La Gazette de l'ANR Hérault pour le Retraité de De LA POSTE & ORANGE

Juin 2017 n° 44

Editorial

Après plusieurs mois sans responsable, le comité de gestion de ANR Hérault m'a fait l'honneur de m'élire président lors du comité du 26 avril 2017.

Par ces temps où l'individualisme augmente de plus en plus chaque année, il faut que les gens s'investissent davantage dans le monde associatif pour continuer de faire vivre l'association.

Il importe d'assurer un avenir serein et efficace, afin de ne pas perdre nos quelques avantages chèrement obtenus par nos anciens, qui se sont battus au fil du temps.

C'est avec plaisir que je travaillerai avec tout le comité de gestion du groupe Hérault afin que l'association garde plus que jamais son dynamisme et reste très engagée au sein d'une société en évolution perpétuelle.

Je reste à votre écoute pour accueillir toutes vos propositions pour faire prospérer l'ANR 34.

Cordialement

Jean-Claude JACQUEMOND

Sommaire

Utile et pratique Souscription du COS	2
Le mot du Trésorier Amicale Vie - Loto	3
Retraités de La Poste et Orange : Aides à domicile et à l'autonomie Chèques Vacances	4
Arrêt du « RTC »	5
Voyage en Andorre	6
Contacts Voyages - Séjours Mutualisation des voyages Rencontre régionale 2017	7
Sorties culturelles	8
Assemblée départementale	9
Communiqué Histelpost Bridge - Scrabble - Généalogie	13
La rando ?	14
Notes de sorties	15
Carnet : les nouveaux adhérents Les sites de l'association Solutions des mots croisés	17
Carnet : ils nous ont quittés	18
Détente	19
Amicale Vie	20

Le bénévolat associatif

En France, de très nombreuses personnes donnent du temps aux autres. Le faire dans le cadre associatif concerne environ 16 millions de nos compatriotes, permettant à 1,3 millions d'associations d'exister et de développer des activités.

Se sentir utile et faire quelque chose pour autrui est le moteur de ces bénévoles qui s'impliquent dans des domaines d'activité aussi divers que le sport, la culture ou les loisirs, l'humanitaire, la santé ou l'action sociale, la défense des droits ou encore l'éducation.

On peut définir les bénévoles comme des personnes qui consacrent une partie de leur temps, sans être rémunérées, aux activités de l'association. Le bénévolat se distingue d'autres situations juridiques telles que le salariat ou le volontariat.

http://www.associations.gouv.fr/

Statistiques au 10 mai 2017		
2 488	adhérents	
40	personnes morales	
Individuelle	1 188	47,7%
Couple	1 210	48,6%
Réversion	90	3,6%
La Poste	1 328	53,4%
FT - Orange	1 116	44,9%
Autre	44	1,8%
Femmes	1 378	55,4%
Hommes	1 110	44,6%

Nota : dans le bulletin n°43, il y avait une inversion des nombres « femmes-hommes ».

Contacts

UTILE ET PRATIQUE

Assistance Sociale La Poste

GRAND PUBLIC

DURAND Véronique :
04.67.13.72.97
PALLET Évelyne :
04.67.13.72.98

COURRIER

ABBAL Michèle :
04.67.13.72.87
GUERMACHE Faouzi :
04.67.13.72.88

CRSF BANQUE POSTALE

GERARD Sylvaine :
06.77.64.70.00
& 04.67.34.14.26

COS Hérault LP - FT 13 rue Rondelet BP 80018
34001 MONTPELLIER CEDEX 1 **04.99.74.00.22**
de 9h15-12h15 & 14h-14h50 (public)
www.cosherault.net

TUTELAIRE Contact Hérault
Mme Marie-France Isard
Impasse du Merdauls
34480 POUZOLLES
06.25.78.68.18

Adresse **Dossiers** :
45 rue Oudiné 75013 PARIS
0.810.888.357 (prix appel local)
www.tutelaire.fr

MUTUELLE GENERALE
48 rue Saint Guilhelm
CS 90046
34046 Montpellier Cedex 1
N° Vert : **0.800.455.455**
ACCUEIL &
Heures d'ouverture disponibles sur le site ou par téléphone
www.lamutuellegenerale.fr/

ASPTT BEZIERS
1 rue Ernest Renan 34500 Béziers
04.67.01.74.77

Portail ASPTT :
www.asptt.com

ASPTT MONTPELLIER
COMPLEXE SPORTIF LEON CAZAL
237 Route de Vauguières 34000 Montpellier
04.99.52.60.70

PortailMalin
le site de l'action sociale à La Poste
LA POSTE
Ce site est réservé aux postiers.
Cliquez ici pour accéder au Portail Malin

www.portail-malin.com/

Accès Identifiant : **offre** Mot de passe : **sociale**

ORANGE Services RH TSA 27328 86013 POITIERS CEDEX Tél. : 0 800 777 222

CE FT Orange

Adresse guichet unique :
www.ce-orange.fr/
Liens dans l'onglet Contact .

Gestionnaire pour le compte des CE
ASC / Accueil ouvrants-droit
TSA 10003
41965 Blois Cedex 09
Tél : 0 810 007 221

Votre CE Orange

Courriel : retraites.accueil@ccues-ft.fr

SOUSCRIPTION BENEVOLE 2017

Le **COS Hérault La Poste Orange**
sollicite les actifs directement sur les lieux de travail.
L'ANR participe à cette diffusion en permettant le contact avec les retraités.

Vous trouverez, avec la gazette, un lot de billets que vous pourrez **retourner DIRECTEMENT au COS**.

Des billets supplémentaires peuvent être demandés :
Tél. : 04 99 74 00 22 Site : cosherault.net
Email : secretariat@cosherault.net

Pour participer , renvoyer les souches remplies
*avec **votre paiement***
sous pli affranchi
DIRECTEMENT
à :

COS HERAULT LP FT
13 RUE RONDELET
BP 80018
34001 MONTPELLIER CEDEX 1

Le mot du Trésorier

	Adhésion	Total Revue incluse
LP ORANGE	Individuelle : 11 €	20 €
	Couple : 22 €	31 €
	Réversion : 11 €	Revue gratuite 11 €
ASSOCIE	Individuel : 18 €	27 €
	Couple : 36 €	45 €

Nous avons dépassé la date de fin du 1er trimestre durant lequel la cotisation de l'année en cours doit être réglée.

La situation au 30 avril se présente ainsi : il reste encore 345 cotisations non recouvrées dont 55 depuis deux ans !

Ces 55 derniers adhérents seront radiés à la fin de l'année. Pour les 290 autres, une procédure de relance est en cours.

Tout ceci complique fortement la tâche des gestionnaires de l'association, qui sont TOUS bénévoles.

Alors, un peu de civisme… Merci pour eux.

En ce qui concerne les 504 adhérents ayant opté pour le prélèvement, celui-ci a été effectué le 28 février. Nous avons à déplorer 6 rejets pour divers motifs (décès non déclarés, non validité du mandat essentiellement).

La situation financière est saine, cf. le compte-rendu de l'Assemblée Départementale en pages centrales.

PENSEZ PRELEVEMENT, c'est la simplicité pour l'adhérent et la gestion !

Le trésorier
Michel BUCHAUD

Se Prémunir

OFFRE ANNIVERSAIRE EXCEPTIONNELLE

A l'occasion de son 55ème anniversaire, offre spéciale pour tout nouveau contrat :
du **1er mai au 31 octobre 2017** bénéficiez de **5 mois de cotisation gratuits**.

Adhérents ANR de moins de 76 ans, adhérez à l'Amicale Vie, mutuelle de l'ANR.

Pour toute information complémentaire ou pour recevoir votre documentation sans engagement, **contactez-moi** :
Par téléphone au 06 33 40 40 41
ou par mail : perez.antoine@wanadoo.fr

Antoine PEREZ

LA VOLONTÉ DE SERVIR, EFFICACE ET SOLIDAIRE, ENSEMBLE.

Se retrouver

LOTO 2018

Dimanche 10 DECEMBRE 2017

A 14 H SALLE DES RAPATRIES
(quartier MAS DREVON)
Rue Emile CHARTIER dit ALAIN

5 € les 4 cartons, 10 € les 10, 15 € les 16
Lots 40 € à 150 €

*La réservation de la salle en début d'année étant difficile, le premier loto de **l'hiver 2017-2018 est avancé** en décembre.*

Vous pouvez jouer sans vous déplacer en adressant un chèque à l'ANR 34.

Antoine PEREZ

RETRAITÉS DE LA POSTE

Modalités de demande de chèques vacances et de l'aide à domicile

Le chèque-vacances et l'Aide au maintien à domicile du personnel retraité de La Poste sont servis par la Fonction Publique d'Etat. Voici les démarches à effectuer.

Pour constituer votre **demande de chèque-vacances**, connectez-vous sur le site internet :
www.fonctionpublique-chequesvacances.fr.

Un fois connecté vous avez deux possibilités

- soit vous inscrire en ligne à l'aide du bouton « **constituer** » ou « **renouveler** ».
  Cette solution est particulièrement rapide et efficace.
- soit télécharger le formulaire de demande pour le remplir manuellement en tenant comte des barèmes.

Pour tout complément d'information ,
contactez le 0 810 892 015 (coût appel local)

Pour constituer votre dossier de **demande d'Aide au maintien à domicile**, adressez-vous à la caisse d'assurance retraite de votre département .

Vous pouvez contacter le service d'information par téléphone au **09 71 10 39 60** ou au **3960**.

Vous pouvez aussi vous connecter à
www.fonctionpublique.gouv.fr/amd
ou à
www.lassuranceretraite.fr.

RETRAITÉS d'ORANGE *Lettre d'information ASC n°5 – Avril 2017*

Le Guichet Unique, complètement repensé, se veut plus clair et lisible avec des contenus plus accessibles, des procédures simplifiées et de nouvelles fonctionnalités comme la mise en place d'une Foire Aux Questions.

- Vous retrouverez dans cet espace toutes vos prestations, à commencer par les Chèques-Vacances dont la procédure de souscription à un plan est modifiée pour cette seule année 2017.
- Puis, la prestation « Seniors en Vacances » servie par l'ANCV pour les retraités de plus de 60 ans, dont les informations et modalités sont décrites sur le Guichet Unique.
- Les Bons Plans proposent toujours des réductions négociées et leurs « offres flash ».
- Quant au Guichet Loisirs, il continue d'ouvrir une aide aux sept activités disponibles.
- Avec la carte Scènes & Sorties qu'il suffit de commander, vous aurez de nombreux avantages pour vos loisirs préférés.
- Sans oublier le dispositif d'Aide à l'Autonomie dont vous bénéficiez peut-être.
- Et, bien entendu, les Prestations d'Actions Sociales et les Vacances Enfants perdurent.

Pour rappel, vous avez toujours la possibilité de bénéficier du Kiosque Retraités Orange.

Voir en page 2 du bulletin, les contacts et en page 17, l'adresse du site « Adhérent » de l'ANR (voir la rubrique « Droits »)

Chèques-Vacances 2017

Depuis le 15 février 2017, vous pouvez renouveler l'épargne ChèquesVacances (CV). Le principe de cette prestation associe épargne personnelle et aide du CCUES/ votre CE-Retraités. Pour souscrire :

- Constituer un dossier dématérialisé en toute sécurité. Après identification, allez dans le menu violet ASC la rubrique Chèques-Vacances.
- OU constituer un dossier en trois étapes, en souscrivant à un plan d'épargne Chèques-Vacances sur un processus papier à demander auprès du CCUES.

Vous pouvez ouvrir un plan d'épargne 2017 jusqu'au 23 août 2017 inclus. La durée du plan ne peut dépasser l'année civile (31 décembre 2017).

L'Aide à l'autonomie 2017

Un dispositif de solidarité en faveur des personnes âgées ou dépendantes. Cette prestation qui vise à faciliter la vie quotidienne des ouvrants droit âgés, dépendants et dont la perte d'autonomie est évaluée en GIR 5 ou 6, consiste à prendre en charge les frais occasionnés par une aide à domicile.

- Constituez un dossier d'ouverture de vos droits pour l'année 2017 : voir les modalités d'acceptation en consultant le site du guichet unique.
- Contact courrier :
  CCUES Orange, Aide à l'autonomie, 190 quai de Jemmapes, 75010 Paris.

Téléphone : l'arrêt du RTC

Rappels sur le RTC

• Le **Réseau Téléphonique Commuté** (RTC) est le réseau historique d'Orange utilisé par la plupart des opérateurs permettant d'acheminer les communications téléphoniques de leurs clients sur un réseau fixe.

• Il est basé sur une technologie et des équipements qui ont été principalement déployés autour des années 80. Cette technologie arrive en fin de vie.

• Depuis 2005 environ et l'avènement du protocole IP (Protocole Internet) et la large adoption des offres d'accès à Internet, ce n'est plus le seul véhicule des services de téléphonie fixe.

Les grands principes de l'arrêt

• L'arrêt du RTC est motivé par l'obsolescence de la technologie.

• La fin du RTC ne signifie pas pour autant la fin du service téléphonique ; celui-ci sera assuré sur la technologie IP par tout opérateur qui aura développé une solution de substitution en VoIP (voix sur protocole IP).

• La fin du RTC ne signifie pas non plus ni la fin du cuivre, ni la fin des liaisons louées.

• On distingue deux étapes à quelques années d'intervalle :

1/ celle de l'arrêt de production de nouveaux accès RTC,

2/ celle de l'arrêt technique du service RTC.

L'arrêt de production sera simultané sur l'ensemble de la métropole alors que l'arrêt technique du service sera très progressif sur plusieurs années.

• Les lignes RTC existantes ne seront pas impactées lors de l'arrêt de production ; il appartiendra à chaque opérateur de proposer des solutions de substitution à ses clients utilisateurs de ces lignes préalablement à l'arrêt technique du service sur leur plaque.

Précisions sur les modalités de l'arrêt de production

• L'arrêt de la production par Orange de nouvelles lignes analogiques sur RTC est prévu au quatrième trimestre 2018.

• Orange proposera en substitution du RTC, une solution de type box ou modem.

• Un client, titulaire d'une ligne RTC en fonctionnement, pourra toujours changer d'opérateur pour son service RTC.

Précisions sur les modalités de l'arrêt technique du service

• Le RTC sera maintenu en service aussi longtemps que la qualité de service pourra être garantie.

• Dans le respect des délais réglementaires de préavis, des fermetures techniques du RTC interviendront au plus tôt en 2022. Les premières fermetures du service concerneront environ 150 000 accès par an.

En quoi les adhérents de l'ANR sont-ils concernés ?

Sauf demande d'une nouvelle ligne téléphonique simple, il n'y aura aucune incidence pendant 5 ans environ. Après, des solutions adaptées seront proposées par les opérateurs. Espérons qu'ils n'en profiteront pas pour augmenter les tarifs !

Par contre pour les retraités de France Télécom ou Orange, les choses sont bien moins claires.

Rappel : à leur départ en retraite, les agents de France Télécom bénéficient de la gratuité de l'abonnement sur la ligne simple. Cette gratuité est dite "à vie" et se poursuivant pour le conjoint survivant au décès du titulaire.

A ce jour, ce système semble être appliqué, mais il est très incertain. En effet, les agents semblent avoir pour consigne de supprimer cette gratuité à chaque modification du contrat.

Les dispositions de cette mesure, ne semblent pas avoir été écrites et le financement est inconnu.

Des questions, posées maintes fois à des responsables de France télécom (Orange) sont restées sans réponse.

Les personnes concernées, devront être vigilantes lors de chaque modification de leur contrat et bien s'assurer de ne pas perdre la gratuité, avant d'accepter.

Bernard LABERDURE

RETROSPECTIVE 1900 ...

Nombre :
- d'abonnés : 56 310 dont 21 560 à Paris
- de conversations : 169 997 343
- de réseaux : 1 200
- de circuits interurbains : 2 000
- de cabines : 1 760

Abonnés parisiens :

- avenue Wagram :	3 760
- rue du Chaudron :	1 850
- de Passy :	940
- rue de la Roquette :	1 660
- bd de Port Royal :	980
- bd Saint Germain :	600
- rue Lecourbe :	620
- rue Gutenberg :	1 150

Le premier autocommutateur « Strowger » est testé en France. Son mauvais fonctionnement provoque la colère des hauts fonctionnaires reliés. Ils réclament son retrait immédiat !

Postes, Télégraphes, Téléphones en France
Une chronologie illustrée du XIXe siècle
Edition FNARH

Se retrouver Voyage au 2ème semestre 2017

« LES MERIDIENNES » 4 jours en Andorre
Du Lundi 13 au Jeudi 16 Novembre 2017

1er jour : **MONTPELLIER – ANDORRE**
Départ en début d'après-midi en direction d'Andorre. Arrivée en fin de journée à votre hôtel Spa Princessa Park 4* à Arinsal. Installation dans les chambres. Apéritif de bienvenue avec Tapas. Dîner et soirée dansante. Nuit à l'hôtel.

2ème jour : **ANDORRE LA VIEILLE**
Petit déjeuner. Découverte d'Andorre La Vielle, capitale de la principauté. Visite guidée de la ville : la Mairie «comú », le siège du Gouvernement, l'église de St. Esteve, la Plaça del Poble puis les vieux quartiers avec la « Casa de la Vall ».

Départ pour les Escaldes, paroisse des eaux thermales, et promenade jusqu'à Caldea, centre thermo-ludique d'Andorre. Visite et accès au centre d'Art qui abrite une collection de maquettes d'Art Roman d'Andorre, des expositions temporaires, et le musée Viladomat d'art moderne. Déjeuner à l'hôtel.

Après-midi libre en ville dans la grande avenue commerçante, le paradis du shopping. Ou en option : excursions guidées proposées sur place. Dîner à l'hôtel. Spectacle et soirée dansante avec 1 cocktail inclus. Nuit.

3ème jour : **FORGES ROSSELl - COL LA BOTELLA**
Petit déjeuner. Découverte du village d'Ordino, témoin de la culture, de l'histoire et de la politique du pays, puis visite avec démonstration de la Farga Rossell, centre d'interprétation où l'on explique l'histoire de l'exploitation des mines de fer, les procédés de transformation du minerai en lingots, dans le bas fourneau. Déjeuner à l'hôtel.

Route vers le petit village de Pal. Un parcours champêtre le long du Riu de Pal, nous conduit doucement au site montagnard du Col de la Botella (à 2 064m), découvrant les frontières géographiques de l'Espagne et de la France. Vue panoramique. Retour à l'hôtel. Dîner. Spectacle et soirée dansante avec 1 cocktail inclus. Nuit.

4ème jour : **PAS DE LA CASE – MONTPELLIER**
Petit déjeuner. Route du retour. Arrêt libre au Pas de la Case. Déjeuner libre. Arrivée chez vous en fin de journée.

PRIX PAR PERSONNE : 275 € (tout compris)
base 10 participants, acompte 100 €/personne.

Le prix comprend :

- Le transport en autocar
- L'hébergement à l'hôtel Spa Princesa Park 4* base chambre double pour 3 nuits
- La pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 4
- Les boissons aux repas (eau et ¼ de vin)
- L'apéritif de bienvenue avec Tapas
- Les soirées dansantes à l'hôtel avec 1 cocktail
- Deux spectacles
- Un petit cadeau Méridien pour chacun
- Un accès de 2 heures au Spa Wellness Relax Center de l'hôtel
- Une partie de Bowling à l'hôtel
- Les services d'un guide accompagnateur les jours 2 et 3

Le prix ne comprend pas :
Le supplément chambre individuelle 75 €

Votre contact : **Lucette Pic** **04.67.59.14.36** **lucette.pic@wanadoo.fr**
Inscription en utilisant l'encart **Séjour en Andorre**

Lucette Pic 04.67.59.14.36 lucette.pic@wanadoo.fr
Lily Gros 04.67.43.11.66 liberte.gros@orange.fr
Suzanne Prévot 04.67.76.18.00 suzanne.prevot@orange.fr

Nota : Le voyage au Vietnam (12 jours en novembre) est annulé, participation insuffisante.
Le séjour en Alsace (en juin) a été annulé et remplacé par un voyage en Italie à la même période.

Mutualisation des voyages avec les groupes du Languedoc Roussillon

Groupe Pyrénées Orientales
La SICILE (1er au 7 octobre 2017)
ANR66, Yannick Tessier
tél. : 06.33.65.97.34
yatessier@wanadoo.fr

Groupe du Gard
PORTUGAL SUD (16 au 23 juin 2017)
SEJOUR JURA (ANCV) (9 au 16 sept 2017)
ANR30 Françoise Scheidt
06.74.19.67.82 francoise.scheidt@orange.fr

Groupe Aude
Le MORBIHAN (20 au 27 juin 2017)
LACS ITALIENS (7 au 16 septembre 2017)
Prévision pour mai 2018 :
Fête de la transhumance
ANR11, Josiane Soler :
06.30.35.26.64 joary912@orange.fr

Groupe Lozère
SEJOUR AU TYROL
(mai 2017)
ANR48, Pierrette Vieillefonds
tél. : 06.82.38.29.93
pierrette.vieillefonds@wanadoo.fr

Rencontre régionale 26 septembre 2017 à Gruissan (Aude)

Comme chaque année, depuis 25 ans, les groupes ANR du Languedoc-Roussillon organisent une rencontre régionale conviviale. Cette année, c'est l'ANR Aude qui nous accueillera à Gruissan. Sont conviés tous les adhérents des cinq groupes de notre région.

Le rendez-vous est fixé au Camping LVL Les Ayguades à 9 heures avec café d'accueil et viennoiseries.

Le départ pour les visites aura lieu à 9h45/10h00 vers trois destinations selon le choix de chacun.

- **Quartier historique de Gruissan** (visite guidée de 1h30 environ) : village portuaire en circulade avec découverte du château, de la tour Barberousse, de l'église ND de l'Assomption …
- **Mini-croisière : Côte des Roses** (durée 1h15 environ) : Découverte de l'ancien port de pêche, de la zone de carénage et navigation en eau calme le long du massif de la Clape.
- **Circuit en petit train** avec visite de la plage des chalets, des salins et arrêt au moulin à huile (visite guidée de 1h30 environ).

Le restaurant « Le panoramique » nous accueillera pour l'apéritif et le déjeuner.

L'ANR Hérault mettra un car à disposition de ses adhérents avec départ de Montpellier Gare routière, Géant casino sud, Saint Jean de Védas (tram Condamines), péage autoroute Sète, Béziers, zone commerciale Montimaran.

Prix : journée et transport par car = 62 €
Journée et transport libre = 40 €

Veuillez utiliser l'encart spécifique « Rencontre régionale » en précisant le lieu de départ et en joignant le chèque correspondant
(Pas de débit avant la mi-septembre).

Votre réponse est souhaitée avant le 10 juillet

PROGRAMME DU DEUXIEME SEMESTRE 2017 *Francis JAMMES*

VISITE & REPAS AU LYCEE HOTELIER GEORGES FRECHE

Dans le Languedoc-Roussillon où l'économie repose en grande partie sur le tourisme, il manquait un grand lycée hôtelier d'excellence. C'était le dernier projet du Président de la Région Georges Frêche.

Le lycée a été construit par l'architecte italien, Massimiliano Fuksas et inauguré en septembre 2012 soit deux ans après le décès de Georges Frêche.

Le lycée hôtelier frappe par la complexité de ses formes toutes en couleurs argentées. Les parois sont constituées par 17.000 plaques numérotées faites d'un matériau composite, l'alucobond.

Le lycée possède deux restaurants d'application et un hôtel avec des chambres allant du deux au quatre étoiles. Les menus sont élaborés par une équipe de futurs chefs et le service effectué par les élèves.

Nous vous proposons, en liaison avec l'office de tourisme de Montpellier et le responsable communication du Lycée, une visite du lycée en matinée, visite suivie d'un déjeuner au restaurant d'application avec un menu gastronomique comprenant entrée, plat, dessert, eau, vin et café.

Conditions de visite : groupe de 30 personnes, prix visite et repas 35 €.

Les demandes en attente et les nouvelles demandes seront satisfaites sous réserve de disponibilité au lycée (pas en vacances scolaires).

Francis JAMMES

VISITE DES JARDINS ET SALONS DE L'HOTEL DE LUNAS

Près de l'Arc de triomphe, l'hôtel particulier de la famille d'Espeyran ouvre son parc et ses salons privés au public pour une visite de plus de deux heures.

Construit vers la fin du XVI° siècle, l'Hôtel de Lunas a pris son aspect définitif au XIX° siècle quand il a été acheté par Félix Sabatier d'Espeyran lors de sa mise en vente aux enchères en 1855.

Félix Sabatier d'Espeyran, grand bourgeois, drapier de profession, avait aménagé cet ensemble architectural à la manière des grandes demeures parisiennes : meubles d'époque, lustres imposants…

L'Hôtel a été légué aux monuments nationaux en 1974. Depuis 2005, il est doté d'un service éducatif avec comme vocation première de faire découvrir la notion de patrimoine aux lycéens et lycéennes.

Une belle intrusion au cœur du XIX° siècle et de la belle époque !!

Cette visite n'a pu être programmée à l'automne. Elle reste dans les prévisions pour le semestre à venir. Les demandes en attente seront satisfaites en priorité. Néanmoins, les nouvelles demandes seront acceptées.

Conditions de visite : groupe de 18 personnes, tarif 10 € par personne

Francis JAMMES

ANR 34

SUPPLEMENT SPECIAL BULLETIN SEMESTRIEL DE LIAISON JUIN 2017 Numéro 44

Association Nationale des Retraités de La Poste & Orange Groupe Hérault

Assemblée Départementale du 5 avril 2017 - Cap d'Adge (Hérault)

Bonjour à toutes et à tous

L'assemblée départementale d'aujourd'hui présente un caractère exceptionnel : ce n'est pas le président du groupe qui vous accueille. Je m'adresse à vous en tant que délégué régional du Languedoc-Roussillon et aussi membre du comité.

A la suite de la démission de Louis Biache en septembre 2016, Lily Gros, vice-présidente, a accepté d'assurer l'intérim comme le prévoit les statuts. Elle a réuni le comité de gestion à trois reprises, en septembre, novembre et février au cours desquels aucun membre du comité n'a présenté sa candidature pour devenir le nouveau président de l'ANR 34.

Je tiens, en premier lieu, à vous remercier à toutes et à tous d'avoir répondu présent aujourd'hui pour participer activement, je le souhaite, à cette assemblée.

Je veux également remercier l'équipe d'AZUREVA, et en particulier sa directrice Madame PY qui, comme chaque année, nous permet de tenir notre réunion dans la salle d'animation et nous propose ensuite un repas convivial qui, je l'espère, vous donnera satisfaction.

Je remercie aussi tous les membres du bureau et du comité qui, depuis plusieurs semaines, ont tout fait pour que cette journée soit une réussite. Enfin, j'adresse tous nos remerciements à tous les invités que je vais vous présenter d'avoir répondu favorablement à notre invitation.

Je commencerai par le représentant du bureau national et de son président Félix Vézier,
Michel Cachot, vice-président national, chargé de la vie des groupes.

Ensuite, les présidentes et président des groupes du Languedoc-Roussillon,
Bernadette Vallet, Présidente des Pyrénées Orientales,
Josiane Soler, Présidente de l'Aude,
Roger Fubert, Président du Gard.

Pour des raisons familiales Pierrette Vieillefond, Présidente de la Lozère est absente et excusée.

S'agissant du Pôle des retraités ont répondu à notre invitation :
Jean Médan, secrétaire départemental de la FGR-FP
Jean Luc Royo, président de l'UNRP (police)
Gérard Guigon, de l'UNRPG (gendarmerie) en déplacement, est excusé.

Seront également présents, les représentants de nos ex-entreprises
Laurent Danten, Délégué territorial du groupe La Poste
Tony Zagaroli, Délégué territorial d'Orange.

Enfin, sont présents les représentants des associations partenaires
Marie France Isard, pour la tutélaire
René Baumes, pour le COS Hérault

A N R 34 Assemblée Départementale 2017

- Rapport moral et compte rendu d'activités 2016
- Compte rendu financier et rapport des Contrôleurs aux comptes
- Validation des candidatures
- Amicale vie : Compte rendu d'activités

Pause . . .

Interventions

- . . . du Délégué Régional : Francis Jammes
- . . . du Représentant du Siège : Michel Cachot, Vice-Président
- . . . du Délégué Territorial de La Poste : Laurent Danten
- . . . du Délégué Territorial d'Orange : Tony Zagaroli
- Prise de parole des représentants du pôle des retraités
- Exposés des Représentants des Associations Partenaires
- Questions diverses

Les présentations étant faites, je laisse la parole à Lily Gros, vice-présidente de l'ANR Hérault.
Je vous remercie de votre attention.

Francis JAMMES

La vice-présidente Lily Gros, ouvre la séance avec l'hommage à ceux qui nous ont quitté. Ils furent 66 en 2016 et parmi eux, deux de nos correspondants, André Alison et Maurice Arnou.

On constate une érosion sensible du nombre de nos adhérents, une crise du bénévolat qui s'est traduite par la diminution du nombre de Correspondants sociaux. Louis Biache a présenté sa démission de président pour des raisons indépendantes du groupe Hérault.

Mais malgré tout une note positive : une situation financière satisfaisante.

RAPPORT D'ACTIVITES

- Bon fonctionnement du groupe avec une gestion partagée et des commissions mises en place par activité.

Une bonne contribution au Plan Régional avec notre collègue Francis Jammes qui organise 2 fois par ans une réunion sur Béziers avec les bureaux des groupes du Languedoc Roussillon.

Au Plan National nos deux collègues Administrateurs, Louis Biache et Francis Jammes, collaborent aux activités nationales et nous informent régulièrement.

Au 31/12/2016, nous comptions 2 583 adhérents inscrits au fichier, mais seulement 2 451 étaient à jour de leur cotisation. Fin 2015, on recensait 2 541 inscrits et on était 2 634 fin 2014.

Nous avons animer 6 galettes des Rois et 2 lotos.

532 actions personnalisées ont été réalisées pour l'action sociale . Les 69 correspondants ont visité 493 anciens de plus de 85 ans. Au total nous avons compté 1 427 heures, plus de mille communications et 4 000 km parcourus au titre de l'action sociale.

S'agissant de la défense deux dossiers sont en cours :

- La campagne double qui concerne les retraités d'avant le 19 octobre 1999 mais seules les périodes « au feu » sont prises en compte. Une quinzaine d'adhérents à effectuer la démarche.
- La bonification enfant concerne les retraités depuis moins d'un an avec un recours déposé devant la Cour Européenne des Droits d l'Homme. Une vingtaine d'adhérents est concerné.

La gazette semestrielle a été tirée à 2 300 exemplaires. Pour recruter les nouveaux retraités, 280 envois ont été faits, et 16 adhésions réalisées.

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES.

Randonnées.

Effectifs en légère baisse. Activité très régulière. Voir article en page 14.

Voyages, séjours et visites à la journée

Les voyages et séjours se maintiennent malgré des difficultés certaines : raréfaction des participants, manque de bénévoles pour animer. Nos adhérents sont informés des escapades des autres groupes de la région.

Les visites à la journées et les sorties culturelles ont un beau succès. 9 visites ont rassemblé 211 participants.

Autres activités

Bridge avec Raymond Cazilhac; Scrabble avec Cécile Mouraille; Informatique à Béziers avec Bernard Laberdure et la Généalogie via le net avec Alain Beauropert.

Le rapport moral et le rapport d'activité, mis au vote, sont adoptés à l'unanimité.

RAPPORT FINANCIER.

Le compte de résultat d'exploitation pour l'exercice 2016 indique un excédent de 4 185 €, après deux années de déficit.

Ce résultat est dû essentiellement aux augmentations :

- de la part conservée de la cotisation : 10 510 € (8 956 € en 2015)
- de la part de la subvention octroyée par la Direction Nationale des Affaires Sociales de La Poste : 19 484 € (16 500 € en 2015)
- et, par une maîtrise (modérée) des dépenses.

Tous les chiffres vous ont été fournis en annexe de la convocation à l'Assemblée Départementale.

Le bilan donne un total des avoirs qui s'établit à 60 103 €. Soit environ 2 ans d'avance de trésorerie.

La situation financière est donc saine.

Alain Beauropert, contrôleur aux comptes, donne lecture du rapport établi par Maurice Heansler et lui-même après vérification des comptes. Le quitus est proposé.

La vice-présidente met aux voix le rapport financier. Il est adopté à l'unanimité et quitus est donné à l'équipe de gestion.

Election de membres au comité de gestion et au Contrôle des comptes

Candidatures reçues: **Lucienne Beaussant**, **Yves Giberti**. Dans l'assemblée une autre candidature, **France Cazemage**, se manifeste.

Ils sont élus à l'unanimité

Le seul candidat au Contrôle des comptes, **Alain Beauropert**, est élu à l'unanimité.

AMICALE VIE

Antoine PEREZ, nouveau représentant de l'AMV prend la suite de Mme Jacqueline ITIE. Il présente les principaux avantages à souscrire un contrat AMV

- Le service « plus » de l'ANR : Une offre complète, accessible et adaptée,
- Un contrat Capital-décès garanti par la CNP,
- A vos côtés depuis 1962,
- Certifiée ORIAS : Organisme pour le Registre des Intermédiaires en Assurance pour la 3ème année consécutive, un gage de sérieux

Dans le groupe Hérault, l'AMICALE-VIE compte 380 adhérents au 31 décembre 2016. Il y eu 6 nouveaux adhérents et 10 décès enregistrés.

A signaler : pour les 55 ans de l'AMV il y a une promotion de 5 mois gratuits pour tout nouveau contrat entre le 1er mai et le 31 octobre 2017

Intervention Francis Jammes,
Délégué régional

Bonjour à toutes et à tous

Le délégué régional a une double mission : relayer l'information reçue du bureau national et faire remonter le vécu de nos groupes du Languedoc-Roussillon. C'est pour cela que je réunis deux fois par an les membres des bureaux de nos cinq départements avant les conseils d'administration d'avril et de novembre où je suis leur porte-parole.

La dernière réunion a eu lieu vendredi 31 mars à Béziers. Nous avons débattu de tous les dossiers communs :

- La démarche pour l'obtention de la campagne double qui concerne les retraités d'avant le 19 octobre 1999.
- Le recours pour la bonification enfant, action qui s'adresse aux nouveaux retraités avant la fin de leur première année de retraite.
- Le recrutement et les difficultés que nous rencontrons tous en raison du vieillissement de nos adhérents, du faible nombre d'adhésions des nouveaux retraités et de la crise du bénévolat.

Mais, notre principal sujet de discussion a été l'examen du projet de changement des statuts de l'ANR. Je n'évoquerai pas les arguments qui plaident en faveur de ce changement ; Michel Cachot, vice-président national, chargé de la vie des groupes développera amplement ce sujet.

Vendredi dernier, les responsables des cinq groupes ont exprimé leur soutien à cette évolution des statuts et devraient le confirmer à l'assemblée générale les 30 et 31 mai prochain.

Par ailleurs, selon une tradition bien ancrée, le Languedoc-Roussillon organise chaque année une rencontre régionale conviviale à l'automne. L'an dernier, c'est le groupe de la Lozère qui nous a accueillis à Aumont-Aubrac où nous étions 150. Cette année, c'est l'ANR AUDE qui nous recevra à Gruissan, au bord de la mer, le 26 septembre prochain. Vous aurez toute l'information dans votre bulletin départemental mais, d'ores et déjà, retenez la date.

Intervention de Michel CACHOT

Vice-président national, chargé de la vie des groupes, Représentant du Bureau national.

Le représentant du siège félicite et remercie tous les intervenants, les collègues ANR de la région pour leur implication et leur participation aux différents travaux, tous les participants qui par leur présence nombreuse démontrent leur attachement à l'ANR et remercie ensuite le groupe Hérault pour son accueil.

Au nom du Bureau National, Il remercie sincèrement et chaleureusement Louis BIACHE pour son implication dans la mise en place de l'application informatique MONANR.

En premier lieu, il aborde la vacance du poste de Président du groupe 34 et espère que d'ici quelques semaines, une personne prenne en charge ce groupe afin que le Bureau national ait un Responsable sur lequel il puisse s'appuyer.

Il est satisfait de voir que le groupe fonctionne parfaitement grâce à sa vice-présidente Lily GROS en collaboration avec Francis JAMMES et toute l'équipe et souligne que, d'après les comptes-rendus, les rapports, les rapports d'activités, le groupe sait bien se retrouver, s'informer, s'entraider, se prémunir avec l'Amicale Vie et se défendre.

Les différentes relations de l'ANR :

- Relations très privilégiées avec La Poste : Au nom du Bureau national et par l'intermédiaire du Représentant de La Poste, il remercie sincèrement la DNAS (Direction Nationale des Activités Sociales) pour leur aide financière au titre de la subvention pour l'année 2016 d'un montant de 670 000€.
- Relations avec le Pôle des retraités, l'amicale des Chefs d'Etablissements, l'amicale des cadres retraités d'Orange, des associations du secteur prévoyance et solidarité, la Tutélaire, la Mutuelle générale (relations correctes et amicales avec Mr Patrick SAGON) et les syndicats. En ce moment, l'ANR essaye de trouver un partenariat avec la CFR (Confédération Française des Retraités) qui représente 1 500 000 retraités au niveau national.

La formation :

Depuis 2003, l'ANR a assuré 43 sessions de formations regroupant 476 participants dont 15 membres du Conseil d'Administration, 99 Présidents de groupes. 85 départements sont venus en formation.

Depuis 2014, mise en place de l'application informatique MONANR qui simplifie la comptabilité ANR des groupes dans Ciel ainsi que la gestion du fichier Clients avec dispense d'une formation aux personnes travaillant dans ces domaines (trésoriers, responsables d'activité voyages, secrétaires…).

Aides financières :

Prise en charge par le siège des frais de formation et aide à l'achat ou au renouvellement de matériel informatique.

Démarche vers les autres :

L'ANR a pour ambition de devenir un acteur influent connu et reconnu des interlocuteurs politiques et économiques, pour cela, elle doit dynamiser son recrutement, non seulement au sein de ses opérateurs historiques, mais aussi en s'ouvrant à tous les retraités quelle que soit leur origine professionnelle, quel que soit leur statut (fonction publique, ou régime général), et doit tout faire pour promouvoir sa démarche vers les autres.

Cette ouverture est déjà faite en partie car nous comptons dans nos fichiers des associés, des conjoints d'adhérents.

Au 31 décembre 2016, l'ANR comptait au niveau national 86 000 adhérents à jour de leur cotisation et parmi lesquels 4 828 associés et les autres (conjoints d'adhérents de La Poste :6240 et d'Orange : 3923) soit un total représentant 17,4% du fichier. Dans ce but, lors de la prochaine AG, sera débattu le projet de changement de statut sur lequel travaille la commission 1 dont Louis BIACHE et Francis JAMMES font partie.

Un projet quasiment identique avait été proposé lors de l'AG à port Barcarès en 2015 mais n'avait pu être adopté pour différentes raisons.

Pour être validé, il doit être adopté à la majorité des 2/3 des délégués.

Cela suppose que l'on modifie notre intitulé qui deviendrait Amicale Nationale de Retraités, que d'association corporative nous obtenions le label d'association d'intérêt général.

Si le changement de statuts est validé, cela nous permettra d'avoir d'autres avantages car il faut savoir que dans les 3 ans à venir, à La Poste il y aura des évolutions, les organisations professionnelles risquent de demander la mise en place d'un CE, cela voudrait dire qu'elle ne pourrait plus nous verser de subvention donc nécessité d'augmenter nos cotisations d'où crainte énorme mais, le fait d'être reconnu association d'intérêt général, permettrait aux adhérents de déduire la cotisation des impôts et pour les non imposables elle serait reversée sous forme de crédit d'impôt attribué par l'Etat.

La démarche d'ouverture vers les autres serait pour nous une base de recrutement élargie, une diversité d'horizons et une source d'enrichissement, il faut savoir qu'il y a 8/10 ans, le service des pensions de Nantes nous transmettait un panel de 15 000 nouveaux retraités tous les 6 mois, or à ce jour ces listes ne sont que de 5000 nouveaux retraités tous les 6 mois, cette situation va perdurer car La Poste et Orange comptent plus de contractuels que de fonctionnaires et que la loi interdit à la Caisse Nationale de Retraite de transmettre les listes de nouveaux retraités.

Tous ces changements sont donc nécessaires pour sauvegarder l'ANR et la pérenniser, il faut être confiants dans l'avenir, être plus nombreux pour être plus forts, être reconnus des pouvoirs publics et peser dans les décisions qui concernent les retraités.

MONALISA

(Mobilisation Nationale contre l'Isolement Social des âgés) : En fait, nous faisons déjà du MONALISA tous les jours grâce aux différentes actions menées en faveur des plus âgés.

En 2016, au niveau national nous avons parcouru 739 000 kms, les activités sociales représentent 196 000 heures effectuées soit une valorisation de 8 M d'€ pour tout le bénévolat. La DNAS nous demande de lui fournir un relevé détaillé du travail effectué afin de justifier l'aide financière qu'elle nous octroie.

Pouvoir d'achat, revalorisation des pensions

La loi du 20 janvier 2014 a reporté la revalorisation des pensions d'avril à octobre et la loi du 8 août 2014 a gelé cette revalorisation qui aurait dû nous octroyer 0,9% en 2015 mais, suite aux calculs réalisés par l'INSEE, nous n'avons eu droit qu'à 0,1% et en même temps, la Caisse de Solidarité a ponctionné 0,3% sur les pensions.

Intervention de Laurent DANTEN ,
Délégué territorial de La Poste.

Il rappelle la mission du délégué régional : relations avec les partenaires territoriaux, élus, parlementaires et institutionnels. Le groupe La Poste est une entreprise qui se transforme, qui est très attachée à des valeurs de confiance, de proximité d'où sa présence à notre Assemblée départementale.

La Poste est une entreprise publique avec 2 actionnaires principaux, l'Etat avec 74% et la Caisse de Dépôt et Consignation avec 26%. La branche courrier représente 50% du CA du groupe en perte constante chaque année de 5% du CA d'où nécessité de trouver de nouvelles missions.

Le CA du groupe La Poste est de 23,3 Milliards € (80% en France, 20% à l'étranger). 17 000 points de contacts installés sur tout le territoire (bureaux de postes, partenariats conclus avec les collectivités, les commerçants). Afin de renforcer la présence des opérateurs publics sur le territoire et percevoir des rentrées d'argent non négligeables, mise en place fin 2016 de maisons de services public (bureaux de poste accueillant des opérateurs publics tels que CARSAT, MSA, Pôle emploi…, le postier étant formé et habilité à offrir des prestations de conseils, d'informations sur ces opérateurs).

A ce jour, quatre branches composent La Poste :
COURRIER, **COLIS**, **RESEAU** (commercialisation de prestations fournies par le courrier, La Banque Postale - pour particuliers et professionnels. 'Placements et Assurances-, Postimmo -expertise immobilière, achat de locaux…-, et Colissimo, **NUMERIQUE** (Plan préfecture nouvelle génération concernant des activités actuellement traitées en sous-préfectures -permis de conduire, cartes grises, cartes d'identité…-). Le groupe La poste prospecte auprès des instances préfectorales afin de se positionner sur ce marché et proposer les prestations et les services de La Poste.

Elle assure les **Quatre Missions essentielles et historiques de Service public : Distribution du courrier** (6j/7 au domicile de tous les français), **Accessibilité bancaire** via La Banque Postale, **Contribution à l'aménagement du territoire** par la présence postale, **Transport et distribution de la presse**.

Trois nouvelles missions d'intérêt général lui sont confiées **:** Accélérer la transition énergétique, Contribuer à la modernisation de l'action publique, Etre le tiers de confiance numérique du français.

Intervention de Tony ZAGAROLI,
Délégué Territorial d'Orange.

Avec un CA de 40 Milliards d'€, 250 Millions de clients au niveau mondial (30 Millions en France) et 3,6 Milliards d'internautes au niveau mondial, ORANGE est classée 51ème marque mondiale. L'ambition stratégique du groupe est centrée sur l'expérience client et elle s'appuie sur 5 leviers :

- Offrir une connexion enrichie (réseau de qualité, haut débit, fibre optique)
- Réinventer la relation client : le client a besoin d'autonomie d'où digitalisation partielle via internet
- Construire un modèle d'employeur digital et humain
- Accompagner la transformation numérique du client entreprise (protection des données, organisation de marketing direct…)
- Se diversifier en capitalisant sur les effectifs du groupe.

En termes de relais de croissance pour construire l'avenir du groupe :

- Objets connectés (entre 30 et 50 Milliards d'objets connectés d'ici 2022)
- Orange va se lancer dans la Banque en France et s'appuiera en terme de métier sur Groupama Banque.

Intervention des partenaires

Jean MEDAN, pour la FGR-FP (association des retraités de la Fonction publique créée en 1936).

Concernant le changement de statuts de l'ANR, il est conscient que cela est nécessaire pour la pérennisation de notre association et espère que dans cette évolution l'ANR ne distendra pas ses liens avec le pôle des retraités, que malgré nos différences (métiers), nous partageons tous des valeurs communes qui sont la défense des intérêts matériels et moraux des retraités.

Il rappelle que nous devons faire respecter cette spécificité de « retraités » et que nos revendications sont : l'amélioration de l'existant (décalage entre pensions et salaires) et maintien de la réversion (retraite calculée sur les 6 derniers mois).

Jean-Luc ROYO, pour l'UNRP (retraités de la police).

Confirme l'adhésion aux mêmes valeurs qui régissent les différentes associations du pôle des retraités, il rappelle que la notion d'entraide est importante au sein des retraités (aide aux parents dépendants, enfants, chômeurs, bénévolat dans les associations…) mais est peu reconnue par les pouvoirs publics.

Marie-France ISARD, pour la Tutélaire (Présidente de la section Aude-Hérault-Pyrénées Orientales).

Elle nous signale que la situation de la Tutélaire est similaire à celle de l'ANR (diminution du nombre d'adhérents, peu de nouvelles adhésions, plus aucun contact avec Orange et très peu représentée dans les bureaux de Poste). Elle compte sur nous, retraités, adhérents pour être acteurs de la Tutélaire et nous rappelle la création en 2016 de la nouvelle offre sur la garantie dépendance qui autorise la souscription jusqu'à l'âge de 76 ans au lieu de 45 ans précédemment.

René BAUMES, président du COS 34

Il remercie tout d'abord l'ANR pour la souscription bénévole au COS qui a été particulièrement importante en 2016. Il rappelle la vocation du COS qui est fondé sur la solidarité, l'entraide avec des prestations adaptées à chacun, famille, logements, sports, loisirs, qu'ils soient retraités ou actifs.

Le COS est géré par une nouvelle équipe très dynamique, compétente, elle fait travailler des partenaires tels que La Banque Postale (pour les envois sécurisés suite aux commandes par Internet), avec Orange (pour les abonnements téléphoniques, internet…). Il nous conseille d'aller consulter le Portail Malin et insiste sur les différentes opportunités de bénéficier de tarifs très attractifs. D'ici peu, le site internet du COS sera relié au site internet du CE d'Orange.

La vice-présidente clôt l'Assemblée à 12h50.

"Connaître le passé pour mieux comprendre le présent"
L'association HISTELPOST communique

Lors de sa dernière Assemblée Générale le 11 avril 2017, 3 administrateurs ont été réélus mais quand il a fallu renouveler le Bureau, le président sortant, Alain BEAUROPERT, après 2 septennats n'a pas renouvelé sa candidature pour des raisons de santé. Cette association se retrouve donc sans président et comme toutes les associations de retraités voit son nombre d'adhérents diminuer.

L'association HISTELPOST est prête à accueillir de nouveaux adhérents et parmi eux, qui sait, un nouveau président. Les statuts de l'association et le profil du poste de président sont à demander à

Alain BEAUROPERT au 06 81 31 60 57 ou alain.beauropert@orange.fr *Alain BEAUROPERT*

Bridge
Vendredi de 9h à 12h
Initiation ou perfectionnement
Contact
RAYMOND CAZILHAC
04.67.61.00.31

Les jeux sur table
se pratiquent à la
Maison de Quartier
« Jacques Prévert »
14 rue des Sureaux Cité Astruc
34080 Montpellier
Tram 3 : station Astruc

Scrabble
On joue les lundis
à partir de 14h.
Contact
CÉCILE MOURAILLE
04.67.04.43.37

Généalogie
Contact : **ALAIN BEAUROPERT 04.67.79.04.56**
alain.beauropert@wanadoo.fr

Site Internet: **anr34.pagesperso-orange.fr** Rubrique **: Activités** Article **: Généalogie**

Se retrouver # La rando ?

ANR34 randonnée, vecteur de découvertes, d'échanges, de convivialité et de thérapie pour les 93 adhérents actuels (retraités de 60 à 80 ans)

Vecteur de découverte

- **de notre proche territoire,** remarquable par la diversité de ses paysages et la qualité de ses sites, s'étageant des contreforts du sud du Massif central jusqu'à la mer Méditerranée; et en premier lieu l'Hérault, mais aussi le Gard Cévenol et l'Aude (massif de la Clape).
- **de territoires plus lointains** parcourus lors des séjours à thème. Pour les années passées les volcans d'Espagne, la Haute Savoie et le Grand -Bornand, les Alpes du Sud avec le Queyras, le Pays de Pagnol, Tautavel et le Pays Cathare ; pour cette année les lacs et vallées pyrénéennes et pour 2018 les parcs naturels et caps de « la Costa Brava ».
- **de la géologie des sites, de leur flore et leur faune et de l'économie agricole.**

Vecteur d'échanges entre participants

Multiples et divers, ils sont sources d'enrichissements, de solutions à de petits problèmes de la vie quotidienne et d'idées nouvelles à appliquer.

Vecteur de convivialité

En marchant nous rions de tout et de rien, nous échangeons dans la tolérance et la bonne humeur, sans oublier les petits gâteaux, friandises et autres bonnes choses partagées**.** Deux moments forts de cette convivialité, la journée des Dames et celle des Messieurs.

Vecteur de thérapie

La randonnée sur mesure que propose l'ANR34 est thérapeutique, car l**es bienfaits de la marche à pied ne sont plus à prouver. Bénéfique pour la forme physique comme pour le mental, cette activité est conseillée aux seniors souhaitant entretenir leur santé en douceur.**

Pour vous encourager nous vous proposons en septembre et octobre prochains les journées « découverte de l'ANR Rando ».

Venez nous rejoindre, au moins pour un essai, vos performances vous surprendront !!!

Il suffira simplement que vous veniez avec l'équipement ad-hoc au lieu de rendez-vous fixé pour la randonnée.

Comment fonctionne-t-on ?

La section est organisée autour de responsables d'activités et utilise Internet pour la communication. Ceux qui n'ont pas cet outil s'informent auprès des responsables d'activités.

Il est proposé un programme semestriel à 2 niveaux : randonneurs débutants ou occasionnels et randonneurs confirmés.

En outre pour chaque randonnée le programme comporte des informations complémentaires (longueur, dénivelé, niveau de difficulté…..) ainsi que les coordonnées téléphoniques du responsable que vous pourrez contacter pour plus amples informations.

Le site internet de notre section comporte, pour de nombreuses randonnées le détail de la trace (avec parfois des photos) qui vous permettra de découvrir la randonnée et d'y participer sans crainte.

Gérard SUNE

Rendez-vous sur notre site :

anr34.pagesperso-orange.fr

Notes de sorties

Se retrouver

VISITE AU LYCÉE GEORGES FRÊCHE 18 novembre 2016

Toujours à la recherche de visites intéressantes pour l'esprit et le corps, Francis JAMMES nous a permis de visiter le Lycée construit à l'initiative de notre ancien président de région Languedoc-Roussillon, Georges FRECHE. Il ne l'aura pas vu construit car il décéda avant son inauguration en septembre 2012.

Il faut préciser que ce Lycée forme à l'hôtellerie, réception et préparation des chambres, à la cuisine, aussi bien celle d'un restaurant que celle d'un traiteur, et à la pâtisserie.

Les élèves sont des lycéennes et lycéens se destinant à ces différents métiers avec différents niveaux de qualification,

- accueil-réception, barman, traiteur, sommellerie,
- Bac pro boulanger-pâtissier ou commercialisation et services en restauration, ou cuisine,

et des stagiaires en reconversion ou en formation permanente issus des G.R.E.T.A. : CAP boulanger, cuisine, pâtissier, restaurant, services hôteliers.

Un premier groupe de 30 personnes fut convié à la première visite le 18 novembre à 09 heures 45 et nous fûmes accueillis par une guide du Syndicat d'Initiative de Montpellier assistée de 2 stagiaires en communication.

Dans un premier temps notre groupe essaima en deux sous-groupes :

- Le premier monta dans les étages visiter les chambres qui sont très agréables avec des prestations dépendant de 3 niveaux de prix.
- Le second entreprit la visite des deux ateliers, cuisine et pâtisserie, où nous fûmes accueillis par des professionnels de ces spécialités.

Les deux sous-groupes permutèrent ensuite avant de se retrouver autour d'une table où le personnel en formation, maître d'hôtel, sommelier et garçons de salle, s'occupa de nous proposer, de nous expliquer la composition des plats et naturellement de nous les servir.

Malgré la jeunesse évidente de ces lycéens dans le métier, chacun a pu reconnaître les compétences naissantes dans ces durs métiers que sont la restauration et l'hébergement.

Alain BEAUROPERT

Nos randonneurs étaient à TAUTAVEL - 6 au 10 juin 2016

Séjour **Châteaux Cathares** agréable, convivial, instructif, favorisé par le très beau temps, un programme éclectique, de bonnes conditions d'hébergement et restauration, une organisation irréprochable et un « encadrement » de qualité et professionnel.

Séjour effectué au cœur du Pays Cathare, un territoire mystérieux aux paysages grandioses encore préservés. Pays chargé d'histoire, berceau de l'humanité, occupé dès la préhistoire par l'homme de Tautavel, puis au Moyen Âge refuge des Cathares lors de la croisade et plus récemment patrie du célèbre Curé de Cucugnan d'Alphonse Daudet.

C'est le **Village Vacances Torre del Far** à Tautavel qui nous accueille, dans de coquets chalets. La position géographique du séjour offrait de nombreuses visites (musés, grottes, caves viticoles), Tautavel produisant un vin apprécié en appellation Côtes du Roussillon Villages.

Outre les nombreuses randonnées et visites, nous n'oublieront pas les soirées à thèmes proposées par l'hôte : sites touristiques de la région, la croisade des albigeois, l'homme de Tautavel, contes et chants régionaux….

Ce sont plus de 40 participants qui se sont retrouvés lundi 6 juin à Port la Nouvelle, point de départ du séjour par une randonnée (12 kms) sur l'île de Sainte LUCIE après une balade le long du Canal de la Robine.

A compter du mardi les participants se scindèrent en 2 groupes selon leur niveau de randonneur.

Le premier fit la randonnée « CUCUGNAN-Château de QUERIBUS-CUCUGNAN ». Avec au programme une balade dans et autour du village **du légendaire «Curé de Cucugnan»** d'Alphonse Daudet et la montée vers le château de Quéribus (XIème – XIVème), véritable nid d'aigle en haut du piton rocheux.

Notes de sorties

Nos randonneurs étaient à TAUTAVEL (suite)

Le groupe 2 fit la randonnée de ***"La torre del Far"***, à partir de Tautavel, ***un véritable "phare"*** qui permettait, au moyen âge, d'observer une grande partie du Roussillon et d'alerter en cas d'invasions, en communiquant avec d'autres tours à signaux de la région.

Le mercredi le groupe 1 randonna dans le site naturel grandiose, classé et protégé des **Gorges de Galamus**, qui relient les départements de l'Aude et des Pyrénées Orientales. Avec visite de 2 sites incontournables : l'Ermitage de Saint-Antoine de Galamus et le Moulin de Galamus à Cubières.

Le Groupe 2 choisit la fraicheur des **gorges du Verdouble et du Moulin à blé de RIBAUTE**. Aux abords du village de Duilhac-sous-Peyrepertuse, les gorges du Verdouble dites "Les Cascades" offrent un spectacle éblouissant. Dans un cadre pittoresque le Verdouble s'est taillé un chemin dans les calcaires du crétacé du massif de l'Anayrac en une impressionnante gorge bordée de romarins. Une eau transparente s'y écoule par une succession de cascades, de marmites et de petits lacs naturels creusés dans le rocher.

Cette 3ème journée s'est terminée par la visite du **château de Peyrepertuse**, forteresse cathare se dressant sur une crête calcaire à près de 800 m d'altitude, au-dessus de la garrigue et des vignes

Le jeudi 9 juin les 2 groupes avaient une même cible, les **« GORGES DE GOULEYRUS »**, à atteindre par des chemins différents. Elles ont la particularité d'être surplombées par la Caune de l'Arago, la fameuse grotte où l'on a retrouvé les restes du plus vieil européen (-450 000 ans). Les gorges creusées par la rivière, d'une longueur d'une bonne centaine de mètres, dominent le Verdouble d'au moins 50m

Le premier groupe choisit un itinéraire tortueux passant par la Torre del Far, avant de redescendre dans la vallée de Tautavel et de se diriger vers les GORGES en parcourant le vignoble.

Le second a opté pour une balade dans le vignoble de Tautavel, au cours de laquelle ils purent admirer un paysage dominé par des falaises abruptes, aux reflets gris, au pied desquelles s'étend le vignoble

Le dernier jour une randonnée commune réunit tous les participants sur le site de **OPOUL—PERILLOS**.

Situé dans les Corbières, et environné de collines abritant de nombreux vignobles, c'est un immense, plateau aux parois quasiment verticales dans un environnement calcaire. Le site comporte plusieurs curiosités, découvertes au cours de la randonnée .

- **le château de Salveterra, ou château d'Opoul.**
- **le village abandonné de Périllos** et son église dotée d'un clocher-mur.
- **la Grotte de la caune à Périllos, i**mmense salle souterraine d'un seul tenant, chaos rocheux, encore étincelant de cristaux.

Le séjour se termina le vendredi en milieu d'après midi .

Gérard SUNE

AVEILLA Michel	JUVIGNAC	MESCHIA Jacqueline	MAUGUIO
BEIRIEU Michel	MONTFERRIER SUR LEZ	MESCHIA Jean-Claude	MAUGUIO
CASADELLA Gisèle	MONTPELLIER	PETITE Marie-Claude	LATTES
CHAUVAT René	THEZAN LES BEZIERS	PRETRE Daniel	SETE
CHAUVAT Yvette	THEZAN LES BEZIERS	PRETRE Jeanne	SETE
COUSERAN Christian	FABREGUES	RICARD Régine	MONTPELLIER
COUSERAN Odile	FABREGUES	ROLLET Denise	LATTES
DUSOTOIT Marie-Claire	LATTES	SICRE Anne-Marie	JUVIGNAC
GAL Suzette	MONTARNAUD	THUAULT Marie-Claire	MONTPELLIER
MASSON Françis	PORTIRAGNES	VIDAL Maryvonne	ST BAUZILLE DE PUTOIS

BIENVENUE à tous ces nouveaux adhérents

Le choix du prélèvement, LE BON CHOIX !

Au niveau national, 9.747 cotisations sont prélevées en 2017. Ce mode de recouvrement concernent 13.946 adhérents, soit 1/7ème de tous les adhérents.

Nota : Le prélèvement s'arrête automatiquement pour les adhérents **signalés** décédés, radiés ou démissionnaires.

Au groupe Hérault, nous comptons 589 prélèvements de cotisation pour 787 adhérents.

Rappel ; Le paiement de la cotisation doit être fait durant le premier trimestre.
Après, commence un travail de relances par téléphone, mail ou courrier postal … épuisant !

C'est facile pour vous, et un gain de temps énorme pour les gestionnaires !

ENVOYEZ-NOUS SIMPLEMENT UN RIB !!!

Sites de l'association

Public national : **www.anrsiege.fr/**

Groupe Hérault : **anr34.pagesperso-orange.fr/**
Adresse courriel du groupe **: anr34@orange.fr**

Réservé aux adhérents : **www.anrsiege-site.org/eda/** (demandez les identifiants au groupe)

Actualités - Droits - Documentations - Revues nationales

Vous avez une adresse mail ? Faites-nous un message de contact !

Vous aimez animer un site ? Venez partager vos compétences ! ! !

Solution des Mots croisés

01	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	G	I	B	O	U	L	E	E		T
2	A	L	A	R	M	I	S	T	E	S
3	R		N		E	T	E	N	D	U
4	D	O	D	U		T	R	A	I	N
5	E	R	E		P	E	I		T	A
6	S	A	R		O	R	N	E		M
7		D	I	S		A	E	R	A	I
8	C	O	L	A		I	S	B	A	
9	E	U	L	C	E	R		I		A
10	P	R	E	S	S	E	N	T	I	S

02	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	J	A	B	O	R	A	N	D	I	S
2	U	R	A	N	I	F	E	R	E	S
3	K		L	E	S			A		E
4	E	T	A	T		Q	U	I	D	
5	B	A	N	T	O	U		N	I	V
6	O	C	C	I	P	I	T	A	L	E
7	X	I	A		E		O		U	R
8		T	I	T	R	E	U	S	E	S
9	C	E	S	S	A	N	T	E		E
10	A	S		E	S	S	E	N	C	E

ANR 34 CARNET DES ADHÉRENTS : ILS NOUS ONT QUITTÉS PÉRIODE DU 1/11/2016 AU 30/4/2017

ANDRE Henri	MONTPELLIER
ARNOU Maurice	MONTBAZIN
BARRAL Andrée	MONTPELLIER
BAUR Eliette	MONTPELLIER
BEAUFILS Pierrette	CASTELNAU LE LEZ
BLANC Henri	LA TOUR SUR ORB
BUI THE Maurice	MONTPELLIER
CASTELBOU Adrien	CAZOULS LES BEZIERS
CHAMBERT Marie-Thérèse	LUNEL
CHANCEL Jeanne	GRENOBLE
COHEN Simon	MONTPELLIER
COMBES Simone	BEDARIEUX
COUSTAN Paul	COURNONTERRAL
CROS Claudette	ST GEORGES D'ORQUES
DARNAULT Elisabeth	MONTPELLIER
DELPON Paulette	SETE
DIMUR Paquerette	LE CRES
DREUILHE Anne-Marie	ST JEAN DE VEDAS
FONTA Augustin	BEZIERS
FRISON Lucille	CLAPIERS
GARCIA Joseph	MONTARNAUD
GIRARD Noëlie	MONTPELLIER
GRUNHUT Georges	MONTPELLIER
HOT Marie	BEZIERS
JEANJEAN Bernard	MONTPELLIER
JOSSET Edmond	BEAUFORT
KARCENTY Gisèle	TOULOUSE
LABOZ Paule	LIEURAN LES BEZIERS
LIGONNET Robert	STE VALIERE
MAILHAC Guy	COLOMBIERS
MARTINEZ Paule	MONTPELLIER
MILLET Angèle	CASTELNAU LE LEZ
NISAT Arlette	MONTPELLIER
NOT Reine	MONTPELLIER
PEIDRO-RUIZ Roger	ST JEAN DE VEDAS
PESCHARD Caroline	SETE
POMARES Roland	ST AUNES
PUECH Jacques	BALARUC LES BAINS
RAYNAUD Charles	NISSAN LEZ ENSERUNE
RESSOUCHE Rémy	CORNEILHAN
REVILLA Georges	CORNEILHAN
RIGAL Marie-Louise	MONTFERRIER SUR LEZ
RODRIGUEZ Marius	MONTPELLIER
SABATIER Marie-Louise	MONTPELLIER
SALORT Roland	LATTES
VALERY Joseph	CLAPIERS
VERDELHAN André	CASTELNAU LE LEZ
VIDAL Roger	BEDARIEUX
VILLARET Marguerite	LANSARGUES

Nous présentons aux familles l'expression de nos sincères condoléances.

Les bénévoles actifs du groupe assistent, si possible, aux obsèques.
Encore faut-il que le groupe ou le correspondant en soit informé !

D'autre part, l'ANR met à disposition de ses adhérents, un document récapitulant les formalités et démarches à envisager lors d'un décès.

N'hésitez pas à nous contacter.

Il arrive aussi que nous enregistrions un décès à tort (homonymie, information erronée, manque de rigueur dans la vérification). Le groupe présente ses excuses aux adhérents concernés, ***Louis BIACHE***

L'été

En ce mois délicieux,
Qu'amour toute chose incite,
Un chacun à qui mieux mieux
La douceur' du temps imite,
Mais une rigueur dépite
Me fait pleurer mon malheur.
Belle et franche Marguerite
Pour vous j'ai cette douleur.
Dedans votre oeil gracieux
Toute douceur est écrite,
Mais la douceur de vos yeux
En amertume est confite,
Souvent la couleuvre habite
Dessous une belle fleur.
Belle et franche Marguerite,
Pour vous j'ai cette douleur.
Or, puis que je deviens vieux,
Et que rien ne me profite,
Désespéré d'avoir mieux,
Je m'en irai rendre ermite,
Pour mieux pleurer mon mal-
heur.
Belle et franche Marguerite,
Pour vous j'ai cette douleur.
Mais si la faveur des Dieux
Au bois vous avait conduite,
Ou, d'espérer d'avoir mieux,
Je m'en irai rendre ermite,
Peut être que ma poursuite
Vous ferait changer couleur.
Belle et franche Marguerite
Pour vous j'ai cette douleur.

Villanelle
Joachim du Bellay

Des mots casse-tête !

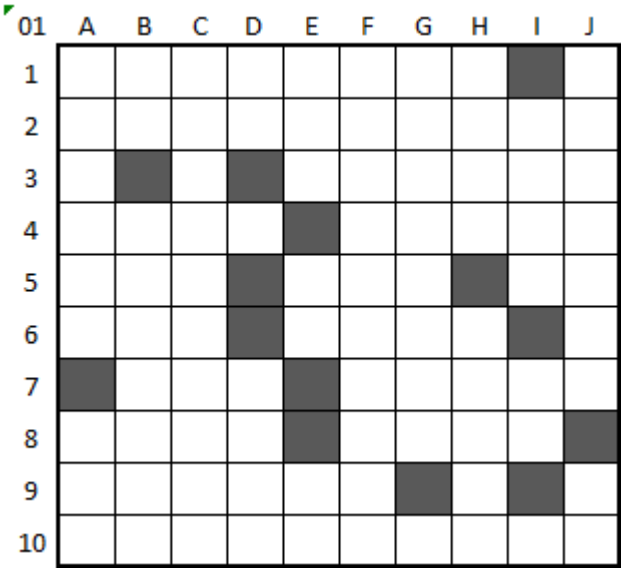
DETENTE

Horizontalement.

1_ TOMBE SOUDAINEMENT **2**_SE DIT DE NOUVELLES **3**_N'A PAS RÉUSSI L'EXAMEN **4**_REPLET - ALLURE **5**_GRANDE ÉPOQUE - CÉLÈBRE PAR SA PYRAMIDE - POSSESSIF **6**_POISSON - EMBELLI **7**_PARLES - RENDAI MOINS DENSE **8**_CONTIENT DES ALCALOIDES STIMULANTS - ABRI RUSSE **9**_ISOLÉE DU MONDE (INVERSE) **10**_DEVINÉS

Verticalement.

A_SURVEILLES - PIED **B**_PRONOM - COMMUNE DE TRISTE MÉMOIRE **C**_PAS APPRÉCIÉE PAR LE TAUREAU **D**_MÉTAL - DÉVASTATIONS **E**_ . . .ÄLV - ENCORE UN FLEUVE - PRÉPOSITION **F**_ UN CAFÉ PEUT L'ÊTRE **G**_ALCALOIDES **H**_TOUJOURS ACTIF - ENCORE UN FLEUVE (INVERSÉ) **I**_LE FAIT DU PRINCE - ENCORE UN FLEUVE **J**_RAVAGEUR - LE MEILLEUR POUR LA FIN



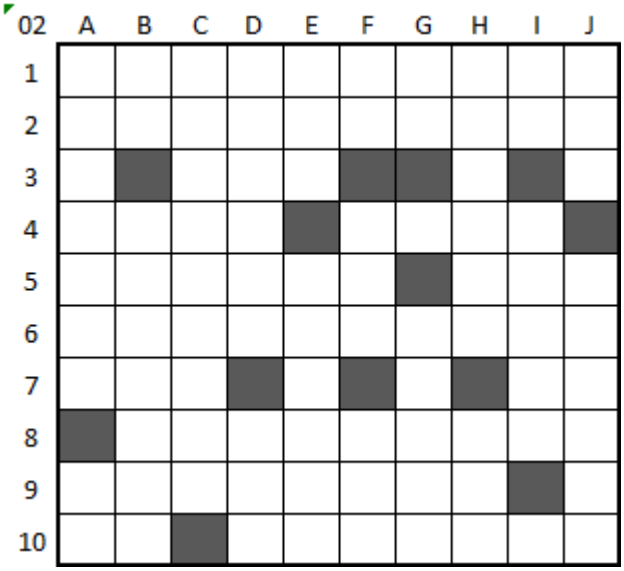
Grilles de notre collègue DESPAX

Horizontalement.

1_PILOCARPES **2**_QUI RENFERME UN MÉTAL QUI A L'ASPECT DU FER **3**_ARTICLE **4**_SITUATION D'UNE PUISSANCE AU REGARD DU DROIT - QUOI **5**_ISSU DE L'ACTUEL NIGÉRIA –UN CRU (INVERSE) **6**_APPARTIENT A UNE PARTIE DE LA TÊTE **7**_ ...GUI - ON Y OUILLE TOUJOURS **8**_MACHINES DE PHOTOCOMPOSITION **9**_AVANT TOUT AUTRE CHOSE **10**_CHAMPION - BOIS

Verticalement.

A_RECOIT UN JETON AVANT L'ÉCOUTE - CELA **B**_ LE 18 - SE DIT D'ACCORDS **C**_HÉSITAIS **D**_ECRIVAIN URUGUAYEN - A MOITIÉ MOUCHE **E**_PLAISIRS - ŒUVRES **F**_NOTE A L'ENVERS - PRONOM - SIGLE D'ÉCOLE **G**_APPARU - EXPRIME L'INTÉGRALITÉ **H**_ASSÉCHA UNE PLAIE - PETITE MONNAIE **I**_VOYELLES - DÉLAYÉ **J**_ORIENTATION ORIENTALE - COMPÉTENTE



De l'orfèvrerie verbale — *Raymond Devos*

Excusez-moi ! je suis un peu essoufflé, je viens de traverser une ville où tout le monde courait … Je ne peux pas vous dire laquelle ... je l'ai traversée en courant.

Lorsque j'y suis entré, je marchais normalement, mais quand j'ai vu que tout le monde courait ... je me suis mis à courir comme tout le monde … sans raison !

A un moment je courais au coude à coude avec un monsieur … Je lui dis : *Dites-moi.. Pourquoi tous ces gens -là courent-ils comme des fous ?*

Il me dit : "Parce qu'ils le sont ! Vous êtes dans une ville de fous ici ... Vous n'êtes pas au courant ? "

Si, si, des bruits ont couru !

"Ils courent toujours ! "

Qu'est-ce qui fait courir tous ces fous ?

"Tout ! Tout ! Il y en a qui courent au plus pressé. D'autres qui courent après les honneurs ... Celui-ci court pour la gloire ... Celui-là court à sa perte ! "

Mais pourquoi courent-ils si vite ?

"Pour gagner du temps ! Comme le temps c'est de l'argent, plus ils courent vite, plus ils en gagnent ! "

Mais où courent-ils ?

"À la banque ! Le temps de déposer l'argent qu'ils ont gagné sur un compte courant ... ils repartent toujours courant, en gagner d'autre ! "

Et le reste du temps ?

"Ils courent faire leurs courses au marché ! "

Pourquoi font-ils leurs courses en courant ?

"Je vous l'ai dit ... parce qu'ils sont fous ! "

Ils pourraient tout aussi bien faire leur marché en marchant … tout en restant fous !

"On voit bien que vous ne les connaissez pas ! D'abord le fou n'aime pas la marche ... "

Pourquoi ?

"Parce qu'il la rate ! "

Pourtant, j'en vois un qui marche !?

"Oui, c'est un contestataire ! Il en avait assez de courir comme un fou. Alors il a organisé une marche de protestation ! "

Il n'a pas l'air d'être suivi ?

"Si, mais comme tous ceux qui le suivent courent, il est dépassé ! Et vous, peut-on savoir ce que vous faites dans cette ville ? "

Moi j'expédie les affaires courantes. Parce que même ici, les affaires ne marchent pas !

"Et où courez-vous là ? "

Je cours à la banque !

"Pour y déposer votre argent ? "

Non ! Pour le retirer ! Moi je ne suis pas fou !

"Mais si vous n'êtes pas fou, pourquoi restez-vous dans une ville où tout le monde l'est ?

Parce que j'y gagne un argent fou !... C'est moi le banquier !

Association Nationale des Retraités de La Poste et d'Orange Groupe Hérault
Directeur de la publication : Jean-Claude JACQUEMOND
Réalisation : Commission Communication - Maquette : Louis Biache

TIRAGE : 2.200 EXEMPLAIRES

Adhérent de l'A.N.R,

CONNAISSEZ-VOUS *L'AMICALE-VIE ?*

Cette mutuelle, garantie par la C.N.P, partenaire de l'ANR,
Vous offre une garantie sur mesure,
pour une cotisation annuelle modérée.

Depuis 2013, Adhésion ouverte jusqu'à 76 ans.

10 niveaux de garantie proposés pour 1 capital-décès de 800 à 8000 €

Adhérents de	moins de 66 ans		moins de 71 ans		moins de 76 ans	
	Prime		Prime		Prime	
Capitaux	annuelle	mensuelle	annuelle	mensuelle	annuelle	mensuelle
800,00 €	28,80 €	**2,40 €**	38,40 €	**3,20 €**	56,40 €	**4,70 €**
1 600,00 €	57,60 €	**4,80 €**	76,80 €	**6,40 €**	113,40 €	**9,45 €**
2 400,00 €	86,40 €	**7,20 €**	115,20 €	**9,60 €**	170,40 €	**14,20 €**
3 200,00 €	115,80 €	**9,65 €**	154,20 €	**12,85 €**	228,00 €	**19,00 €**
4 000,00 €	151,20 €	**12,60 €**	199,80 €	**16,65 €**	291,60 €	**24,30 €**
4 800,00 €	190,20 €	**15,85 €**	247,80 €	**20,65 €**	353,40 €	**29,45 €**
5 600,00 €	226,20 €	**18,85 €**	293,40 €	**24,45 €**	422,40 €	**35,20 €**
6 400,00 €	264,00 €	**22,00 €**	341,40 €	**28,45 €**	488,40 €	**40,70 €**
7 200,00 €	301,20 €	**25,10 €**	387,60 €	**32,30 €**	553,20 €	**46,10 €**
8 000,00 €	339,00 €	**28,25 €**	435,60 €	**36,30 €**	619,20 €	**51,60 €**

* A partir de 71 ans : un questionnaire de santé, préalable à l'adhésion, est obligatoire

Les avantages de l'Amicale-Vie :

- Pas de droits d'entrée, ni de frais de gestion,
- Une cotisation constante tout au long du contrat,
- Une protection à vie,
- Un capital exonéré des droits de succession (selon la loi de finances en vigueur)

N'hésitez pas à nous rejoindre
en souscrivant le contrat de votre choix.

contactez **votre correspondant** : **Antoine PEREZ : 06 33 40 40 41**

Courriel : **perez.antoine@wanadoo.fr** **ou** anr34@orange.fr

A L'OCCASION DU 55ÈME ANNIVERSAIRE, OFFRE SPÉCIALE
POUR TOUT NOUVEAU CONTRAT DU 1ER MAI AU 31 OCTOBRE 2017
BÉNÉFICIEZ DE 5 MOIS DE COTISATION GRATUITS.