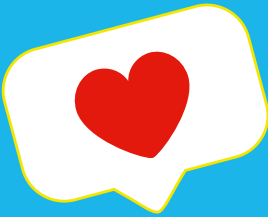




AG CANTONALE 2023 INVITATION

SAMEDI 29 AVRIL 2023 À 14H30
+ d'infos et inscription pages 6-7 & 35-36



BIENVENUE

BULLETIN DE SECTION

AGENDA 2023

USF

FÊTE DU TRAVAIL

1^{er} Mai à 17h à Fribourg
devant l'Hotel de Ville
à Fribourg

RETRAITÉ-E-S

SORTIE DE PRINTEMPS

24 mai 2023
Visite BCF Arena

GI FEMMES

GRÈVE FÉMINISTE

14 juin à Fribourg
Informations à venir

RETRAITÉ-E-S

SORTIE D'AUTOMNE

23 août 2023
Villers-le-Lac

●●● **IMPRESSUM**

Editeur
Syndicom
Section Fribourg
Route de Beaumont 22
1700 Fribourg

Rédaction
François Ducrest
079 219 02 83
francois.ducrest@syndicom.ch

Conception et réalisation graphique
BEE! Graphic design, Deborah Perez

Publication
Selon nécessité



BULLETIN

SECTION

FRIBOURG

●●● SOMMAIRE

Agenda 20232

Sommaire.....3

Message

● **Mot du Comité**..... 4

AG cantonale 2023

● **Invitation**..... 6-7

● **Élection comité cantonal**..... 8-9

Retraités Poste et Swisscom

● **PV AG 2023**10-18

● **Les 75 ans du groupement des retraités Poste & Swisscom** ...24-30

Infos générales

● **Conseils de retraite**.....19-21

● **ChatGPT et retraites**.....31

Annonces

● **Ensemble pour être plus fort**..... 5

● **Wanted Annonce-toi comme membre du comité**.....21

● **Caisse de pension freelance**.... 22-23

● **Syndicom vos avantages**.....32-33

● **Parrainages, gagne 100 fr.**.....34

MOT DU COMITÉ

●●● UN POSTE DE LIBRE AU COMITÉ: REPRÉSENTANT.E DU SECTEUR MÉDIAS

Mes bien chères et chers collègues,
Depuis la fusion de nos différents secteurs au sein d'une seule section fribourgeoise, je représente « les médias » au comité. Soit les 4 branches regroupées sous cette appellation, Presse et médias électroniques, Industrie graphique et emballage, Livre et diffusion de médias et Communication visuelle.

Ces derniers temps, ma carrière professionnelle a cependant pris une nouvelle tournure et je travaille aujourd'hui dans une tout autre branche.

J'ai jusque-là continué à représenter le secteur médias. Mais idéalement ce poste devrait être occupé par quelqu'un d'actif dans une de ces branches. Ceci pour permettre de remonter les informations au comité et d'y aborder les thématiques propres à ces domaines.

Je ne renonce pas à toute activité au sein du comité. Je serais ainsi à même d'accompagner une nouvelle personne dans ce rôle si tel était son souhait, ou bien sûr de lui laisser le champ libre si c'est sa préférence.

Le comité se réunit à 5 à 6 fois par année en plus de l'assemblée générale. Quelqu'un avec de l'énergie et des projets y trouverait des moyens et du soutien pour organiser les activités qui lui tiennent à cœur.

Comme tous les comités, le nôtre a besoin de sang frais pour se renouveler et rester à jour des évolutions des branches. Alors si l'idée vous séduit, n'hésitez plus et annoncez-vous auprès de nous, je vous promets un chaleureux accueil!

● **FRÉDÉRIC GENDRE**
REPRÉSENTANT MÉDIAS



ENSEMBLE POUR ÊTRE PLUS FORT

● ● ● DEVIENS MEMBRE DE SYNDICOM ET PROFITE AUSSITÔT DE NOMBREUSES PRESTATIONS ATTRAYANTES DE SYNDICOM !

Que tu sois indépendant ou employé, Syndicom te soutient lors de crises, comme actuellement avec le Covid-19. Il t'offre de nombreux conseils, aides et protections.

Rejoins le syndicat ! Pour bénéficier d'un bon soutien, mais aussi pour donner plus de force à l'action collective et ainsi avoir plus de poids vis-à-vis de la politique.

EN TANT QUE MEMBRE SYNDICOM TU PEUX BÉNÉFICIER

- De multiples conseils.
- D'une assistance juridique professionnelle.
- D'offres de formation et perfectionnement.
- D'offres d'assurance d'indemnités journalières.
- D'une caisse de pension Freelance.
- De rabais auprès de divers partenaires.



POUR AVOIR PLUS D'INFO

<https://syndicom.ch/fr/service-des-membres>



AG CANTONALE 2023 INVITATION

CHÈRES ET CHERS COLLÈGUES, CHERS MEMBRES,

Le comité a le plaisir de t'inviter à participer à la prochaine assemblée générale de la section Syndicom Fribourg qui se déroulera le :

***LE SAMEDI 29 AVRIL 2023 À 14H30
(ACCUEIL ET MISE À DISPOSITION DES DOCUMENTS DÈS 14H15)
A L'HÔTEL DE LA GARE À GROLLEY***

À L'ORDRE DU JOUR:

1. Bienvenue et nomination des scrutateurs
2. Informations sur le déroulement de la journée
3. Mot du président
4. Rapport des comptes et budget
5. Election du comité
6. Présentation des jubilaires de l'année 2023
7. Propositions et informations

Pause de 15 mn

8. Prise de parole sur l'éthique des caisses de pension sur le plan des investissements sur le climat par nos intervenants Mattéo Antonini pour la caisse de pension de la Poste et Matteo Ducrest sur la pétition pour la caisse de pension de l'Etat de Fribourg
9. 17h Apéritif
10. 18h Repas

BIENVENUE

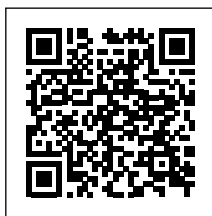
L'ASSEMBLÉE SERA SUIVIE D'UN REPAS

**INSCRIS-TOI À L'AIDE DU COUPON
DÉTACHABLE À LA FIN DU BULLETIN
À RETOURNER JUSQU'AU 24 AVRIL 2023**

Si tu as des propositions, merci de les faire parvenir
également jusqu'au 24 avril 2023



PAR E-MAIL À
info@syndicomfr.ch 



PAR COURRIER POSTAL À
Syndicom Section Fribourg,
Route de Beaumont 22,
1700 Fribourg

ÉLECTION COMITÉ CANTONAL 2023

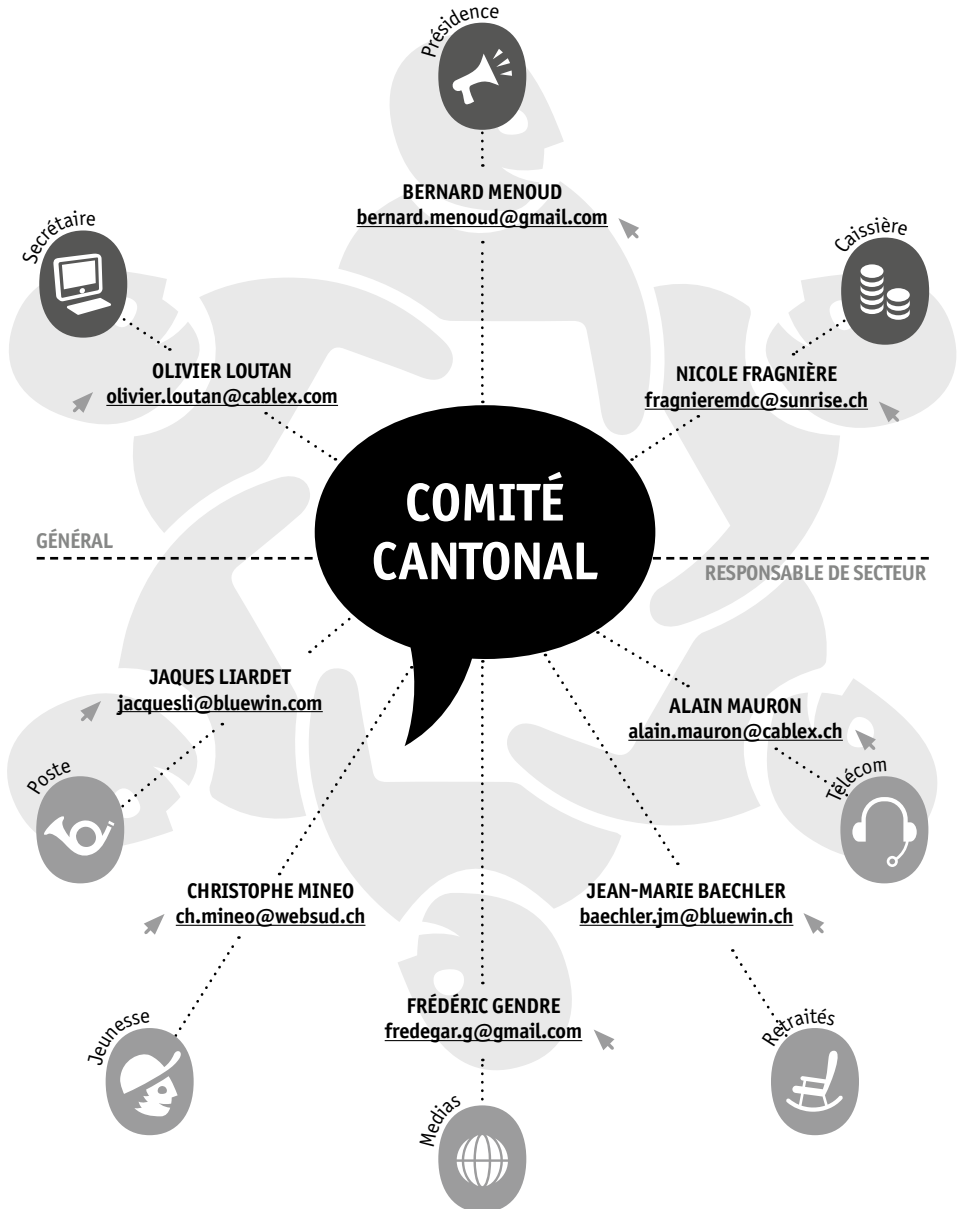
●●● LE COMITÉ VOUS PROPOSE DE LE RECONDUIRE DANS SON ENSEMBLE, SOIT :

- Bernard Menoud
Président
- Alain Mauron
**Vice-Président et
Représentant Télécom (II)**
- Olivier Loutan
Secrétaire
- Nicole Fragnière-Morard
Caissière
- Jacques Liardet
Représentant Poste (I)
- Frédéric Gendre
Représentant Médias (III)
- Jean-Marie Baechler
**Représentant groupe
intérêt retraité.e.s**
- Christophe Mineo
**Représentant groupe
intérêt jeunes**





GEWERKSCHAFT MEDIEN UND KOMMUNIKATION
SYNDICAT DES MEDIAS ET DE LA COMMUNICATION
SINDACATO DEI MEDIA E DELLA COMUNICAZIONE
SINDICAT DA LAS MEDIAS E DA LA COMUNICAZIUN



AG RETRAITÉS 2023

●●● PROCÈS-VERBAL DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU 15 FÉVRIER 2023 AU RESTAURANT DE LA GARE À 1772 GROLLEY

● ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée, salutations
2. Rapport du Président sur l'année 2022
3. Rapports du caissier et des vérificateurs des comptes
4. Fixation de la cotisation annuelle 2024
5. Nomination d'un vérificateur des comptes
6. Admissions – démissions
7. Sortie de printemps et course d'automne 2023
8. Election du président et des membres du comité
9. Approbation des statuts
10. La parole aux invités et aux représentants Syndicom
11. Divers



● 1 OUVERTURE DE L'ASSEMBLÉE, SALUTATIONS

A 14h15, le président André Burgy ouvre l'assemblée du groupement des retraités Poste & Swisscom de Fribourg. Il salue et remercie les membres présents de notre groupement. Il salue particulièrement

- Gabriel Cuany et Patricia Schneider du groupement des retraités Neuchâtel.
- Gérard Jeannerat et Roger Aeby pour l'Arcjurassien
- Michel Meylan et Michel Verdon du groupement de Genève
- Paul Papst du groupement de Lausanne

- Josette Praz du groupement du Valais
- Claude Brohy, président des retraités de Swisscom
- Camille Golay et Nicolas Irus, secrétaires régionaux de Syndicom
- Thomas Burger, président national des retraités du GI.

Le président a une pensée pour les membres, les proches et les amis décédés en 2022. Ayons une pensée particulière pour Fernand Brique, décédé à l'âge de 103 ans. Le président demande à l'assemblée de se lever et d'observer un instant de silence en leur mémoire.

90 membres sont présents pour l'AG 2023



● 2 RAPPORT SUR L'ANNÉE 2022 PAR ANDRÉ BURG

L'année 2022 nous a apporté beaucoup de satisfactions, dans notre Groupement de retraités Poste et Swisscom de Fribourg.

Le comité s'est réuni 8 fois en 2022, et en plus, quelques réunions informelles, pour organiser les diverses rencontres que vous avez pu apprécier à leur juste valeur, soit le 75^{ème} anniversaire de notre groupement et la sortie d'automne dans l'Oberland bernois.

En ce qui concerne le 75^{ème} anniversaire de notre groupement, vous pouvez en lire un résumé plus loin dans ce bulletin (p.24).

Le 7 septembre 2022 à 06h45, à la rue d'Affry à Fribourg, le car Buchard embarquait 62 personnes.

En route, nous faisons un arrêt, café-croissant, au bord de l'Aar, ensuite nous nous dirigeons vers les hauteurs de la commune d'Habkern, près d'Interlaken, pour visiter une fabrique familiale de cor des Alpes.

Après la visite et le verre de blanc offert par Buchard Voyage, nous nous dirigeons vers Interlaken, au restaurant Krebs, où un repas nous est servi.

Après une heure de visite de la ville d'Interlaken, nous montons dans le

car, pour rentrer à Fribourg et arriver vers 18h00 au lieu de départ.

C'était, comme d'habitude une agréable journée, sympathique et amicale.

MERCI JEAN-MARIE, POUR L'ORGANISATION DE CETTE JOURNÉE

● L'actualité :

À Fribourg

Georges Godel ancien conseiller d'Etat a retrouvé du boulot, à 70 ans, en devenant le nouveau directeur, sauveur, de CREMO, qui en ce moment, patine un peu dans le yogourt. C'est à croire que l'Etat ne paye pas assez ses anciens conseillers d'Etat retraités, ou que les jeunes managers, fribourgeois, ne sont pas assez compétents!

Mr Godel aura de quoi écrire un nouveau roman, sur son nouvel emploi du temps, sans en faire un fromage et divulguer des secrets de fonction.

En Suisse

Les politiciens sont en ébullitions, et se consacrent plus à leur avenir politique qu'à la bonne marche du Pays. À voir l'acharnement que certains mettent à attaquer et déstabiliser Alain Berset pour des brouilles.

Les partis veulent se positionner, pour les élections fédérales de cet automne.

Suivant la répartition des sièges, certains partis politiques vont faire jouer la chaise musicale, pour obtenir un siège au Conseil fédéral au profit d'un autre.

Espérons que les socialistes n'en fassent pas les frais.

Dans le Monde, c'est encore et toujours, les guerres et la désolation pour certains pays et leur population.

Mr Antonio Guterres, secrétaire général de l'ONU a dit, dans un discours particulièrement sombre, devant l'assemblée Générale de l'ONU qu'il est alarmé de la guerre en Ukraine, du conflit israélo-palestinien, de l'Afghanistan, de la Birmanie, du Sahel, de Haïti, de la crise climatique et de la pauvreté.

La guerre en Ukraine est sa priorité, vu son risque d'escalade.

Mr Guterres a dénoncé l'absence de vision stratégique des décideurs politiques et leur penchant pour le court terme.

Les prix du pétrole, du gaz, de l'électricité, de la benzine prennent l'ascenseur et mettent les consommateurs dans la difficulté. Mais les fournisseurs

s'en mettent plein les poches et doublent leur bénéfice. Cherchez l'erreur.

NOUS, RETRAITÉS NE POUVONS QUE SUBIR.

Nous avons un autre combat à faire, c'est de revendiquer une amélioration de nos rentes AVS, et pas seulement de 40.- ou 50.- Frs, qui sont tout de suite absorbés par les hausses de la caisse maladie et l'inflation.

La gauche et les syndicats, l'USS, Syndicom et d'autres associations sont en plein combat, car c'est un combat que nous devons mener, face à la majorité Bourgeoise.

Thomas Burger est très concerné par ce problème, il vous en parlera lors de son intervention.

Je fais un copier-coller, pour parler de mes collègues du comité, qui se bonifient d'année en année.

Je tiens à les remercier pour leur excellent travail, c'est un plaisir de passer un moment avec cette équipe très dévouée.

MERCI, MES COLLÈGUES ET AMIS DU COMITÉ... VOUS POUVEZ LES APPLAUDIR.

Je voudrais aussi remercier la section Syndicom de Fribourg, son

président, **Bernard Menoud**, et son comité, pour son soutien financier la bonne entente qui règne entre nous.

Le montant qu'elle nous alloue chaque année est le bienvenu et nous aide à boucler nos comptes.

Sans cette contribution, nos cotisations seraient plus que le double.

Malgré les aléas et problèmes dans le monde, que nous ne devons

pas ignorer et pour lesquels nous sommes impuissants, nous devons rester positifs et vivons cet instant présent dans la bonne humeur et l'amitié.

Cette année, il n'y a pas d'orateur, comme ces années passées.

Par contre en fin d'assemblée et pendant la collation, comme je vous l'ai dit dans mon introduction, le groupe de 14 chanteurs :



LES COMPAGNONS DE LA SONNAZ

nous divertiront avec leurs chants. Une verrée est prévue au bistrot pour ces mélomanes.

Merci Claude de m'avoir proposé cet intermède.

L'Assemblée Générale de **2024**, est fixée au mercredi **21 février 2024**, certainement dans cette salle.

Merci de votre attention, continuez à venir nombreux, à notre Assemblée Générale, à nos visites et sorties. C'est toujours sympathique et amical.

● 3 RAPPORT DU CAISSIER ET DES VÉRIFICATEURS DE COMPTES

M. Gabriel Morand commente les comptes 2022.

L'exercice se solde par un déficit de 7'457.92 francs. Déficit dû à l'organisation du 75^{ème} anniversaire de notre groupement. La fortune actuelle est de 20'165.75 francs.

Les comptes ont été contrôlés le 25 janvier 2023 dans les bureaux de Syndicom à Fribourg par les vérificateurs, soit Bernard Dandelot et Michel-Ange Chavaillaz.

Ces derniers soulignent la parfaite tenue de la comptabilité et demandent décharge à l'AG.

Ils remercient le caissier pour son travail. Les comptes sont acceptés à l'unanimité.

● 4 FIXATION DE LA COTISATION ANNUELLE 2024

La cotisation annuelle est fixée à 20.- francs

● 5 NOMINATION DES VÉRIFICATEURS DES COMPTES

● Michel-Ange Chavaillaz **devient numéro 1**

● Pierre Nicolet **devient numéro 2**

● Francis Jolliet **devient suppléant**

● 6 ADMISSIONS DÉMISSIONS DÉCÈS

● 2015 : 211 membres

● 2016 : 222 membres

● 2017 : 223 membres

● 2018 : 218 membres

● 2019 : 214 membres

● 2020 : 216 membres

● 2021 : 203 membres

● 2022 : 210 membres

16 admissions

6 démissions

6 décès



● 7 SORTIE DE PRINTEMPS ET COURSE D'AUTOMNE 2023

Pour 2023, Jean-Marie Baechler propose les sorties suivantes :

- 24 mai 2023
Sortie de printemps
Visite BCF Arena
- 23 août 2023
Sortie d'automne
Villers-le-Lac

● 8 ÉLECTION DU PRÉSIDENT ET DES MEMBRES DU COMITÉ

- André Burgy
président

Le président lit la démission de notre collègue Guy Rossier. Il est remplacé par

- Edgar Roos (de Swisscom)
vice-président
- Jean-Marie Baechler
responsable des courses

- Gabriel Morand
caissier

- François Pachoud
secrétaire

Toutes ces personnes sont élues par acclamations.

● 9 PAROLE AUX INVITÉS ET AUX REPRÉSENTANTS SYNDICOM

- **Thomas Burger**

Le discours de Thomas Burger est mentionné dans son intégralité dans le PV original.

Ci-dessous, vous trouverez quelques extraits de son discours.

Comme nous le savons tous, les prix de l'énergie, du logement et des primes d'assurance maladie augmentent fortement.

Cela signifie que nous avons de l'inflation. La compensation du renchérissement n'existe que



pour l'AVS, pour les rentes des caisses de pension, le renchérissement n'est pas compensé depuis des années déjà.

Nous devons placer la politique sociale au centre de notre action.

Nous faisons partie du mouvement syndical, ce n'est qu'en agissant ensemble que nous pourrions améliorer notre situation économique. C'est aussi la raison pour laquelle nous avons commencé l'année par le congrès de politique sociale sur le thème de la prévoyance vieillesse à Berne.

Nous devons nous engager beaucoup plus activement pour défendre les préoccupations et les intérêts de nos collègues.

Nous voulons développer et améliorer notre communication.

La communication est nécessaire pour qu'un mouvement en faveur du progrès social puisse voir le jour.

Pour que nous soyons plus rapides et plus flexibles, nous utiliserons de plus en plus les moyens de communication numériques, comme le site web et la newsletter.

Nous devons promouvoir la participation afin d'utiliser la force et le potentiel de connaissances, de compétences et d'expérience de vie des retraités pour atteindre nos objectifs.

Pour devenir un mouvement fort, la participation des collègues est nécessaire. Avec la nouvelle orientation des retraités, nous sommes en train de mettre en œuvre cette stratégie avec des mesures et des activités appropriées.

Perspectives

Des votations décisives nous attendent l'année prochaine, je ne mentionnerai que les deux plus importantes :

- **Initiative pour l'allègement des primes d'assurance maladie (PS) => coûts de la santé**
- **Initiative pour une 13^{ème} rente AVS**

Pour gagner ces votations, nous devons nous y préparer dès cette année.

Il s'agit d'augmenter les rentes et d'alléger les primes d'assurance maladie.

IL FAUT QUE CE SOIT CLAIR :
Ces votations sont notre seule chance d'améliorer notre situation sociale et économique. Commençons par devenir un mouvement afin de pouvoir défendre nos intérêts et gagner les votations.

- **Autres intervenants**
 Camille Golay et Nicolas Irus se présentent et parlent également leur travail comme secrétaires régionaux.

Les présidents des groupements de Neuchâtel, Jura, Vaud et Valais, nous remercient pour l'invitation

et on constate leur engagement pour la cause syndicale et sociétale. Ils sont déçus de la perte de la votation sur AVS mais surtout de la disparition des bons du personnel retraité de 200.- francs.

● DIVERS

- Francine Sciboz et Marie-Louise présentent l'organisation des repas de La Poste. Ceux-ci auront lieu à Porsel les 15 et 24 mai et le 2 juin avec la participation des Armaillis de l'Echo.
- Pierre Savary commence son allocution par « le vieux lion n'est pas mort ». 18 ans qu'il n'y a pas eu de renchérissement ; je ne veux plus entendre des promesses, passons de la parole aux actes et là, il s'adresse aux instances supérieures des retraités.

Fin de l'assemblée à 16h. Une collation et le verre d'amitié sont servis aux participants.

- **AU NOM DU COMITÉ
 FRANÇOIS PACHOUD
 SECRÉTAIRE**

**PROCHAINE
 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
 21 FÉVRIER 2024**

CONSEILS DE RETRAITE

●●● LES CONSULTATIONS DE RETRAITE DE SYNDICOM T'AIDENT À RÉPONDRE À TOUTES LES QUESTIONS CONCERNANT LES RENTES ET LA PRÉVOYANCE VIEILLESSE



En tant que membre de syndicom, tu profites de nos consultations gratuites de retraite. Nos consultants et consultantes expérimentées répondent à toutes tes questions sur la prévoyance vieillesse et les rentes.

***AI-JE SUFFISAMMENT MIS DE CÔTÉ POUR MA RETRAITE ?
MA RENTE SUFFIRA-T-ELLE À LA RETRAITE ?***

Songes-tu parfois à ta vie après la retraite ? Te demandes-tu si tu pourras financièrement te permettre de prendre une retraite anticipée ? Ou crains-tu de ne pas

avoir le pouvoir de vivre de ta rente AVS et de celle de la caisse de pension et t'attends-tu à des années difficiles à la retraite ? Ou t'inquiètes-tu de devoir travailler jusqu'à 70 ans pour que la rente de vieillesse suffise à vivre ?

Nous répondons à toutes tes questions concernant ta rente AVS, celle de la caisse de pension, le système des trois piliers et ta prévoyance vieillesse !

Les consultantes et consultants en retraite du syndicat syndicom t'expliquent le système des trois piliers de la prévoyance vieillesse, l'AVS – notre principale assurance sociale, et les avantages et inconvénients d'un retrait de capital de ta caisse de pension. Ils et elles te montrent à quoi veiller lors de l'établissement de ton budget annuel et quels pièges comporte un logement en propriété.

En tant que femme, j'ai travaillé à temps partiel avec un petit taux d'occupation et un bas salaire. Ma rente suffira-t-elle à la retraite?

De nombreuses personnes actives ne peuvent s'attendre qu'à une rente du 1^{er} pilier, de l'AVS, malgré des décennies de travail.

Cette situation concerne avant tout les **femmes et les personnes à temps partiel** avec un petit taux d'occupation et un salaire bas. C'est pourquoi le syndicat syndicom exige une meilleure AVS et l'abolition de la déduction de coordination pour le 2e pilier – la prévoyance vieillesse (LPP).



Seule une minorité des personnes actives peuvent se permettre un 3^e pilier, donc une prévoyance privée.

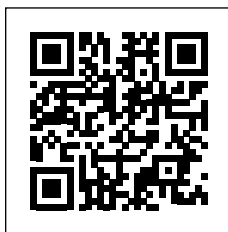
● LES CONSULTANTS ET CONSULTANTES EXPÉRIMENTÉES DE SYNDICOM

Forts de leur longue expérience, les consultants et consultantes

du syndicat syndicom s'occupent de ta situation individuelle avec beaucoup de tact.

Les consultations se déroulent en toute discrétion, si nécessaire en présence du partenaire de vie.

RÉSERVE MAINTENANT TON RENDEZ-VOUS DE CONSULTATION



Tu peux t'inscrire à une consultation de retraite via [my.syndicom](https://my.syndicom.ch) ou par mail à admin@syndicom.ch.

POUR QUI LA CONSULTATION EST-ELLE GRATUITE ?

● Consultation de retraite gratuite pour les membres de syndicom

La consultation du syndicat syndicom est gratuite pour les membres de syndicom et leurs partenaires de vie.

● Consultation de retraite gratuite pour le personnel de Swisscom, cablex et localsearch

Grâce au soutien de la fondation sovis, nous pouvons proposer

gratuitement les consultations à l'ensemble du personnel de Swisscom, cablex et local-search. Dans le cadre du plan social, les consultations de retraite de syndicom sont gratuites aussi pour l'ensemble du personnel de Sunrise.

● **Prix pour les non-membres de syndicom**

Les non-membres peuvent également bénéficier d'une consultation pour un forfait de 390 francs. Les personnes intéressées sont priées de nous contacter par courriel : admin@syndicom.ch.

..... ●
Annonce ●


WANTED

●●● **ANNONCE-TOI COMME MEMBRE DU COMITÉ**

Ta section représente au mieux tes intérêts et tente, dans la mesure du possible, de te retourner les informations, soit au moyen de groupes de travail ou au travers du bulletin de section.



**POUR COMPLÉTER
NOS COMPÉTENCES DANS LE
COMITÉ NOUS RECHERCHONS DES
MEMBRES POUR LES POSTES
DE COMMUNICATION,
ET SYNDICALISATION.**



**DES QUESTIONS ?
N'hésite pas à prendre
contact avec ta section.**

CAISSE DE PENSION FREELANCE



● ● ● BIENVENUE AUX FREELANCES !

La caisse de pension (CP) Freelance est le 2e pilier taillé sur mesure pour les indépendant-e-s. Elle s'inscrit dans le principe des trois piliers de la prévoyance vieillesse, composés de l'AVS, de la prévoyance professionnelle (LPP) et de l'épargne privée (3e pilier). La CP Freelance assure les membres du syndicat syndicom ainsi que d'autres actifs travaillant dans les médias et la communication. Elle est disponible aussi bien pour les indépendant-e-s avec retenue AVS sur le salaire que pour les collaboratrices ou collaborateurs « libres » réguliers et pour les professionnel-le-s indépendant-e-s. Notre caisse de pension convient notamment aux freelances qui travaillent pour différents employeurs/mandants.

Le principe des trois piliers de la prévoyance



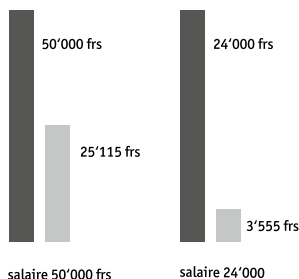
Les freelances passent facilement entre les mailles du filet social parce qu'ils vivent en général de divers petits contrats et ne touchent pas de salaire fixe. La CP Freelance comble cette lacune. Tous les freelances dont le revenu n'est pas automatiquement ou partiellement assuré auprès des institutions de prévoyance de leur employeur/mandant respectif peuvent s'affilier à la CP Freelance.

● TES AVANTAGES

Avec la CP Freelance, tu bénéficies d'une solution de prévoyance simple et flexible, sans déduction de coordination. Ton salaire, resp. ton honoraire est assuré par nos soins dès le premier franc que tu gagnes. Cela entraîne des prestations d'assurance et des rentes nettement plus élevées que pour des caisses avec déduction de coordination. Pour le décompte des cotisations de prévoyance, nous travaillons depuis des années en étroite collaboration avec les éditeurs et d'autres entre

prises du secteur. Tu n'as donc pratiquement pas besoin de t'occuper de quoi que ce soit.

Pas de déduction de coordination – plus de rente



Salaire assuré:

● À la CP Freelance, ton salaire est assuré à 100% sans déduction de coordination.

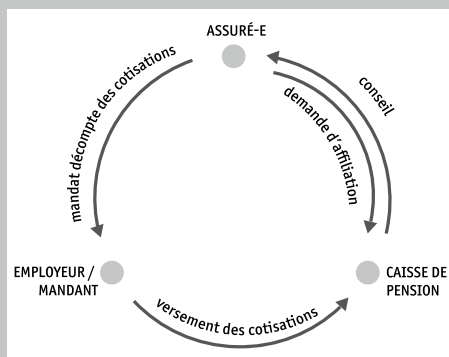
Dans les caisses de pension avec déduction de coordination, le salaire assuré est beaucoup moins élevé.

(Etat: 1.1.2019)

Avec un salaire annuel de 50'000 francs (à gauche), la CP Freelance assure également ces 50'000 francs. Or seuls CHF 25'115 seraient assurés avec la déduction de coordination. Même de bas salaires per-mettent donc chez nous un capital de retraite beaucoup plus élevé (à droite).

de leur chiffre d'affaires. Les années de cotisation manquantes et les revenus plus élevés peuvent être « rachetés » et les montants correspondants déduits des impôts.

Fonctionnement de la CP Freelance



● FONCTIONNEMENT PRATIQUE ET FACILE

Tu t'inscris à la caisse de pension Freelance. Tu demandes à ton employeur/mandant de déduire les cotisations LPP de tes honoraires et de les verser sur ton compte Freelance en même temps que la cotisation patronale du même montant. Les formulaires ad hoc te parviennent ensuite. Ce système fonctionne bien depuis des années. Les professionnel-le-s indépendant-e-s versent leurs cotisations LPP en fonction

CAISSE DE PENSION FREELANCE
MONBIJOUSTRASSE 61
3007 BERNE

www.pkfreelance.ch



☎ 031 398 63 05

@ info@pkfreelance.ch



A circular logo with a scalloped edge, containing the text '75 ANS' in a bold, sans-serif font. The logo is positioned at the top center of the page, overlapping the main title.

LES 75 ANS DU GROUPEMENT DES RETRAITÉS POSTE & SWISSCOM

●●● PLUS DE 130 PERSONNES ÉTAIENT RÉUNIS Ô COLOMBETTES, À VUADENS, POUR FÊTER LES 75 ANS DU GROUPEMENT DES RETRAITÉS POSTE ET SWISSCOM DU CANTON DE FRIBOURG.

Plus de 130 personnes étaient réunies Ô Colombettes, à Vuadens, pour fêter les 75 ans du groupement des retraités Poste et Swisscom du canton de Fribourg.

Ce lieu mythique « Ô Colombettes », cher aux Fribourgeois, nous a accueillis sur sa terrasse enchantée ouverte sur la verte Gruyère et son majestueux Moléson, pour un apéritif.

Après les salutations d'usage par Alfred Sauter, le major de table, c'est Christian Levrat, l'actuel Président du conseil d'administration de la Poste, mais c'est surtout en

sa qualité d'ancien syndicaliste et président du parti socialiste Suisse qu'il nous a parlé.

S'en est suivi un discours par le conseiller communal Sébastien Meyer qui a retracé les origines de la commune de Vuadens. La première mention connue du village apparaît dans un diplôme du roi **Rodolphe III de Bourgogne** en 1018. Actuellement, la commune compte environ 2500 habitants.

Tout cela entrecoupé par Le Quatuor des Gueux. 4 Gruériens, nés entre 1941 et 1948 qui chantent autant du grégorien, classique



Ci-dessus, Alfred Sauteur, le major de table.

et contemporain sans oublier les chants populaires fribourgeois tels que « à Moléson, le ranz des Vaches, notre fameux Lyoba , Paysan que ton chant s'élève » et j'en passe. Ils ont un répertoire d'environ 130 chants.

C'est dans la Grange magnifiquement restaurée, que les convives se sont retrouvés pour partager un repas fribourgeois bien évidemment, soupe aux choux, assiette fribourgeoise et.....meringues crème double.

Tout cela arrosé de vins de notre canton.

Le repas fut émaillé de divers discours. Thomas Burger, président

national des retraités Syndicom, nous gratifia d'un discours digne d'un président. Je reprends ici quelques éléments.

Il y a 75 ans, des collègues ont fondé ce groupement. Ils avaient certainement en tête l'objectif de veiller à la cohésion et à la solidarité, même à la retraite. Pour entreprendre une telle démarche, il faut de l'énergie, du courage et de la confiance. Sans ces collègues, nous ne serions pas ici aujourd'hui pour faire la fête.

Une chose est réjouissante: au cours de ces 75 années, l'espérance de vie a continuellement augmenté pour nous.



Ci-dessus, Thomas Burger, président central.



Ci-dessus, l'allocution de Christian Levrat.



Ci-dessus, Le Quatuor: Les Gueux.

Mais une chose n'a pas changé : Il faut sans cesse lutter pour la justice et le progrès social, la liberté et la démocratie.

C'est toujours valable et cela se manifeste à nouveau aujourd'hui de manière brutale et claire.

A cela s'ajoutent des primes d'assurance maladie toujours plus élevées. Parallèlement, nos retraites n'augmentent pas.

La conséquence est claire : à la fin du mois, il y a toujours moins dans le porte-monnaie.

Nous pouvons nous battre et nous engager pour des rentes AVS plus élevées et des primes d'assurance maladie plus basses. Je suis convaincu que seule une augmentation de la rente AVS nous permettra d'améliorer notre revenu de retraités. Pensons à la votation sur AVS 21 du 25 septembre et ensuite à la votation sur la 13^e rente AVS l'année prochaine.

Et aidons à récolter des signatures pour la nouvelle initiative de l'USS : renforcer l'AVS grâce aux bénéficiaires de la Banque nationale.

Qu'est-ce que je souhaite à votre groupe et aux retraités de syndicom ? Beaucoup de force et de confiance pour le renouvellement permanent de notre mouvement.

Le courage et la volonté de toujours oser la nouveauté et de construire ainsi un avenir solidaire pour nous.

Chers collègues, profitez de la fête aujourd'hui, emportez avec vous de la confiance et de beaux souvenirs. Je vous remercie de votre fidélité au syndicat et de votre engagement.

Ce fut au tour de notre président André Burgy de retracer les différentes étapes depuis la fondation de notre groupement en 1947.

Nous avons la chance d'avoir encore parmi nous 2 présidents Bernard Brunet qui avait organisé le 50^{ème} anniversaire et Pierre Savary.



Ci-dessus, André Burgy, le président du groupement

Il mentionne que son comité se compose de 5 personnes, toutes actives et motivées. Les principales activités sont l'assemblée générale en février, la visite de printemps et la sortie d'automne.

Les membres du groupement payent une cotisation de 20.- francs par année. Lors de sa fondation, la cotisation était de 6.- francs.

Une petite pensée sur le Monde et nos conditions de vie :

En 1971, le groupe d'enfants, Les Poppys a chanté, *Non, Non, Rien n'a Changé*. C'était pendant la guerre du Vietnam. Ils espéraient la paix dans le Monde.

On peut reprendre cette chanson et redire, *Non, Non, Rien n'a Changé*. On a la guerre en Europe et des conflits à plusieurs endroits sur terre. C'est la désolation.

Il y a des gouvernements et des chefs d'Etat corrompus un peu partout dans le monde.



Ci-dessus, Gaby Cuany remettant un cadeau au Président.



Ci-dessus, le comité d'organisation.

En Suisse, la vie est chère, l'inflation non compensée, les salaires et les rentes AVS stagnent et mettent certaines personnes dans la précarité. Alors que d'autres s'enrichissent honteusement.

La faute au virus Covid, à la guerre en Ukraine et à d'autres facteurs, qu'ils disent.

Je me demande en quoi les facteurs sont responsables.

Nous ne devons pas oublier tous

nos collègues qui ont fait partie de ce groupement depuis sa naissance à aujourd'hui et qui nous ont quittés. Ayez une pensée particulièrement pour celles et ceux qui ont disparus durant la pandémie, et que l'on n'a pas pu accompagner durant leurs funérailles.

Mais, laissons de côté ces moments de nostalgie et apprécions cette journée de 75^{ème} et cet endroit bucolique et chargé d'émotion, de souvenir et de considération.

Je vous remercie de votre attention et vous souhaite une bonne fin de journée et une bonne rentrée dans vos foyers.

En espérant que vous garderez un bon souvenir de votre passage au cœur et dans l'âme de la Gruyère.

Le Président de Syndicom Fribourg, Bernard Menoud, remercie notre groupement pour son invitation mais aussi pour notre présence aux diverses manifestations de Syndicom.

Gaby Cuany, au nom des présidents romands, nous remercie pour l'invitation et nous souhaite de même qu'à toute l'assemblée une bonne santé et plein succès dans nos luttes syndicales.

La journée se termine dans la bonne humeur et dans les chants. Le collègue Ernest chanta « les tamalous » magnifique interprétation.

Le quatuor entonne le Ranz des Vaches dont le refrain est repris par toute l'assemblée.



Ci-dessus, Bernard Menoud, président de Syndicom Fribourg.

**LYÔBA,
LYÔBA,
POR ARYÂ,
VINYIDÈ TOTÈ,
BYANTSÈ, NÈRE,
RODZÈ, MOTHÈLÈ,
DZOUVENÈ ÔTRÈ,
DÈJO CHTI TSÂNÔ,
YÔ VO J'ÂRYO,
DÈJO CHTI TRINBYO,
YÔ I TRINTSO, LYÔBÂ,
LYÔBA, POR
ARYÂ**

● **FRANÇOIS PACHOUD
SECRÉTAIRE GROUPEMENT
DES RETRAITÉS POSTE ET
SWISSCOM FRIBOURG**

CHATGPT ET RETRAITES

●●● 2 THÈMES SUR TOUTES LES LÈVRES EN CE DÉBUT D'ANNÉE.

L'intelligence artificielle, ses promesses et ses défis d'un côté. Et sans même parler de l'actualité de nos voisins français, nos Chambres fédérales de l'autre : 4 mois auront suffi pour qu'elles reviennent sur les promesses faites lors de l'acceptation du relèvement de l'âge de la retraite pour les femmes.

Un rapport entre les 2 ? Creusons.

Quand on parle retraites, l'argument massue est l'allongement de l'espérance de vie et le vieillissement de la population. Si aujourd'hui on compte (grossièrement) 4 actifs pour un retraité, comment donc sera-t-il possible, dans 20 ans, qu'un retraité soit financé par seulement 2 actifs ? Il semble donc logique d'augmenter l'âge du départ à la retraite, demain à 67 ans, après-demain à... ?

C'est oublier un peu vite qu'à la création de l'AVS, la Suisse comptait 8 actifs pour un retraité. Et que si l'on en croyait les politiciens de droite des années 70, l'AVS n'existe plus depuis 20 ans car comment seulement 4 actifs pourraient-ils financer un retraité ?

Ce miracle, l'AVS l'a pourtant accompli au fil des générations. Comment ?

En grande partie parce que la productivité de chaque actif n'a cessé de croître, au détour des nombreux changements technologiques. Ces gains de productivité ont permis de continuer à financer l'AVS et très directement la LPP à travers l'accroissement des salaires.

Le danger et la vraie menace qui pèsent sur nos retraites, c'est la tendance toujours plus forte à déplacer les bénéfices de ces gains de productivité des salariés vers les actionnaires. Où l'on en revient à ChatGPT : l'intelligence artificielle va nous permettre une fois encore d'augmenter notre productivité de manière vertigineuse. C'est bien la façon dont nous répartirons ces nouveaux gains plus que l'âge jusqu'à quel nous travaillerons qui déterminera la bonne santé, ou non, de nos retraites.

Un thème à garder en mémoire pendant notre débat sur la LPP lors de notre assemblée générale à laquelle nous nous réjouissons tous de vous rencontrer !

● **FRÉDÉRIC GENDRE**
REPRÉSENTANT MÉDIAS

SYNDICOM

VOS AVANTAGES

●●● EN TANT QUE MEMBRE

GRÂCE À UNE COLLABORATION DE LONGUE DATE AVEC DES PARTENAIRES DE RENOM, LES MEMBRES DE SYNDICOM BÉNÉFICIENT DE CONDITIONS SPÉCIALES ATTRAYANTES.

● CHÈQUES REKA*



- 7 % de rabais sur les chèques Reka
- Fr. 651 au lieu de Fr. 700
- Fr. 372 au lieu de Fr. 400
- Fr. 279 au lieu de Fr. 300

Tu peux commander tes chèques Reka par e-mail à l'adresse reka@syndicom.ch ou par téléphone au 058 817 18 18

● PROTECTION JURIDIQUE PRIVÉE ET CIRCULATION COOP*



- Fr. 69.60 par an pour la protection juridique Multi couvrant les loisirs, la circulation routière et la vie privée pour soi-même et toute la famille.
- Désigné vainqueur dans le sondage KTip.
- Économiser entre Fr. 180 et Fr. 330 par an par rapport aux prestations comparables fournies par d'autres assureurs.

● LA MOBILIÈRE – ASSURANCE ET PRÉVOYANCE*



- 20 % de rabais sur MobiCasa
- 10 % de rabais sur MobiTour
- 5 % de rabais sur MobiCar

● **BANQUE CLER***Bank
Banque
Banca**CLER**

- Compte privé – pas de frais pour la gestion du compte
- Carte Maestro – gratuite la première année
- Mastercard/Visa – à moitié prix
- Hypothèques – rabais sur les taux d'intérêt jusqu'à 0,35 %

● **CARTE D'ESSENCE AGIP***

- 4,5 centimes de rabais par litre sur les prix à la colonne
- Pas de taxe sur les cartes de base et complémentaires
- Paiement seulement une fois par mois sans frais de facture
- Possibilité de régler ses achats dans près de 100 shops Agip dans toute la Suisse et au Liechtenstein.

● **KPT/CPT – ASSURANCE MALADIE***

- 15% de rabais collectif sur l'assurance des frais d'hospitalisation.
- 10% de rabais collectif sur l'assurance des soins Plus, des soins Comfort et Natura
- 5% de rabais en ligne sur toutes les assurances complémentaires pour les assurés en ligne
- 6,7% de rabais de fidélité sur les assurances complémentaires soins Plus, soins Comfort et frais d'hospitalisation si vous décidez de passer un contrat en ligne pour une durée de 3 ans.



Le secrétariat régional de Fribourg se tient à votre disposition pour tous compléments d'informations concernant les avantages offerts aux membres

☎ **058 817 18 18**

@ info@syndicom.ch



PARRAINAGE

●●● **L'UNION FAIT LA FORCE, PARRAINE DE NOUVEAUX MEMBRES ET GAGNE 100 FR. POUR CHAQUE NOUVEAU PARRAINAGE !**

Nous vous informons

Journal
Bulletin de Section
Feuilles d'info
Conseils personnalisés

Nous vous défendons

Conflits
Focus
Respect de vos droits

CONTACTEZ-NOUS !

SECRETARIAT RÉGIONAL FRIBOURG



François Ducrest,
Secrétaire administratif
Route de Beaumont 22
1700 Fribourg
058 817 18 18

info@syndicom.ch



Nous négocions !

Vos augmentations de salaire !
Votre CCT !
Vos accords sociaux !
Vos plans sociaux !

 **syndicom**



14.6.2023

GRÈVE
féministe



AG CANTONALE 2023 INVITATION

COUPON D'INSCRIPTION

Participe à l'AG 2023 en t'inscrivant à l'aide du coupon au verso.
Détache-le et renvoie-le comme indiqué en pages 6-7.



BONNES
FÊTES

**COUPON RÉPONSE
À RETOURNER JUSQU'AU 24 AVRIL 2023**

**PAR E-MAIL
OU COURRIER**
comme indiqué
en pages 6-7

- Je participe à l'assemblée et au souper qui suivra
- Je participe à l'assemblée
- Je ne participe pas à l'assemblée

N° de membre

Nom Prénom

Téléphone E-mail