanitaires adaptés (douche, WC...), monte escalier...

Elle s'adresse aux retraités en perte d'autonomie (locataire ou propriétaire) et à leurs enfants en situation de handicap et fiscalement à charge vivant au foyer. Un certificat médical pourra être demandé le cas échéant.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Le montant de l'aide varie en fonction du montant des travaux retenus par la CNRACL, de votre revenu fiscal de référence et du montant des aides déjà accordées par d'autres organismes.

Montant maximum des aides habitat déterminé selon votre revenu fiscal de référence :

- pour l'amélioration de l'habitat : 10 000 €
- pour l'adaptation de l'habitat : 15 000 €



## LES MODALITÉS PRATIQUES

■ Vous devez vous adresser à un organisme habitat, qui devra contacter la CNRACL pour créer un partenariat. Ce professionnel a un rôle d'information et de conseil (en matière administratif, financier) pour constituer et suivre votre dossier.

■ Les travaux ne doivent pas être commencés avant que le Fonds d'action sociale ait notifié sa décision. Dans le cas contraire, la participation de la CNRACL ne sera pas attribuée.

■ À compter de la date de proposition de l'aide par le Fonds d'action sociale, vous disposez de 2 ans pour justifier la réalisation des travaux et demander le paiement de l'aide. Soyez attentifs aux dates.

■ L'aide et la participation aux frais de dossier de l'organisme habitat seront versés sur le même compte bancaire que la pension. Il appartient au retraité de payer le prestataire.

■ Le Fonds d'action sociale se réserve le droit de réclamer le remboursement des sommes allouées si vous quittez le logement moins de 5 ans suivant le versement de l'aide.

# ÉQUIPEMENT CHAUFFAGE

L'aide équipement chauffage vise à remplacer un système d'ancienne génération par un système économique en énergie comme une pompe à chaleur ou un chauffage à bois très performant.



## LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

### ■ La CNRACL doit être votre régime de retraite principal.

C'est le cas si :

- vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
- ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;
- ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

**REMARQUE :** si vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une pension personnelle d'une autre caisse de retraite, vous devez vous adresser à cette dernière (régime de retraite dont vous relevez pour l'action sociale).

### ■ Votre revenu fiscal de référence ne doit pas dépasser :

- pour une personne seule : 18 700 €
- pour un couple : 28 000 €

Il est déduit de votre revenu fiscal de référence 2 000 € par enfant fiscalement à charge.

Il est également tenu compte des frais d'hébergement de votre conjoint dans un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), établissement d'hébergement pour personnes âgées (EHPA), établissement de soins de longue durée (ESLD), unité de soins de longue durée (USLD) ou en résidence autonomie.

### ■ Vous ne devez pas résider en EHPAD, EHPA, résidence autonomie, ESLD ni en USLD.

### ■ Vous devez avoir déjà bénéficié d'un financement de l'État ou d'une collectivité territoriale.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Le montant de l'aide varie en fonction du montant des travaux retenus par la CNRACL, de votre revenu fiscal de référence et du montant des aides déjà accordées par d'autres organismes.

Montant maximum de l'aide équipement chauffage selon votre revenu fiscal de référence : 4 000 €.



## LES MODALITÉS PRATIQUES

Vous pouvez effectuer votre demande d'aide jusqu'au **31 décembre 2026** directement dans votre espace personnel "Ma retraite publique" sur le site internet :

[www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)

Vous n'aurez plus d'imprimé à compléter ni d'affranchissement et le traitement de votre demande sera plus rapide.

Si vous ne pouvez pas demander vos aides en ligne, vous pouvez demander un imprimé d'aide 2026 jusqu'au 30 novembre 2026 par téléphone en composant le numéro gratuit : 0800 973 973 ou par courrier.

Il est important que cet imprimé soit correctement rempli et renvoyé avant le 31 décembre 2026, le cachet de la Poste faisant foi.

Vous devez joindre à cet imprimé une photocopie lisible en noir et blanc de votre avis d'impôt 2025 sur les revenus 2024 (uniquement lors de votre première demande 2026) ainsi que les justificatifs pour chaque aide.

# AIDES POUR ENFANT HANDICAPÉ

Ces aides sont destinées à financer une partie des frais liés au handicap d'un enfant à charge effective et permanente du pensionné de la CNRACL.



## LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

Quatre aides sont attribuées **sans condition de ressources** aux pensionné(e)s de la CNRACL.

Les conditions d'attribution diffèrent selon le type d'aide.

▪ **Allocation au parent d'un enfant handicapé de moins de 20 ans bénéficiant de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) :**

- s'il présente un taux d'invalidité d'au moins 50% ;
- s'il perçoit l'AEEH.

▪ **Allocation spéciale pour son enfant atteint d'une maladie chronique ou d'un handicap, âgé de plus de 20 ans et de moins de 27 ans s'il suit des études ou un stage de formation professionnelle ou un apprentissage :**

- s'il présente un taux d'invalidité d'au moins 50% ;
- s'il est reconnu "travailleur handicapé" par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) ;
- s'il ne perçoit ni l'allocation adulte handicapé, ni l'allocation compensatrice.

**A NOTER :** pour la scolarité en cours, l'aide débutera le mois suivant son 20<sup>e</sup> anniversaire.

▪ **Aide pour les frais de séjour en centres familiaux de vacances de son enfant de moins de 20 ans :**

- si l'enfant présente un taux d'invalidité d'au moins 50% ;
- si le séjour est effectué dans un organisme de tourisme social à but non lucratif ou gîte ayant reçu un agrément ministériel.

▪ **Aide pour les frais de séjour collectif dans un centre de vacances spécialisé** adapté au handicap et géré sans but lucratif, quel que soit l'âge de l'enfant, si son taux d'invalidité est au moins égal à 50%.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Le montant de ces aides est fixé par les pouvoirs publics.

Pour les séjours, le montant de l'aide est calculé en fonction de sa durée, dans la limite de 45 jours/an et des sommes réellement engagées.

Les aides versées par d'autres organismes (CAF, CGOS...) dont déduites du montant de la facture.

Ces aides ou allocations ne sont pas attribuées si une aide ou allocation de la fonction publique d'État a déjà été versée.



## LES MODALITÉS PRATIQUES

Vous pouvez formuler votre demande d'aide pour enfant handicapé par téléphone ou par courrier auprès du Fonds d'action sociale.

Vous devez formuler votre demande :

- une fois par an pour les allocations ;
- dans les douze mois qui suivent le séjour pour les autres aides.

Vous devez transmettre l'avis d'impôt 2025 sur les revenus 2024 mentionnant votre nom et indiquant le nombre d'enfants à charge.



# 02

## LE SOUTIEN AUX RETRAITÉS EN SITUATION DE FRAGILITÉ

## SOUTIEN AUX RETRAITÉS



### QUI PEUT SOLICITER CES AIDES ?

→ **Le retraité :**

- pour ses frais personnels
- pour ceux de ses enfants fiscalement à charge figurant sur l'avis d'impôt 2025 sur les revenus 2024

→ **L'orphelin** percevant une pension principale de réversion orphelin de la CNRACL

**Les dépenses doivent être réalisées depuis moins d'un an au jour de la réception de la demande d'aide par le Fonds d'action sociale.**

**Les dépenses doivent avoir été réalisées après votre mise à la retraite.**



### COMMENT SONT VERSÉES LES AIDES ?

- Le versement des aides se fait obligatoirement sur le même compte que la pension.
- Les aides ne sont pas versées à la succession en cas de décès du retraité.
- Le Fonds d'action sociale ne fait pas d'avance.
- Les aides ne sont pas récupérables sur succession (hormis les aides perçues à tort).



### QUELS SONT LES JUSTIFICATIFS INDISPENSABLES POUR ÉTUDIER VOTRE DEMANDE ?

- L'avis d'impôt 2025 sur les revenus 2024 (en noir et blanc) mentionnant votre nom et le détail de vos revenus uniquement lors de votre première demande d'aide de l'année civile en cours.

**En demandant votre aide en ligne dans votre espace personnel, vous n'avez pas à transmettre votre avis d'imposition. Vos informations fiscales seront transmises directement par la Direction générale des Finances publiques (DGFIP).**

Si non, vous devez transmettre la photocopie de toutes les pages de votre avis d'imposition.

- Les différents justificatifs de dépenses liés au type d'aide (pages 11 et 12).

Si vous envoyez vos demandes par courrier, seules les photocopies en noir et blanc lisibles sont acceptées (n'envoyez pas d'originaux, ils ne pourront pas vous être restitués).



### COMMENT EFFECTUER VOTRE DEMANDE ?

Vous pouvez effectuer votre demande d'aide jusqu'au **31 décembre 2026** directement dans votre espace personnel "Ma retraite publique" sur le site internet :

**[www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)**

Vous n'aurez plus d'imprimé à compléter ni d'affranchissement et le traitement de votre demande sera plus rapide.

Si vous ne pouvez pas demander vos aides en ligne, vous pouvez demander un imprimé d'aide 2026 jusqu'au 30 novembre 2026 par téléphone en composant le numéro gratuit : 0800 973 973 ou par courrier.

Il est important que cet imprimé soit complété en totalité, signé et renvoyé avant le 31 décembre 2026, le cachet de la Poste faisant foi.

Vous devez joindre à cet imprimé une photocopie lisible en noir et blanc de votre avis d'impôt 2025 sur les revenus 2024 (uniquement lors de votre première demande 2026) ainsi que les justificatifs pour chaque aide.



## LES CONDITIONS D'ATTRIBUTION

Vous pouvez bénéficier de ces aides si vous remplissez les conditions requises ci-dessous, à la date de réception de votre demande.

▪ **La CNRACL doit être votre régime de retraite principal.**

C'est le cas si :

- vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
- ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;

- ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une ou plusieurs pensions personnelles d'autres régimes de retraite et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

▪ **Et votre revenu fiscal de référence doit être compris dans le barème suivant :**

Aides dont vous pouvez bénéficier par situation familiale et revenu fiscal de référence	Revenu fiscal de référence							
	Personne seule				Couple			
	Inférieur ou égal à 13 500 €	Entre 13 501 € et 15 200 €	Entre 15 201 € et 16 900 €	Entre 16 901 € et 18 700 €	Inférieur ou égal à 20 100 €	Entre 20 101 € et 22 800 €	Entre 22 801 € et 25 400 €	Entre 25 401 € et 28 000 €
Énergie	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Complémentaire santé	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI	OUI
Équipement ménager	OUI	OUI	NON	NON	OUI	OUI	NON	NON
Vacances	OUI	OUI	NON	NON	OUI	OUI	NON	NON
Aide scolarité	OUI	NON	NON	NON	OUI	NON	NON	NON

→ Il est déduit de votre revenu fiscal de référence 2 000 € par enfant fiscalement à charge indiqué sur l'avis d'imposition.

→ Il est également tenu compte de vos frais d'hébergement et des frais d'hébergement de votre conjoint dans un établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), ou un établissement d'hébergement pour personnes âgées (EHPA), ou un établissement de soins de longue durée (ESLD) ou une unité de soins de longue durée (USLD) ou une résidence autonomie.

Pour bénéficier de l'aide énergie et de l'aide complémentaire santé, votre revenu fiscal de référence doit être au maximum de 18 700 € pour une personne seule et 28 000 € pour un couple.

## ÉNERGIE

Cette aide est destinée à prendre en charge une partie des frais d'énergie.

Elle est versée une fois par an pour le foyer.

### IMPORTANT :

- Vous ne devez pas résider en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), en établissement d'hébergement pour personnes âgées (EHPA), en établissement de soin longue durée (ESLD), en unité de soin longue durée (USLD) ni en résidence autonomie.
- Vous vous engagez à utiliser cette aide pour régler vos dépenses d'énergie et devez préciser le nom de votre fournisseur.

Le Fonds d'action sociale se réserve le droit de réaliser tout contrôle et de demander les justificatifs à tout moment.



## LES JUSTIFICATIFS REQUIS

Avis d'impôt visé en page 9.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Montant maximum de l'aide selon le revenu fiscal de référence : 1 000 €.

## COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

Cette aide est destinée à prendre en charge tout ou partie de vos cotisations complémentaire santé.

Elle est versée une fois par an.



## LES JUSTIFICATIFS REQUIS

- Avis d'impôt visé en page 9 ;
- et dernier appel de cotisations ou attestation de paiement des cotisations versées datée de moins d'un an, établi par votre complémentaire santé.

Si vous ne demandez pas votre aide en ligne et choisissez de renvoyer l'imprimé de demande d'aide, veuillez mentionner le montant **annuel** de votre cotisation. Inscrivez un chiffre par case, sans déborder et sans reporter les centimes d'euros.

Exemple : pour 1 215,85 € **1|2|1|5**



## LE MONTANT DE L'AIDE

Montant maximum de l'aide selon le revenu fiscal de référence et dans la limite des dépenses réellement engagées : 1 000 €.

## SCOLARITÉ

Cette aide est soumise à des conditions de ressources particulières. Pour en bénéficier, votre revenu fiscal de référence doit être au maximum de 13 500 € pour une personne seule et 20 100 € pour un couple.

Cette aide est versée pour les enfants nés à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2001, fiscalement à charge ou confiés par décision de justice.

Une seule aide est accordée par enfant et par année scolaire.

Les enfants à l'école maternelle et à l'école primaire ne sont pas éligibles à cette aide.



## LES JUSTIFICATIFS REQUIS

- Avis d'impôt visé en page 9 ;
- et :
  - certificat de scolarité pour l'année scolaire en cours au jour de la demande ;
  - ou certificat de formation pour l'année scolaire en cours au jour de la demande, précisant sa durée et l'absence de rémunération ;
  - ou contrat d'apprentissage en cours au jour de la demande précisant la rémunération ;
- et décision du tribunal, si l'enfant a été confié par décision de justice.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Montant de l'aide en fonction de la scolarité suivie :

- 1<sup>er</sup> cycle secondaire (6<sup>e</sup> à 3<sup>e</sup>) : 200 €
- 2<sup>e</sup> cycle secondaire (seconde à terminale) : 300 €
- 1<sup>re</sup> année d'apprentissage : 300 €
- formation non rémunérée d'au moins une année : 300 €
- études supérieures : 500 €

Montant maximum attribuable : 2 000 €

**Pour bénéficier de ces aides, votre revenu fiscal de référence (RFR) doit être au maximum de 15 200 € pour une personne seule ou 22 800 € pour un couple.**

## ÉQUIPEMENT MÉNAGER

Cette aide est destinée à l'achat d'un équipement ménager pour votre résidence principale et uniquement pour les articles suivants :

- lave-linge
- plaques de cuisson, cuisinière, four, hotte, four à micro-ondes, réfrigérateur, congélateur
- matelas, sommier, canapé convertible, fauteuil releveur
- télévision, lecteur DVD
- ordinateur ou tablette numérique, imprimante
- petit appareil de chauffage ou de climatisation
- lave-vaisselle
- aspirateur
- petit dépannage à domicile (réparation d'équipement ménager, serrurerie, vitrerie, plomberie,...)



## LES JUSTIFICATIFS REQUIS

- Avis d'impôt visé en page 9 ;
- facture(s) datant de moins d'un an, établie(s) à votre nom indiquant clairement le nom de l'article et les références commerciales du magasin.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Montant maximum de l'aide : 500 €, selon le revenu fiscal de référence et dans la limite des dépenses réellement engagées.

Le Fonds d'action sociale prend en charge au maximum 90 % de votre (vos) dépense(s).

**Si vous avez déjà obtenu une aide équipement ménager l'année dernière quel que soit le montant alloué, vous ne pouvez pas bénéficier de cette aide cette année.**

## VACANCES

Cette aide est destinée à prendre en charge une partie de vos frais de séjour et de transport. Elle est également attribuée pour les séjours des enfants fiscalement à charge (centre de vacances, centre de loisirs, séjours éducatifs...).

La demande doit être faite après le séjour.



## LES JUSTIFICATIFS REQUIS

- Avis d'impôt visé en page 9 ;
- **séjour** : facture établie par le prestataire (agence de voyage, agence immobilière...) à votre nom, datée de moins d'un an, précisant le nom des participants et les dates du séjour ;
- **transport** : factures ou billets nominatifs d'avion, de train ou de bateau uniquement, datés de moins d'un an.



## LE MONTANT DE L'AIDE

Montant maximum de l'aide selon le revenu fiscal de référence et dans la limite des dépenses réellement engagées pour les frais de vacances :

- pour une personne seule : 400 €
- pour un couple : 600 €

## CHÈQUES-VACANCES

Cette prestation vous permet de constituer une épargne pour vos loisirs.

Les sommes épargnées sont abondées d'une participation du Fonds d'action sociale et vous sont reversées sous la forme de chèques-vacances.

**Montant de la participation du Fonds d'action sociale : 30 % de votre épargne. Cet abondement (montant maximum de 184,62 €) est déduit du montant de l'aide vacances.**

Pour obtenir un dossier de chèques-vacances, [téléchargez-le](#) sur le site de la CNRACL ou écrivez en précisant obligatoirement le numéro de pension à :

Caisse des Dépôts  
Action sociale - Chèques-vacances  
6 place des Citerne  
33059 Bordeaux Cedex

Numéro spécial : 05 56 11 36 65



# 03

AIDE EXCEPTIONNELLE  
POUR DES DÉPENSES LIÉES  
À DE GRAVES DIFFICULTÉS

## DÉTRESSE FINANCIÈRE

Cette aide peut être allouée aux retraités en situation de détresse financière liée :

→ à une charge imprévisible ou particulière entraînant une **rupture de budget** :

- dette de loyer, d'électricité... ;
- frais de santé (**sur devis**) après déduction du remboursement de la Sécurité sociale et de la complémentaire santé ;

→ aux frais de réparation à la suite d'une **catastrophe naturelle** sur l'habitation principale ;

La demande d'aide pour catastrophe naturelle doit être formulée dans les deux années qui suivent la parution de l'arrêté ministériel de reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle de la commune.

→ **aux frais d'obsèques** d'un proche (ascendant, conjoint, descendant).

Cette aide peut également être allouée à un proche (ascendant, conjoint, descendant) pour les frais d'obsèques du titulaire de la pension CNRACL.

## DÉPENSES LIÉES AU HANDICAP

Cette aide est allouée pour des dépenses d'équipement liées au handicap (aménagement de la voiture, fauteuil roulant, verticaliseur, appareillage pour non-voyant, ...) pour vous, votre conjoint ou votre enfant fiscalement à charge.

Ces dépenses doivent être effectuées dans des magasins spécialisés.

Le montant de l'aide est calculé en fonction de la somme restant à votre charge après déduction des remboursements des différents organismes.



## CONDITIONS D'ATTRIBUTION

■ **La CNRACL doit être votre régime de retraite principal.**

C'est le cas si :

- vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
- ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;
- ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une ou plusieurs pensions personnelles d'autres régimes de retraite et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
- ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

■ **Ces aides sont soumises à l'appréciation du Fonds d'action sociale et ne sont pas attribuées systématiquement.**

■ **Elles sont versées directement au créancier (sauf cas exceptionnels).**

■ **Seul un intervenant social peut instruire une demande d'aide exceptionnelle.** Il remplira le dossier, rédigera un rapport faisant état de vos revenus, de vos charges et de vos difficultés. Il ajoutera les justificatifs requis.

# 04

## LES PRÊTS SOCIAUX

## LES PRÊTS SOCIAUX

Le Fonds d'action sociale accorde des prêts sociaux pour les quatre motifs suivants :

- travaux d'amélioration de l'habitat (résidence principale)
- dépenses de santé
- frais de sépulture
- circonstances exceptionnelles

### Caractéristiques des prêts :

- le taux d'intérêt est de 0 %
- les frais d'assurance sont pris en charge par le Fonds d'action sociale de la CNRACL et ces prêts ne comportent pas de frais de dossier
- le remboursement s'échelonne de 1 à 5 ans

Pour obtenir un dossier [téléchargez-le](#) sur le site de la CNRACL ou écrivez à :

Caisse des Dépôts  
Action sociale - Prêts aux retraités  
6 place des Citerne  
33059 Bordeaux Cedex

Numéro spécial : 05 56 11 36 68

Par internet : [www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)  
à partir de votre espace personnel  
MA RETRAITE PUBLIQUE



## CONDITIONS D'ATTRIBUTION

**Pour bénéficier d'un prêt social de la CNRACL, vous devez remplir 4 conditions :**

- **avoir moins de 80 ans**
- **résider en France ou dans un DROM-COM**
- **conditions liées à votre régime de retraite :**
  - vous percevez une ou plusieurs pensions de la CNRACL ;
  - ou vous percevez une pension personnelle de la CNRACL et une ou plusieurs pensions de réversion d'autres régimes de retraite ;
  - ou vous percevez plusieurs pensions personnelles (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres ;
  - ou vous percevez une pension de réversion de la CNRACL et une ou plusieurs pensions personnelles d'autres régimes de retraite et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres,
  - ou vous percevez plusieurs pensions de réversion (CNRACL et autres régimes de retraite) et la CNRACL valide le plus grand nombre de trimestres.

- **votre revenu fiscal de référence ne doit pas dépasser :**

- **19 800 €** pour une personne seule
- **29 700 €** pour un couple

Sont déduits de votre revenu fiscal de référence 2 000 € par enfant fiscalement à charge.

A photograph of a group of seniors in a gym. In the foreground, a man with white hair and a mustache, wearing a green t-shirt, is smiling and stretching his arms above his head. Behind him, other seniors are also performing exercises. The background shows gym equipment like treadmills.

05

## LES ATELIERS DU BIEN VIEILLIR

Les ateliers du bien vieillir au service  
de votre santé et de la qualité de votre vie



# POUR Bien VieILLiR



l'assurance  
retraite



ESTATE COMPLEMENTAIRE  
agirc-arcco



MSA  
L'essentiel & plus encore  
famille  
retraite  
services



CNRACL  
Caisse nationale de retraite  
et d'aide à la famille - la Région  
de Bruxelles-Capitale



LACIPAV



cpr



Club  
RÉGIMES  
SÉPÉIAUX

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

## LES ATELIERS DU BIEN VIEILLIR

Les ateliers collectifs sont animés par des professionnels et rassemblent un petit groupe de retraités. Ils comprennent entre 3 et 10 séances en fonction des thématiques. Ludiques, interactifs et axés sur la convivialité entre les participants, ils apportent des réponses concrètes tout en favorisant les échanges et les retours d'expérience.

## QUELS SONT LES THÉMATIQUES ABORDÉES DANS LES ATELIERS ?

- **Activité physique adaptée** : des activités adaptées pour vous maintenir en forme.
- **Autonomie numérique** : pour apprivoiser ou faciliter votre usage du numérique.
- **Bienvenue à la retraite** : pour appréhender de manière sereine votre nouvelle vie.
- **Bien vivre sa retraite** : pour préserver son autonomie et maintenir un lien social.
- **Équilibre** : pour prévenir les chutes avec des exercices simples.
- **Habitat** : aménagez votre logement pour y vivre en sécurité et préserver votre autonomie.
- **Nutrition** : pour une alimentation qui allie plaisir et équilibre, tous deux sources de vitalité.
- **Sommeil** : pour retrouver des nuits sereines et réparatrices.
- **Stimulation cognitive** : par la pratique d'exercices ludiques.

Et bien d'autres encore : la sécurité routière, l'aide aux aidants, la vie sexuelle et affective, etc.

## COMMENT TROUVER UN ATELIER PRÈS DE CHEZ SOI ?

Trouver une activité près de chez vous sur le site :  
<https://www.pourbienvieillir.fr/activites-prevention/>

N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre mairie ou du centre communal d'action sociale (CCAS) de votre commune.

## POUR EFFECTUER UNE DEMANDE D'AIDE

→ Vous pouvez faire votre demande sur Internet : [www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)

### ESPACE PERSONNEL MA RETRAITE PUBLIQUE

#### Soyez en contact permanent !

Votre espace personnel **MA RETRAITE PUBLIQUE** (en haut à droite, sur le site internet) vous propose un ensemble de services et d'informations utiles : l'édition de vos attestations de paiement et fiscale, la consultation de vos 12 derniers paiements et un contact avec votre caisse de retraite.

Vous pouvez y effectuer directement vos demandes d'aides ainsi que le suivi.

Aussi, pensez à compléter ou actualiser dès à présent vos coordonnées courriel et téléphone portable.

Si vous n'êtes pas déjà inscrit, n'hésitez plus, l'espace personnel **MA RETRAITE PUBLIQUE** est gratuit et sécurisé, accessible 7/7, 24h/24.

## POUR NOUS CONTACTER OU ÊTRE INFORMÉ DU TRAITEMENT DE VOTRE DEMANDE

→ par Internet : [www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)

### ESPACE PERSONNEL MA RETRAITE PUBLIQUE

→ Par téléphone :

**0800 973 973** (numéro gratuit)

Un serveur vocal est à votre disposition 24h/24 et 7 jours/7.

**05 56 11 36 65 pour les chèques vacances**

**05 56 11 36 68 pour les prêts**

→ Par courrier affranchi :

Caisse des Dépôts - CNRACL  
Fonds d'action sociale  
6 place des Citerne  
33059 Bordeaux cedex

→ Ou vous pouvez demander un imprimé "papier" :

- Par téléphone :

**0800 973 973** (numéro gratuit)

Préparez votre numéro de sécurité sociale (figurant sur votre carte Vitale) et votre numéro de pension, ils vous seront demandés.

- Par courrier affranchi :

Caisse des Dépôts - CNRACL

Fonds d'action sociale

6 place des Citerne

33059 Bordeaux cedex

Caisse nationale de retraites des agents des collectivités locales  
6 place des Citerne - 33059 Bordeaux Cedex - Téléphone : 0800 973 973 - [www.cnracl.retraites.fr](http://www.cnracl.retraites.fr)

Une gestion



F 0317-24-43

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique par la Caisse des Dépôts en qualité de responsable de traitement. Les données collectées ont pour finalité la gestion des retraites, des allocations et des prestations. La base légale de ce traitement est l'exécution d'une mission d'intérêt public à laquelle la Caisse des Dépôts est soumise. Vos données sont conservées à compter de la date du décès ou de l'extinction des droits des affiliés, des pensionnés, allocataires et éventuels ayants-droits jusqu'à l'expiration des délais de prescription fixés par la réglementation applicable aux régimes de retraites et fonds, ou à défaut par les règles de droit commun. Vos données ne seront transmises qu'aux personnes habilitées de ou par la Caisse des Dépôts ou à des tiers légalement autorisés. Le traitement de vos données personnelles ne donne lieu à aucun transfert hors de l'Union Européenne. Conformément à la réglementation Informatique et libertés, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'opposition, de limitation du traitement de vos données ainsi que du droit de faire parvenir à la Caisse des Dépôts des directives spéciales relatives au sort de vos données après votre décès. Pour exercer vos droits Informatique et libertés, vous pouvez vous adresser à mesdonneespersonnelles@caissedesdepots.fr ou par écrit à l'adresse suivante : Caisse des Dépôts - Données personnelles - Etablissement de Bordeaux 6, place des Citerne 33059 Bordeaux Cedex. Certaines demandes de droits (accès, rectification, limitation) nécessitent la fourniture d'une pièce d'identité valide. Nous vous invitons à consulter notre Politique de protection des données à caractère personnel à l'adresse suivante : <https://www.caissedesdepots.fr/donnees-personnelles-et-cookies/notice-information-gestion-des-retraites>. Si vous avez des questions concernant l'utilisation de vos Données à Caractère Personnel par la Caisse des Dépôts, vous pouvez contacter le Délégué à la protection des données (DPO) en remplissant le formulaire de contact à l'adresse <http://www.caissedesdepots.fr/protection-des-donnees-personnelles>. Vous disposez également du droit d'introduire une réclamation auprès de l'autorité de contrôle compétente (CNIL). Nous vous informons que tout changement de situation justifiant le service des prestations doit être déclaré dans les meilleurs délais. La loi rend possible d'amende et/ou d'emprisonnement quiconque se rend coupable de fraudes ou de fausses déclarations en vue d'obtenir ou de tenter d'obtenir des avantages indus (articles 313-1 et suivants, 433-19, 441-1 et suivants du code pénal).