



DIRECTION DES
RESSOURCES
HUMAINES DE
L'ARMÉE DE TERRE

*BUREAU CONDITION DU
PERSONNEL
ENVIRONNEMENT
HUMAIN*

GUIDE
**« ACCOMPAGNEMENT DES FAMILLES DE MILITAIRES
PARTANT EN OPEX OU EN MISSION DE COURTE DUREE »**

Octobre 2012

AVERTISSEMENT

Ce guide est un document d'information sur les droits éventuels et les formalités à accomplir.

Il ne constitue pas une réglementation nouvelle et ne saurait par conséquent fonder des droits.

PREAMBULE

La carrière militaire implique une disponibilité en tous temps et tous lieux. Elle implique un mode de vie caractérisé par une mobilité sur le territoire métropolitain mais aussi en dehors de l'hexagone.

Votre conjoint doit partir en mission de courte durée ou en opération extérieure.

L'organisation quotidienne de la famille en l'absence de votre conjoint va reposer sur vous. Vous allez devoir assumer vous même les charges de famille en aménageant votre mode de vie en fonction de vos obligations.

Ce départ doit se préparer en famille pour qu'il se déroule dans de bonnes conditions. **Chaque membre** qui la compose, **militaire, conjoint, enfants** mais aussi parents et beaux-parents, est concerné.

C'est une **étape importante**, ne la négligez pas.

SOMMAIRE

PREAMBULE	3
SOMMAIRE	5
CHAPITRE I. DEMARCHES PREALABLES AU DEPART DE VOTRE CONJOINT	7
A - INFORMATIONS GENERALES AVANT LE DEPART	7
B - MIEUX CONNAITRE L'ENVIRONNEMENT DE VOTRE CONJOINT	7
A - INFORMATIONS GENERALES AVANT LE DEPART	9
1. CONSEILS POUR PREPARER LA PERIODE D'ABSENCE	9
2. LA CAISSE NATIONALE MILITAIRE DE SECURITE SOCIALE (CNMSS)	13
3. LA MUTUELLE NATIONALE MILITAIRE (MNM) ET UNEO	13
4. PROTECTION COMPLEMENTAIRE PRIVEE PROPOSEE PAR DES CONTRATS D'ORGANISMES DE PREVOYANCE SPECIFIQUEMENT ADAPTES AUX RISQUES MILITAIRES (AGPM – GMPA)	16
5. AUTRES PROTECTIONS COMPLEMENTAIRES	17
B - MIEUX CONNAITRE L'ENVIRONNEMENT DE VOTRE CONJOINT	20
1. LE BUREAU ENVIRONNEMENT HUMAIN (BEH)	20
2. LE POINT ACCUEIL INFORMATION (PAI)	22
3. L'ASSISTANT DE SERVICE SOCIAL	22
4. LE PRESIDENT DE CATEGORIE (ENGAGES VOLONTAIRES, SOUS-OFFICIERS, OFFICIERS)	23
5. LE SERVICE DE SANTE	23
6. LES ASSOCIATIONS	24
7. LES CELLULES D'ACCOMPAGNEMENT VERS L'EMPLOI DES CONJOINTS (CAEC)	25
CHAPITRE II. PENDANT L'ABSENCE DE VOTRE CONJOINT	27
A - PROBLEMES LIES A L'ABSENCE DU CONJOINT	27
B - DISPOSITIF D'AIDES AUX FAMILLES	27
C - DISPOSITIF INTERARMEES DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE DES FAMILLES DE MILITAIRES PROJETES EN OPEX EN AFGHANISTAN	27
A - PROBLEMES LIES A L'ABSENCE DU CONJOINT	29
1. PREOCCUPATIONS COMMUNES A L'ENSEMBLE DES CATEGORIES	29
2. CONSEILS AU MILITAIRE ET AU CONJOINT	29
B - DISPOSITIF D'AIDES AUX FAMILLES	32
1. COMMUNICATION AVEC VOTRE CONJOINT PENDANT L'OPEX	32
2. L'ACCOMPAGNEMENT PROPOSE PAR LE COORDINATEUR ENVIRONNEMENT HUMAIN	33
3. ACCES AUX PRESTATIONS AVEC L'AIDE DE L'ASSISTANT DE SERVICE SOCIAL (ASS)	34
4. LES CLUBS SPORTIFS, CULTURELS ET ARTISTIQUES DES REGIMENTS	36
5. LE LIEN AVEC LES ASSOCIATIONS (ANFEM, ARIA)	36
6. INFORMATIONS DIVERSES	36
C - DISPOSITIF INTERARMEES DE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE DES FAMILLES DE MILITAIRES PROJETES EN OPEX EN AFGHANISTAN	38
1. PRESENTATION	38
2. MISE EN ŒUVRE	38
CHAPITRE III. LE RETOUR DE VOTRE CONJOINT	41
A - PREPARATION DU RETOUR	41
B - LE RETOUR	41
A - PREPARATION DU RETOUR	43
1. INFORMATION COLLECTIVE AU SEIN DE LA FORMATION DE VOTRE CONJOINT	43

2. PREPARATION AU NIVEAU DES ENFANTS	43
B - LE RETOUR	44
1. CONSEILS AU CONJOINT RESTE SUR PLACE	44
2. CONSEILS AU CONJOINT MILITAIRE	45
CHAPITRE IV. INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES	47
A - AVANTAGES POUR LE MILITAIRE	47
B - AVANTAGES POUR LA FAMILLE	47
C - LES DROITS DE LA FAMILLE EN CAS DE BLESSURE	47
A - AVANTAGES POUR LE MILITAIRE	49
1. LA CARTE DU COMBATTANT	49
2. LE TITRE DE RECONNAISSANCE DE LA NATION (TRN)	50
3. LA RETRAITE MUTUALISTE DU COMBATTANT	51
B - AVANTAGES POUR LA FAMILLE	53
C - LES DROITS DE LA FAMILLE EN CAS DE BLESSURE DU MILITAIRE	54
1. LA FORMATION DU MILITAIRE	54
2. L'HOPITAL ET SON SERVICE SOCIAL	54
3. LA CELLULE D'AIDE AUX BLESSES DE L'ARMEE DE TERRE (CABAT)	54
NUMEROS DE TELEPHONE UTILES	57
NOTES PERSONNELLES	59
NOTES PERSONNELLES	60

Chapitre I. DEMARCHES PREALABLES AU DEPART DE VOTRE CONJOINT

Votre conjoint doit partir en mission de courte durée (MCD) ou en opération extérieure (OPEX).

A ce titre, vous allez devoir vous organiser. Vous serez bientôt seul(e) pour gérer le quotidien.

Ce guide¹ a été rédigé à votre attention et à celle de votre famille.

Vous devez connaître l'ensemble du dispositif de soutien. L'objectif étant de préparer au mieux la période d'absence de votre conjoint et de mettre à votre disposition un certain nombre de contacts susceptibles de vous apporter une aide.

Vous y trouverez de nombreuses informations relatives aux démarches à entreprendre avant le départ de votre conjoint. Vous devez conserver, vous et votre famille, une attitude positive, vous permettant de préparer l'avenir avec un maximum de réalisme et de sérénité.

Et surtout parlez en avec votre conjoint.

A - Informations générales avant le départ

B - Mieux connaître l'environnement de votre conjoint

¹ Ce guide a été réalisé par la Direction des ressources humaines de l'armée de Terre / Bureau condition du personnel /environnement humain (DRHAT/BCP/EH) en collaboration avec le 1^{er} RI, 27^e BCA, 93^e RAM et le 516^e RT.

A - Informations générales avant le départ

Votre conjoint peut être appelé, parfois avec un préavis très court, pour des opérations extérieures.

Ce départ doit être soigneusement préparé afin qu'il se déroule dans de bonnes conditions. Des questions vont se poser concernant la réaction des enfants, la gestion du quotidien et la difficulté à envisager la séparation. L'ensemble de ces facteurs peut engendrer une situation de forte tension.

Une liste de toutes les opérations à effectuer avant le départ de votre conjoint, permet d'éviter les oublis dans des domaines importants comme le budget familial, l'entretien du domicile ou le règlement de questions d'ordre juridique ou administratif.

1. Conseils pour préparer la période d'absence

1.1. Préparation des enfants au départ du conjoint

Il est important de passer du temps avec ses enfants pour leur expliquer les raisons de ce départ.

Le conjoint militaire partant en OPEX doit consacrer du temps à ses enfants afin d'apaiser leur anxiété ou leur peur de la séparation.

Montrez vous disponible pour qu'ils puissent exprimer leurs inquiétudes. Si vous avez une webcam, vous pouvez leur expliquer comment vous pourrez les voir sur l'ordinateur. Vous pouvez aussi leur demander de tenir un « journal de bord » dans un cahier dans lequel ils pourront dessiner ou écrire les activités de leurs journées.

La future absence et ses conséquences psychologiques peuvent avoir une influence sur l'attitude des enfants vis-à-vis du conjoint restant, sur les résultats scolaires et sur le comportement en général.

Le moment de la séparation peut provoquer une phase de chagrin et de tristesse, même quelques semaines après le départ :

- parlez à vos enfants individuellement ;
- expliquez leur, quel que soit leur âge, la séparation à venir, les raisons de cette longue absence, le pourquoi du départ, par des mots simples et en toute franchise ;
- notez sur un calendrier les principaux événements (le départ et le retour, les anniversaires, visites de la famille ou de leurs copains, leurs activités sportives, les vacances, etc.) ; ces événements aideront l'enfant à se repérer dans le temps en marquant les cases jusqu'au retour ;

- localisez sur une carte le pays dans lequel votre conjoint va se rendre ;
- discutez avec eux de l'aide qu'ils pourront apporter ;
- parlez aussi du futur retour de votre conjoint (mais pas trop tôt sinon cela paraîtra loin, surtout pour les petits).

Pensez à prévenir **l'entourage des enfants** (enseignant, nounou) de l'absence de votre conjoint. Il sera plus sensible face à un changement de comportement et pourra plus facilement vous alerter.











1.2. Documents importants à rassembler avant le départ

Il est essentiel de prévoir toutes les questions d'ordre administratif, financier et juridique auxquelles vous pouvez être confronté.

Il est indispensable de s'assurer et de mettre sa situation familiale à jour. Pensez vérifier les clauses bénéficiaires des assurances qu'on a souvent signées des années auparavant. Depuis, la situation familiale peut avoir évolué (divorce, mariage, naissance, etc).

Avec votre conjoint, vous devez réunir un certain nombre de documents essentiels et les conserver dans un dossier immédiatement accessible (s'organiser évitera sûrement une montée de stress si vous devez retrouver tel ou tel document dans l'urgence) :

- Livret de famille ;
- Passeports des membres de la famille ;
- Photocopies de la carte d'identité militaire et du passeport du conjoint militaire ;
- Carte et numéro de sécurité sociale ;
- Carte et numéro de mutuelle ;
- Carte vitale ;
- Dossier médical familial ;
- Carnets de santé et de vaccinations ;
- Polices d'assurances (vie, automobile, logement et biens personnels) ;
- Numéros des comptes bancaires (courants et épargne) ;
- Comptes joints, procurations (poste, banque) ;
- Carte(s) bancaire(s) et carte(s) de crédit ;
- Liste des emprunts avec copie des contrats de crédit ;
- Liste des investissements et titres (actions) ;
- Garanties des appareils divers ;
- Cartes d'électeur et vote par procuration ;
- Double des clés (voiture, maison) ;
- Permis de conduire ;
- Carte grise de véhicule ;

-  Carte SNCF de réduction temporaire famille militaire² ;
-  Livret scolaire et diplômes universitaires ;
-  Liste des numéros de téléphone importants ;
-  Adresses et numéros de téléphone de la famille proche ;
-  Déclaration des revenus de l'année précédente ;
-  Etat des versements effectués au titre des impôts de l'année ;
-  Contrat de bail ;
-  Quittances de loyer ;
-  Factures électricité, gaz, téléphone, Internet ;
-  Actes notariés.

1.3. Gestion de vos ressources

1.3.1. Informations financières

Le séjour à l'étranger ouvre droit, en plus des éléments de la solde métropole, à une indemnité de sujétions pour service à l'étranger (ISSE) et à un supplément pour le militaire ayant un ou plusieurs enfants à charge au sens des prestations familiales.

Un coefficient multiplicateur de 1,5 est appliqué à la solde indiciaire brute mensuelle et détermine le montant de l'ISSE mensuelle quel que soit le pays.

L'ISSE et son supplément ne sont pas imposables mais sont soumis aux contributions (solidarité, contribution sociale générale et remboursement de la dette sociale).

L'ISSE et son supplément sont pris en compte dans les revenus servant à l'attribution des prestations familiales sous condition de ressources.

Le paiement de la solde OPEX est effectué à l'issue d'un mois de présence sur le territoire étranger.

Toutefois, veillez à ne pas dépenser ou engager, par anticipation les augmentations de solde résultant d'une mission à l'étranger car celle-ci peut être annulée, retardée ou interrompue.

1.3.2. Rappel

Le conjoint militaire partant en OPEX doit détenir soit :

- un compte courant postal (CCP) ;

² Voir « Dispositif d'aides aux familles » paragraphe 6 « Informations diverses » paragraphe 6.1 « La carte SNCF familles »

- un livret de caisse nationale d'épargne de la Poste pour faciliter les transferts d'argent. Ce livret sera utile sur le théâtre d'opérations car un bureau postal militaire y sera certainement installé.

1.3.3. Prêt immobilier

Si vous êtes accédant à la propriété, vérifiez les clauses de votre contrat de crédit en cas de blessure ou de décès du militaire en OPEX.

Si l'assurance du crédit ne couvre pas ce type de risques, vous pouvez souscrire une assurance complémentaire (l'AGPM et le GMPA sont des assureurs spécialisés dans ce type de couverture).

1.4. En cas de naissance pendant la période d'absence de votre conjoint

Plusieurs allocations peuvent être accordées selon les cas :

- l'allocation pour les jeunes enfants ;
- l'allocation pour l'emploi d'une assistante maternelle agréée ;
- l'allocation de garde d'enfants à domicile ;
- l'allocation parentale d'éducation ;
- les allocations familiales.

Renseignez vous auprès de la caisse d'allocations familiales :

www.caf.fr

Prévenez les services administratifs et n'hésitez pas à demander un soutien de l'assistant de service social de la formation de votre conjoint.

1.5. Entretien du domicile

Les travaux ou réparations (plomberie, électricité, aménagements intérieurs) doivent être effectués avant le départ du conjoint militaire.

Vérifiez vos assurances pour votre domicile, votre véhicule, vos enfants (scolaire).

Vérifiez tout ce qui touche au domaine de la sécurité de votre domicile.

1.6. Le véhicule personnel

Si vous utilisez le véhicule de votre conjoint, vérifiez que l'assurance prend en compte le changement de situation car les primes d'assurances peuvent être modifiées.

Si des réparations doivent être effectuées, faites les avant le départ de votre conjoint.

Notez les dates pour la vidange ou le contrôle technique du véhicule.

2. La Caisse Nationale Militaire de Sécurité Sociale (CNMSS)

La caisse nationale militaire de sécurité sociale rembourse les dépenses de santé de la même façon que la sécurité sociale.

La CNMSS conseille au conjoint militaire de n'emporter qu'une photocopie de l'attestation d'assurance maladie afin de laisser la carte vitale au conjoint restant sur le territoire national.

2.1. Aides à caractère social

La CNMSS consacre une part importante de son activité à des actions sanitaires et sociales individuelles sous la forme d'aides familiales, d'aides ménagères et de secours en cas de difficultés financières résultant de dépenses de santé non couvertes ou insuffisamment couvertes par des prestations légales

2.2. Rappel des contacts

Le site Internet de la CNMSS : <https://www.cnmss.fr>

Adresse CNMSS :
247, avenue Jacques cartier
83090 TOULON CEDEX 9

Tél : 04.94.16.97.67

3. La Mutuelle Nationale Militaire (MNM) et UNEO

Le rôle de la **Mutuelle Nationale Militaire** est limité à l'**accompagnement social** de tous ceux qui sont confrontés à de grandes difficultés ou aléas de la vie. Le rôle de **UNEO** est de garantir votre **couverture complémentaire santé** de façon contractuelle et suivant un barème de cotisations-prestations.

La souscription d'une garantie complémentaire relève d'une démarche personnelle et le choix de telle ou telle assurance ou mutuelle ne peut pas être imposé. Cependant, quel que soit le choix réalisé, une telle souscription est très vivement conseillée.

L'intérêt du militaire est de choisir un organisme qui lui assure la garantie la mieux adaptée à son activité professionnelle, quels que soient le lieu et les circonstances d'exercice de celle-ci.

Pour la mutuelle, remarque identique à la CNMSS, le conjoint militaire emporte une photocopie de la carte et l'attestation originale est conservée par le conjoint restant sur le territoire.

3.1. UNEO Santé

Garanties santé obligatoire avec 6 garanties au choix :

- **Garantie Utile** (destinée à couvrir les jeunes célibataires)
- **Garantie Naturelle** (destinée aux familles)
- **Garantie Essentielle** (destinée aux seniors)
- **Garantie Optimale**
- Garantie Nouvelle-Calédonie (destinée aux résidents en Nouvelle-Calédonie)
- Garantie Optimonde (destinée aux résidents étrangers)

3.2. Renforts optionnels « Santé – Services »

UNEO propose 4 garanties optionnelles couplant santé et services :

- **Renfort Jeune**
- **Renfort Famille**
- **Renfort Senior**
- **Renfort Plus**

Tous les renseignements peuvent être obtenus sur le site Internet :

www.groupe-uneo.fr

En ligne 24h/24 : Consultez le détail de vos remboursements, mettez à jour vos coordonnées, communiquez avec les services en envoyant vos questions par courrier électronique.

3.3. UNEO assistance

C'est un service d'information conseil. Il répond à vos questions sur les thèmes de la fiscalité, de la consommation, du logement, de l'automobile, de la banque.

Téléphone : 05 49 34 82 52 (Prix d'un appel local)

3.3.1. Assistance à domicile

Unéo Assistance intervient 24h/24 pour répondre aux besoins de la vie quotidienne en cas d'événements imprévus (accident corporel ou maladie soudaine et nécessitant une hospitalisation ou une immobilisation au domicile). Cette assistance couvre des prestations telles que l'aide ménagère, le remplacement de la garde d'enfants, le déplacement d'un proche au chevet d'un malade, sans oublier la téléassistance ou bien encore l'information juridique.

3.3.2. Assistance domestique

Unéo Assistance intervient également lors d'événements perturbateurs sérieux : panne d'électricité, de chauffage, perte de clés de l'habitation ou de fuite d'eau survenant inopinément au domicile et nécessitant une intervention dans les meilleurs délais. Unéo Assistance organise et prend en charge la prestation dès le 1er jour de l'événement.

3.4. Aides à caractère social

L'action éventuelle de la Mutuelle Nationale Militaire s'exerce en matière d'aide ménagère et familiale, à titre complémentaire, soit sous forme de secours d'urgence, soit sous forme de participation à la dépense réalisée par le ressortissant.

L'assistant de service social peut vous aider dans vos démarches.

Par ailleurs, pour les seuls risques **décès, invalidité et obsèques**, un contrat de groupe conclu au profit de ses adhérents par la mutuelle UNEO avec la caisse de prévoyance (CNP-Assurances) garantit une couverture en capital dans toutes les situations de service et hors service.

La mutuelle UNEO vous propose des garanties **SANTE** et **INAPTITUDE** (versement d'indemnités journalières en cas de réduction de solde liée à un congé maladie – 3 options au choix).

La mutuelle UNEO peut vous proposer également, en partenariat avec l'AGPM et le GMPA une garantie **PREVOYANCE** facultative (4 options au choix).

3.5. Rappel des contacts

UNEO
48 rue Barbès
92 542 Montrouge Cedex

Tél : 0 970 809 709 (numéro non surtaxé à partir d'un poste métropolitain)

Du lundi au vendredi de 8h à 18h (horaires métropole)

SMS : 06 31 12 31 12 (suivi de votre numéro d'adhérent)
Prix d'un SMS selon opérateur

Fax : 0 820 77 66 66

4. Protection complémentaire privée proposée par des contrats d'organismes de prévoyance spécifiquement adaptés aux risques militaires (AGPM – GMPA)

L'association générale de prévoyance militaire (AGPM) et le groupement militaire de prévoyance des armées (GMPA) sont des associations régies par la loi de 1901.

Il est conseillé à tous les militaires partant en OPEX d'être titulaires, soit d'une assurance décès invalidité, soit d'une assurance invalidité quelle que soit leur situation familiale, pour la durée de leur détachement.

Celles-ci permettent de faire face aux situations d'urgence et d'éviter que le militaire et sa famille ne se trouvent démunis lorsque un accident, une maladie ou un décès affectent substantiellement leurs ressources.

L'AGPM et le GMPA proposent des contrats de prévoyance adaptés aux risques spécifiques des militaires.

4.1. Contrat de prévoyance couvrant des risques spécifiques

4.1.1. L'AGPM

Contrat objectif prévoyance (assurance décès invalidité) :

- Un contrat d'assurance décès invalidité qui couvre les militaires en tous lieux, tous temps et toutes circonstances ;
- Une garantie décès (maladie ou accident) ;
- Une garantie invalidité absolue et définitive (IAD) ;
- Une garantie incapacité permanente par accident (IPA) ;
- Une garantie hospitalisation ;
- Un capital insertion (réservé aux militaires en activité de moins de 36 ans) ;
- Une aide au logement ;
- Une garantie emploi permettant la reconversion des militaires réformés à la suite d'un accident ou d'une maladie imputable ou non au service.

L'AGPM prend en charge, après évaluation des dommages, les conséquences d'un état de stress post-traumatique suite à une tension psychologique et physique, dans le cadre des sinistres pris en compte par ses contrats de prévoyance et de pertes de primes.

Fidèle à ses valeurs de solidarité, l'AGPM sait également accompagner les situations les plus douloureuses au-delà des dispositions contractuelles.

4.1.2. Le GMPA

Le GMPA propose une offre spécialement étudiée pour vous protéger, vous et votre famille, en toutes circonstances, dans le monde entier, grâce à son contrat « Assistance affectation ».

Renseignez vous auprès du GMPA.

4.2. Renseignements utiles

AGPM : www.agpm.fr

Rue Nicolas Appert
83 086 Toulon Cedex

GMPA : www.gmpa.fr

Tour Neptune
20 place de Seine
92 086 la Défense Cedex

5. Autres protections complémentaires

Pensez à protéger votre conjoint. En France, le statut d'époux est différent de celui de concubin et de pacsé. Cette différence entraîne des conséquences importantes en matière d'héritage.

Quelle que soit la durée de vie commune, si vous êtes concubin ou pacsé, votre conjoint n'est pas héritier. Afin qu'il puisse bénéficier d'une part de la succession, vous devez prendre des dispositions à l'avance par testament ou en effectuant des donations mutuelles.

Il est parfaitement envisageable d'organiser une succession en avantageant son conjoint par le biais d'un testament qui permet de mieux répartir les biens en fonction de la situation familiale et des besoins de chacun. Un notaire peut vous conseiller au mieux de vos intérêts communs.

5.1. La donation et le legs

5.1.1. La donation

C'est un acte par lequel une personne, de son vivant, donne immédiatement et de façon irrévocable tout ou partie de ses biens.

Une donation, pour être valable, doit être faite devant notaire et tenir compte de la réserve héréditaire. Un acte de donation rédigé sur papier libre n'a aucune valeur.

5.1.2. Le legs

C'est une disposition figurant dans un testament, aux termes duquel une personne transfère, pour le temps où elle ne sera plus, tout ou partie de ses biens.

Pour faire un legs, il est nécessaire de rédiger un testament.

5.2. Le testament olographe

Le testament olographe est la formule testamentaire la plus courante.

Il doit être **entièrement écrit de la main du testateur** en français, ou toute autre langue étrangère, et être exempt de rature, collage, surcharge ou tache.

Si celui-ci comporte plusieurs pages, les numéroter et apposer sur chacune votre paraphe ou vos initiales. Il ne peut être ni post ni antidaté.

Un testament olographe ne peut être ni dactylographié, ni dicté ou écrit par un tiers sous peine de nullité.

Il doit obligatoirement :

- **1-indiquer le lieu de sa création ;**
- **2-être daté en précisant avec exactitude : le lieu, le jour, le mois et l'année,**
- **3-être signé.**

Un testament ne doit avoir qu'un seul auteur et un seul signataire.

Il n'a pas à être enregistré mais il peut aussi faire l'objet d'une remise à un notaire pour inscription au fichier central des testaments.

5.3. Le testament authentique

Il doit être dicté devant deux témoins³ à un notaire qui le rédige (ou devant deux notaires en l'absence de témoins).

Après relecture, le testateur appose sa signature.

³ Ni conjoint, ni membre de votre famille jusqu'au 4^{ème} degré inclus, ni bénéficiaire des dispositions du testament.

Ce testament est très fiable car il prend la valeur d'un acte authentique difficilement contestable.

Quel que soit la formule testamentaire choisie, il est possible à tout moment de remplacer un testament par un nouveau ou d'en effectuer son annulation.

Seul le dernier testament en date sera pris en compte.

B - Mieux connaître l'environnement de votre conjoint

Votre conjoint doit partir en mission l'esprit dégagé des soucis d'ordre privé et en sachant que sa famille peut disposer d'un soutien immédiat de la part de l'institution.

Le dispositif de soutien aux familles, dans le cadre de mission en OPEX, est construit autour de plusieurs intervenants. Son but est de faciliter la **communication** et de **maintenir un contact** entre l'organisation militaire et la famille.

Le dispositif est le suivant:

- ✚ Le chef de bureau environnement humain (BEH) de l'unité
- ✚ Le coordinateur environnement humain
- ✚ Le point d'accueil information (PAI), renfort du BEH
- ✚ L'action sociale des Armées représentée par l'**assistant de service social** (échelon social de proximité)
- ✚ Le président de catégorie
- ✚ Le médecin du service de santé

A ce dispositif il est utile d'ajouter :

- ✚ Les associations
- ✚ Les CAEC (cellules d'accompagnement vers l'emploi des conjoints)

1. Le bureau environnement humain (BEH)

1.1. Rôle du BEH

Le chef du bureau environnement humain (BEH) prépare et soutient les militaires et les familles avant, pendant et après les missions opérationnelles.

Il forme chaque militaire sur les incidences des OPEX sur la vie personnelle et familiale et favorise la réflexion sur les conséquences de l'OPEX.

Il veille au renforcement de l'environnement social élargi à la famille.

Il est chargé d'animer un « réseau d'entraide et de cohésion informel », liant les personnels en activité et les conjoints, ainsi que les conjoints entre eux.

1.2. Rôle du coordinateur environnement humain

Hiérarchiquement subordonné au chef du BEH, le coordinateur environnement humain est responsable des actions concourant à l'aménagement général de l'environnement social en concertation étroite avec **l'assistant de service social**.

1.2.1. Accompagnement des familles

Il écoute, accueille et aide la famille à résoudre des problèmes d'ordre courant engendrés par l'absence du conjoint militaire.

Il accompagne et soutient la famille dans le quotidien.

Il informe les familles sur le déroulement de la mission (synthèse des informations reçues concernant le personnel en mission) ou adresse au personnel en opération des informations importantes voire urgentes que la famille ne peut faire acheminer.

Il anime, avec l'assistant du service social, deux **réunions collectives d'information** réalisées au profit des familles de militaires projetés en Afghanistan, la première avant le départ et la seconde avant le retour d'OPEX.

Il s'agit d'un temps d'échange pour préparer le départ, apprendre à gérer l'absence pendant la mission puis appréhender le retour.

Ces réunions servent également à présenter le dispositif ministériel d'accompagnement afin que chacun sache vers qui se tourner et de quelle aide il peut bénéficier.

1.2.2. Coordination et animation des activités et de la vie associative

Il maintient le lien social en organisant des activités au profit des familles et en favorisant le lien avec le tissu associatif.

Renseignez vous par l'intermédiaire de votre conjoint pour savoir si des réunions sont organisées dans son unité. Elles peuvent vous apporter des solutions concrètes à certains problèmes rencontrés pendant l'absence de votre conjoint. Ce contact unique et bien défini, vous permettra d'être plus serein, de vous informer des soutiens concrets possibles, d'une information si la situation se détériore sur les lieux de conflits.

2. Le point accueil information (PAI)

Au sein de la **base de défense**, le PAI est une cellule du service soutien vie. Il assure les fonctions générales d'accueil, de renseignement et d'orientation dans trois domaines :

- **Familles :**
 - accueil petite enfance ;
 - emploi du conjoint en liaison avec les structures déconcentrées de l'agence de reconversion de la défense ;
 - connaissance du bassin de vie (action sociale, scolarité, transports, logement en secteur privé, vie associative et cultes) ;
- **Information sociale :**
 - protection médico-sociale ;
 - risques spécifiques liés au métier en liaison avec les opérateurs spécialisés (caisse nationale militaire de sécurité sociale (CNMSS), mutuelles, opérateurs d'assurance) ;
- **Loisirs et cohésion :**
 - activités sportives (IGeSA, cercles, foyers, clubs sportifs et artistiques de la défense, organismes civils) ;
 - activités culturelles ;
 - cohésion, actions d'entraide et solidarité organisées au sein de la communauté de la défense.

N'hésitez pas à le contacter, il peut vous aider et vous diriger vers des interlocuteurs utiles.

3. L'assistant de service social

L'action sociale du ministère de la défense vise à améliorer les conditions de vie professionnelle et personnelle des militaires et de leurs familles.

Conseiller du chef de corps, l'assistant de service social est en mesure d'assurer le soutien social du militaire et de ses ayants droit.

3.1. Rôle de l'assistant de service social

L'assistant de service social informe, oriente et aide les personnes qui le souhaitent.

Il peut vous accompagner dans vos démarches administratives, financières et sociales et vous orienter vers des organismes médico-sociaux ou des associations.

Lorsque la situation le justifie, l'assistant de service social a la possibilité de proposer l'octroi de secours et de prêts sociaux. Ces aides sont ponctuelles. Elles permettent de faciliter la gestion quotidienne pour le conjoint qui reste en France.

Renseignez vous auprès de lui.

3.2. Accompagnement préalable des militaires partant en OPEX et de leurs familles

Prenez contact avec votre assistant social, il est là pour vous écouter, vous aider et vous accompagner dans vos difficultés.

Il peut vous informer sur les différentes prestations spécifiques (secours et prêts sociaux) de l'action sociale auxquelles vous pouvez prétendre en fonction de votre situation.

3.3. Coordonnées du service social

Pour connaître le numéro de téléphone de votre assistant social, vous pouvez consulter l'annuaire du réseau social sur le lien internet suivant :

<http://www.defense.gouv.fr/familles/vos-contacts-utiles/votre-assistant-e-social-e/votre-assistant-e-social-e>

Votre conjoint doit être en mesure de vous fournir tous les numéros de téléphone utiles et en particulier celui de l'assistant de service social.

4. Le président de catégorie (engagés volontaires, sous-officiers, officiers)

Le président de catégorie a pour attribution principale d'être l'interlocuteur privilégié auprès du commandement, pour tous les problèmes de sa catégorie ainsi que le conseiller de ses camarades et de leurs familles.

Son rôle s'exerce dans les domaines professionnels et de vie courante, condition militaire et sociale. Il peut vous donner des informations et vous soutenir en cas de difficultés.

5. Le service de santé

Le médecin de l'unité peut vous apporter une aide, un conseil dans le domaine médical et vous orienter vers des organismes spécialisés.

Un **avis médical** peut s'avérer très utile pour la conduite à tenir en cas d'incident ou de problème.

6. Les associations

Les associations agissent dans des domaines très variés et ont une vocation sociale au profit de leurs adhérents en difficulté.

6.1. L'ARIA⁴

6.1.1. Présentation

Cette association agit en complémentarité avec les organismes et associations de la défense au profit des familles représentant tous les grades de toutes les armées, dans des domaines tels que l'enfance, la scolarité, l'emploi, la santé ou encore le logement.

6.1.2. Contacts

Retrouvez les coordonnées et les contacts de l'antenne la plus proche de chez vous sur le site Internet :

www.association-aria.org

6.2. L'ANFEM⁵

6.2.1. Présentation

Cette association interarmées, reconnue comme établissement d'utilité publique⁶, est dédiée aux femmes de la communauté de défense, civiles ou militaires. Elle est présente partout en France à travers ses délégations et ses animatrices bénévoles.

6.2.2. Contacts

Adresse :

ANFEM

5 bis Avenue de la porte de Sèvres

75 509 Paris cedex 15

Retrouvez les coordonnées, les contacts et les permanences d'une des 60 délégations sur le site Internet (rubrique « **Nos délégations** ») :

www.anfem.fr

Tél : 01.57.24.87.30

Fax : 01.57.24.87.39

⁴ Association de réflexion, d'information et d'accueil des familles de militaires en activité

⁵ Association nationale des femmes de militaires

⁶ Décret en date du 4 janvier 2011, paru au journal officiel du 6 janvier 2011

7. Les Cellules d'Accompagnement vers l'Emploi des Conjoints (CAEC)

Les **cellules d'accompagnement vers l'emploi des conjoints** (CAEC) ont pour mission d'aider les conjoints (mariés, pacsés, en situation de vie maritale) dans leur recherche d'emploi. Les conseillers CAEC offrent un suivi personnalisé (informations et conseils).

Pour s'informer sur les CAEC :

Internet :

www.defense-mobilite.fr

www.defense.gouv.fr/familles/votre-espace/votre-emploi-conjoints

Brochures à télécharger :

www.defense-mobilite.fr/documentation/les-guides

Le rôle du conjoint est très important dans le maintien de la sérénité professionnelle du militaire et de la stabilité du foyer. Gardez un contact permanent avec l'ensemble de votre environnement, il peut être utile à tout moment

Chapitre II. PENDANT L'ABSENCE DE VOTRE CONJOINT

Au cours des premières semaines qui suivent le départ, la famille va se réorganiser avec pour chacun de nouveaux rôles et responsabilités.

Chacun peut ressentir une certaine solitude avec l'impression de se sentir perdu.

Au fil des jours et des semaines, la famille retrouve une meilleure stabilité. Chacun commence à être organisé dans ses nouvelles activités. Une période de calme et de confiance s'établit dans la gestion quotidienne. La séparation est mieux acceptée et mieux prise en compte.

A - Problèmes liés à l'absence du conjoint

B - Dispositif d'aides aux familles

C - Dispositif interarmées de soutien psychologique des familles de militaires projetés en OPEX en Afghanistan

A - Problèmes liés à l'absence du conjoint

Votre conjoint est parti et vous allez devoir assumer seul le quotidien. Ce départ va avoir des répercussions sur toute la famille, chacun devant modifier son mode de vie.

1. Préoccupations communes à l'ensemble des catégories

1.1. Garde des enfants

Pour les familles de militaires, le besoin de garde est une nécessité. L'OPEX renforce ce besoin.

Trouver un mode de garde à horaires atypiques (crèches, garderie, assistante maternelle) est une des préoccupations les plus importantes à résoudre pour le conjoint restant.

1.2. Troubles psychologiques chez les enfants

L'absence d'un parent peut avoir des répercussions sur le travail scolaire d'un enfant ou s'accompagner d'un changement de comportement.

Rassurez vos enfants et surtout essayez de ne pas leur transmettre votre angoisse.

Le rythme et l'organisation de la vie familiale doivent être stables afin de perturber le moins possible l'enfant.

Les règles établies avec votre conjoint avant son départ doivent, dans la mesure du possible, être respectées.

Encouragez vos enfants à **exprimer leurs sentiments** et, le plus important, à conserver un contact avec le conjoint absent (lettres, courrier électronique, téléphone).

1.3. Problèmes matériels de gestion de foyer (panne)

Une panne de votre voiture ou d'un appareil ménager, une fuite d'eau, sont des problèmes qui peuvent être réglés par le réseau familial ou amical.

2. Conseils au militaire et au conjoint

2.1. Au militaire

Maintenez un **contact régulier** (postal, téléphonique ou par internet) avec votre conjoint et vos enfants.

2.2. Au conjoint

Les premiers jours, suivant le départ de votre conjoint, peuvent être les plus difficiles à supporter.

Ce départ peut susciter des sentiments comme la crainte, l'appréhension, la peine, l'abattement ou au contraire la frustration, l'excitation, la colère.

Pour les aborder en douceur, suivez ces conseils :

- Communiquez avec vos proches (famille/amis) et dans la mesure du possible avec votre conjoint, élément essentiel au maintien du moral ;
- Prévoyez des activités culturelles, sportives ou de loisirs en associant vos enfants pour pallier tout manque ou prévenir tout sentiment de solitude ;
- Il est important, en particulier pour les enfants, de conserver certains repères familiaux ;
- Ayez des projets pour les week-ends ou les vacances ;
- N'hésitez pas à demander à votre entourage et à vos proches de vous aider (famille et amis proches pour l'entourage affectif, autres conjoints de militaires et voisins) ;
- Anticipez d'éventuelles situations critiques : personnes, associations, entreprises à contacter en cas de besoin (médecins, dépanneurs, assistantes sociales) ;
- Restez au contact des événements quotidiens et de l'actualité (journaux, TV) ;
- Soyez attentif au comportement des enfants en sachant les écouter et en respectant le rythme et l'organisation familiale (heures et régularité des repas, heures et déroulement du lever et du coucher) ;
- Mettez en évidence des souvenirs, des photos de celui qui s'absente ;
- Maintenez le rôle éducatif en tenant votre conjoint au courant des manquements. Il est très important que les enfants puissent se rendre compte que les parents se tiennent mutuellement au courant et adoptent une position commune sur le plan des règles éducatives ;
- Conservez une activité professionnelle, c'est le meilleur moyen d'éviter la solitude même si celle-ci peut poser des problèmes , en particulier, si vous avez des enfants en bas âge ;
- Essayez de gérer au mieux les imprévus dans l'organisation quotidienne des journées :

- maladie du conjoint ou d'un enfant ;
- souci d'ordre domestique (panne de voiture) ;
- problèmes financiers ou administratifs.

Pour résoudre ces problèmes, adoptez une certaine réserve pour ne pas inquiéter inutilement le conjoint militaire.

Lors des échanges téléphoniques avec votre conjoint ou votre famille, essayez de terminer vos conversations sur une note positive.

B - Dispositif d'aides aux familles

1. Communication avec votre conjoint pendant l'OPEX

1.1. Besoin d'information pour le conjoint et la famille

Vous allez communiquer avec votre conjoint, par écrit, par téléphone ou par internet.

Votre conjoint vous informera de son arrivée sur le terrain et à échéance régulière, **dans la mesure du possible**, du déroulement de la mission.

N'hésitez pas à raconter votre « nouveau mode de vie » en allant à l'essentiel pour ne pas provoquer de réaction d'anxiété injustifiée. Sachez partager avec lui les moments les plus forts que vous vivez avec vos enfants.

1.2. Moyens de communication

- **La lettre**

La lettre est un moyen de communication très intéressant car elle oblige à plus de réflexion et permet d'exprimer des sentiments plus intimes, beaucoup plus que le téléphone ou le courrier électronique.

Celui qui reçoit la lettre, a la possibilité de la relire (journal de bord du militaire ou de la famille) à différents moments de la journée.

C'est aussi la possibilité d'envoyer des photos, les dessins des enfants, des articles de journaux considérés comme importants de la vie locale.

- **Le téléphone fixe ou portable**

Pour le conjoint comme pour chaque enfant, il est important d'avoir une communication personnalisée.

C'est un des meilleurs moyens de communication car il permet un contact direct ou l'envoi de SMS mais attention au montant de la surtaxe liée aux appels internationaux.

Vous pouvez rechercher sur internet des opérateurs sous-traitants qui permettent de téléphoner à l'étranger à moindre coût.

- **Le courrier électronique**

Ce mode de courrier est moins chaleureux que la lettre, mais beaucoup plus rapide et peu onéreux avec la possibilité d'envoyer des photos – possibilité d'envois multiples pour donner des nouvelles à plusieurs personnes à la fois.

C'est un dialogue direct et, avec une webcam, un contact visuel avec son conjoint. Pour les enfants la webcam est le meilleur moyen de communication.

*En opérations extérieures, le personnel militaire peut, à titre privé, utiliser l'internet de loisir et exercer librement son droit d'expression, mais reste lié par son **devoir de réserve et de discrétion professionnelle** (Charte de l'utilisateur de l'internet en opération).*

*La prestation mise à disposition gratuitement par les armées répond au juste besoin de **lien avec la famille** et d'accès à l'information.*

Cette prestation s'effectue en deux étapes :

Envoi et réception du courrier électronique sans pièce jointe uniquement pendant les 15 premiers jours, puis envoi et réception de courrier électronique avec pièces jointes et une visioconférence par semaine et par personne.

- **Les colis envoyés par les familles**

Pour l'envoi de colis vers des secteurs postaux (SP), les tarifs qui s'appliquent sont ceux de la gamme colissimo outre-mer.

Pour **l'Afghanistan (SP 55...)**, le tarif d'envoi est celui de la gamme colissimo France, avec la possibilité d'utiliser pour ces SP les emballages colissimo France.

Pour information, cette particularité tarifaire figure dans les conditions générales de vente imprimées au dos des liasses qui sont fournies aux clients achetant de tels emballages.

2. L'accompagnement proposé par le coordinateur environnement humain

La nature de l'accompagnement dépend des possibilités de la formation. C'est le coordinateur environnement humain qui pourra, en liaison avec l'assistant de service social et le cas échéant le président de catégorie, vous apporter une aide en fonction de vos besoins (appel téléphonique au conjoint militaire, aide dans des démarches administratives, information sur le déroulement de la mission).

Cet accompagnement peut prendre la forme aussi de séances de sensibilisation collective au soutien psychologique des familles de militaires projetés en Afghanistan ou d'organisation d'activités au profit des familles.

3. Accès aux prestations avec l'aide de l'assistant de service social (ASS)

L'assistant de service social peut vous apporter toute l'aide nécessaire (administrative ou financière). N'hésitez pas à le contacter.

3.1. Le chèque emploi-service universel

Il sert à rémunérer les personnes employées dans le cadre des activités familiales et domestiques.

A ce titre, il peut être utilisé pour l'aide scolaire, les travaux de ménage, la garde d'un malade (si des soins ne sont pas nécessaires) et d'une manière générale tous les emplois relevant de la convention collective nationale des employés de maison.

Le chèque emploi-service (CES) peut être utilisé sans contrat de travail écrit pour rémunérer une personne 8 heures maximum par semaine ou un mois par an dans le cadre d'un contrat à durée déterminée.

Pour les emplois dont la durée dépasse 8 heures par semaine ou 4 semaines consécutives dans l'année, un contrat de travail écrit est obligatoire.

Le CES se compose d'un chèque à remettre à l'employé de maison et d'un volet social à envoyer au centre national de traitement du chèque emploi-service (URSSAF de Saint-Etienne), au plus tard dans les 15 jours qui suivent la remise au salarié.

Il permet de bénéficier d'une réduction d'impôts égale à 50 pour 100 des dépenses effectivement supportées.

3.2. Le CESU Défense

Le CESU défense est un chèque emploi service financé par la défense. Il peut être utilisé par vous ou votre conjoint dans le cadre d'obligations opérationnelles (OPEX) ou d'hospitalisation pour une longue durée (au delà de 15 jours consécutifs).

Dans le cadre d'un départ de votre conjoint en OPEX, votre famille peut prétendre au « CESU défense ».

Le CESU défense est un moyen de paiement qui permet de rémunérer un salarié à domicile ou une prestation fournie par des organismes agréés de services à la personne :

- les services à la famille (garde d'enfants, cours à domicile),
- les services à la vie quotidienne (ménage, entretien de la maison),
- les services aux personnes âgées et/ou handicapées à charge du ressortissant.

Le montant des CESU défense dépend de la durée de l'absence du conjoint militaire et des ressources du ménage.

Vous pouvez opter pour une procédure dématérialisée qui permet de régler les intervenants à partir d'un site internet sécurisé, en procédant à un virement en ligne.

Réunissant les conditions d'attribution, remplissez le formulaire de demande d'attribution et envoyez-le avec les justificatifs demandés à votre échelon social de rattachement (assistant de service social).

Pour toute information complémentaire N° AZUR : 0 810 00 80 20* (services de la plateforme de télé conseils spécialement dédiée au ministère de la défense).

* Prix d'un appel local

Ou www.cesu-fonctionpublique.fr

3.3. La prestation pour la « garde d'enfants pendant des horaires atypiques »

Cette prestation est une aide individuelle destinée aux personnels en activité qui, en raison de contraintes professionnelles les soumettant à des horaires atypiques, de manière occasionnelle ou régulière, ont recours à une tierce personne rémunérée ou aux services d'une structure de garde collective pour garder leur(s) enfant(s).

Cette disposition s'applique donc aux familles dont l'un des membres est éloigné du foyer du fait de contraintes opérationnelles (OPEX).

La prestation est versée sans condition de ressources au ressortissant qui fait garder ses enfants. Elle consiste en une prise en charge d'une partie des frais de garde, destinée à atténuer le coût supporté par les parents.

Les enfants gardés doivent être âgés de moins de 13 ans à la date de la garde et être à charge fiscale du demandeur.

Pour les enfants handicapés titulaires d'une carte d'invalidité à la charge fiscale du demandeur, cette limite d'âge ne s'applique pas.

Les heures de travail considérées comme atypiques correspondent aux créneaux suivants en métropole :

- entre 20 heures et 7 heures en semaine ;
- du vendredi 20 heures au lundi 7 heures et les jours fériés.

Adressez-vous à l'assistant de service social de l'unité d'affectation de votre conjoint pour la composition du dossier.

3.4. Les réservations prioritaires de séjour à l'IGeSA

Afin de satisfaire les personnels qui ne peuvent se déterminer à l'avance sur leurs dates de vacances (en OPEX) et sur justificatif fourni par l'autorité hiérarchique, à joindre à la demande de réservation, un quota de places leur est réservé (jusqu'à mi juin pour les vacances d'été et mi décembre pour celles d'hiver).

Allo Résa : 04 95 55 20 20

www.iges.fr

4. Les clubs sportifs, culturels et artistiques des régiments

Fédération des clubs sportifs et artistiques de la défense :

www.fcsad.net

5. Le lien avec les associations (ANFEM, ARIA)

Le coordinateur environnement humain peut vous mettre en contact avec diverses associations, locales ou nationales, de militaires ou de conjoints de militaires.

Les membres de ces associations, dont vous faites peut-être déjà partie, peuvent vous aider dans différents domaines car certains d'entre eux ont certainement rencontré des difficultés semblables à celles que vous rencontrez.

Les associations jouent un rôle essentiel dans la création d'un lien avec les conjoints et les familles :

- diversification des activités ;
- prise en compte des horaires pour s'ajuster aux contraintes des conjoints qui travaillent ;
- réalisation de séance d'information pour les familles sur des sujets liés aux sujétions de la vie militaire.

6. Informations diverses

6.1. La carte SNCF famille

La **carte temporaire de réduction famille militaire** s'adresse à tout militaire marié, lié par un pacte civil de solidarité ou chargé de famille, déjà titulaire de la carte famille existante.

Cette carte est délivrée pour une durée de 6 mois, valable durant l'absence du conjoint militaire. Elle devra être restituée au retour de mission du conjoint.

Elle ouvre droit aux mêmes conditions tarifaires que la carte famille existante. Les 2 cartes doivent être présentées lors des opérations de contrôle à bord des trains.

Cette carte sera attribuée au vu des pièces suivantes :

- Copie du message de départ du conjoint en OPEX ;
- Photocopie de la carte SNCF du conjoint et de la carte Famille.

6.2. Le livre « Mon carnet de mission »

Ce livre est destiné aux enfants de 4 à 11 ans. Vous pouvez vous le procurer auprès du bureau environnement humain du régiment.

C - Dispositif interarmées de soutien psychologique des familles de militaires projetés en OPEX en Afghanistan

Le départ en opération extérieure est souvent une épreuve pour la famille qui doit supporter le poids de l'absence du conjoint. Un dispositif de soutien psychologique au profit des familles de militaires projetés en Afghanistan a été mis en place.

1. Présentation

Un **dispositif national interarmées** de soutien des familles de militaires projetés en Afghanistan a été mis en place en 2011.

Ce dispositif permet à l'ensemble des membres de la famille⁷ de bénéficier d'une écoute téléphonique 24h/24, 7 jours/7, avec des psychologues de l'**Institut d'accompagnement psychologique et de ressources (IAPR)**.

Ces psychologues sont sensibilisés aux spécificités des « familles de militaires en OPEX » et spécialisés dans le soutien psychologique de crise.

2. Mise en œuvre

2.1. Interventions collectives

Des interventions sont assurées par des psychologues du réseau en présence de toutes les familles volontaires pour y participer. Elles sont organisées, en amont du départ et avant le retour d'Afghanistan, sous forme de séances collectives de sensibilisation portant sur les différentes problématiques liés à l'absence du militaire et la présentation du dispositif de soutien psychologique individuel.

Ces réunions d'information organisées par le régiment permettent de présenter le dispositif d'accompagnement afin que les familles sachent vers qui se tourner et de quelles aides elles peuvent bénéficier.

Pour en savoir davantage sur ces actions de prévention collectives, **rapprochez-vous de votre assistant de service social** pour savoir si l'une d'entre elles est programmée près de votre domicile.

⁷ Le sens de « famille » comprend le conjoint, le partenaire lié par pacte civil de solidarité, le compagnon, les enfants et ascendants directs.

2.2. Soutien individuel

Grâce à un réseau de psychologues répartis sur l'ensemble du territoire métropolitain, l'appelant peut bénéficier d'un suivi psychologique dans la durée entièrement pris en charge par le ministère de la défense.

Pour cela un soutien psychologique par téléphone est proposé aux familles qui en expriment le besoin (appel 24h/24 et 7j/7) et le cas échéant, il peut être proposé des consultations individuelles ou familiales en cabinet, dans la limite de **6 séances gratuites** pour un accompagnement dans la durée.

2.3. Contact

Il est précisé que le numéro vert ne donne pas d'informations sur le théâtre d'opérations. Il permet uniquement une prise en charge psychologique de l'appelant.

Soutien psychologique pour les familles de militaires projetés en Afghanistan :

- **0800 150 207 (numéro vert métropole, appel gratuit)**
- **01 42 94 90 76 (numéro outre-mer et étranger, coût d'un appel local)**

Chapitre III. LE RETOUR DE VOTRE CONJOINT

Pour la famille, le retour est attendu avec joie et excitation, mais il peut être accompagné de tensions, d'anxiété, d'appréhension et d'impatience.

Les membres de la famille doivent se réhabituer les uns aux autres. Il est important de prendre le temps d'écouter, de dialoguer et de trouver des compromis permettant à chacun de se retrouver.

Chaque membre de la famille doit reprendre sa place et son rôle et s'engager dans un processus de reprise des liens familiaux avec le parent qui est revenu.

Son bon déroulement repose essentiellement sur une communication sincère et confiante et une attitude tolérante et patiente pour chaque membre de la famille.

A - Préparation du retour

B - Le retour

A - Préparation du retour

Le retour du conjoint militaire perturbe l'équilibre familial autant que son départ. La majorité des familles a besoin de quelques semaines, voire deux ou trois mois pour se sentir de nouveau à l'aise.

1. Information collective au sein de la formation de votre conjoint

Participez aux activités de rencontre organisées au niveau de la formation par le chef du BEH, le coordinateur environnement humain et l'assistant de service social. C'est par leur intermédiaire que vous appréhendez le mieux les modalités du retour de votre conjoint. Elles vous permettront de discuter avec d'autres personnes qui sont dans les mêmes conditions que vous.

2. Préparation au niveau des enfants

Soyez à l'écoute de leurs inquiétudes pour anticiper leur réaction si celle-ci est négative vis-à-vis de votre conjoint. Aidez les à exprimer leurs sentiments par la discussion ou le dessin.

Faites les participer aux préparatifs du retour.

La réaction d'un enfant au retour d'un parent dépend de son âge :

- Entre 1 mois et 1 an, le bébé peut pleurer à la vue du parent qui s'est absenté et peut se détourner de lui ;
- Entre 1 et 3 ans l'enfant peut s'accrocher au parent de peur qu'il disparaisse à nouveau ;
- Entre 3 et 5 ans l'enfant peut adopter un comportement exagéré pour attirer l'attention du parent ;
- Entre 5 et 12 ans l'enfant peut parler sans arrêt au parent qui a été absent ;
- Après 12 ans, l'adolescent peut se sentir coupable de ne pas être à la hauteur des attentes, éprouver des sentiments alliant joie et irritation et continuer d'accorder plus d'importance aux relations avec ses amis.

La qualité ou la nature des rapports entre le parent et l'enfant avant le déploiement et les liens entretenus durant leur séparation sont des facteurs très importants qui permettent un retour à l'équilibre familial.

B - Le retour

La date de retour est parfois aléatoire. Soyez conscient(e) que la date prévue peut varier de quelques jours à plusieurs semaines.

Il importe, pour les 2 conjoints, d'effectuer un examen rétrospectif de la situation pour déterminer les changements et les moyens de retrouver une vie commune en fonction de la connaissance qu'ils ont l'un de l'autre.

La séparation et la réunion offrent l'opportunité d'évaluer les changements survenus entre les différents membres de la famille, de redéfinir les rôles, les responsabilités et de concrétiser tous ces changements par une relation nouvelle.

La réussite du retour au foyer repose sur deux principes fondamentaux :

- la communication honnête et confiante,
- la tolérance et la patience.

Chacun devra donc fournir l'effort nécessaire pour que ce retour soit une réussite totale pour l'ensemble de la famille.

1. Conseils au conjoint resté sur place

Pour votre conjoint, il n'est pas toujours facile de reprendre sa place au sein de sa famille.

Pendant la mission, chacun a pris des habitudes et le retour marque la perte de l'impression d'indépendance acquise pendant la séparation. Un nouveau mode de fonctionnement familial doit être trouvé.

Le stress et la pression qu'il a vécus pendant sa mission, doivent diminuer progressivement et ces comportements (manque de concentration, anxiété, manque de sommeil, cauchemars, isolement) vont s'estomper avec le temps, au bout de quelques semaines.

Un temps d'adaptation est nécessaire à chacun.

Evitez d'être trop insistant au moment du retour de mission, pour évoquer tout ce qui a pu se passer durant celle-ci. Le militaire qui rentre ne souhaite pas forcément en parler tout de suite. Il faudra souvent du **temps** pour qu'il puisse le faire.

Evitez d'organiser trop d'activités au moment des retrouvailles pour laisser à votre conjoint le temps de retrouver ses marques auprès de vous.

L'intimité familiale peut être difficile à rétablir, soyez patient(e).

Le dialogue est le meilleur moyen d'y parvenir.

2. Conseils au conjoint militaire

Séparation et réunion offrent l'opportunité d'évaluer les changements survenus entre les conjoints, de redéfinir les rôles, les responsabilités et de concrétiser tous ces changements pour une relation nouvelle.

Votre retour perturbe l'équilibre familial autant que le départ et le temps de réadaptation peut varier en fonction des circonstances et de la famille.

Le changement nécessaire dans votre mode de vie, après avoir vécu des moments exaltants et éventuellement dangereux, doit vous amener à vous poser des questions sur la façon de vous réadapter au milieu familial.

Vous devez chercher à renforcer les liens avec vos enfants en étant attentif à eux et en jouant avec eux (accompagnement à l'école, aux sports, à la promenade, ...). Ecoutez les en cherchant à connaître leurs opinions et leurs préférences.

Il faudra faire preuve de patience et de tolérance pour accepter et intégrer ces changements. Vos enfants auront certainement évolué, peut être pas dans le sens où vous l'auriez souhaité.

Votre conjoint a assumé, seul, la charge de la famille, alors :

- modérez les jugements négatifs et insistez sur les réussites ;
- reconnaissez l'enrichissement personnel que tous les membres de la famille ont acquis durant la séparation ;
- renforcez vos liens avec vos enfants en étant attentif à eux ;
- résistez à la tentation de prendre le contrôle en vous rappelant que votre famille a dû s'adapter à votre absence et qu'il lui faudra du temps pour s'adapter à votre présence (réappropriation progressive des tâches quotidiennes).

En règle générale, il faut 1 à 2 mois après une mission de longue durée pour que la famille retrouve à nouveau son équilibre et que tout le monde se sente suffisamment à son aise. C'est une période très importante car elle conditionne l'avenir. Soyez attentifs l'un à l'autre et envers vos enfants.

Chapitre IV. INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

A - Avantages pour le militaire

B - Avantages pour la famille

C - Les droits de la famille en cas de blessure

A - Avantages pour le militaire

1. La carte du combattant

1.1. Principe

La carte du combattant ouvre droit à la reconnaissance du statut d'ancien combattant et à l'accès d'un certain nombre de droits et avantages.

Elle est attribuée au militaire, en particulier, dans le cadre des opérations extérieures (OPEX).

Les conditions d'obtention sont les suivantes :

- soit avoir effectué au moins 90 jours, consécutifs ou non, dans une unité combattante ;
- soit avoir appartenu à une unité ayant connu, pendant leur temps de présence, 9 actions de feu ou de combat ;
- soit avoir pris part personnellement à 5 actions de feu ou de combat ;
- soit avoir été prisonnier pendant 90 jours au moins ;
- soit avoir fait l'objet d'une citation individuelle avec croix sur un théâtre ouvrant droit à la carte du combattant.

La carte peut être aussi attribuée pour :

- avoir été évacué d'une unité combattante, sans condition de durée de séjour, pour blessure reçue ou maladie contractée pendant le service ;
- avoir reçu une blessure reconnue blessure de guerre par l'autorité militaire, quelle que soit l'unité d'appartenance ;
- être titulaire d'une citation individuelle homologuée.

1.2. Avantages




La carte du combattant donne droit :

- à la retraite du combattant, à l'âge de 65 ans ou de 60 ans sous certaines conditions de ressources et d'invalidité ;
- à la souscription à la retraite mutualiste du combattant auprès d'un organisme mutualiste bénéficiant d'une majoration de l'Etat et d'avantages fiscaux ;
- au patronage de l'ONACVG (office national des anciens combattants et victimes de guerre) et aux avantages qu'il procure (secours, aide administrative ponctuelle, aides financières et prêts au titre de l'action sociale, maisons de retraites, écoles de reconversion professionnelle) ;

- à une demi-part supplémentaire du quotient familial pour le calcul de l'impôt sur le revenu à partir de 75 ans ;
- au port de la croix du combattant sans aucune formalité.

1.3. Obtention de la carte

La demande de carte du combattant est à effectuer par le militaire à l'aide du **formulaire Cerfa n°10858*01**, réclamé auprès du service départemental de l'ONACVG dont dépend son lieu de résidence ou auprès du service départemental ayant délivré le titre de reconnaissance de la nation, en prenant soin de fournir les documents suivants :

-  la copie d'une pièce d'identité (carte nationale d'identité, permis de conduire ou passeport) ;
-  une photo d'identité récente ;
-  une copie du livret de famille (pages 1 à 7).

Le dossier complet est à envoyer au service départemental de l'ONAC qui traitera la demande.

2. Le titre de reconnaissance de la nation (TRN)

2.1. Principe

Le titre de reconnaissance de la nation a été créé pour les militaires de tous grades et de toutes armes ayant participé aux opérations d'Afrique du Nord, puis a été ouvert aux militaires des forces armées françaises ayant pris part à un conflit contemporain dans les unités combattantes ou non de l'armée française, d'armées alliées ou de forces internationales.

Le titre de reconnaissance de la nation est délivré aux militaires pour une **participation d'au moins 90 jours** aux conflits armés et opérations menés conformément aux obligations et engagements internationaux depuis 1945.

Le militaire bénéficie de ce titre de plein droit si, en tant que militaire, il est titulaire de la carte du combattant ou s'il a été évacué pour blessure reçue ou maladie contractée pendant les conflits, opérations ou missions.




2.2. Avantages

Le titre de reconnaissance de la nation donne droit :

- à la souscription à la retraite mutualiste du combattant auprès d'un organisme mutualiste, bénéficiant d'une majoration de l'Etat et d'avantages fiscaux ;
- au patronage de l'ONACVG (office national des anciens combattants et victimes de guerres) et aux avantages qu'il procure (secours, aide administrative ponctuelle, aide financière et prêt au titre de l'action sociale, maisons de retraite, écoles de reconversion professionnelle) ;
- au port de la médaille de Reconnaissance de la nation ;
- à la délivrance d'un diplôme à caractère honorifique revêtu de la signature du ministre chargé des anciens combattants et victimes de guerre.

2.3. Obtention du titre

Le militaire doit faire sa demande à l'aide du **formulaire Cerfa n°10858*01**, réclamé auprès du service départemental de l'ONACVG dont dépend son lieu de résidence, en fournissant les documents suivants :

-  la copie d'une pièce d'identité ;
-  une photo d'identité récente ;
-  une copie du livret militaire.

Le dossier est à envoyer au service départemental de l'ONACVG qui traitera la demande.

3. La retraite mutualiste du combattant

Le titre de reconnaissance de la Nation (TRN) et la carte du combattant sont deux distinctions permettant d'améliorer la retraite du militaire.

Dans les 10 ans suivant leur attribution, il est possible de souscrire à la retraite mutualiste du combattant (RMC), système par capitalisation majorée par l'Etat.

- Les versements sont intégralement déductibles du revenu imposable dans la limite d'un plafond de rente fixé chaque année ;
- Vos versements sont modulables et s'adaptent à votre situation personnelle ;
- La rente est automatiquement majorée et revalorisée annuellement par l'Etat selon la situation personnelle de chacun ;
- Le versement d'une rente à vie non imposable et non soumise aux prélèvements sociaux dans la limite d'un plafond de rente fixé chaque année ;
- Une retraite qui bénéficie de la participation aux excédents de la France Mutualiste ;

- La retraite mutualiste du combattant est cumulable avec toute autre retraite notamment avec la retraite du combattant allouée par l'Etat à 65 ans si vous êtes titulaire de la carte du combattant.

En plus de constituer une retraite complémentaire, elle peut également, selon l'option choisie, s'accompagner du versement hors succession d'un capital aux ayants cause (par exemple le conjoint survivant ou les enfants) en cas de décès du souscripteur.

Renseignez vous : La France Mutualiste
44 avenue de Villiers
75854 Paris cedex 17

Tel : 01 40 53 78 00

www.la-France-mutualiste.fr

www.retraite-mutualiste-combattant.fr

B - Avantages pour la famille

Réservations de séjours auprès de L'IGESA

Afin de satisfaire les personnels en OPEX qui ne peuvent se déterminer à l'avance sur leurs dates de congés et sur justificatif fourni par l'autorité hiérarchique, à joindre à la demande de réservation, un quota de places leur est réservé (jusqu'à mi juin pour les vacances d'été et mi décembre pour celles d'hiver).

N'hésitez pas à contacter l'IGESA pour toutes demandes de renseignements :

Allo Résa : 04 95 55 20 20

www.igesa.fr

C - Les droits de la famille en cas de blessure du militaire

Les droits s'ouvriront en fonction de la nature du lien juridique qui unit les conjoints (mariage, pacs, concubinage, reconnaissance des enfants, etc.).

L'accompagnement des blessés comprend :

1. Une prise en charge médico-administrative ;
2. Un soutien social et financier.

Cet accompagnement s'effectue par le biais de 3 organismes.

1. La formation du militaire

Le chef de corps, en liaison avec le médecin référent et l'assistant de service social (ASS) du corps, communique à votre famille toutes les informations utiles concernant les modalités d'accès au lieu d'hospitalisation et les possibilités d'hébergement.

2. L'hôpital et son service social

Dans chaque hôpital d'instruction des armées, il existe un service social dédié au personnel blessé ou malade.

L'assistant de service social (ASS) assure le soutien moral et matériel du **blessé** ou malade et de ses proches, pendant son séjour en milieu hospitalier.

3. La Cellule d'Aide aux Blessés de l'Armée de Terre (CABAT)

3.1. Présentation

Cette structure opérationnelle, à compétence nationale, est placée sous l'autorité du gouverneur militaire de Paris. Elle a pour mission de porter assistance à tout militaire blessé ou malade par le fait ou à l'occasion du service, de son hospitalisation à sa réinsertion dans l'institution militaire ou sa reconversion dans le secteur civil.

3.2. Ses missions

La CABAT :

- renforce le lien entre les parties prenantes (militaire, famille, unité, action sociale des armées (ASA), organismes institutionnels, associations, etc.) et assure le suivi des aides spécifiques et des prises en charge complémentaires ;
- accompagne vous-même et vos proches dans les démarches administratives : caisse nationale militaire de sécurité sociale (CNMSS), mutuelle nationale militaire (MNM et UNEO), bureau d'assistance aux familles (BAF), sous-direction des pensions (SDP), assurances (AGPM, GMPA) ;
- travaille en concertation et complémentarité avec l'action sociale de la défense (réactivité financière afin de déclencher au plus vite une aide à votre profit ou à celui de votre famille) ;
- assure un suivi personnalisé au-delà des 180 jours de congé maladie en lien avec le Groupement de Soutien du Personnel Isolé (GSPI) chargé de la gestion administrative ;
- facilite vos démarches en vue d'une réinsertion sociale et professionnelle.

3.3. Les aides

Vous pouvez consulter le guide « **Soutien du militaire blessé ou malade par le fait ou à l'occasion du service** » paru en 2011. Il constitue un recueil d'informations sur le dispositif d'accompagnement médico-social en vigueur.

Renseignez-vous auprès du coordinateur environnement humain du régiment.

NUMEROS DE TELEPHONE UTILES

Ces numéros de téléphone vous seront communiqués par votre conjoint avant son départ.

VOS CORRESPONDANTS AU SEIN DE LA FORMATION

Grade et nom du coordinateur environnement humain (BEH)

Téléphone

Grade et nom de l'adjoint

Téléphone

Service de permanence de la formation

Téléphone

VOTRE ASSISTANT(E) DE SERVICE SOCIAL

Nom

Téléphone

Permanence (jours et horaires)

LE PRESIDENT DE CATEGORIE

Grade et nom

Téléphone

LE MEDECIN DE L'UNITE

Grade et nom

Téléphone

LE POINT ACCUEIL INFORMATION (PAI)

Grade et nom

Téléphone

NOTES PERSONNELLES

Lined area for personal notes, consisting of multiple horizontal lines.