Association Nationale de Retraités

La Gazette du groupe Hérault Juin 2019 n° 48

Editorial

L'année 2018 s'est achevée avec une hausse de la CSG, des produits énergétiques, alimentaires et des coûts de la santé ; malheureusement sans augmentation de nos retraites !

2019 sera-t-elle celle de la prise en compte de nos revendications, nous les retraités qui sommes plus de 16 millions d'individus ? Pas des privilégiés ! ! ! mais nous faisons tourner l'économie française et aidons les autres générations !

L'ANR Hérault reste toujours un groupe important, malgré la baisse d'année en année des adhérents avec comme conséquence un vieillissement important : le tiers de nos membres ont plus de 85 ans !

Nous manquons toujours de bénévoles pour nos diverses activités ! Nous devons recruter autour de nous, car l'avenir de l'ANR est en jeu.

Depuis 2017 notre association est ouverte à tous les retraités publics ou privés, faite le savoir dans votre entourage !

N'oublions pas la réforme des retraites qui impactera certains de nos « collègues » quand ils perdront, un peu ?, de leur chère retraite pour le calcul de la réversion !

Je vous souhaite à tous un bel été avec vos proches et vous attend à la rencontre régionale du 27 septembre dans le lodévois.

Bonnes vacances à tous..

Jean-Claude JACQUEMOND

Sommaire

Utile et pratique Souscription du COS	2
Le mot du Trésorier Amicale Vie	3
Voyage au 2ème semestre 2019 Seniors en vacances - Morzine	4
Festival des lanternes à Gaillac	5
Rencontre régionale 2019 Prieuré de Grandmont	6
Mutualisation des voyages Avec les ANR de la région	7
Flash « Retraités » : nouveautés du CE des télécommunications	8
Assemblée départementale	9
Note de sortie La Costa Brava des randonneurs	13
Recruter les nouveaux retraités	14
Carnet : les nouveaux adhérents Les sites de l'association Solutions des jeux	15
Carnet : ils nous ont quittés	16
Hoax ? Comment le reconnaître ?	17
Libre opinion : Y a-t-il de la lumière dans le tunnel ?	18
Détente	19
Amicale Vie	20

Statistiques au 12 mai 2019		
2 247 adhérents		
38 personnes morales		
Individuelle	1 113	49,5%
Couple	1 066	47,4%
Réversion	68	3,0%
La Poste	1 180	52,5%
FT - Orange	1 037	46,2%
Autre	30	1,3%
Femmes	1 238	55,1%
Hommes	1 009	44,9%

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
ACCUEIL : 48 rue Saint Guilhem
34046 Montpellier Cedex 1
COURRIER : TSA 20010
69796 SAINT PRIEST CEDEX
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 BEZIERS
1 rue Ernest Renan 34500 Béziers
04.67.01.74.77

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 2019

Le **COS Hérault**
La Poste Orange
sollicite les actifs directement sur leurs lieux de travail.

L'ANR participe à cette diffusion en permettant le contact avec les retraités.

Vous serez sollicité par courrier spécifique **seulement en septembre** afin de ne vous contacter que 2 mois avant le tirage prévu en novembre.
Tél. : 04 99 74 00 22 Site : cosherault.net
Email : secretariat@cosherault.net

Vous **renverrez 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

Nous voici déjà à la mi-année et il y a encore 508 adhérents non à jour de la cotisation 2019.

Ceci induit une charge de travail importante pour les bénévoles qui œuvrent pour les relances (communications téléphoniques, courriels, lettres) ainsi que des frais postaux non négligeables. Pensez à eux !

Je rappelle que :

- le maintien de la réduction de 10% pour les anciens de FT-Orange et
- les tarifs préférentiels de l'Amicale Vie sont subordonnés à une cotisation ANR à jour.

Le non paiement de la cotisation ANR entraîne une radiation de l'association et la suppression de ces avantages.

Adhésion	Total Revue incluse
Individuelle : 13 €	22 €
Couple : 26 €	35 €
Il n'y a plus de distinguo selon l'origine des adhérents	

Situation au 12 mai 2019 du paiement des cotisations

Adhérents au fichier : 2 247
Adhérents à jour : 1 739
Soit « à jour » : 77,4 %

Pour éviter tout oubli, optez pour le prélèvement automatique.
Pour cela, faites nous simplement parvenir un relevé d'identité bancaire.

L'exercice 2018 se solde par un déficit de 2 253 €, dû essentiellement à un don de 3 000 € en faveur des sinistrés des inondations de l'Aude.

Michel BUCHAUD

Amicale Vie

OFFRE
du 1er MAI au 31 OCTOBRE 2019

Se Prémunir

Vous avez lu dans la Voix de l'ANR du mois d'Avril que l'Amicale Vie, mutuelle partenaire de l'Association Nationale de Retraités, offre la possibilité de souscrire, à partir de 2,40 € par mois un capital-décès, avec la gratuité de **6 mois de « cotisation Amicale Vie »** et le remboursement **d'un an de « cotisation ANR » l'année suivante**.

Caractéristiques du contrat

Simplicité

- Souscription jusqu'à 70 ans révolus sans aucun questionnaire ni examen médical
- 0 € de frais de dossier
- L'Amicale-Vie prend le relais de la Mutuelle Générale après 65 ans.

Liberté

- Libre choix du capital garanti et de vos bénéficiaires
- Libre choix de la périodicité de paiement des cotisations (annuelle ou semestrielle)

Sérénité

- Versement du capital en 48h ouvrées
- Exonération des taxes et droits de succession
- Garanti par la CNP
- Certifiée Orias

LA VOLONTÉ DE SERVIR, EFFICACE ET SOLIDAIRE, ENSEMBLE.

Plus tôt vous adhérez, moins vous payez !

Votre cotisation est fixe et est calculée au moment de votre adhésion

Antoine PEREZ

Pour toute information complémentaire **contactez-moi** :
Antoine PEREZ 677 Chemin des Mendrous CASTELNAU LE LEZ
Mobile : **06 33 40 40 41** Courriel : perez.antoine@wanadoo.fr

Voyage au 2ème

MORZINE Seniors en vacances

8 jours/7 nuits du 31 août au 7 septembre 2019

Jour 1 : Arrivée en fin d'après-midi, installation. Apéritif de bienvenue, dîner. Présentation du séjour.

Jour 2 : Petit déjeuner. Puis découverte du vieux bourg de Morzine, pour connaître l'évolution du village à travers les siècles. Vous y trouverez la douceur de vivre et le charme authentique d'un village qui n'a rien perdu de son caractère savoyard. Déjeuner à la résidence. Après-midi : visite du musée de la musique mécanique des Gets. 550 pièces sont présentées dans le contexte de leur époque à travers différentes salles.
Accès libre aux équipements de loisirs du village. Dîner à la résidence. Soirée grands jeux : large choix de jeux de société et de jeux animés.

Jour 3 : Petit déjeuner. Matin : gym douce et relaxation musculaire. Déjeuner à la résidence. Après-midi : atelier du goût : jeux, quizz et dégustation autour du plaisir culinaire.
Dîner à la résidence. Soirée dansante : musiques variées sous le signe de la bonne humeur.

Jour 4. Petit déjeuner. Matin : découverte du village médiéval d'Yvoire, la perle du Léman, ancien village de pêcheur. Dominant les bords du lac, le donjon carré est l'un des vestiges du passé médiéval d'Yvoire qui a fêté, en 2006, les 700 ans de ses fortifications érigées par « Amédée V Le Grand », comte de Savoie. Déjeuner au restaurant. Après-midi : croisière commentée de la baie de Thonon-les-Bains, château de Ripaille, château de Montjoux, le port des pêcheurs, le port de plaisance, la digue Napoléon, etc.
Accès libre aux équipements de loisirs du village. Dîner à la résidence. Soirée histoires, culture et traditions locales : la région et ses plus beaux atouts vous seront présentés grâce à des histoires et anecdotes passionnantes.

Jour 5. Petit déjeuner. Matin : balade active et découverte du marché de Morzine. Déjeuner à la résidence. Après-midi : tournoi de pétanque. Accès libre aux équipements de loisirs du village. Dîner à la résidence. Soirée loto : vous êtes assurés de passer un moment de détente agréable.

Jour 6. Petit déjeuner. Matin : réveil musculaire et activités de détente. Profitez du Spa. Déjeuner au Village Club. Après-midi : découverte de Montriond le lac, les Lindarets, typique hameau d'alpage de la Haute-Savoie. Le superbe plan d'eau est né d'un éboulement d'une partie de la montagne de Nantaux.
Accès libre aux équipements de loisirs du village. Dîner à la résidence. Soirée tapis vert : belote, tarot ou autres, un moment de convivialité.

Jour 7. Petit déjeuner. Puis découverte de l'usine d'embouteillage à Evian, son histoire et l'origine géologique de l'eau minérale, et le processus complet d'embouteillage. Déjeuner au Village Club.
Après-midi : thé dansant avec dégustation de gâteaux régionaux. Accès libre aux équipements de loisirs du village. Dîner à la résidence.
Soirée d'au revoir pleine de surprises.

Jour 8. Départ après le petit-déjeuner, muni d'un panier repas pour le déjeuner.

Le prix de ce voyage est de 462 euros toutes prestations (vin compris et café au petit déjeuner) et pourboires, guides et chauffeur inclus et **hors extras et dépenses personnelles**.

Chambre double, chambre individuelle avec supplément.

Arrhes à l'inscription : 150 euros. **Clôture des inscriptions avec arrhes le 15 Juillet 2019.**

C'est un séjour « ANCV », les participants non imposable peuvent bénéficier, sous conditions, d'une aide financière jusqu'à 50% du prix du séjour (hors transport).

Ce prix est établi sur la base de 50 personnes, seuil au dessous duquel le voyage ne pourra pas se faire. Le car (55 places seulement) partira de Béziers avec arrêt à Montpellier.

Pour tout renseignement complémentaire et inscription contacter

Jean-Claude JACQUEMOND 06.03.12.03.00

Inscription en utilisant l'encart « Voyages » accompagné du paiement des arrhes.

Sur la route du Festival des Lanternes

3 jours/2 nuits 17, 18 et 19 Décembre 2019

Jour 1:

Rendez vous à **9h Près d'Arènes** (proche de GIFI) et départ pour **Castres** ou nous arriverons vers 11h30. Un arrêt est possible à Béziers pour récupérer, éventuellement, des participants.

Déjeuner au restaurant vers 12h 15.

À **14h 15,** visite guidée du « **Musée Goya** », suivie de la découverte à pied des « **incontournables de Castres** » **:** l'évêché et son jardin dessiné par le Nôtre, hôtels particuliers du 17ème siècle etc, le tout sous la magie de Noël.

Fin d'après midi **cap sur Albi** et installation à l'hôtel centre ville. Dîner.

Jour2 :

Après le petit déjeuner, nous retrouverons le **guide pour la journée**.

Puis nous rejoindrons à pied le « **Musée Toulouse de Lautrec** » pour une **visite commentée** suivie d'un déjeuner dans le centre historique.

Retour à l'hôtel avant un départ en autocar à **15h 15** pour **« Labastide de Levis ».**

Image du site « www.ville-gaillac.fr »

Visite de la **cave coopérative du gaillacois** suivie d'une **dégustation.**

À **16h30** continuation en autocar vers la petite ville de **Gaillac. Visite guidée** de cette ville millénaire qui a grandi autour du vin et du pastel**.**

En fin de journée le groupe sera accueilli dans **le « Château de Foucaud »** pour un moment d'enchantement autour du **« Festival des Lanternes »,** véritable savoir faire chinois. **Dîner** dans l'espace « VIP » vitré donnant sur le festival.

En fin de soirée retour à l'hôtel à Albi.

Jour3 :

Après le petit déjeuner départ à pied pour la **découverte guidée du « Vieil Albi »** et sa cité épiscopale inscrite au Patrimoine mondial de l'humanité (UNESCO).

À **12h30, d**éjeuner dans un restaurant du centre historique.

Puis **visite guidée de la « Cathédrale Sainte Cécile ».**

Il sera alors temps de reprendre la route vers Montpellier ou nous arriverons en fin d'après midi.

Le prix de ce voyage est de **405 euros** toutes prestations et pourboires guides et chauffeur inclus et **hors extras et dépenses personnelles**. **Arrhes à l'inscription :** 150 euros.

Ce prix est établi pour un minimum de 30 personnes, seuil au dessous duquel le voyage ne pourra pas se faire. **Clôture des inscriptions avec arrhes le 15 Juillet 2019**

Pour tout renseignement complémentaire et inscription contacter

France CAZEMAGE 06.41.91.07.83

Inscription en utilisant l'encart « Voyages » accompagné du paiement des arrhes.

Noter dès maintenant

Le voyage « Découverte du Léman » (voir Gazette n°47 - Décembre 2018), proposé par Jean-Claude Jacquemond et et qui a du être annulé sera reprogrammé en 2021.

Rencontre régionale des ANR
le 27 septembre 2019
au Prieuré de Grandmont (Hérault)

Se retrouver

C'est le groupe Hérault qui organise la 28ème « Journée de Rencontre Régionale ».

Arrivée des participants pour 8 h 30 au Prieuré de Saint Michel de Grandmont. Accueil autour d'un café ou thé, jus de fruits et viennoiseries.

Le départ pour les visites aura lieu vers 10h.

Deux groupes (40 personnes maxi par groupe) pourront visiter le Prieuré et son domaine et quatre visites (groupes de 25 participants maxi) sont organisées sur Lodève. La durée des visites à Lodève est d'environ 1h15 à 1h30.

Le Prieuré de Saint Michel de Grandmont

Cet ancien monastère est situé dans un lieu isolé à une dizaine de kilomètres de Lodève dans une forêt de chênes. Il a été classé monument historique en 1981 et ouvert au public.

L'Ordre de Grandmont est un ordre monastique catholique originaire du Limousin fondé en 1076 et dissous en 1772. Le prieuré, fondé en 1259 par Guillaume de Cazouls, évêque de Lodève, est devenu, après la Révolution une exploitation agricole grâce à la famille Vitalis qui restaura aussi les bâtiments.

La visite se poursuit par une balade dans le parc mégalithique avec comme point d'orgue le Dolmen de Coste-rouge, vieux de près de 2 500 ans avant JC ; il surprend par sa forme qui fait penser à un champignon et par son ouverture en forme de porte de four.

Point de vue exceptionnel sur la vallée du Salagou et le Mont Liausson.

Image du site: http://www.prieure-grandmont.fr/

Le Parc du Domaine de Montplaisir

Le domaine ouvre exceptionnellement ses portes au public. Étroitement lié à l'histoire de Lodève depuis plus de trois cent ans, cette ancienne métairie (domaine agricole) est devenue un lieu d'exception conjuguant une résidence de prestige avec un site de production textile au XIXème siècle.

Vous découvrirez le parc arboré qui dévoile ses canaux, rivières, jardins et ponts pour une déambulation hors du temps.

Lors de cette visite vous aborderez la question de l'aménagement paysager et son rôle à travers les siècles. Vous apprendrez comment l'organisation du site répond à certains codes et a servi les projets des propriétaires successifs.

Visite de la Ville de Lodève

Vous partirez à la découverte de cette ancienne cité épiscopale et de son passé industriel (textile) de première importance aux XVIIème et XIXème siècle.

Vous découvrirez avec un guide la cathédrale Saint Fulcran, les monuments symboles de l'ancien centre de pouvoir au Moyen-âge et le centre historique de la ville.

Le Musée de Lodève « Collections permanentes »

Une mise en scène immersive, des multimédias plein d'humour et de poésie, les trois expositions permanentes du Musée de Lodève vous emmènent dans un voyage à travers le temps.

Avec le parcours **"Traces du vivant"** traversez 570 millions d'années d'histoire de la Terre, revivez la dérive des continents et les changements climatiques, découvrez les traces de plantes et d'animaux disparus.

L'exposition **"Empreintes de l'Homme"** illustre cette période passionnante de la préhistoire où les hommes sont peu à peu devenus agriculteurs et éleveurs.

Enfin **"Mémoires de pierres"** vous amène à la rencontre du sculpteur Paul Dardé (1888-1963), ses méthodes de sculptures et les thèmes qui ont irrigué toute son œuvre.

Rencontre régionale des ANR 27 septembre 2019 au Prieuré de Grandmont (Suite)

Se retrouver

La manufacture de la Savonnerie à Lodève

A Lodève, la Manufacture nationale de la Savonnerie fabrique depuis plus de 50 ans des tapis d'exception destinés à meubler un salon ou un bureau de la République.

Les lissières, tel est le nom que l'on donne à ces personnes exerçant ce métier d'art, très minutieux qui nécessite beaucoup de patience. Deux cents tissages ont vu le jour depuis la création de l'atelier. Y sont produits des tapis contemporains d'après des artistes mais aussi des reproductions de tapis du XVIIème ou du XIXème siècle.

A l'origine, Lodève obtint, grâce au Cardinal de Fleury, premier ministre de Louis XV, le monopole de la confection des draps pour l'infanterie royale.

La filature fermera ses portes en 1960. Avec l'arrivée des harkis, les femmes s'adonnent à la confection de tapis dès 1964.

Deux ans plus tard, André Malraux décide d'en faire une manufacture royale , annexe des Gobelins pour répondre aux besoins de la République.

Retour vers 12h30 pour le repas au Prieuré.

Menu

Entrée : Cabécou sur lit croustillant (pignons grillés sur jeunes pousses),
Plat : Pavé de cabillaud au piment d'Espelette, -
Dessert : Moelleux au chocolat avec coulis de framboises

Vins et café

L'ANR Hérault mettra un car à disposition de ses adhérents avec départs de Montpellier Gare routière, Géant casino sud, Saint Jean de Védas (tram Condamines).

Prix : **journée tout inclus (transport compris) : 40 €**

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

Réponse souhaitée avant le 21 juillet

Mutualisation des voyages avec les groupes ANR du Languedoc Roussillon

Les adhérents intéressés prendront directement contact avec les organisateurs

Groupe Pyrénées Orientales (66)

L'ANDALOUSIE

(2 au 12 octobre 2019)

Projet 2020 : Croisière sur le Danube

Georgia Fromageau : 04.68.84.23.08
anr66@orange.fr
ou
Jean-Paul Lasbouygues 06.33.65.97.34
Lasbouygues.jp@orange.fr

Groupe Aude (11)

Les PAYS BALTES

(5 au 14 septembre 2019)

Josiane Soler : 06.30.35.26.64
joary912@orange.fr

Groupe du Gard (30)

La DORDOGNE

(17 au 24 septembre 2019)

Projet 2020 : La Russie
Moscou, St Petersbourg

Françoise Scheidt : 06.74.19.67.82
francoise.scheidt@orange.fr

Groupe Lozère (48)

AUTRICHE : Prague, Budapest, Vienne

(3 au 10 septembre 2019)

Pierrette Vieillefonds : 06.82.38.29.93
pierrette.vieillefonds@wanadoo.fr
ou
Brigitte Crès : 04.66.47.74.48
Brigitte.cres@wanadoo.fr

Retraités des Télécommunications

Dans le cadre de la Loi Travail, les ordonnances Macron obligent à mettre en place les CSE (Comité Social et Économique) au plus tard le 1er janvier 2020. C'est donc la fin des Comités d'Établissement et du CCUES tels que vous les connaissez. La mise en place des CSE et la fin de l'instance CCUES nous contraint à clôturer cette année vos prestations le **30 novembre 2019**.

Quotient Familial 2019

Pour accéder aux prestations vous devez mettre à jour votre Situation Familiale et faire valider votre Quotient Familial (QF) 2019. Le montant des aides varie en fonction de votre Quotient Familial (QF), calculé chaque année. Pour bénéficier des prestations en 2019, vous devez donc faire valider votre QF annuel.

Si vous venez de vous inscrire au CCUES/votre CE Retraités (ou de réactiver votre compte Guichet Unique), vous devez faire valider votre nouveau QF Retraité même si votre QF Salarié était déjà validé pour 2019.

Les délais

La campagne de validation des QF 2019 est ouverte jusqu'au **15 octobre 2019**. Si vous comptez bénéficier de prestations en tout début d'année 2019, faites valider votre QF sans tarder dès à présent. Dans le cas contraire, vous disposez d'un large délai pour vos demandes de prestations en cours d'année.

Chèques –Vacances

En 2019, le CCUES/votre CE Retraités renouvelle la prestation d'épargne Chèques-Vacances (CV) qui associe épargne personnelle et aide du CCUES/votre CE Retraités. Les plans d'épargne 2019 pourront être souscrits **du 11 février au 22 juillet 2019 inclus**. Pour bénéficier de cette prestation, **votre Quotient Familial 2019 doit être validé.**

Vous pouvez effectuer **votre demande en ligne** sur le portail de souscription via le lien disponible sur le Guichet Unique rubrique Chèques-Vacances, ou **par courrier** en demandant votre formulaire auprès du CCUES.

CV CCUES/Votre CE Retraités
45 avenue du général Leclerc
60643 CHANTILLY CEDEX

Guichet Loisirs

Une prestation pour vos loisirs, avec deux offres au choix.

- **soit l'aide aux activités.**

Votre CE Retraités prend partiellement en charge vos activités sportives, culturelles ou de loisirs. Pour en bénéficier, la demande d'aide s'effectue sur le portail Guichet Unique. Faites ensuite remplir l'attestation de paiement, proposée lors de la création du formulaire, ou à défaut obtenez une facture de l'organisme concerné. Il ne vous reste ensuite plus qu'à imprimer votre formulaire, le signer et l'envoyer avec l'attestation de paiement ou la facture par courrier postal à votre CE Retraités. Vous recevez le montant de l'aide directement sur votre compte bancaire.

- **soit La carte C'kdo**

Elle permet d'accéder au plus grand réseau d'offres du marché et tout le réseau Cadhoc, Chèque Culture, Chèque Lire. Elle permet aussi un accès à des offres et promotions sur des milliers de prestations culturelles & loisirs partout en France. Pour en bénéficier, vous commandez la carte sur le Guichet Unique et vous recevez par email votre identifiant et votre mot de passe ou par courrier, votre carte à votre domicile. Ensuite, vous enregistrez votre carte sur le site C'kdo.

- La carte C'kdo est gratuite.
- Le CCUES/Votre CE Retraités crédite votre carte du montant correspondant à votre tranche de QF.

La carte C'kdo s'utilise comme un mode de paiement. Le compte crédité s'utilise en une ou plusieurs fois et peut-être complété avec un autre moyen de paiement. Vous recevez le montant de l'aide directement sur votre compte bancaire.

Courrier :
Gestionnaire pour le compte des CE
ASC / Accueil ouvrants droit
TSA 10003
41965 BLOIS Cedex 0

Téléphone :
0810 007 221
les lundi, mardi et jeudi
de 9h à 12h15

E-mail :
retraites.accueil@ccues-ft.fr

Site Internet :
www.ce-orange.fr

ANR 34

SUPPLEMENT SPECIAL BULLETIN SEMESTRIEL DE LIAISON JUIN 2019 Numéro 48

Association Nationale de Retraités Groupe Hérault

Assemblée Départementale du 3 avril 2019 - Cap d'Adge (Hérault)

L'assemblée départementale s'est déroulée avec une participation nombreuse sous la présidence de Jean-Claude Jacquemond. Nos collègues représentants les autres groupes ANR du Languedoc Roussillon nous ont fait l'honneur de leur présence. Le représentant du siège était la secrétaire générale, Marie-Claude Vattement.

Etaient également présents nos amis du pole des retraités ainsi que nos partenaires locaux, COS, La Mutuelle Générale, Tutélaire. Le déroulement s'est fait selon le traditionnel ordre du jour :

Rapport d'activités, rapport financier, bilan de l'amicale vie,

Intervention du délégué régional, puis du président national,

Intervention des représentants de La Poste, d'Orange et de nos partenaires, La Mutuelle Générale, La Tutélaire, le COS ainsi que nos collègues du Pole des retraités, FGR-FP, UNRPG, UNRP.

Le président ouvre la séance avec l'hommage à nos 62 adhérents décédés en 2018.

Il présente ensuite le rapport moral, puis le rapport d'activités 2018 est déroulé par divers intervenants.

SYNTHÈSE DES RAPPORTS D'ACTIVITES

GESTION

En fin 2018 le groupe comptait 2 292 adhérents contre 2 419 fin 2017. 2 220 soit 96,9 % des inscrits au fichier, étaient à jour de leur cotisation. Nous pouvons remarquer une érosion du nombre d'adhérents (-138), cette situation est le reflet de la tendance nationale. Plusieurs fois dans l'année, les secrétaires font un travail de relance auprès des adhérents défaillants ce qui engendre beaucoup de travail. Durant l'année 2018, nous avons enregistré au fichier, 53 nouveaux adhérents, 191 sorties dont 62 décès, 79 démissions, 45 radiations et 5 mutations sortantes. Deux fois par an, à réception du fichier des nouveaux retraités de la Poste et d'Orange que nous transmet le service des pensions, le groupe chargé du recrutement au sein du Comité de gestion prospecte afin de leur faire connaître l'ANR 34 et d'attirer de nouveaux adhérents. Malheureusement, les retours sont en dessous de nos espérances.

La gestion des fichiers, la gestion des encaissements et la comptabilité sont des activités constantes et importantes du groupe. Les bénévoles du groupe ont consacré 3 674 heures à la gestion du groupe en 2018.

ANIMATION

La commission apporte son soutien logistique à toutes les manifestations statutaires (Assemblée départementale, Galettes des rois, Loto, activités des correspondants sociaux, réunion recrutement).

Le 11 septembre 2018, la journée de rencontre régionale dans les Pyrénées Orientales a rassemblé 150 participants des 5 départements, dont une cinquantaine de l'Hérault. Visites très intéressantes : Cave, Mémorial de Rivesaltes et Fort de Salses.

ACTION SOCIALE

Nos 74 bénévoles ont rendu la traditionnelle visite de fin d'année à 474 de nos adhérents les plus anciens. 757 actions personnalisées ont été conduites, 1 225 communications téléphoniques échangées, 17 422 km parcourus et 969 heures consacrées à l'action sociale.

COMMUNICATION

Bernard Laberdure a finalisé le « relookage » de notre site Internet dont l'adresse est : www.anr34.fr.

Les 2 bulletins semestriels du groupe ont été tirés à 2.100 exemplaires et ont fait l'objet de 1.920 envois postaux. Plus de 20 bénévoles se sont mobilisés pour les mises sous pli. Un seul comité de lecture physique a été tenu, la finalisation se faisant via des échanges Internet. La tenue à jour de notre site Internet est assurée par Bernard Laberdure et Michel Buchaud pour la partie « Randos ».

DEFENSE –RECRUTEMENT

Parité homme-femme : Les nouveaux retraités (moins d'un an) ont été invités depuis 2016 à demander la révision de leur pension afin d'obtenir la bonification enfant. L'ANR, face au refus de l'Etat, a saisi la Cour européenne des Droits de l'Homme. En l'absence de décision de celle-ci à ce jour, nos démarches, couteuses, ont été abandonnées. **Manifestation contre la politique du gouvernement**, pour la défense des retraites et du pouvoir d'achat. Défilé à Montpellier en octobre avec l'intersyndicale d'une trentaine d'adhérents et réception à la préfecture de l'ANR avec les représentants syndicaux. **Rencontre avec les députés** : Deux députés (sur 7) ont accepté de nous recevoir. Pouvoir d'achat, inflation, CSG, revalorisation des pensions, taux du livret A, sont les principaux sujets qui ont fait l'objet de ces entretiens. **Recrutement** : à deux reprises les listes des nouveaux retraités, 236 au total, ont été exploitées : Courrier personnalisé à toutes et à tous avec envoi du bulletin départemental, en complément de la « Voix de l'ANR » . Quelques adhésions seulement. L'association ne bénéficiera plus de la connaissance des nouvelles mises à la retraite de nos collègues fonctionnaires de La Poste et d'Orange. Cela rendra plus difficile nos contacts avec eux en vue de recrutement .

SYNTHÈSE DES RAPPORTS D'ACTIVITES *(suite)*

RANDOS

En 2018, on a constaté une très légère augmentation des effectifs (94 adhérents contre 92 en 2017) et la moyenne d'âge redescend à 72 ans. La participation aux randos « Découvertes » reflète une légère hausse (13 en moyenne), reste constante pour les « Journées » (14 en moyenne). Pour les randonnées «10h ou ½ journées » on note une baisse sensible par rapport à 2017 (20 en moyenne).

Fonctionnement dynamique avec la programmation de 55 randonnées et de 4 journées traditionnelles de partage et convivialité : « Journée des dames » annulée pour cause de météo défavorable, « Journée des hommes » avec la participation de 50 personnes, « Pique-nique » (78 personnes) et « Repas de fin d'année » (74 personnes).

Sur l'année, 7 randonnées ont été annulées pour cause de mauvais temps. A noter, une semaine de randonnées sur la Costa Brava (45 personnes) appréciée par tous.

L'organisation mise en place en 2016, sans président ni secrétaire, fonctionne bien grâce à la motivation et l'implication des membres qui se partagent les tâches.

VOYAGES ET SEJOURS

Le voyage « Sardaigne » (12 personnes en septembre) a été annulé par l'agence de voyage.

La journée Shopping à la Jonquera et au Pertus du 25 novembre 2018, a été également annulée par manque de participants.

SORTIES CULTURELLES

Globalement, les demandes pour les sorties culturelles sont en diminution. Cependant, 145 personnes ont participé : à Montpellier, 29 personnes pour « l'incontournable centre historique», 20 personnes pour la nouvelle Faculté de médecine, 45 personnes (2 groupes) pour l'exposition Picasso. La sortie à la journée « Aux portes de la Camargue gardoise » a été appréciée par 50 participants.

Une nouvelle visite de la nouvelle FAC de médecine sera demandée pour la vingtaine de personnes en attente. Elle devrait avoir lieu dans le courant du mois de mai.

Cette visite sera la dernière que j'organiserai et accompagnerai. En effet, après plus de 15 ans au comité, en charge de la défense, du recrutement et des sorties culturelles, après trois ans à la présidence du groupe, je vais devenir un simple adhérent dès l'automne prochain.

Parallèlement, Denise, au comité depuis 18 ans dont quatre comme trésorière et dix comme correspondante départementale de l'Amicale-vie se retirera également du comité.

Denise et moi espérons avoir répondu à vos attentes et vous remercient de nous avoir fait confiance.

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

RAPPORT FINANCIER.

Après un compte de résultat excédentaire de 5 998,18 € en 2017, l'exercice 2018 présente un déficit de 2 253,68 €.

La part de subvention de La Poste, allouée au groupe par le siège, s'établit en 2018 à 11 994 € contre 11 590 € en 2017 soit une augmentation de 3,48 %. La part de cotisation conservée au groupe a légèrement diminué (- 926 €) dû à la baisse du nombre d'adhérents et d'un plus faible taux de recouvrement des cotisations.

Les intérêts de l'épargne ont encore diminué de 28 % ! Frais postaux et de télécommunications sont stables.

Le bilan affiche un montant d'actifs financiers de 67 503.58 € soit une avance d'environ 28 € par adhérent cotisant du groupe. Cela représente 1,6 fois la cotisation annuelle moyenne observée en 2018 (17,30 €) dans l'ANR

Maurice Haensler et Annie Petit, contrôleurs aux comptes, donnent lecture du rapport établi après vérification des comptes. Le quitus est proposé.

Le président met aux voix le rapport financier. Il est adopté à l'unanimité et quitus est donné à l'équipe de gestion.

AMICALE VIE

Antoine PEREZ 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

Du 1er mai au 31 octobre 2019, il y a une nouvelle campagne d'adhésion : offre d'une gratuité de 6 mois de « cotisation Amicale Vie » et remboursement du montant d'un an de « cotisation ANR » l'année suivante.

Dans le groupe Hérault, l'AMICALE-VIE compte 370 adhérents au 31 décembre 2018. Il y eu 1 nouvel adhérent et 9 décès enregistrés.

Intervention Francis Jammes,
Délégué régional

2018 a été marquée pour les groupes ANR du Languedoc-Roussillon par deux évènements importants :
Le premier concerne l'organisation d'une rencontre interrégionale des ANR de l'Occitanie. En effet, les échanges amicaux entre les délégués régionaux du Languedoc-Roussillon et de Midi-Pyrénées ont permis de projeter cette idée d'une réunion des responsables des treize départements de l'Occitanie.
Cette réunion interrégionale – une première réalisée en France par l'ANR- a eu lieu le 9 octobre à Castelnaudary en présence de notre Président national Félix Vézier.

Ont participé les présidentes et présidents des 13 groupes départementaux accompagnés d'un membre de leur bureau ainsi que des délégués régionaux suppléants dont Bernadette Vallet ma suppléante et l'administrateur national Louis Biache.

Après une présentation exhaustive de chaque groupe, nous avons échangé plus particulièrement sur le développement des groupes, des activités et sur la solidarité notamment avec les aînés à qui nous rendons visite en fin d'année.

Précisément la solidarité s'est manifestée brusquement quelques jours plus tard à la suite des inondations catastrophiques les 15 et 16 octobre dans l'Aude.

L'ANR Aude s'est immédiatement mobilisée pour recenser les adhérents domiciliés dans les villages signalés sinistrés.

Jean Marie et Monique Carriou, trésorier et secrétaire puis Josiane Soler, Présidente, aidés de quelques personnes du groupe, ont accompli un énorme travail, tentant d'entrer en contact avec les adhérents en dépit de communications mauvaises ou interrompues, puis de leur rendre visite.

Au final, une quarantaine d'adhérents ont connu des dégâts plus ou moins importants dans leur habitation. Dans un premier temps , l'ANR Aude a apporté une aide graduée à une quinzaine d'entre eux. Mais sept adhérents domiciliés à Villegailhenc, Trèbes et Carcassonne ont pratiquement tout perdu.

Dans le prolongement de la rencontre interrégionale que je viens d'évoquer, tous les groupes d'Occitanie ont manifesté leur solidarité et cela a permis à l'ANR Aude de remettre au moment des fêtes de fin d'année un chèque de 1.300 € à chacun des sept couples durement sinistrés.

Au niveau national, l'ANR s'est mobilisée et notre président Félix Vézier a proposé l'ouverture d'un fonds social. Le 30 janvier, à Villemoustaussou, au nom de l'ANR et de son Président, j'ai remis un chèque de 1.000 € à chacun de ces sinistrés.

Vous le voyez, la solidarité n'est pas un vain mot à l'ANR.

Par ailleurs, notre traditionnelle rencontre régionale festive de l'automne a été organisée par l'ANR des Pyrénées Orientales au domaine de Rombeau à Rivesaltes. 170 participants ont profité des visites qui leur étaient proposées et apprécié un bon déjeuner très catalan.

Cette année, c'est l'ANR Hérault qui aura le plaisir de vous accueillir si vous le souhaitez le 27 septembre au Prieuré de Saint Michel de Grandmont (au-dessus de Lodève). Retenez cette date, vous aurez toutes les informations pour vous inscrire dans votre bulletin départemental.

Enfin, ce n'est pas un évènement mais une information. Le 4 juin prochain, en tant que délégué régional, j'accueillerai les délégués de tous les groupes de France et d'Outre-mer pour l'assemblée générale de l'ANR qui se tiendra à Azureva au Cap d'Agde. Ce sera ma dernière intervention comme « délégué régional », mon mandat se terminant précisément ce jour-là.

Bernadette, ancien présidente des PO, m'a accompagné pendant 12 ans en tant que déléguée suppléante et je la remercie très chaleureusement d'être restée à mes côtés jusqu'au terme de NOTRE mandat.

Je tiens aussi à remercier les présidentes et les présidents, anciens ou actuels, avec lesquels j'ai pris du plaisir à travailler dans la bonne humeur tissant ainsi des liens d'amitié et de fraternité.

Je remercie également les membres des bureaux des cinq groupes qui ont participé à la vingtaine de réunions que je leur ai proposées de l'automne 2007 au printemps 2019.

Le 4 juin au soir, c'est Yannick Tessier qui me succèdera au conseil d'administration et c'est Jean Claude Jacquemond qui sera son suppléant.

Je leur souhaite de porter bien haut les couleurs des ANR du Languedoc-Roussillon.

Intervention de Thierry ALIGNAN

Délégué territorial Orange

Après avoir salué l'assemblée et remercié le groupe pour son invitation, il nous fait part de la nouvelle organisation mise en place par ORANGE sur le territoire national, à savoir le regroupement de l'Occitanie et la région Nouvelle aquitaine.

Cette nouvelle région comptera 13.000 salariés d'Orange et 46.000 emplois partenaires.

Il aborde ensuite 3 points essentiels :

- Arrêt du réseau téléphonique commuté, prévue en totalité à partir de 2023 : sur 33 millions de lignes téléphoniques, il en subsiste encore 8 millions sur l'ancienne technologie commutée. Cette évolution se fera par palier en commençant par la région de Toulouse, ensuite en Languedoc Roussillon entre 2024 et 2025.
- Suite à des soucis de qualité sur le réseau cuivre en milieu rural, mise en place au niveau national d'un plan d'action visant à créer un circuit de gestion et de maintenance curative et préventive.
- Suite au plan gouvernemental mis en place du déploiement de la fibre optique en 5 ans sur tout le territoire national, en partenariat avec des d'autres opérateurs tels que les sociétés Altitude, Covage, SFR.

Il rappelle qu'Orange étend ses activités sur le secteur bancaire et que, depuis le 1er mars 2019, elle est en partenariat avec des entreprises de construction afin d'assurer la protection de maisons ou d'appartements.

Intervention de Laurent DANTEN
Délégué régional du Groupe La Poste

Il rappelle que La Poste est une entreprise publique (76000 facteurs en activité) avec une situation financière saine. Le chiffre d'affaires est en développement mais malgré tout l'équilibre reste fragile (marchés concurrentiels, force du numérique…).

A ce jour, La Poste a comme actionnaire majoritaire l'Etat (à 65%) et la Caisse des Dépôts et Consignations (à 35%). Un projet de fusion « Mandarine » devrait inverser cette situation à savoir 25% pour l'Etat et 75% pour la Caisse des Dépôts et Consignations.

A ce jour, une inquiétude subsiste suite aux conclusions du grand débat (devenir du service public, présence postale, fermeture de bureaux de postes).

Intervention de Marie-Claude VATTEMENT
Secrétaire générale

Elle salue l'assistance et transmet les salutations chaleureuses du Président de l'ANR, Félix VEZIER et du bureau national. Elle remercie le Président de l'ANR34, Jean-Claude JACQUEMOND, les membres du comité de gestion, les adhérents et les bénévoles sans lesquels, l'ANR ne serait rien.

Elle salue leurs engagements et disponibilités ainsi que leurs compétences mises au service de tous.

Elle rappelle les différentes missions de l'ANR et ses les objectifs, « se retrouver, se défendre, s'entraider, s'informer, se prémunir » et expose ensuite les travaux et actions du siège pendant l'exercice 2018.

Elle précise que notre présence efficace sur le terrain chaque jour, donne un sens aux valeurs de l'ANR. Avec 16 millions de retraités en France, nous devons être partie prenante de la gouvernance du futur système de retraite.

Pour se faire entendre, l'ANR a adhéré à la « Confédération Française des retraités » (CFR) et a un accord de partenariat avec le « Pôle des Retraités » (FGR-FP, UNRP, UNRPG et la FNOM) soit environ 2 millions d'adhérents au total.

Elle rappelle les revendications de l'ANR : compensation de l'augmentation de la CSG par une déduction sur l'assurance complémentaire sous forme de crédit d'impôt et rétablissement de la revalorisation des pensions au 1er janvier (entre-autres).

Les actions, les démarches mises en place pour recruter de nouveaux adhérents ne sont pas enthousiasmantes, elle lance un appel à l'assistance afin de s'investir dans le rôle de recruteur.

Elle conclue par une citation de GANDHI :

« Quoi que tu fasses, cela sera insignifiant
mais il faut que tu le fasses ».

Intervention de Jean-Yves BARBIER, FGR-FP
Représentant Jean MEDAN

Il rappelle que nous avons les mêmes inquiétudes, les mêmes revendications concernant :

- la perte de 5% du pouvoir d'achat en deux ans,
- la pression fiscale accrue par la suppressions de réductions familiales,
- le droit à la santé de plus en plus difficile à exercer,
- la perte d'autonomie,
- le recul ou suppression des services publics de proximité …

Une démarche a été entreprise auprès de tous les maires de France afin de faire voter une motion de soutien aux revendications des retraités et obtenir un interlocuteur authentique et habilité au sein du gouvernement.

Même si les réformes sur le système des pensions de reversions à venir ne nous concernent pas directement, il faut rester vigilant car quel que soit le scénario retenu, le niveau des pensions de reversions va se détériorer.

Dans quelques semaines, au Parlement va être présenté la réforme de la Fonction publique qui prévoie la disparition de 120.000 fonctionnaires.

C'est pourquoi, les uns comme les autres, dans le respect de nos organisations et nos identités, nous avons intérêt à développer des actions solidaires et nous unir pour être plus forts.

Intervention des partenaires
(le temps étant restreint, une seule prise de parole)

Josiane SOLER présidente de l'AUDE tient a remercier vivement l'ANR 34 pour l'aide financière apportée aux adhérents sinistrés lors inondations de cet hiver.

Tous les groupes de l'Occitanie, le siège, l'Amicale Vie et La Mutuelle Générale ont participé pour apporter un concours financier qui a été très apprécié.

Le président clôt l'Assemblée à 12h50.

Le 2ème loto de l'ANR n'ayant pu avoir lieu en début d'année, le lot « **Séjour d'une semaine en mobile home à l'Ile de Noirmoutier** »; **offert par le COS**, a été l'objet d'une tombola gratuite lors de l'assemblée.

Tous les adhérents du groupe, présents ou ayant donné procuration, ont participé automatiquement.
Le tirage a été fait lors du repas.

Le gagnant a été M. Mazas Raymond.

Notes de sorties

Se retrouver

Une Costa Brava arc en ciel et aux mille atours s'offre à nos randonneurs

Pour le traditionnel séjour de fin de premier semestre et fêter l'arrivée de l'été au plus près d'une nature chatoyante, la section rando avait choisi pour 2018 la Costa Brava*; après les Pyrénées catalanes romantiques et envoûtantes parcourues en 2017.*

Du 2 au 9 juin ce sont 45 randonneuses et randonneurs joviaux, qui ont posé leurs bagages à AMPURIABRAVA; une des plus grandes Marina résidentielles au monde, située sur la Costa Brava dans la baie de Roses, riche de 3000 ans d'histoire.

Roses dont les origines remontent au 8ème siècle avant JC est une ville aux essences méditerranéennes ; située dans un environnement naturel unique au nord de la Costa Brava, à moins de 30 km de la frontière française.

Elle est la **porte d'entrée de nombreux parcs naturels protégés que nous découvrirons au cours de nos randonnées.**

C'est l'appart Hôtel « Xon's Platja »*, aux appartements spacieux et balcons agréables* ***qui nous a accueillis,*** *proposant une literie confortable, un buffet varié et abondant approprié à nos solides appétits; des salons de détente et une animation musicale en soirée.*

Il fallait cela, compte tenu d'un programme découverte de la Costa Brava Nord dans toutes ses composantes, varié, ambitieux; mais néanmoins adapté aux capacités et attentes différentes des participants.

12 randonnées proposées, dont 6 de niveau facile et moyen, effectuées dans les sites ci-après.

Roses : son site Mégalitique, son phare, ses caps et son chemin de ronde.

Randonnées :

- **Sur les « monts » (les Puig) de Roses**, parmi les oliviers et les cistes, **au cœur du site Mégalitique** constitué de dolmens, menhirs, et constructions en pierres sèches ; nous permettant de faire un voyage dans le temps sur les traces des premiers habitants connus de Roses.
- **le long de la côte entre les plages de la Cala Montjoi et de l'Almadrava; en empruntant le chemin de ronde** qui suit le littoral abrupt.
  Sur le parcours, nous passâmes par la « punta falconéra » et le Cap Norfeu offrant de belles vues panoramiques. Nous avions, d'un côté, le vert des pins et de l'autre, le bleu de la mer.
  Ce circuit a été une excellente manière de découvrir de petites calanques, des falaises, des plages charmantes et autres espaces naturels remarquables.

Le Parc Naturel du Cap de Creus

C'est un lieu d'une exceptionnelle singularité géologique et biologique avec ses paysages abrupts de falaises, d'îlots, de criques aux eaux transparentes et ses plages de sable avec l'eau d'un bleu intense.

2 belles randonnées effectuées parmi une végétation dominante de maquis et de petits arbustes. **L'une au départ la plage de Portligat** (célèbre pour la maison-musée Salvador Dalí), **avec pour objectif la Pointe du Cap de Creus et son mythique Phare** ; **l'autre au départ de Port de la Selva avec pour objectif le cap de la Punta Blanca** et ses nombreuses « cala (criques).

A quoi ajouter un circuit plus court de découverte du Cap d'en Roig, de Portligat et surtout de Cadaqués et ses charmantes ruelles.

Le Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà

Une zone protégée faite de grandes étendues de roselières, de massettes et de champs inondables où convergent les fleuves Muga et Fluvià.

Avec des lagunes littorales, des près saumâtres et des dunes en lisière de plages.

Nos randonnées nous ont permis de découvrir une mosaïque d'éco-systèmes très divers et grâce à des points de vue, d'approcher une faune riche en particulier cigognes et autres échassiers, perruches….

Se retrouver

Notes de sorties (Suite)

Une Costa Brava arc en ciel et aux mille atours s'offre à nos randonneurs

Le monastère de Sant Pere de Rodes.

Monastère bénédictin construit au Xème siècle sur le flanc de la montagne de Verdera, en contrebas des ruines du château de Sant Salvador de Verdera qui lui offrait sa protection.

Vue exceptionnelle sur la baie de Llançà, El Port de la Selva et le cap de Creus. Randonnée difficile avec des passages sur une crête accidentée à près de 700m d'altitude.

Parc naturel du Montgri et des îles Medes.

Situé entre les sites touristiques de la Escala et l'Estartit, il englobe, le massif montagneux du Montgrí, l'archipel des îles Medes avec leur fond marin d'une grande valeur écologique, et les zones humides formées par la rivière la baie de Pals.

Il offre un éventail de paysages méditerranéens et des écosystèmes côtiers divers. Dans ses falaises côtières nichent différentes espèces d'oiseaux marins.

Nos randonnées nous ont permis de découvrir la grande richesse de ses ressources naturelles en longeant et dominant de nombreuses «cala» (criques) et d'apercevoir dans une mer scintillante de gros poissons non identifiés.

La Escala et les Ruines d'Empuriès.

Entre Sant Martí d'Empúries et l'Escala se trouve l'un des gisements archéologiques les plus importants de Catalogne. Grâce à l'ancien port, les villes, la grecque (Emporion) et la romaine (Emporiae) furent la porte par laquelle les cultures classiques pénétrèrent dans la péninsule ibérique.

Randonnée couplée avec une visite des ruines et du musée d'Archéologie.

Bien entendu le programme « randonnées » était au choix et complété par une liste d'excursions et visites proposé en complément.

Car la **Costa Brava** réserve également un vaste éventail de propositions culturelles : **Salvador Dalí (Musée de Figueres et de Portligat),** le **monastère de Sant Pere de Rodes** et le **château de Peratallada**, les **villes médiévales** de **Tossa de Mar**, **Púbol** et **Pals,** les **ruines d'Empúries**, témoins exceptionnels des civilisations gréco-romaines, la **céramique** traditionnelle de **La Bisbal** … etc .

En conclusion séjour réussi grâce à la beauté et diversité de choix de la Costa Brava, un temps clément (seulement quelques orages passagers en fin de journée), un bon accueil et la bonne humeur et convivialité de tous les participants.

BOUGEZ ! . . . RANDONNEZ !

Rendez-vous sur notre site :
www.anr34.fr

Informer

LES NOUVEAUX RETRAITÉS . . .

Notre association était agréé pour recevoir chaque semestre, la liste des nouveaux retraités « fonctionnaires » de La Poste et d'Orange (France Télécom).

A la suite de cette transmission, une action de prospection était engagée : chaque nouveau retraité recevait du siège national un exemplaire de notre revue « La Voix de l'ANR » et le groupe lui adressait une lettre de contact avec notre Gazette et accompagnée d'une proposition d'adhésion.

Le groupe Hérault signalait ainsi son existence et ses activités aux quelques 110 nouveaux retraités de chaque semestre.

Avec la récent mise en œuvre du RGPD (Règlement Général de la Protection des Données), cela n'est plus possible.

Une importante source de recrutement s'est donc tarie.

Vous avez peut-être connaissance de collègues, **qu'ils soient fonctionnaires ou pas**, qui ont pris leur retraite ou qui cessent progressivement leur activité.

Vous pouvez agir, en leurs signalant notre association, avec nos objectifs :
s'informer, se défendre, se retrouver, s'entraider et se prémunir,
et nos valeurs : **solidarité, convivialité, bénévolat**.

Aidez l'association,

RECRUTEZ !

Vous le pouvez !!

ANR 34 CARNET DES ADHÉRENTS : LES NOUVEAUX PÉRIODE DU 1/11/2018 AU 30/4/2019

AUTIÉ Marie-Françoise	MONTPELLIER	GARCIA Christine	NISSAN LEZ ENSERUNE
BATAILLÉ Maryse	MONTPELLIER	GARCIA Gérard	NISSAN LEZ ENSERUNE
BERTIN Jacques	COLOMBIERS	GUILLOT Marie-Claude	CAZOULS D'HERAULT
BONNAFOUS Evelyne	PAULHAN	MATAN Bernard	CANET
BONNAFOUS Guy	PAULHAN	ROSSI Evelyne	MONTPELLIER
DOMBRE Agnès	ST JEAN DE VEDAS	SPINAZZÉ Josette	MONTPELLIER
		TAILLEFER Jean	MAURIN

BIENVENUE à tous ces nouveaux adhérents

Le choix du prélèvement, LE BON CHOIX !

Au groupe Hérault, nous comptons 588 cotisations prélevées représentant 785 adhérents.

Rappel ; Le paiement de la cotisation doit être fait avant le 31 mars.

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

ENVOYEZ-NOUS SIMPLEMENT UN RIB !!!

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

Sites de l'association

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

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

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

Vous y trouverez :

Actualités - Droits - Documentations - Revues nationales - Forum

Vous avez une adresse mail ? Faites-nous un message de contact !
Nous pourrons échanger plus facilement.

Vous aimez animer un site ? Venez partager vos compétences ! ! !
Vous aimeriez participer à l'élaboration de la gazette ?
Nous sommes à votre écoute.

La légende du Colibris

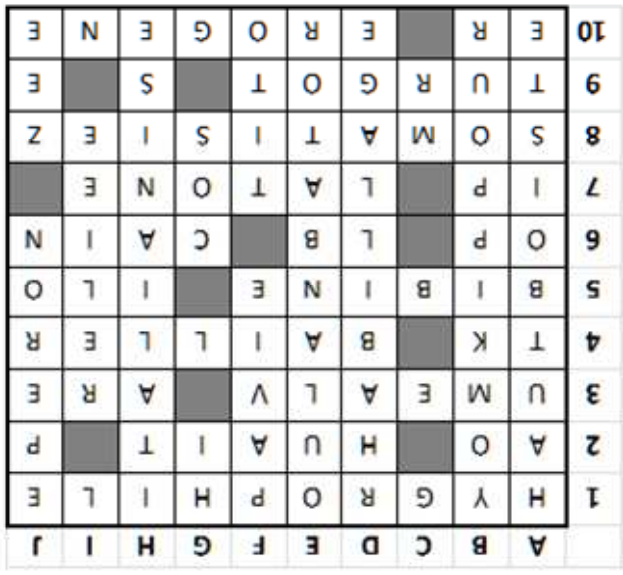
Un jour, selon la légende, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux terrifiés, atterrés, observaient impuissants le désastre.

Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes avec son bec pour les jeter sur le feu.

Après un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire, lui dit :
« Colibri ! Tu n'es pas fou ?
Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau
que tu vas éteindre le feu ! »

Et le colibri lui répondit :
« Je le sais, mais je fais ma part. »

Solutions du mots croisés



ANR 34 CARNET DES ADHÉRENTS : ILS NOUS ONT QUITTÉS PÉRIODE DU 1/11/2018 AU 30/4/2019

AGULHON Monique	ST GERVAIS SUR MARE
AGUSSOL Suzanne	BEZIERS
AKNINE Marie	SETE
ALRIC Elise	BEZIERS
ARENS Denise	MARSEILLAN
BANS Danielle	CARNON
BARTHES Colette	BEDARIEUX
BARTHES Georges	BEDARIEUX
BENOIT Robert	MONTPELLIER
BERTIN Lucette	COLOMBIERS
BUR Jérome	MONTPELLIER
CARBONNEAU Françoise	ABEILHAN
CARCAGNO Carmen	MONTPELLIER
CARON Claude	LOUPIAN
CAZILHAC Eliane	MONTPELLIER
CHASSAGNE Lucien	ESPONDEILHAN
COCHEZ Raoul	SERIGNAN
CROS Roger	LEZIGNAN LA CEBE
DALLET Roselyne	GIGNAC
DEBONO André	COURNONSEC
DEMOY Denise	ST CLEMENT DE RIVIERE
DESBAS Léonie	LATTES
DUPRE Claire	MARSILLARGUES
ELZIERE Pierre	MONTPELLIER
ESTIVAL Jeannine	LAVERUNE
FORCE BARGE Henri	CASTRIES
GLEIZES Alain	BEZIERS
HILLION Lucienne	PEROLS
MARTORELL Solange	LIGNAN SUR ORB
MIGEON Geneviève	LUNEL CEDEX
MILLET Gérard	MONTPELLIER
OBIN Lucienne	RIVIERE SUR TARN
PANICOT Roger	BOUJAN SUR LIBRON
PELOSO Joseph	FONTANES
PONSY Hélène	MONTPELLIER
PRETRE Daniel	SETE
PUJOL André	BEZIERS
SERIN Raymonde	MONTPELLIER
SOARDI Augustine	LATTES

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 !

N'hésitez pas à nous contacter: anr34@orange.fr

Jours de peines, de solidarité, d'amitié . . .

Nous avons accompagné à leur dernière demeure . . .

Migeon Geneviège, en début janvier.

Barthes Georges, longtemps correspondant social sur le secteur de Bédarieux. Très connu dans la vallée de l'Orb, il fut un fameux recruteur d'adhérents. Plusieurs membres du comité et collègues ANR des Hauts cantons, ainsi que de très nombreux amis étaient présents au cimetière de « Le Soulié » début février, par une journée brumeuse et enneigée. Son épouse Colette l'a rejoint deux semaines plus tard. Nos pensées chaleureuses les accompagnent.

Cazilhac Eliane, épouse de notre ancien président Raymond Cazilhac, nous a quitté début janvier. Nous étions présents aux obsèques à Palavas-les-Flots et avons manifesté notre soutien et affection à Raymond et sa famille.

Alric Elise, épouse de René Alric, ancien vice-président du groupe, nous a quitté fin avril. Plusieurs adhérents du groupe ont entouré René au « Puech Bleu » à Béziers.

Guiraud Jacques. Avec de très nombreux présents, nous avons entouré, le 22 mai, à Taussac, notre correspondante de Bédarieux, Gisèle Guiraud, qui a perdu le même week-end, et sa mère et son époux.

Beaucoup d'autres adhérents ont entourés de leur affection et réconfort, la famille et les proches de ceux qui ont quitté ce monde, exprimant ainsi toute leur solidarité.

Hoax - Comment reconnaître un hoax ?

Publié par : http://assiste.com.free.fr/p/abc/a/hoax_comment_reconnaitre_un_hoax.html

Un hoax est un piège qui, sous un faux prétexte revêtu de tous les atours nécessaires pour le rendre crédible, tente de briser les barrières de votre vigilance. Il joue sur la crédulité humaine qui est incommensurable. C'est de l'ingénierie sociale. Toutes les ficelles du bon vendeur sont utilisées pour vous faire basculer. C'est de l'intox.

Les hoax qui nous intéressent plus particulièrement, en matière de sécurité informatique, sont ceux transmis par **courrier électronique** et véhiculant une incitation à l'exécution d'une action ruinant la sécurité et l'intégrité de nos systèmes informatiques. A ne pas confondre avec :

- les courriers électroniques comportant des virus qui se déclenchent automatiquement dès l'ouverture du courrier, sans action de votre part
- la diffusion de virus en pièce jointe, toujours par courrier électronique, assez proche tout de même des hoax, vous disant simplement «Super information en pièce jointe» ou «Regarde cette superbe fille» ou «Le message en pièce jointe n'a pu être délivré» etc.
- le scam419 qui est de l'ingénierie sociale (c'est du hoax également)
- le phishing ou hameçonnage
- les chaînes de solidarité -

Pour être un « hoax » un courrier électronique doit comporter, en plus de l'attaque, une partie rédactionnelle tentant de vous convaincre de quelque chose.

Les hoax d'attaque à l'intégrité de nos systèmes informatiques reproduisent les mêmes schémas que les virus classiques en vous incitant, chaque fois :

- à appliquer un utilitaire joint qui se révèle être un virus ou
- à vous conduire vous-même en virus en détruisant tels ou tels fichiers prétendument viraux alors qu'ils sont tout à fait légitimes, à colporter et répliquer cette incitation à tout votre cercle de connaissances pour les inciter, à leur tour, à en faire de même.

Ces hoax sont de mieux en mieux construits et comportent tous les ingrédients pour vous faire accepter d'exécuter ce qui y est dit.

Soyez très vigilant, bon sang ! lorsque vous recevez un courrier « bizarre » !

- Regardez de qui cela provient.
- Pourquoi voulez-vous qu'un quidam que vous ne connaissez pas (ou une connaissance qui n'y connaît rien - de quoi se mêlerait-il ?) vous alerte à propos de quoique ce soit en matière de sécurité informatique ?
- Pourquoi voulez-vous qu'un grand organisme ou une grande société se mette tout d'un coup à vous alerter sur quoi que ce soit ? Jamais les Microsoft, CNRS, banques, administrations, universités etc. ... ne communiquent de cette manière (il peut exister des bulletins d'alertes mais ils viennent d'organismes spécialisés répertoriés et, en sus, pour les recevoir vous avez dû vous y abonner).

Ne participez pas à la propagation de ces fausses alertes - vous pourriez être poursuivi pour malveillance.

N'ouvrez jamais et n'exécutez jamais une pièce jointe d'un e-mail sauf cas particulier (vous l'attendez et vous avez demandé à l'expéditeur présumé s'il vous l'a bien envoyé avant d'ouvrir - par un coup de téléphone, par exemple) et après test à l'antivirus.

Ingénierie sociale *:Consiste à exploiter les faiblesses psychologiques et sociales des individus pour obtenir quelque chose frauduleusement (un bien, un service, un virement bancaire, un accès physique ou informatique, la divulgation d'informations confidentielles, etc.). En utilisant ses connaissances, son charisme, son sens de l'imposture ou son culot, l'attaquant cherche à abuser de la confiance, de l'ignorance et de la crédulité de sa cible pour obtenir ce qu'il souhaite*

Virus *: C'est un automate autoréplicatif à la base non malveillant, mais aujourd'hui souvent additionné de code malveillant (donc classifié comme logiciel malveillant), conçu pour se propager à d'autres ordinateurs en s'insérant dans des logiciels légitimes, appelés « hôtes ». Il peut perturber plus ou moins gravement le fonctionnement de l'ordinateur infecté. Il peut se répandre par tout moyen d'échange de données numériques comme les réseaux informatiques et les cédéroms, les clefs USB, les disques durs, etc.*

Scam419 *: La* ***fraude 419*** *(aussi appelée* ***scam 419****, ou* ***arnaque nigériane****) est une escroquerie répandue sur Internet. La dénomination 4-1-9 vient du numéro de l'article du code nigérian sanctionnant ce type de fraude. Un scam se présente généralement sous la forme d'un courriel dans lequel une personne affirme posséder une importante somme d'argent (plusieurs millions de dollars en héritage, pots-de-vin, comptes tombés en déshérence, fonds à placer à l'étranger à la suite d'un changement de contexte politique, etc.) et fait part de son besoin d'utiliser un compte existant pour transférer rapidement cet argent.*

Y a-t-il de la lumière dans le tunnel ? *Libre opinion*

Par Jean-Marc Dupuis de santenutrition@sante-nature-innovation.fr

Comme tous les journaux sont pleins de ces nouvelles déprimantes, j'ai voulu, en ce dimanche matin, essayer de diffuser tout de même une *bonne nouvelle* sur l'environnement. Cela n'a pas été facile, mais j'ai tout de même trouvé une nouvelle vraiment réjouissante !!

On sait, en effet, que la presse a plus tendance à parler des catastrophes : « *Un seul arbre qui tombe fait plus de bruit que toute une forêt qui pousse* », dit le dicton.

Eh bien j'ai eu la bonne surprise de tomber sur une bonne avec une nouvelle étude scientifique qui montre que la Terre est de plus en plus verte, **la Terre est de plus en plus verte !**

C'est une étude très sérieuse, qui a été réalisée grâce aux enregistrements durant deux décennies de satellites de la Nasa ayant *pris en photo chaque mètre carré de la Terre, tous les jours, et jusqu'à 4 fois par jour* ! À la surprise générale, les chercheurs qui examinaient les photos se sont aperçus que, contre toute attente, les zones vertes sont en progression presque partout dans le monde, et non en régression comme on le suppose toujours.

Personne n'en a parlé dans les grands médias, mais il est désormais prouvé que les déserts ne progressent plus à l'échelle de la planète.

La déforestation massive dans certaines zones (Amazonie, Indonésie) est aujourd'hui plus que compensée par les programmes de reforestation et de mise en culture de zones autrefois désertiques, créant de larges zones vertes.

Le mouvement est mené par la Chine et l'Inde, qui sont pourtant les pays les plus peuplés. L'observation par satellite de ces pays ne fait aucun doute : **la terre a verdi d'une surface équivalente à l'Amazonie,** depuis l'an 2000.

33 % des zones vertes du globe sont actuellement en expansion contre 5 % en recul.

Ainsi les zones couvertes de végétation progressent-elles en Chine, en Inde, au Canada, dans l'Union européenne, en Russie, en Australie, au Mexique, en Argentine, au Brésil, au Congo, en Indonésie et dans bien d'autres pays.

Le phénomène de la progression des zones végétales avait déjà été détecté dans les années 1990 par le spécialiste Ranga Myneni de l'université de Boston (USA), avec ses équipes. À l'époque, ils ne savaient pas si l'être humain en était responsable.

Un quart de siècle plus tard, on a la réponse : oui, la prise de conscience des problèmes d'environnement est bien la cause de ce « verdissement », avec des programmes un peu partout dans le monde de protection des forêts et de reforestation, ainsi que d'irrigation et de mise en culture de zones désertiques, permettant de créer de nouveaux climats favorables.

Les zones vertes, y compris agricoles, dégagent, en effet, une forte humidité qui forme des nuages retombant sous forme de pluie, alimentant un cercle vertueux favorable à la végétation.

Attention : plus de zones vertes ne compensent pas la destruction d'écosystèmes uniques.

Bien entendu, le fait que la Terre soit globalement plus verte n'enlève rien à la gravité de la destruction des forêts tropicales et primitives, qui sont des écosystèmes uniques, irremplaçables, avec une biodiversité qui ne revient pas si on l'a détruite.

Dit autrement, le fait que la forêt progresse en Belgique, en Russie ou en Chine n'apporte aucune ou quasiment à l'amélioration de la biodiversité.

Au contraire, il s'agira bien souvent de plantations d'espèces banales (sapins, eucalyptus, bouleaux…) ou de zones agricoles.

De plus, certaines régions désertiques ont été végétalisées en utilisant des ressources en eau douce souterraine, en particulier en Inde. La tendance pourrait s'inverser si ces stocks étaient surexploités et venaient à s'épuiser.

« Lorsque les gens comprennent qu'il y a un problème, ils ont tendance à le résoudre ».

Néanmoins, ces zones vertes absorbent du dioxyde de carbone, produisent de l'oxygène et des matières organiques qui peuvent être ensuite réutilisées pour les agrandir, stabiliser et enrichir les sols, permettent à des champignons, bactéries et insectes de se développer.

L'image d'une Terre où la surpopulation entraînerait un recul rapide des zones végétalisées n'est peut-être plus d'actualité aujourd'hui.

On s'aperçoit, au contraire, que l'Homme est capable, s'il le veut, de se comporter en « jardinier » de la Terre, un jardinier ayant les pouces bien verts puisqu'il fait verdir des déserts, ce qu'aucune autre espèce animale n'a fait.

Pour ma part, je veux croire que nous pouvons y arriver, à condition de nous retrousser les manches et de refuser le pessimisme du désespoir, qui conduit à laisser se produire la catastrophe sans rien faire.

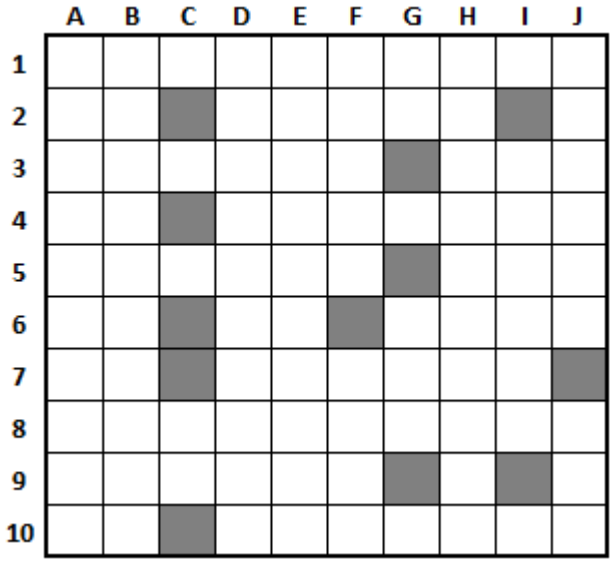
Des mots casse-tête !

DETENTE

Horizontalement. **1**_ NE SE DÉVELOPPE PAS SANS EAU **2**_DÉBUT D'AORTE - CONSPUHAIT **3**_FLEUVE DE SUÈDE - PETIT BIEN **4**_LETTRE DE TÉKEL - DONNER **5**_PEU APPRÉCIE DES BELGES - MOITIÉ D'UN PORT DES PHILIPPINES **6**_SERT À SITUER UN MORCEAU - UNITÉ ANGLO-SAXONNE **7**_PROTOCOLE DE COMMUNICATION - MÈRE DE BEAUX DIEUX **8**_OPÉRIEZ LA TRADUCTION D'UN CONFLIT PSYCHIQUEPRÉPARE **9**_IL TRANSFORMA LE LIMOUSIN **10**_FIN DE VERBE - SE DIT D'UNE PARTIE SENSIBLE

Verticalement. **A**_INSTRUMENTISTE **B**_FETE DE PÉNITENCE **C**_ENTOURE LE MANOIR **D**_RÉPARATION **E**_SUR LA TOLA **F**_NOM D'UNE PÊCHE - MARÉCHAL **G**_ÉCLAT DE RIRE - ÎLE GRECQUE **H**_DONNE UN CARACTÈRE MÉDITÉRRANÉEN **I**_JOINTE **J**_SAILLIE - DORÉE

Grilles de notre collègue ***DESPAX***



Entre nous . . . *glané sur le net*

À tous les jeunes qu'on a connus, avant
Et qui sont des vieillards ... maintenant !

À toutes ces filles jadis coquettes
Maintenant en maison de retraite,
Pour nous souvenir, prenons un instant
Tant qu'il est vraiment encore temps!

À tous ces garçons hier charmants
Et qui, aujourd'hui, sont grisonnants,
À toutes ces filles en mini-jupettes
Ridées désormais comme des fruits blets,
J'envoie ce message important
Pour nous moquer un peu de nos tourments.

On vieillit, on vieillit,
On est de plus en plus raplatie, raplati.

On a la mémoire comme une passette,
On a du mal pour mettre nos chaussettes.
On est tout rabougri, déjà amorti,
On oublie même parfois ses anciens amis.

À tous mes virtuels correspondants
Qui sont chaque jour devant leur écran,
À tous mes amis qui, par Internet,
M'envoient souvent des "blagounettes",
Je souhaite qu'encore longtemps
Nos échanges soient récurrents.

Une jeune journaliste de CNN avait entendu parler d'un très, très vieux juif qui se rendait deux fois par jour prier au mur des lamentations, depuis toujours.

Pensant tenir un sujet, elle se rend sur place et voit un très vieil homme marchant lentement vers le mur.

Après trois quarts d'heure de prière et alors qu'il s'éloigne lentement, appuyé sur sa canne, elle s'approche pour l'interviewer.

« Excusez-moi, monsieur, je suis Rebecca Smith de CNN. Puis-je connaître votre nom ? »
« Moshe Rosenberg » répond-t-il.
« Et depuis combien de temps venez-vous prier ici ? »
« Plus de 60 ans » répond-t-il.
« 60 ans ! C'est incroyable !
Et pourquoi priez-vous ? »
« Je prie pour la paix entre les Chrétiens, les Juifs et les Musulmans. Je prie pour la fin de toutes les guerres et de la haine. Je prie pour que nos enfants grandissent en adultes responsables, et qu'ils aiment leur prochain. »
« Et que ressentez-vous après 60 ans de prières ? »
« . . . J'ai l'impression de parler à un mur. »

Quelle est la définition de la fidélité? Un manque d'occasions.

Quelle est la puissance d'un cotontige ? Deux ouates.

Pourquoi Dieu a-t-il invente l'homme avant la femme ?
Pour lui permettre d'en placer une.

Quelle est la différence entre une minijupe et un bon discours?
Il n'y en a pas. Ça doit être assez court pour conserver l'attention mais assez long pour couvrir l'essentiel.

Entre voisines :
« Carmen es-tu malade ? Je te le demande car j'ai vu sortir un docteur de chez toi ce matin »
« Écoute, hier matin j'ai vu sortir un militaire de chez toi et c'est pas pour autant que tu es en guerre, pas vrai ??? »

Association Nationale des Retraités Groupe Hérault
Directeur de la publication : Jean-Claude JACQUEMOND
Réalisation : Commission Communication - Maquette : Louis Biache

TIRAGE : 1.900 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

OFFRE 2019 : Voir article en page 3