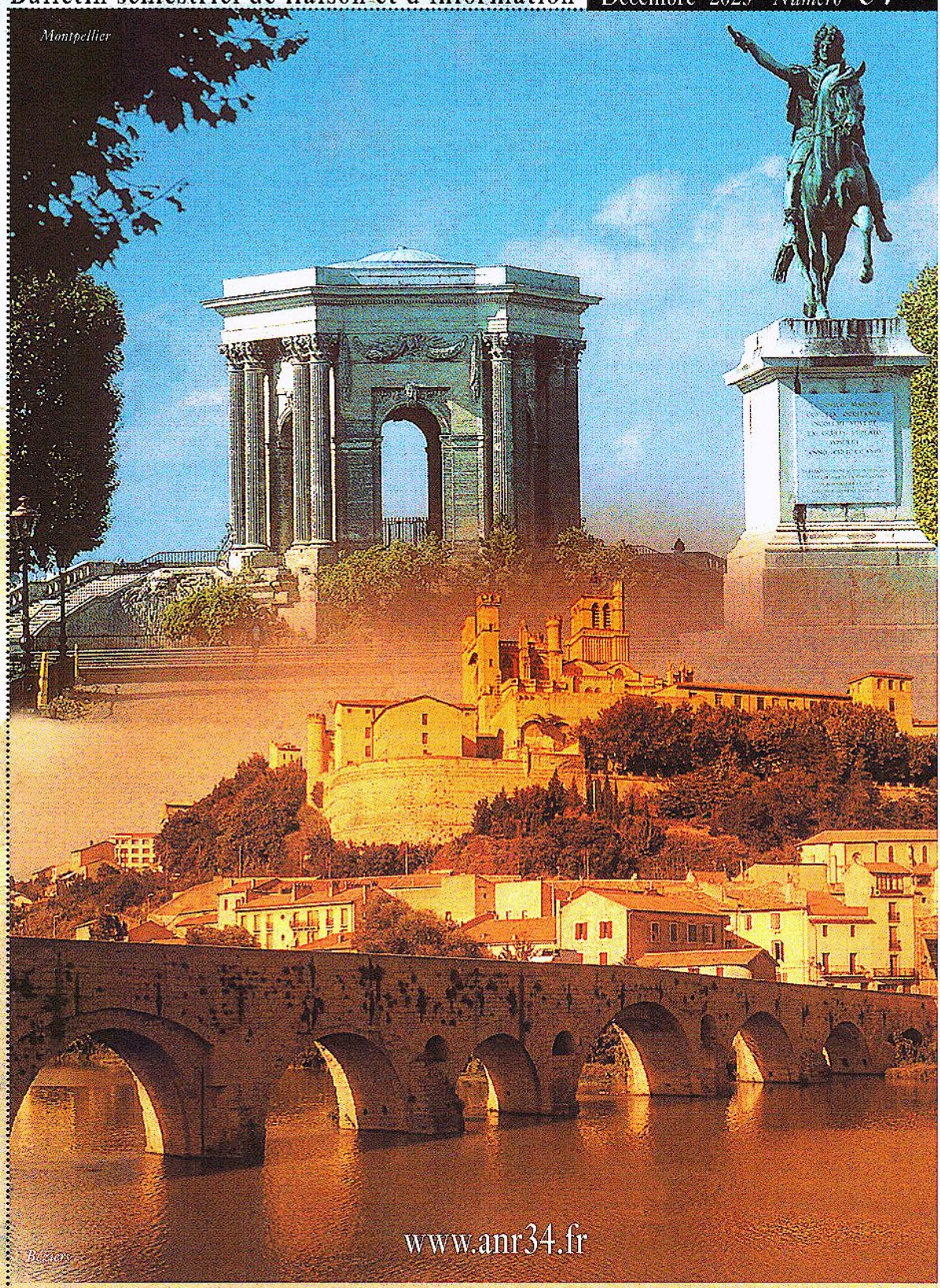
ANR 34

Bulletin semestriel de liaison et d'information Décembre 2023 - Numéro 57

Association Nationale de Retraités

Groupe HÉRAULT



Joyeuses Fêtes & Bonne Année!

Santé, Solidarité

Ne sont publiés que les évènements qui nous sont connus et autorisés. Vous pouvez nous les signaler :
contact.anr34site@anr34.fr

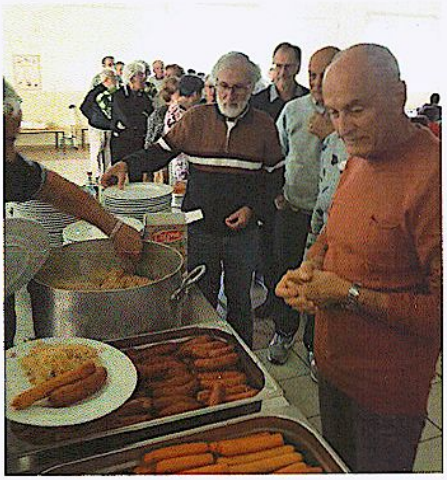
La qualité des photos dépend des images fournies. Et bien entendu, ne concerne que nos adhérents.

Michèle & Jacques PITIOT
le 17 décembre 1962
Montpellier

Noces de Diamant
60 ANS

Félicitations et tous nos voeux

Le fleuve de la vie s'écoule avec ses joies et ses peines . . .



Choucroute dansante

8 novembre 2023

ANR

Association Nationale de Retraités

La Gazette du groupe Hérault — Décembre 2023 n° 57

Sommaire

Les vœux d'Orange & de La Poste	2
Les vœux du COS Hérault. Résultats souscription du COS	3
Agenda 2024 Galettes des rois, Loto, Assemblée départementale	4
Utile et pratique Les sites de l'association	5
Le mot du trésorier Jeux sur table, Bridge et Scrabble	6
Réflexion sur les cotisations Flux des cotisations	7
Les correspondants sociaux	8
Sorties, Séjours 2024 Mutualisation des voyages Journée de rencontre des ANR Réunion Interrégionale Occitanie	10
Flash Commission Défense : Convivialités	11
Carnets des adhérents	12
La rando : une histoire d'amour	13
Sudokus	15
Amicale Vie	16

Statistiques au 15 novembre 2023		
1 569 adhérents		
36 personnes morales		
Individuelle	835	53,2%
Couple	710	45,3%
Enf, handicapé	-	
Réversion	24	1,5%
La Poste	803	52,2%
FT - Orange	743	46,4%
Autre	23	1,4%
Femmes	874	55,5%
Hommes	695	44,5%

Editorial

Chères lectrices et chers lecteurs,

Place aux événements qui vont nous occuper en cette période : la visite chez nos anciens de plus de 85 ans afin de leur apporter un peu de soutien dans ces moments difficiles (santé, réchauffement climatique, inflation, solitude, coût des déplacements, vie quotidienne de plus en plus numérique !)

Les galettes, au nombre de 8 comme l'an dernier, dans diverses villes de l'Hérault et le 10 mars 2024 le traditionnel loto. Toutes les informations sur ces événements, sont dans cette gazette.

Je compte sur votre participation à ces nombreuses manifestations.

Pour l'ANR, 2024 sera aussi la dernière avec subvention du groupe La Poste et les élections (par les actifs) en octobre des multiples CSE (Comité Social d'Entreprise) pour mise en place au 1er janvier 2025 !

La fin du COS Hérault et la perte de notre local à la poste de Rondelet !

Le social va vivre une mutation complexe et jamais vue !

Nous recherchons toujours des bénévoles pour rejoindre le groupe des correspondants sociaux, le nombre d'anciens augmente rapidement chaque année.

L'ANR Hérault recrute toujours des retraités du public, comme du privé, parlez-en autour de vous !

Nous aimerions que vous nous communiquiez vos numéros de mobile et adresse mail afin de pouvoir vous contacter rapidement si nécessaire. Ces informations resteront à l'ANR sans être divulguées, dans le respect de la protection des données (RGPD) !

Je souhaite à toutes et tous de bonnes fêtes de fin d'année, avec l'espoir que l'année 2024 soit meilleure.
Prenez soin de vous.

Jean-Claude JACQUEMOND
Président ANR Hérault

« Voici donc venu le temps d'appréhender le monde tel qu'il est plutôt que de l'ignorer, de le comprendre plutôt que de le rêver, de le travailler plutôt que de le consommer. » Alain Bauer.

Association Nationale de Retraités - Groupe Hérault BP 20065 34002 Montpellier Cedex 1
Responsable de publication : Jean-Claude Jacquemond Mise en page : Louis BIACHE

TIRAGE : 1.250 EXEMPLAIRES

Voeux du Délégué Régional Orange Occitanie

Madame, Monsieur,
Cher(e) collègue,

L'année 2023 s'achève et je tiens à profiter de cette occasion pour me présenter à vous en tant que nouveau délégué régional Occitanie depuis le 1er Octobre de cette année, succédant ainsi à Thierry Alignan que je remercie très sincèrement pour son action réalisée dans notre belle région avec Orange.

L'engagement et le professionnalisme de nos collaborateurs tout au long de cette année ont permis de relever les défis imposés par la crise sanitaire, en adoptant de nouvelles pratiques comme le télétravail, en poursuivant le développement de nos infrastructures réseaux et en renforçant la digitalisation de nos services.

Ils ont largement contribué au succès d'Orange en Occitanie et particulièrement dans l'Hérault, en consolidant notre position de leader sur les réseaux et l'expérience client.

Voici quelques chiffres clés qui témoignent de nos réalisations :

- Orange est fière de sa première place sur la qualité des réseaux mobiles pour la 13e année consécutive.
- Orange est également élu meilleur service client de l'année pour la troisième année consécutive.
- Sur le mobile, nous avons couvert plus de 99,5% de la population de l'Hérault en 4G, et 60% en 5G, en ouvrant de nouvelles villes comme Pézenas et Clermont-l'Hérault.
- Sur la téléphonie et la connectivité internet des foyers, nous avons raccordé à la fibre optique 85% du territoire de l'Hérault, et proposé une offre satellite Très Haut Débit aux conditions tarifaires similaires pour ceux qui n'ont pas accès à l'ADSL ou la Fibre.

Nous avons aussi célébré le premier anniversaire de notre campus à Montpellier, qui accueille nos 1200 salariés dans un cadre moderne et convivial.

Ce nouveau lieu de vie et de travail favorise la collaboration, l'innovation et le bien-être de nos équipes.

L'année 2024 sera une nouvelle année pleine d'opportunités et de projets passionnants. Notre Directrice Générale, Christel Heydemann, nous a présenté le nouveau plan stratégique, qui nous donne les orientations et les objectifs d'Orange pour les 5 années à venir.

Ce plan concentre Orange sur son cœur de métier. Pionnier de la fibre, Orange continuera à déployer, innover et investir dans les meilleures technologies pour répondre aux enjeux de fiabilité, de sécurité et de résilience pour ses clients.

En outre, Orange réaffirme sa position forte dans la cybersécurité et poursuit un repositionnement complet de ses activités Entreprises pour mieux répondre aux attentes de ses clients. Enfin, ce plan renforce la position du Groupe en Afrique et au Moyen-Orient, zone de forte croissance.

En attendant, je vous souhaite de passer de très belles fêtes de fin d'année, et je vous adresse mes meilleurs vœux pour 2024. Que cette année vous apporte santé, bonheur et réussite, à vous et à tous ceux qui vous sont chers, en mon nom et en celui du Groupe Orange.

Très cordialement,

Nicolas BROCHOT
Délégué Régional Occitanie

Voeux du Délégué Territorial du Groupe La Poste Hérault

Mesdames et Messieurs
Chers Collègues

Dans un climat géo - politique mondial instable qui aura eu des répercussions inéluctables sur les activités du Groupe La Poste, l'année 2023 marque indéniablement un tournant.

Sous le triple effet de la hausse spectaculaire des couts de l'énergie, de l'accélération brutale des taux d'intérêts, d'un marché du e-commerce atone, les activités historiques du Groupe ont été percutées.

En 2023, avec 6 Milliards de Courrier acheminés contre 18 Milliards en 2008, la part du Chiffre d'Affaires de l'activité Courrier du Groupe La Poste passera en dessous du seuil symbolique des 17%, valeur de référence constatée chez les autres opérateurs européens

Cette situation rend d'autant plus importante la poursuite et l'intensification du Plan Stratégique du Groupe La Poste « La Poste 2030, Engagée pour vous ».

Car, en miroir de cette évolution sociétale, le « besoin de Poste » n'a jamais été aussi important.

En matière de lien social d'abord les factrices et les facteurs sont des acteurs de premier plan qui contribuent au quotidien à la détection des précarités et au maintien à domicile des séniors. Ainsi, les factrices et facteurs vont livrer cette année 5 millions de repas aux ainés, dont 500 000 en Occitanie. La Poste ambitionne de devenir leader national de ce marché.

Dans le domaine numérique, le Groupe La Poste et DOCAPOSTE sa filiale dédiée vont dépasser 1 Mds€ de Chiffre d'Affaires réalisé. Le Groupe La Poste est aujourd'hui reconnu comme l'acteur de référence du numérique de confiance avec 4 Millions d'utilisateurs de l'Identité Numérique, 10 Millions d'utilisateurs du coffre-fort numérique DIGIPOSTE et 14 millions d'utilisateurs de la solution scolaire PRONOTE.

Enfin en matière RSE, La Poste est exemplaire et se classe pour la 3e année consécutive au 1er rang mondial, tous secteurs confondus, parmi 4 942 entreprises du classement CDP. Le Groupe La Poste s'engage à réaliser une trajectoire de baisse des émissions de -30% d'ici à 2025 avec une livraison 100% décarbonée dans 22 Métropoles et à atteindre le « Zéro Emission Nette » de Gaz à Effet de Serre avant 2050.

Lien humain, numérique éthique et responsable, responsabilité sociétale et environnementale. Tels sont les 3 valeurs et leviers d'engagement des postières et postiers.

Très belle année 2024, prenez soin de vous,

Clément CABROL
Délégué Territorial du
Groupe La Poste Hérault

Vœux du Président du COS Hérault

L'année 2024 sera pour toutes les associations de La Poste, une année charnière pour leur avenir.

A la fin d'Octobre 2024, il sera mis en place un CSE pour tous les agents appartenant au groupe La Poste.

Actuellement, le social est géré par le COGAS qui regroupe toutes les associations sociales ou syndicales. Par l'intermédiaire des DNAS (Directions Nationales de l'Action Sociale) nationales ou régionales, elles organisent et distribuent des subventions aux différentes associations nationales ou locales.

Le COS 34 a la tâche d'organiser et de distribuer « les coups de cœur » de quatre départements (Lozère, Gard, Pyrénées Orientales et l'Hérault).

Pour cela nous sommes logés sur le site Rondelet et une enveloppe financière nous est attribuée pour payer nos deux secrétaires.

Avec la mise en place du CSE, le social et l'enveloppe financière des subventions seront attribuées aux syndicats.

Les conséquences pour plusieurs COS en France et surtout celui de l'Hérault sont catastrophiques.

Notre conseil d'administration a décidé de mettre notre COS en « sommeil », de redistribuer nos avoirs et enfin de mettre malheureusement nos deux secrétaires au chômage.

Une page du social se tourne pour notre COS, en espérant que nos successeurs soient à la hauteur de l'enjeu.

Le président, le Conseil d'Administration et les deux secrétaires vous présentent leurs meilleurs souhaits pour la nouvelle année, avec une excellente santé pour vous et tous vos proches.

René BAUMES Président du COS 34

COS RÉSULTATS DE LA SOUSCRIPTION BÉNÉVOLE 2023
AVEC LA COLLABORATION DES COS DU GARD ET DE LA LOZERE

Le tirage a eu lieu le jeudi 16 novembre 2023 au COS.

Billets N°	Lots en valeurs décroissantes
29362	1 Bon d'achat de 1 500 € chez Méridien Voyages (Jacou) pour une destination de votre choix
06897	1 séjour d'une semaine chez Azureva Vacances (en France) pour 2 personnes
09296	1 Journée Thallasso avec soins et repas pour 2 personnes Corallines à La Grande Motte
15168	1 Semaine de location Mobilhome pour 4 personnes à Noirmoutier (Les Onchères)
33534	1 Wonderbox d'une valeur de 150 €
10302	1 Friteuse électrique
27646	1 Centifugeuse extracteur de jus
07639	1 Défroisseur vapeur à main
28023	1 carte Fnac/Darty 50 €
31986	1 Diffuseur pour huiles essentielles
33667	1 Casque audio bluetooth

4 lots de consolation - Bon cadeau 20 €			
29838	32854	28255	11062

Pour retirer les lots : adressez-vous au
COS HERAULT
à Montpellier
04.99.74.00.22
de 9h-12h & 13h-16h
(public)
www.cosherault.net

Les lots non retirés avant le **20 janvier 2024** seront acquis à l'association.

Merci de votre solidarité,

Bonne Année !

AGENDA 2024

JANVIER *Galettes des ROIS*

IL EST INDISPENSABLE DE S'INSCRIRE UTILISEZ L'ENCART POUR REPONDRE

Les galettes débutent à 14h30.

En janvier		
Mardi 16	**LODÈVE**	Salle Marie-Christine Bousquet 1 Place Francis Morand (près de la cathédrale Saint Fulcran)
Jeudi 18	**BÉDARIEUX**	Salle Achille Bex quai Eugène Vailhé
Lundi 22	**MONTPELLIER**	Salle Pagezy 1 Place Ponge (ancien Hôtel de Ville)
Mercredi 24	**LUNEL**	Salle municipale Folquet Zone artisanale La Pétrole 46 Rue Pierre Curie
Vendredi 26	**BEZIERS**	Maison de la vie associative 15 Rue Général Margueritte Bus n° 9 Parking dans la cour
Mardi 30	**CLERMONT L'Hérault**	Salle Georges Brassens Boulevard Paul Bert Parking ancienne gare SNCF
En février		
Jeudi 1er	**BRISSAC**	Salle des Rencontres Place de la Mairie
Vendredi 6	**SÈTE**	Salle Polyvalente Sainte Thérèse 8 Rue du Clair Matin Parking dans la cour

Venez avec vos amis retraités (. . . pas encore adhérent)

Ces moments de convivialités permettent de se rencontrer et de renouer avec d'anciens collègues . . .

LE LOTO DIMANCHE 10 MARS 2024

à 14 H SALLE DES RAPATRIÉS (quartier MAS DREVON)
Rue Émile CHARTIER dit ALAIN

Vous pouvez jouer sans vous déplacer en adressant un chèque à l'ANR 34 :
2 € le carton, 5 € les 3 cartons, 10 € les 7, Lots 40 € à 100 €

RENDEZ-VOUS À L'ASSEMBLÉE DÉPARTEMENTALE

(DÉBUT 2ÈME TRIMESTRE) 2024

AU CENTRE AZUREVA - CAP D'AGDE

UTILE ET PRATIQUE

GROUPE ANR Hérault
BP 20065
34002 Montpellier Cedex 1

Téléphone :
04.67.58.88.38 Répondeur
(laisser votre message)

Internet :
Courriel : anr34@orange.fr
Site : www.anr34.fr

Pour contacter les bénévoles :
Repères & Informations
Cette fiche est actualisée régulièrement.

COS Hérault La Poste - Orange 13 rue Rondelet BP 80018
34001 MONTPELLIER CEDEX 1 04.99.74.00.22
de 9h-12h & 13h-16h (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 Guilhem
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/

Portail ASPTT :
www.asptt.com

ASPTT MONTPELLIER
COMPLEXE SPORTIF LEON CAZAL
237 Route de Vauguières 34000 Montpellier
04.99.52.60.70 montpellier.asptt.com

ASPTT BEZIERS
41 rue Ambroise Thomas 34500 Béziers
07.49.18.13.70 Max Germain
06.72.01.84.26 Marc Brouet
beziers.asptt.com

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

FT Orange
Adresse du 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

Les sites de l'association

Sites publics :

ANR siège national : **www.anrsiege.fr/**
(vous pouvez vous inscrire à la Newsletter du siège)

ANR Groupe Hérault : **www.anr34.fr/**
Courriel du groupe : **anr34@orange.fr**

Site réservé aux adhérents :
www.adherents.anrsiege.fr/
(demandez les identifiants au groupe)

Vous avez une adresse de courrier électronique ? Faites-nous un message de contact !
Vous pouvez vous inscrire à la « Liste de diffusion » pour les adhérents du groupe Hérault.
Elle nous permet de diffuser rapidement toute information intéressante.
Pour vous inscrire à la liste : faites-nous un courriel à anr34@orange.fr

Le mot du trésorier.

Sur le courrier de convocation à l'Assemblée Départementale diffusé le 6 mars figurait votre situation comptable vis-à-vis de l'association. Malgré cela et le rappel par courrier postal ou électronique effectué en octobre, il reste à ce jour 54 adhérents qui n'ont pas réglé leur cotisation 2023.

Il apparait également une diminution sensible des abonnements à la revue nationale, certainement comme palliatif à la forte augmentation de la cotisation. Voir l'article ci-contre.

En cas de demande expresse de justificatif de la part du fisc pour la déduction fiscale, il vous sera fourni une attestation.

La radiation de 26 adhérents pour non-paiement de cotisation depuis deux ans, soit plus du double de l'an dernier, a été effectuée mi-novembre.

Quelques chiffres (15 nov. 2023)	
Cotisations	
Adhérents au fichiers :	**1 569**
Dont adhérents à jour :	**1 468**
soit % "à jour" :	**93,6%**
Prélèvements	
Nombre de cotisations :	**463**
Nombre d'adhérents :	**842**
soit en % des adhérents :	**54%**
Diffusion	
Bulletin ANR 34 :	**1 209**
La Voix de l'ANR :	**1 096**

Je vous rappelle que statutairement la cotisation doit être réglée durant le premier trimestre.

Afin d'éviter tout oubli, optez pour le prélèvement automatique. Faites nous simplement parvenir un RIB. En retour vous recevrez un mandat SEPA à dater, signer et nous retourner.

Le prélèvement s'interrompt si décès, démission, radiation ou sur demande.

Bonnes fêtes de fin d'année et meilleurs vœux de bonheur et de santé pour 2024.

Michel BUCHAUD

Cotisations depuis le 1er janvier 2023	Adhésion sans La Voix de l'ANR	Adhésion avec La voix de l'ANR
	Individuelle : 23 €	32 €
	Couple : 37 €	46 €

Amicale-vie

Quelques informations utiles :

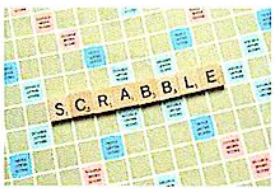
- Pensez à mettre à jour vos bénéficiaires (changement de bénéficiaire, mise à jour des adresses, ...)
- Prélèvement annuel 2024, en janvier 2024
- Prélèvements semestriels 2024 : en janvier et juillet 2024
- Adresse pour correspondance : CNP Assurances TSA 31034 78457 VELIZY CEDEX

Tout sur l'Amicale vie sur le site : www.amicale-vie.fr

Votre correspondant :
Antoine Pérez
06 33 40 40 41
Perez.antoine@wanadoo.fr

Bridge

Scrabble



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

Les JEUX SUR TABLE, n'ont pas encore repris par manque d'animateur ! ! !

Cela vous tente, contactez les gestionnaires du groupe:
04 67 58 88 38 - anr34@orange.fr

Réflexion sur le nouveau barème des cotisations

Rappels.

La cotisation comprend l'adhésion et l'abonnement facultatif à la revue nationale (La voix de l'ANR). Le bulletin départemental, la Gazette, élaboré par le groupe, est gratuit.

Nous n'avons plus que 2 types d'adhésion : pour 1 personne (Individuelle) ou pour 2 (Couple).

Jusqu'au 31/12/2022, l'adhésion pour un couple, valait 2 fois celle d'une personne. L'adhésion d'une personne était à 13 €, et donc celle d'un couple à 26 €.

Evolutions récentes.

L'ANR a obtenu la reconnaissance « d'intérêt général ». L'adhérent peut bénéficier d'une réduction d'impôt de 66% du seul montant de l'adhésion.

Enfin une augmentation des adhésions est entrée en vigueur le 1er janvier 2023 avec un changement important pour l'adhésion en couple.

Les nouveaux montants.

Pour l'adhésion d'une seule personne, dite « Individuelle », est à 23 € (+ 10 €).

L'adhésion « Couple », pour 2 personnes, est à 37 € (au lieu de 2 fois 23), soit 23 € pour le premier adhérent du couple et une remise de 9 € pour celle du second soit 14 €.

Le coût de la revue nationale reste à 9 €.

Conséquences.

La cotisation d'une personne est à 23 € ou 32 € (23+9, si abonnement à la revue nationale). Celle pour un couple est à 37 € ou 46 € (37+9) si abonnement à la revue.

Et si l'adhérent est imposable, la déduction des impôts de 66% du montant de l'adhésion est possible.

Soit, pour l'adhésion en « Individuelle », la déduction sera de 15 € (66% de 23 €). Et au final, son adhésion lui reviendra à 8 € (sans revue) ou 17 € (avec la revue). Rappelons les montants en 2022 (sans déduction fiscale) : 13 € (sans revue) ou 22 € (avec revue).

Et pour l'adhésion en « Couple », la déduction sera de 24 € (66% de 37 €). Et au final, l'adhésion pour les 2 personnes) reviendra à 13 € (sans revue) ou 22 € (avec revue). En 2022, les montants (sans déduction fiscale) étaient à 26 € (sans revue) ou 35 € (avec revue).

En pratique.

L'adhérent règle en année N, le montant normal de sa cotisation. Lors de sa déclaration d'impôts pour l'année N, il déclarera le montant total de la partie « adhésion »de la cotisation.

Le fisc réduira son impôt de l'année N des 66% de l'adhésion.

En conclusion.

Si vous êtes imposable (seul ou en couple), la déduction des 66% du montant de l'adhésion doit vous permettre de vous abonner à la revue. nationale

Pour ceux qui nous ont déjà signalé le refus de la revue, vous pourrez peut-être reconsidérer cet abandon.

Louis BIACHE

QUE DEVIENT LE MONTANT DE LA COTISATION ?

La gestion opérationnelle de notre association est partagée entre le groupe départemental et le siège. Â chaque niveau, il y nécessairement des frais de fonctionnement.

Les ressources sont principalement : le produit des adhésions et des abonnements à la revue nationale « La voix de l'ANR », les subventions.

Le groupe est animé par des bénévoles. Il encaisse les cotisations de ses adhérents. Une partie du montant est transférée au siège.

L'assemblée départementale rend compte de la gestion du groupe aux adhérents, en particulier du bilan financier.

Le siège est géré par des bénévoles et il a 2 salariées. Il reçoit les subventions globales perçues pour l'ANR et en redistribue une part à chaque groupe, selon des modalités décidées par le Conseil d'Administration. Il reçoit une partie du montant de la cotisation des groupes.

Répartition du montant de la cotisation..

70 % du montant de l'adhésion restent au groupe et 30 % sont transférés au siège, dont 15% sont redistribués à certains groupes selon leurs situations ou besoins particuliers .

Le montant de la revue nationale est transmis intégralement au siège.

Situation actuellement constatée dans les groupes : baisse du nombre d'adhésions <u>ET</u> baisse importante du nombre d'abonnement à la revue nationale. Si cette situation perdure, le montant de l'adhésion devra augmenter très rapidement.

Importance de la déduction fiscale.

Elle permet de baisser le coût final de la cotisation avec revue à seulement 17 € pour un individuel et à 22 € pour un couple.

Cela n'est pas négligeable.

Louis BIACHE

REUNION DES CORRESPONDANTS SOCIAUX

Mèze le 4 novembre 2023

C'est à **Mèze** cette année, que les Correspondants Sociaux (**CS**) ont tenu leur réunion annuelle, au **Taurus,** où ils ont pu prendre la restauration sur place et bénéficier d'un cadre idyllique au bord de l'étang deThau.

Les 57 CS présents (sur 65) ont pu profiter des dernières actualités et évolutions à venir concernant l'ANR et préparer les visites de fin d'année aux anciens. Répartis sur 42 secteurs couvrant tout le département, le rôle des CS est essentiel. Ils rendent une visite à nos adhérents de 85 ans et plus, pour leur amener un cadeau de fin d'année. Ils contribuent ainsi par leur présence à apporter réconfort et amitié en cette période de fête. Mais leur rôle ne s'arrête pas là, car ils sont aussi , pour leur secteur, le contact de proximité pour tout événement heureux ou malheureux (noces, centenaires, décès ...), ainsi que les représentants de l'association auprès des élus locaux.

Le Président de l'ANR 34, Jean-Claude JACQUEMOND, tout nouveau Délégué Régional pour les 5 groupes ANR du Languedoc-Roussillon a abordé les bonnes et moins bonnes nouvelles pour notre association.

- Le soutien de La Poste baisse d'année en année. En 2024, nous bénéficierons encore d'une subvention (pour seulement 9 mois), à compter du 01/01/2025 nous n'aurons plus rien ! Nous sommes actuellement hébergés à Rondelet par la DNAS, dans un local de 14 m2. et pour encore un an ! Il nous faudra partir en octobre 2024 ! Ne pouvant louer directement à PostImmo, nous sommes à la recherche de nouveaux locaux ...
- Une augmentation conséquente de la cotisation annuelle en 2023 a été faite. Jean-Claude fait remarquer que notre association étant « reconnue d'intérêt général », la partie adhésion de la cotisation donne lieu à une réduction d'impôts de 66%.
  Conjointement à cette augmentation le barême « Couple » à été modifié : la deuxième adhésion bénéficie d'une remise de 39%.
- La baisse des effectifs se poursuit au rythme de 5 à 7.000 par an pour toute l'ANR, dont 3 à 4.000 décès. Elle touche tous les groupes, à un point tel que certains départements envisagent de fusionner pour continuer de fonctionner. Pour l'Hérault nous sommes passés de plus de 2.000 en 2020 à 1.576 en novembre 2023. L'ANR ne suscite plus d'intérêts auprès des jeunes retraités, on ne « leur apporte rien ».
- Coté trésorerie, si le siège nous demande de faire des économies, les finances au sein de l'ANR34 restent satisfaisantes avec encore plusieurs dizaines d'impayés en novembre 2023, malgré plusieurs relances auprès de nos adhérents.
- La rencontre régionale 2023 à Salles d'Aude a été un succès : 168 participants dont 45 pour l'Hérault. Les visites, de la ville de Narbonne et du Musée « Narbo Via », ont été très appréciées. L'année prochaine ce sont les Pyrénées Orientales qui seront chargés de l'organisation de cette journée , suivis en 2025 de l'Hérault.
- Cette année nous aurons 8 galettes des rois réparties sur tout le département et 1 loto à Montpellier en mars. L'Assemblée départementale aura lieu le 5 avril 2024 à Azureva au Cap d'Agde.

Intervention très critique de Jean-Luc Spinazzé (CS du secteur Lunel-Marsillargues) sur les dernières décisions de La Poste : arrêt des Chèques Vacances à compter du 01/01/24 pour les fonctionnaires retraités et frais de gestion payants pour les découverts autorisés au delà de 200€.

Concernant l'Amicale Vie, Antoine Pérez a indiqué que le groupe Hérault comptait 290 adhérents au 09/11/23 (339 en 2022) avec 75 ans de moyenne d'âge. Il a rappelé que l'adhésion était possible jusqu'à 75 ans pour un capital décès de 800 à 8.000 € avec des mensualités débutant à 2,40 €. Il a insisté sur la nécessité de mettre à jour les données sur les bénéficiaires (changement d'adresse, de bénéficiaire ...)

.../...

REUNION DES CORRESPONDANTS SOCIAUX

Mèze le 4 novembre 2023

(suite)

La suite de la réunion a été consacrée à la préparation des visites de fin d'année à nos anciens. Le nombre de CS a pu être maintenu à 65, grâce à l'arrivée de 6 nouveaux sur des secteurs en tension, ou en remplacement de ceux qui ont cesser cette activité.

Le nombre de nos anciens à visiter, en constante augmentation, a diminué pour la première fois cette année (586 contre 637 en 2022), suite à la mise à jour des fichiers, et surtout grâce aux précieuses remontées du terrain faites par les CS.

Afin de les accompagner dans leurs missions, il a été remis à chaque correspondant un «Kit » comprenant une lettre de vœux personnalisée avec les Chèques-cadeaux à remettre aux anciens, et avec différents outils comme la liste des anciens à visiter, la liste des adhérents de leur secteur (prospection de nouveaux correspondants ou adhérents) ainsi que les coordonnées des 65 CS de l'Hérault avec téléphone et mail.

Une fois leurs visites terminées, les CS feront remonter aux gestionnaires différents documents comme la fiche détaillant les résultats de leurs visites afin de tenir à jour les fichiers et la fiche statistique permettant d'informer le siège sur toutes les actions réalisées pour la solidarité (quoi, combien, comment). Ces renseignements, de tous les groupes départementaux, sont agrégés par le siège et transmis à La Poste pour justifier notre subvention auprès de la DNAS.

Il est rappelé aussi, qu'il est important de connaître les sites Internet disponibles de l'association : le site public de l'ANR, le site « Espace des adhérents » à accès réservé à tous les adhérents, ainsi que le site public du groupe Hérault

Il a été remis à chaque nouveau correspondant social le « Recueil des informations pour le Correspondant » où ils trouverons tout ce qu'il faut connaître pour leurs fonctions. Une mise à jour importante est attendue pour la fin de l'année.

A l'issue de cette réunion de travail, chaque CS a récupéré son « Kit » avant de se diriger vers la salle de restaurant face à l'étang, pour déguster un repas très apprécié avec une surprise au dessert puisque notre président a offert une tablette de chocolat Suisse à chaque CS présent ou excusé !

Merci à tous, Correspondants Sociaux et organisateurs en charge de la mise en œuvre de cette réunion.

A l'année prochaine.

au TAURUS ?

Jean-Pierre REYNOUARD

Sorties & Séjours 2024

Actuellement ces activités sont en sommeil au groupe Hérault, . . . par manque de bénévoles !

MUTUALISATION VOYAGES et SÉJOURS en LANGUEDOC-ROUSSILLON

Vous pouvez contacter les autres groupes de la région pour connaître les escapades qu'ils proposent et auxquelles vous pouvez vous joindre.
Pour participer, il suffit d'être adhérent à l'ANR à jour de sa cotisation.

ANR AUDE

Contact : **Maryse Mau 06 79 37 32 84**
Rouquet Nicole 06 15 97 91 77
rouquetnicole@gmail.com

ANR GARD

Contact : **Françoise Scheidt 06 74 19 67 82**
francoise.scheidt@orange.fr

ANR LOZERE

Contact : **Pierrette Vieillefond 06 82 38 29 93**
pierrette.vieillefond@wanadoo.fr

ANR PYRENEES ORIENTALES

Contact : **Georgia Fromageau 06 22 75 47 84**
georgiafromageau@gmail.com

Journée de rencontre régionale 2023

Le 14 septembre 2023, 45 adhérents de l'Hérault ont pris le car à 6h45 pour se rendre à Salles d'Aude, au « Chateau de Pech Céleyran » pour cette traditionnelle journée de rencontre avec nos amis des autres groupes ANR du Languedoc-Roussillon.

Après la prise de contact autour du café d'accueil, départ pour Narbonne pour les visites prévues, le musée « Narbonne Via » ou la « Visite guidée du centre historique ». De retour au Domaine, l'apéro et le repas nous attendaient. Nous avons passé un excellente journée très ensoleillée avec nos amis. Nous étions 168 participants, en progression. **Un grand bravo à l'organisation.**

En 2024 c'est le groupe des Pyrénées Orientales qui nous accueilleront.

Réunion interrégionale Occitanie à Narbonne.

L'ensemble des 13 groupes étaient représenté à cette réunion d'échanges informelle du 17 octobre 2023.

Après un tour de table, la réunion démarre au sujet des locaux. Même constat par tous les groupes : il existe plusieurs cas de figures, parmi lesquels : pas de local, système débrouille, accueil par un des membres du bureau à son domicile, partage avec une autre association, location pour un loyer raisonnable, voire gratuit hélas, plus rare …

Le fait d'avoir un numéro de SIRET sera peut-être un argument auprès des municipalités. Certains groupes l'ont déjà fait. … À tester…

Les bénévoles actifs dans la gestion deviennent rares, c'est une espèce en voie de disparition.

Les pistes pour recruter : parrainage, une cotisation offerte à qui ramène un nouvel adhérent, nous faire connaître auprès d'autres associations, tenir un stand lors du forum des associations, tous les moyens de communication pour se faire connaître doivent être explorer !

SI TU NE VAS PAS VERS L'ANR,
CELLE-CI VIENDRA A TOI !

Le Président de l'Aveyron, membre du groupe de travail pour le questionnaire sur l'avenir de l'ANR transmis par le siège, nous éclaire sur la méthode et les finalités. Un cabinet privé a été mandaté pour établir ledit questionnaire. La volonté du siège d'aider les groupes est évidente.

Échanges nombreux, pas de solution miracle !

La prochaine réunion « Occitanie » en 2024, pourrait se tenir en semaine 48 en Midi Pyrénées.

Dates importantes à retenir

Depuis le 9 octobre.

Jusqu'à 100 € en plus pour certaines pensions. Une partie des retraités du régime général bénéficie d'une revalorisation de la pension de septembre, qui a été versée le lundi 9 octobre.

Il s'agit de ceux touchant une retraite minimale (appelé "minimum contributif") et ayant cotisé et travaillé toute leur vie à temps plein. 1,7 million de retraités sont concernés, tous n'ont néanmoins pas encore bénéficié de cette hausse le 9 octobre.

De nombreux bénéficiaires devront en effet encore attendre quelques semaines supplémentaires, le temps que leur dossier soit traité par leur caisse de retraite. Mais pour eux la hausse va être rétroactive.

2 novembre 2023.

Paiement de la retraite complémentaire revalorisée. Pour les 13,4 millions de retraités du régime Agirc-Arrco leur pension complémentaire va être augmentée au 1er novembre.

C'est en effet à cette date que les partenaires sociaux, gestionnaires du régime, décident de revaloriser chaque année la valeur du point Agirc-Arrco dont la base est calculée pour fixer le montant des retraites complémentaires.

La hausse a été annoncée par les organisations patronales et syndicales le jeudi 5 octobre : elle atteint 4,9 % cette année.

9 février 2024.

Une hausse de la retraite de base. Bonne nouvelle : toutes les retraites du régime général vont être augmentées l'an prochain.

Le taux est déjà connu puisqu'il a été annoncé par le ministère de l'Economie, Bruno Le Maire, le 27 septembre dernier.

Les pensions du régime général seront ainsi revalorisées de 5,2 %. Un taux, qui résulte d'une formule de calcul automatique tenant compte de l'inflation.

La hausse s'applique à compter du versement de la pension du mois de janvier, qui interviendra le 9 février 2024...

Sauf pour les retraités dépendant de la Carsat d'Alsace-Moselle, qui, eux, bénéficieront de la hausse dès le versement du 2 janvier 2024

Qu'en est-il de la pension de réversion ?

Si les contours de la réforme des retraites sont désormais bien acquis, à savoir : le départ à 64 ans sauf cas particuliers, l'augmentation de la durée de cotisation et la hausse de la pension minimale, le gouvernement n'a pas beaucoup évoqué la pension de réversion.

A ce jour les conditions liées à l'âge minimum pour pouvoir toucher la pension de réversion sont inchangées : il faut avoir au moins 55 ans pour en bénéficier si le conjoint décédé travaillait dans le secteur privé ; et il n'y a toujours aucune condition d'âge dans le cas où le défunt était un agent du service public

D'une façon générale, la pension de réversion ne concerne que les personnes mariées. Les concubins ainsi que les pacsés n'y ont pas droit. Par contre, les ex-époux peuvent y prétendre.

Si plusieurs changements ont été opérés dans les pensions pour les retraités du public aucune modification n'est cependant apportée à la pension de réversion. Les règles d'obtention dans le public restent inchangées.

Note

*Vous pouvez consulter les **Flashs « Défense » mensuels** en visitant le site national du siège.*
Les 2 articles ci-dessus en sont extraits, pour exemple.
Beaucoup d'informations sont à portée de « clics » !
Voir en page 5 les sites de l'association.

Convivialités au groupe Hérault

Le 3 juin 2023, un repas « Fidéua » avec animation avait été organisé pour les adhérents en proximité de Saint Jean de Védas. Cette première fut un succès : 70 participants.

Un nouveau repas, « **Choucroute alsacienne** » a eu lieu le 8 novembre à Saint Jean de Védas avec 95 participants. Très bonne ambiance musicale, avec fête de la bière et chansons. Nos deux collègues animateurs ont entrainé toute la salle à chanter et danser. Bref, une nouvelle réussite qui incite à se renouveler. Un grand merci à tous.

Â très bientôt.

Maurice HAENSLER

CARNET DES ADHÉRENTS : LES NOUVEAUX

PÉRIODE DU 01/05/2023 AU 31/10/2023

DOMERGUE André	MONTPELLIER
LANNEAU Françoise	MONTPELLIER

BIENVENUE à ces nouveaux adhérents

CARNET DES ADHÉRENTS : ILS NOUS ONT QUITTÉS

PÉRIODE DU 01/05/2023 AU 31/10/2023

ALBOUY Suzanne	MONTPELLIER
ANCIEAUX Gérard	SETE
AYMAR Raymond	SETE
BARTHES Odette	MAUGUIO
BEDAGUE Jeannine	CASTELNAU LE LEZ
BEGOU Roselyne	ST GELY DU FESC
BERNARD René	JUVIGNAC
CANIZARES Alexandre	LUNEL
CAVAILLES Léonie	PERPIGNAN
CROS Lucette	LEZIGNAN LA CEBE
DASTUGUE Blandine	GANGES
DENJEAN Emile	PEZENAS
DESAUZIERS Jean-Marie	MONTRÉAL CANADA
ELZIERE Simonne	MONTPELLIER
FILIPPI Paulette	MONTPELLIER
GIL Anita	BEZIERS
GRACIA Jean-Claude	MONTPELLIER
JOYOT Marie-Louise	THEZAN LES BEZIERS
MARCO Michel	SETE
MICHEL Jean	FRONTIGNAN
MOLINIER Jean	MONTARNAUD
MULLER Hubert	MONTPELLIER
ODE Christian	LE CAP D AGDE
PASCAL Raymonde	LODEVE
PAULET Pierre	CASTELNAU LE LEZ
PONT Yves	BEZIERS
PREVOT Suzanne	BEZIERS
PUECH Yvan	GANGES
PUEL Etienne Jean	YSSINGEAUX
PY Bernard	JUVIGNAC
REALE Chantal	MONTPELLIER
ROIG Emilienne	PEZENAS
RONCEUX Bernard	MUDAISON
ROUANET Roger	PORTIRAGNES
RUAS André	MONTPELLIER
TREBUCHON Christian	PEROLS
VIALA Josette	PEZENAS
VIALLA Henri	GANGES
VIDAL Georgette	ST JEAN DE VEDAS
VOLLE Angèle	TEYRAN

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.

Solutions des sudokus

n° 319114 - sudoku difficile

9	6	4	5	1	2	7	3	8
3	7	2	4	8	6	5	9	1
1	8	5	9	7	3	4	6	2
4	3	1	6	9	8	2	7	5
2	9	8	7	4	5	6	1	3
6	5	7	2	3	1	8	4	9
5	2	9	1	6	4	3	8	7
8	1	6	3	5	7	9	2	4
7	4	3	8	2	9	1	5	6

n° 11949 - sudoku facile

5	9	1	2	6	8	7	4	3
2	7	6	3	4	1	9	8	5
4	8	3	7	5	9	2	1	6
7	2	5	9	8	6	1	3	4
1	6	8	4	3	2	5	7	9
9	3	4	1	7	5	6	2	8
8	5	7	6	2	3	4	9	1
6	4	9	8	1	7	3	5	2
3	1	2	5	9	4	8	6	7

Les randonneurs et le lac du Salagou « Une histoire d'amour »

RANDO

Panorama lac du Salagou

Il est au cœur d'un patrimoine privilégié et apprécié par notre Association qui, depuis 2007, y a effectué dix neuf randonnées et organisé deux galettes des Rois (2020 et 2022).

De plus, si sur une carte IGN on plante la pointe du compas au centre du lac et que l'on trace un cercle de quelques cms de rayon représentant une vingtaine de kms, on constate alors que se sont des dizaines de randonnées qui ont été effectuées sur ce territoire.

En effet dans ce cercle on trouve :

- **Rabieu et St Saturnin de Lucian,** avec le canyon du diable coloré de rouge, sa cascade et la croix de Gibret,
- **Montpeyroux**, son Castellas, dolmen et tumulus,
- **Arboras**, point d'entrée vers le rocher des vierges le col du vent et au-delà vers la forêt de Parlatges, la montagne Séranne et son Pic St Baudile,
- **Le Bosc**, sur le chemin du Prieuré de Grammont et du dolmen de la Coste Rouge,
- **Fozières-Soumont** et les monts du Lodèvois (Serre de la Prade, le Brandou, sere Bau…..)
- **Le Puech**, passage vers le moulin de l'Aubaygue et les hameaux typiques d'Olmet et Vilecum,
- **Octon** et les mégalites de Toucou, les ruines verdoyantes du château de Lauzières, Notre Dame de Roubignac,
- **Dio et Valquières**, leur château et les éoliennes,
- **Mérifons**, son site paléontologique de la Lieude et le Castellas de Malavieille campé sur une cheminée volcanique,
- **Salasc** et le Mont Mars dont les eaux alimentent le ruisseau Salagou,
- **Liausson**, sa montagne et son col de Portes point de passage vers le cirque dolomitique de Mourèze,
- **Cabrières**, son vignoble, ses drailles et sa sentinelle le Pic de Vissou
- **Villeneuvette** et sa manufacture royale et son parc,
- **Clermont l'Hérault**, avec N-D du Peyrou, son château, sa base de loisirs,
- **Le plateau basaltique de l'Auverne,** objet de la randonnée décrite ci-dessous,
- **Lacoste village typique** avec son Eglise, son château et son monumental Christ de Belbezé qui domine la rivière Lergues et la vallée où court l'A75.

Cette énumération de sites remarquables, que nous apprécions tant à travers nos randonnées, montre que le patrimoine naturel de la vallée du Salagou et de ses environs est caractérisé par des paysages singuliers et terrains géologiques variés.

Cette grande beauté. résulte :

- de la sédimentation de dépôts minéraux, végétaux et animaux durant l'ère primaire (de −541 à −252 millions d'années). La vallée du Salagou connaissait alors un climat tropical ponctué de pluies soudaines et intenses. Les inondations ont déposé des limons pendant des millions d'années en formant des dépôts de grès, argiles, calcaires et dolomies, en couches horizontales. Les niveaux de grés qui alternent avec les ruffes (roches sédimentaires formées par la combinaison de sédiments argileux et d'oxydes de fer, d'où leur couleur rouge), .
- d'intenses activités volcaniques anciennes (1,5 à 2,5 millions d'années). Les coulées de lave ont envahi les ruffes par des fissures pour se répandre dans les vallées. En se refroidissant, la coulée durcit en se fissurant, créant des colonnes ou cheminées basaltiques.

…/…

Les randonneurs et le lac du Salagou « Une histoire d'amour » (2)

(suite)

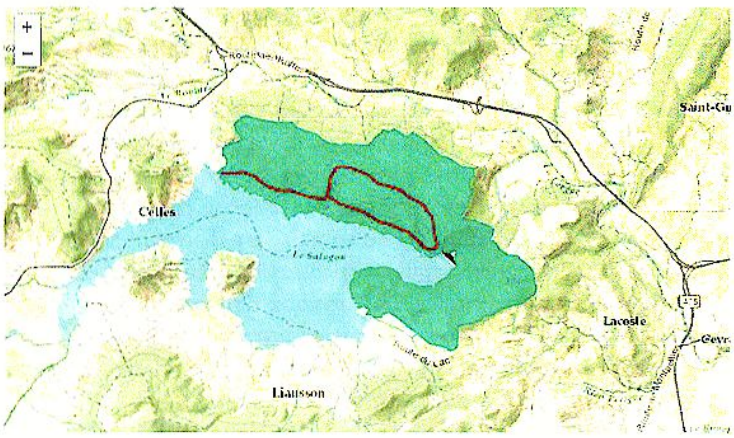
Côté biodiversité, on trouve des milliers d'espèces végétales et animales (lézards, scolopendres ceinturées, couleuvres, araignées).

Classée « Grand site de France » et faisant partie du « Réseau Européen Natura 2000 », on dit que la vallée détient l'un des plus riches sites géologiques d'Europe ; d'où l'intérêt que nous y portons en y planifiant de nombreuses randonnées, relativement proches de l'Agglomération de Montpellier.

Alors, vous aussi n'hésitez plus ! pour vous « ressourcer », ou passer d'agréables et enrichissantes journées à peu de frais (11 euros la cotisation Rando 2024). Rejoignez-nous et venez parcourir et « embrasser » tous ces sites précités..

Ainsi dopés par la magie des couleurs, envoûtés par les paysages magnifiques, bercés par le chant des oiseaux, enivrés par les parfums de la flore, vous « décompresserez » et peut-être ressentirez-vous les prémices d'une joie et paix intérieure **« Peace and Love ».**

En ces « temps agités » nous en avons besoin et l'amour étant un partage, soyons nombreux pour l'amplifier.



Tracé de notre randonnée

Pour illustrer mes propos je vais à présent vous présenter notre randonnée du 12 octobre dernier, « Hameau des Vailhés-barrage du Salagou en parcourant le plateau d'Auverne » , de 12 km avec 220 m de dénivelés.

23 participants se sont retrouvés pour le départ au hameau des Vailhès qui surplombe le lac du Salagou, situé 30 mètres plus bas.

Le temps est doux, un peu voilé, mais la météo nous annonce une belle journée.

Avant de démarrer nous admirons le paysage avec une vue à 180 degrés sur le lac. A notre droite le « **Ceberou** », petite butte volcanique se situe juste au-dessus du village de Celles, face à nous, les presqu'îles de la Sure et de Rouens avec son piton rocheux et sa cheminée volcanique, le village de Liausson et sa montagne et enfin à gauche le mont Redon, avancée rocheuse entre le barrage et la base de loisirs de Clermont l'Hérault .

Plateau de l'Auverne

Tournant le dos au lac nous prenons une piste arborée pour nous diriger à l'est sur le plateau basaltique de l'Auverne qui a une altitude variant de 150 à 310 mètres.

Après une montée douce de 2 kms nous y parvenons et découvrons une vaste zone pastorale, aux « prairies pauvres », peu arborées, si ce n'est par des arbustes divers et variés et où l'on trouve quelques vignes.

La piste qui serpente entre murets de pierres nous conduit vers l'autre extrémité du plateau qui domine la vallée de la Lergue, l'autoroute A75 et les villages du Bosc et de Salelles.

Nous n'y arrivons pas car nous laissons sur notre gauche le Hameau de Lolo pour nous diriger vers la « Capitelle ».

Les randonneurs devant la Capitelle

Nous poursuivons notre randonnée en nous dirigeant vers le sud et le barrage du Salagou ou nous avons prévu de déjeuner sur le site aménagé en point de vue.

. . . / . . .

Les randonneurs et le lac du Salagou « Une histoire d'amour » (3)

(suite)

Pendant le déjeuner nous avons le temps :

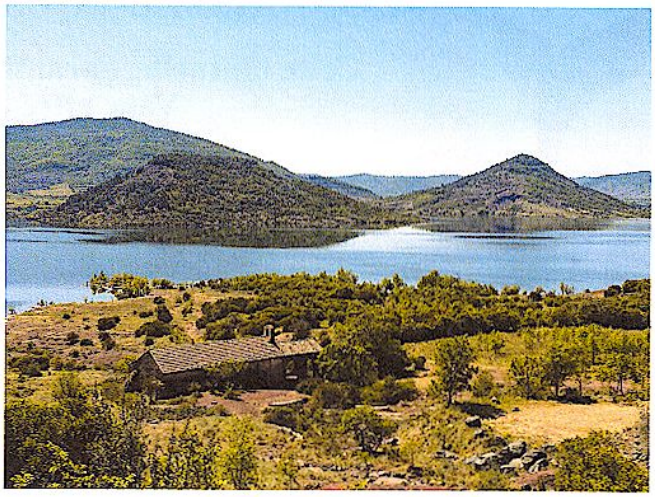
- d'admirer les eaux calmes et scintillantes du lac, parcourues par quelques pécheurs sur leur petite embarcation électrique.
- de nous remémorer l'histoire du lac dont le projet fut lancé dans les années 1950.

L'objectif était de :

1) créer une réserve d'eau qui favoriserait la diversification des cultures, notamment le développement d'une production fruitière,
2) de diminuer les crues du fleuve Hérault, amplifiées par les eaux de la rivière le Salagou.

Les travaux ont duré de 1964 jusqu'au début de 1969 date de la mise en eaux . Alors que les concepteurs estimaient qu'il faudrait des années pour que la cuvette se remplisse, un seul très gros orage la combla à moitié en mars 1969 et d'autres précipitations la remplirent presque totalement en peu de mois.

A la fin du repas après le traditionnel échanges de friandises, gâteaux et chocolats, nous empruntons a mi-montagne la piste de Petite Randonnée qui conduit au Hameau des Vailhès en surplombant la Chapelle Notre Dame des Clans qui veille sur la vallée du Salagou.



Sur cette piste très agréable et ombragée nous devons être attentifs car nous croisons plusieurs groupes de cyclistes et en bordure côté lac certains de nos randonneurs ont pu cueillir des asperges sauvages qui, profitant des conditions climatiques ensoleillées et douces, ont effectué une « pousse automnale » ; ce qui est rare.

Nous voilà aux voitures, satisfaits de cette journée réussie.

Gérard SUNE

Sur le site : www.e-sudoku.fr Jouer gratuitement avec toutes sortes de grilles : standard (9x9), 6x6, 16x16 ... et sur 5 niveaux : facile, moyen, difficile, diabolique et démoniaque !

Le cerveau est un muscle : l'exercice le fortifie !!

	9	1		6	8	7		
		6	3	4			8	
				5	9	2		
	2							4
1		8	4	3	2	5		9
9							2	
		7	6	2				
	4			1	7	3		
		2	5	9		8	6	

n° 11949 - sudoku facile

					2			
3				8			9	
		5		7		4	6	
4						2		5
	9						1	
6		7						9
	2	9		6		3		
	1			5				4
			8					

n° 319114 - sudoku difficile

		4	6		1
			5		
				3	
	2				
		1			
5		2	1		

n° 1100

Pour ces 3 petits, pas de solutions

		4			6
2					
4			2		
		5			4
					5
1			4		

n° 293

C'est pour les petits enfants !

			6		4
				3	
		5			2
2			4		
	2				
6		3			

n° 395

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

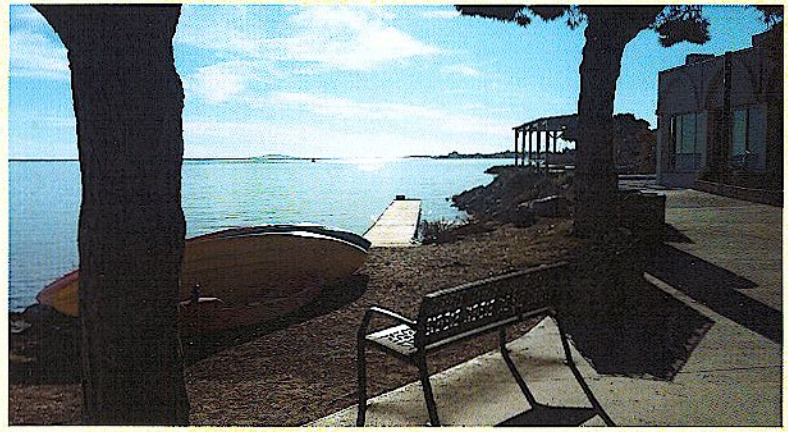
Vue du lac du Salagou depuis SOUMONT
au cours d'une rando d'avril **2013**

Rando du 12 octobre **2023**
« Du Hameau des Vailhès au barrage du Salagou
en parcourant le plateau d'Auverne »

Les correspondants

à Mèze Hérault
14 novembre 2023

Journée d'information
et travaux
préparatoires
aux visites de
nos 586 anciens



agence arcom Evénement© 04 67 27 66 28