



## Vos droits et services

- A LA UNE -

### Tout savoir sur la réforme des retraites

La réforme des retraites est entrée en vigueur le 1er septembre 2023.   quel âge pouvez-vous partir à la retraite ? Pourrez-vous partir plus tôt ? Quel sera le montant de votre retraite ? Pour faire le point sur les principales mesures et sur les nouveautés qui vous concernent consultez notre FAQ qui répond aux questions que vous vous posez.

[Se renseigner sur la réforme](#)

- DROITS -

### L'ASPA : l'aide pour les retraités à faible revenu

Connaissez-vous l'allocation de solidarité aux personnes âgées ? Si vous avez plus de 65 ans et que vous percevez une petite retraite personnelle ou de réversion, vous pouvez prétendre à un complément de revenus. Pour savoir si vous pouvez bénéficier de l'Aspa et connaître la démarche à réaliser, rendez-vous sur notre site internet.

[Plus d'info](#)

- FAMILLE, PRESTATIONS -

### Vous êtes séparés et vous avez des difficultés à percevoir votre pension alimentaire ?

La MSA vous accompagne pour faciliter le versement de pensions alimentaires fixées lors d'une séparation. Intermédiation financière, allocation de soutien familial et recouvrement des impayées, des aides existent pour vous aider à préserver l'intérêt de vos enfants.

[Plus d'info](#)

### Congé paternité : pensez à informer votre employeur

Depuis 2021 le congé paternité est allongé à 25 jours, il est fractionnable et peut être accordé aux salariés et non-salariés dans les 6 mois après la naissance. Pensez à informer votre employeur au moins 1 mois avant la période de congés désirée.

[En savoir plus sur le congé paternité](#)

- HANDICAP -

### D conjugalisation de l'allocation aux adultes handicapés : une entrée en vigueur à l'automne

Vous êtes en situation de handicap et vous vivez en couple ?   partir du **1er octobre 2023**, la déconjugalisation de l'allocation aux adultes handicapés (AAH) modifie le calcul de cette allocation. Pour les bénéficiaires vivant en couple, seules les ressources personnelles seront désormais prises en compte dans le calcul de la prestation.

[Pour en savoir plus](#)

### La MSA à l'écoute de ses adhérents

Afin d'améliorer la qualité du service rendu, la MSA réalise tous les ans une enquête auprès des adhérents : exploitants, employeurs, salariés et retraités. Cela permet de mesurer la satisfaction globale et de perfectionner sa qualité de service. L'année dernière, 85% des adhérents de la MSA de Maine-et-Loire se sont dits globalement satisfaits et ont pu exprimer leurs suggestions d'amélioration ! Alors, si vous êtes bientôt sollicité-e par sondage, n'hésitez pas à participer à l'enquête 2023 qui a lieu en novembre prochain.

## C'est le moment

- FAMILLE, PRESTATIONS -

### Le Pass'Sport reconduit pour l'année 2023-2024

Mis en place par le ministère afin de favoriser la pratique sportive des jeunes dans les clubs sportifs, le Pass'Sport est reconduit pour la saison 2023-2024. Si vous êtes éligible à cette aide, vous avez ou allez recevoir par mail un codé unique Pass'Sport permettant de bénéficier d'une déduction de 50  au moment de l'inscription dans un club sportif agrée.

[Plus d'info](#)

- FAMILLE -

### Téléchargez votre attestation de quotient familial

Vous avez des démarches à effectuer pour la cantine, le centre de loisirs, une place en crèche ou l'inscription à des activités ? Vous devez fournir une attestation de votre quotient familial ? Rien de plus simple, elle est disponible à tout moment en téléchargement dans votre espace privé.

[Accédez au service](#)

### Participez aux P'tits Ateliers Nutritifs

Faut-il mettre des matières grasses dans les purées pour bébé ?   quel âge introduire les fraises ? Quelle quantité de protéines donner à mon enfant ? Pour tout savoir sur l'alimentation de 0 à 3 ans, participez aux P'tits ateliers nutritifs : des ateliers interactifs à distance, gratuits et ouverts à tous.

[Je m'inscris aux P'tits ateliers nutritifs](#)

- ETUDIANT -

###  tudiant : pensez à mettre à jour votre situation

Vous êtes étudiant, apprenti ou alternant ? Selon votre situation, vous devez effectuer différentes démarches pour continuer à bénéficier de l'aide au logement.

[En savoir plus sur les démarches](#)

##  a se passe près de chez vous

### Elus MSA engagés pour le bien-être des populations sur les territoires

Votre MSA et ses élus vous proposent toute l'année des  v nements gratuits, participatifs et ludiques qui abordent une diversité de sujets de société pour tous les âges de la vie. Animations dans les écoles, salons ou foires, balades loisir et santé, ateliers sur l'alimentation, forum bien vieillir, pièces de théâtre, cyberharcèlement... Ces moments de loisirs vous permettent de faire des rencontres intéressantes et de dialoguer avec les élus bénévoles de la MSA.

[  découvrir](#)

OCT.

13

### La santé mentale de nos jeunes !

Dans le cadre de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM), le Réseau Souffrance Psychique du Segr en organise un ciné-débat autour de l'interg n ration : projection du court métrage "Tout va s'arranger (ou pas)" puis échanges avec des associations.

[En savoir plus >](#)

OCT.

16

### Webinaire : « Ma famille évolue à »

Votre famille change ? Que ce soit un  v nement heureux ou déstabilisant, nous ne sommes jamais suffisamment préparés à un changement au sein de sa structure familiale : l'arrivée d'un enfant, la perte de son conjoint, une séparation ou la recomposition d'une famille... La MSA et ses partenaires vous invitent à un échange en ligne, gratuit et ouvert à tous, pour aborder le sujet sous tous ses angles : psychologique, social et économique.

[Je m'inscris >](#)



### Prévenir le suicide : repérer, écouter et accompagner

Quelle prévention face au risque suicidaire et quelle prise en charge ? Une conférence organisée le réseau Sentinelles MSA du Baugeois-Vallée, avec l'intervention de Dr Dewi Le Gal, psychiatre et d'Hervé Roth, chargé de communication chez SOS Amitié Angers. Evènement gratuit et ouvert à tous.

[En savoir plus >](#)



### Parents, ados, restons connectés !

Animée par deux accueillantes de la Maison des Adolescents du Maine-et-loire ainsi qu'un médiateur numérique, cette soirée d'échanges est destinée aux adolescents à partir de 11 ans et à leurs parents. Elle abordera de manière interactive le monde du numérique. Evènement gratuit et ouvert à tous.

[En savoir plus >](#)



### L'eau, c'est la vie

La préservation de l'eau, son utilisation, sa perception en fonction de la culture et des traditions... Une soirée pour en parler et débattre avec la projection du film documentaire "Les chants de l'eau" suivi d'échanges avec des spécialistes de l'eau. Evènement gratuit et ouvert à tous.

[En savoir plus >](#)

## La vie + facile



### Comment déposer un document

Feuilles de soins, justificatifs... transmettez-nous facilement et rapidement vos documents

[Regarder la vidéo](#)



### Une question ? Sam y répond !

Sam, notre conseiller virtuel trouve rapidement les réponses à vos questions

[Dialoguez avec nous](#)



### Demandez votre attestation RSA

Besoin d'une attestation RSA ? Téléchargez-la rapidement et simplement depuis votre espace privé

[Télécharger mon attestation](#)

Sur votre site [msa.fr](#)

[Santé](#) [Retraite](#) [Famille, logement](#) [Prime d'activité, RSA](#)

[Solidarité, handicap, dépendance](#)

[Mon espace privé >](#)

[Nous contacter >](#)



La MSA utilise votre adresse de messagerie pour vous envoyer sa lettre d'information. Vous pouvez à tout moment vous désinscrire en utilisant le lien de désabonnement ci-dessous. [En savoir plus sur la gestion de vos données et vos droits](#)

[Se désinscrire](#)

© MSA 2023