

La Bavarde des Nounous



Réalisée par Sylviane et Nadine

Au mois de JUIN

les ateliers du Relais porteront sur le thème :



N'oubliez pas d'envoyer en URGENCE une copie de l'agrément avec n° de Sécurité sociale par courriel à Pajemploi



Page 2 : Le saviez-vous ? Prendre la quille

Derrière beaucoup de coutumes, usages, traditions et expressions militaires se cachent bien souvent des anecdotes insolites, amusantes ou historiques. Alors pour étoffer votre culture générale et briller le matin devant vos collègues à la machine à café, plongez-vous dans notre rubrique. Voici la petite histoire de la quille.

« Aujourd'hui, je prends la quille ! », « vivement la quille ! », ou encore « la quille bor*** ! » Qui n'a pas déjà entendu quelqu'un prononcer l'une de ces expressions pour signifier la liberté, **ou le fait qu'il prenait sa retraite** ? Mais finalement vous-êtes-vous déjà demandé ce qu'était cette fameuse quille ?



De très nombreuses interprétations lui ont été données. Certaines renvoient directement à la période du service militaire, d'autres la renvoient à **l'univers des bagnards**.

Apparue vers les années 1930, l'expression « La quille » viendrait, selon certaines sources encyclopédiques, du verbe quiller, qui signifierait abandonner ou quitter. L'expression du XIXe siècle « jouer des quilles » signifiant s'enfuir, les quilles désignant les jambes.

Pour d'autres, la quille était le surnom donné au bateau ramenant en France métropolitaine les forçats libérés du bagne de Cayenne. « Avoir la quille » signifiait alors être libéré. C'est cette même signification qui renvoie vers l'expression militaire. « Prendre la quille », en langage militaire de l'époque, marquait le dernier jour du service national pour les appelés.

Ainsi, traditionnellement, le centième jour avant la démobilisation, les jeunes Français fêtaient le « père cent ». A compter de cette échéance, les conscrits effectuaient un compte à rebours en rayant chaque jour l'un des bâtonnets tracés verticalement sur un tableau, à la mode de quilles qui tombent. La dernière était appelée « la quille ».

Dans certains régiments, « La quille » est même devenue un objet à part entière ! Dessus était inscrit le nom de l'appelé, le numéro matricule et unité d'appartenance et pouvait être coloriée aux couleurs du régiment. Certains la gardèrent comme une relique et comme un souvenir de leur engagement sous les drapeaux.

Sources : *Encyclopédie Larousse, QUID, Article Libération 2 janvier 1997*

LA RETRAITE

Il n'est pas toujours évident de bien comprendre les nombreux points concernant la **pension de retraite**.

Bien souvent, les pensionnaires se contentent d'encaisser sans savoir exactement comment est calculé le montant qu'ils reçoivent. De plus, certains termes utilisés en matière de régime de retraite les induisent très souvent en erreur.

Mais aussi compliqué que le processus soit, les **retraités** doivent connaître son fonctionnement.



LES TRIMESTRES



La **durée de cotisation** au régime général de Sécurité sociale (et à d'autres régimes obligatoires) est calculée en trimestres. En principe, le cotisant ne part à la retraite qu'une fois la durée d'assurance minimale remplie, laquelle est justement calculée à partir de ces trimestres. Valider un trimestre ne consiste pas à travailler trois mois. En effet, un trimestre est acquit lorsque le travailleur cotise sur un revenu correspondant à un montant minimum. **Ledit montant évolue** chaque année puisqu'il est calculé en fonction du Smic horaire de l'année considérée. Jusqu'en 2013, cette somme minimale représentait 200 fois le Smic horaire. Depuis l'année 2014, elle est passée à 150 fois. En 2017, le cotisant doit gagner 1 464 € (soumis à la **cotisation**) pour acquérir un trimestre, 2 928 € pour deux, 4 392 € pour trois et 5 856 € pour quatre.

Il convient de préciser qu'un **plafond mensuel de la Sécurité sociale** d'un montant de 3 269 € (en 2017) a été établi pour une période de travail. C'est-à-dire que si en janvier, le cotisant gagne 5 900 € et que le reste de l'année il ne travaille pas, il valide ainsi deux trimestre au lieu de quatre.

Un cotisant ayant validé plus de trimestres que ceux requis pour un départ à la retraite n'obtient pas forcément une surcote. En effet, seuls les trimestres travaillés après l'âge légal de la retraite lui assure un tel avantage. Par contre, ces trimestres supplémentaires engrangés avant l'âge légal lui confèrent des points (de retraite complémentaire) en plus qui ont une conséquence positive sur son retraite globale.



TAUX PLEIN ET RETRAITE ENTIÈRE

L'obtention d'un taux plein ne donne pas forcément droit à une retraite entière. Pour mieux comprendre cet état de chose, il convient de connaître le principe du « taux plein » et celui de la « retraite entière ».

Le calcul de la **pension de retraite** est un exercice assez pointu qui prend en compte plusieurs paramètres, à savoir :

- Le taux de liquidation ; Le revenu annuel moyen ; Le coefficient de proratisation



Pour bénéficier d'une pension de base dite « à taux plein », une condition d'âge ou une condition de durée d'assurance retraite (trimestres ou annuités) doit être remplie par l'intéressé et ainsi obtenir un taux de liquidation de 50%. Ce taux plein représente donc 50% du salaire annuel moyen obtenu à partir des 25 meilleures années du cotisant. Concrètement, quelle que soit sa durée d'assurance retraite, l'assuré obtient une retraite à taux plein s'il atteint l'âge du taux plein automatique qui se situe entre 65 et 67 ans selon sa date de naissance. Le cotisant a également droit à ce taux de 50% si à l'âge de la retraite, il réunit le nombre de trimestres requis à savoir de 160 à 166 en fonction de sa date de naissance. D'autres critères permettent aussi d'obtenir une retraite à taux plein comme une retraite anticipée avant l'âge légal ou encore une inaptitude au travail entre l'âge légal et l'âge du taux plein.

Par ailleurs, **un assuré peut obtenir une retraite dite « entière »** ou « pleine » s'il dispose d'un coefficient

de proratisation égal à 1. Ce taux est le rapport entre le nombre de trimestres validés et la durée d'assurance maximum. Il influe considérablement sur la réduction du montant de la **pension**. Ainsi, une personne bénéficiant d'une retraite à taux plein reçoit une retraite entière uniquement si elle a validé le nombre de trimestres requis pour sa génération. Si tel n'est pas le cas, et malgré le taux plein de 50%, le montant de sa **pension de retraite** est déterminé en fonction du nombre de trimestres effectivement validés.



Exemple : Arrivé à l'âge de 66 ans (l'âge du taux plein étant de 65 à 67 ans selon la date de naissance), un cotisant n'a validé que 128 trimestres (inférieurs à la durée d'assurance maximum de 160 trimestres). Le coefficient de proratisation est donc de 0,8 puisqu'il n'a engrangé que 80% de la durée d'assurance requise. Sa **pension de retraite** s'élève donc à 50% (taux plein) de 80% de son salaire moyen (toujours obtenu à partir de ses 25 meilleures années de travail).

En bref, il ne reçoit donc que 40% de son salaire moyen.



LE MINIMUM CONTRIBUTIF



Institué en 1983, le minimum contributif est une allocation versée aux salariés ayant rempli le nombre de trimestres requis et ayant cotisé à la retraite sur de faibles salaires. Dans ce cas, si le montant de la **pension de retraite** est inférieur au minimum contributif, le retraité bénéficie de ce seuil. Lors de la revalorisation des retraites en octobre 2017, la valeur du minimum contributif de base est de 634,66 € soit 7 615,94 €

par an tandis que le minimum contributif majoré est de 693,51 € par mois soit 8 322,13 € par an. Pour 2018, le plafond du minimum contributif mensuel est de **1 160,50 €**.



Répartition par âge / 2018	CARA	Secteur NORD	Secteur SUD	Secteur OUEST	Secteur EST
50 ans et +	49 %	54 %	39 %	57 %	25 %
Moins de 39 ans	21 %	21 %	28 %	12 %	21 %
Part des 55 et +	28 %	27 %	22 %	35 %	32 %



Secteur OUEST					
Point en mai 2019	Moins de 30 ans	De 31 à 45 ans	De 46 à 53 ans	Plus de 54 ans	Total en activité
MEDIS	0	3	3	2	8
ROYAN	1	9	12	15 (40.5 % Ass Mat de la commune)	37
St GEORGES DE DIDONNE	1	3	2	5 (45.5 % Ass Mat de la commune)	11
St PALAIS SUR MER	2	0	8 (72.7 % Ass Mat de la commune)	1	11
VAUX SUR MER	0	2	1	3 (50 % Ass Mat de la commune)	6
Total secteur OUEST	4 (5.5 % du secteur)	17	26	26 (35.6 % du secteur)	73





LA CHASSE AUX CONSOMMATIONS D'EAU INUTILES

Certains équipements de qualité, tels que des éco-mousseurs ou éco-douchettes, pour un même confort, font économiser 50% de l'eau et, par conséquent, 50% de l'énergie si c'est de l'eau chaude sanitaire. Placez des réducteurs de débit ou des mousseurs sur vos robinets. Tous ces accessoires se trouvent facilement dans les magasins de bricolage et sont amortis en 2 ou 3 mois seulement.



Préférer une douche de 5 minutes consommant environ 60 litres contrairement au bain qui consomme entre 150 et 200L soit une économie jusqu'à 140L par jour et par personne. L'installation d'une **douchette économe** (6L/min) peut vous faire gagner jusqu'à 75% de votre consommation d'eau de douche.

Equiper ses robinets d'éco-mousseurs permet d'injecter de minuscules bulles d'air dans l'eau qui coule. Le débit est ainsi réduit de 30 à 50%.



Contactez votre **Espace Info Energie** afin d'obtenir plus d'informations :
Valentine Bizet – 05.46.22.19.36



SEMAINE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE

La Communauté d'Agglomération Royan Atlantique organise la **semaine européenne du développement durable, du samedi 1er juin au samedi 8 juin** : spectacle, conférences thématiques, découverte de la biodiversité.... de nombreuses animations gratuites et ouvertes à tous vous attendent.

Vous aurez l'occasion de retrouver notre **village du développement durable** qui viendra clore cette semaine, samedi 8 juin, de 10 heures à 19 heures, sur l'esplanade Kerimel de Kerveno à Royan : le public y découvrira un supermarché où le ticket de caisse ne se chiffre pas en euros mais en coût carbone, un jeu de l'oie géant, des clowns fans de vélo rigolos, une pêche à la ligne des déchets retrouvés dans la laisse de mer et des ateliers de construction de nichoirs à mésanges.... Vous trouverez le programme sur www.agglo-royan.fr

Dans tes bras,
Mon papa,
Je me sens
Plus grand,
Moins peureux,
Plus heureux,
Je t'adore,
Plus encore,
Mon papa



Ingédients
pour 8 personnes

- 3 œufs
- 1 pot de Parmigiano Reggiano D.O.P
- 3 pot de farine
- 1 pot de sucre
- 0.5 pot d'huile
- 0.5 sachets de levure en poudre
- 0.5 cuillerée(s) Moka
- (ou d'extrait liquide de vanille)
- 1 Beurre gastronomique
- 200 gr de compote de pommes
- 1 banane
- billes (ou vermicelles multicolores)

preparation
de la recette

Préchauffer le four à 180°C soit Th 6.

Dans un saladier, mélanger vivement (au fouet ou à la fourchette) le yaourt, les œufs entiers, la vanille et l'huile.

Ajouter, tout en remuant, le sucre, la farine et la levure chimique pour obtenir une pâte bien lisse.

Beurrer légèrement un moule à manqué ou un moule en forme de cœur. Verser la pâte et faire cuire en milieu de four pendant 20 à 30 mn selon la taille du moule.

Pendant la cuisson, verser la compote et la banane dans le bol d'un blender ou d'un mixer. Mixer quelques instants pour obtenir une compote bien lisse.

Démouler le gâteau et le laisser tiédir quelques instants. Le couper, à l'aide d'un grand couteau, en 2 dans le sens de la hauteur. Napper la base de compote et fermer délicatement le gâteau.

Verser le sucre glace dans une petite passoire et la tapoter au-dessus du gâteau pour répartir le sucre glace. Décorer ensuite le gâteau avec les billes multicolores, par exemple d'un seul côté du cœur, selon l'inspiration !

Astuce : On peut remplacer les billes ou vermicelles par des copeaux de chocolat, des rondelles de banane ou, pourquoi pas, un peu de pralin.

MINI PIZZAS SIMPLES POUR ENFANTS

INGRÉDIENTS

- 400 g de pâte à pizza
- 400 g de sauce tomate
- 9 tranches de jambon blanc
- 2 boules de mozzarella
- 10-12 olives
- quelques tomates cerises rouges ou jaunes
- huile d'olive
- sel, poivre



Préparation :

ÉTAPE 1 Préchauffez le four à 230°C.

ÉTAPE 2 Coupez la mozzarella en petits morceaux.

ÉTAPE 3 Dénoyotez et coupez les olives en fines rondelles

ÉTAPE 4 Lavez et coupez les tomates cerises en deux.

ÉTAPE 5 Taillez le jambon en fines lamelles.

ÉTAPE 6 Sur un plan de travail fariné, divisez la pâte à pizza en 27 boules de même grosseur.

ÉTAPE 7 Abaissez finement chaque boule avec un rouleau à pâtisserie et déposez-les sur une ou plusieurs plaques de four recouvertes de papier sulfurisé.

ÉTAPE 8 Répartissez sur le dessus la sauce tomate et deux-trois morceaux de mozzarella.

ÉTAPE 9 Déposez sur le dessus les lamelles de jambon, les morceaux de tomates cerises et les rondelles d'olive pour former les yeux, le nez, la bouche et les cheveux.

ÉTAPE 10 Versez un filet d'huile d'olive sur chaque mini pizza puis parsemez de sel et de poivre.

ÉTAPE 11 Enfourez pendant 13-14 minutes jusqu'à temps que le fromage gratine.

ÉTAPE 12 Dégustez tiède ou froid.





Article 3 – Le droit au bien-être

1. Pour toutes les décisions qui te concernent, ton intérêt doit être pris en compte.
2. Les pays doivent te protéger et assurer ton bien-être si tes parents ne peuvent pas le faire pour toi.
3. Les pays doivent veiller à ce que toutes les institutions chargées de ton bien-être (école, police,...) t'aident et te protègent efficacement.

Article 5 – Le droit d'être guidé par tes parents

Les pays doivent respecter le droit et le devoir de tes parents de te guider et de te conseiller dans l'exercice de tes droits et le développement de tes capacités.

Article 18 – La responsabilité de tes parents

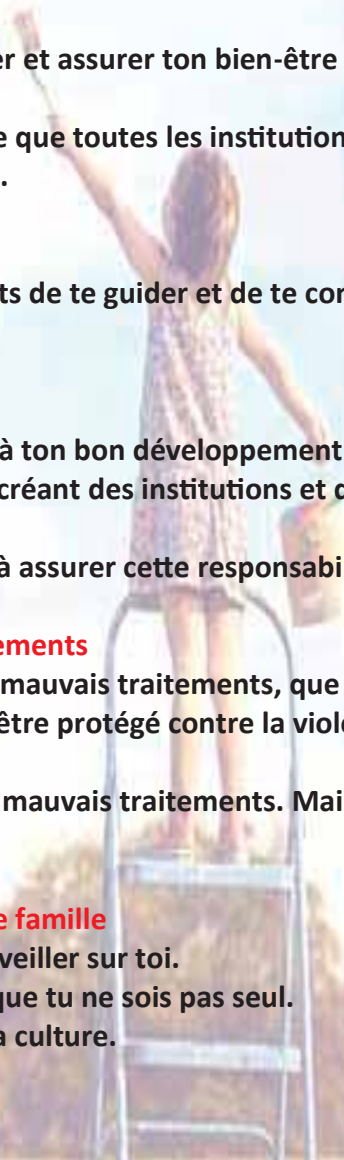
1. Tes parents ont la responsabilité de t'élever et de veiller à ton bon développement.
2. Les pays doivent aider tes parents dans cette mission en créant des institutions et des services chargés de veiller à ton intérêt et ton bien-être.
3. Si tes deux parents travaillent, les pays doivent les aider à assurer cette responsabilité.

Article 19 – Le droit d'être protégé contre les mauvais traitements

1. Les pays doivent te protéger contre toutes les formes de mauvais traitements, que tu sois sous la garde de tes parents ou de toute autre personne. Tu as le droit d'être protégé contre la violence, l'abandon, la négligence, l'exploitation et la violence sexuelle.
2. Les pays doivent veiller à ce que tu ne souffres jamais de mauvais traitements. Mais si ca devait t'arriver, les pays devront prendre soin de toi.

Article 20 – Le droit à une protection même si tu n'as pas de famille

1. Si tu n'as plus de famille, ton pays doit te protéger et veiller sur toi.
2. Il t'apportera une protection de remplacement pour que tu ne sois pas seul.
3. Cette protection devra tenir compte de ton passé et de ta culture.



PAPA

Auprès de toi,
Papa,
Je ne crains rien.
Je suis bien !
Tu es si grand,
Et rassurant !
Tout va mieux.
Je suis heureux,
Je t'adore,
Plus encore !



idées
de carte

pour PAPA



POUR
MON PÈRE

Mon père aimé, mon père à moi,
Toi qui me fais bondir
Sur tes genoux
Comme un chamois,
Que pourrais-je te dire
Que tu ne sais déjà ?
Il fait si doux
Quand ton sourire
Éclaire tout
sous notre toit !
Je me sens fort, je me sens roi,
Quand je marche à côté de toi.

Maurice Carême