

AMR34

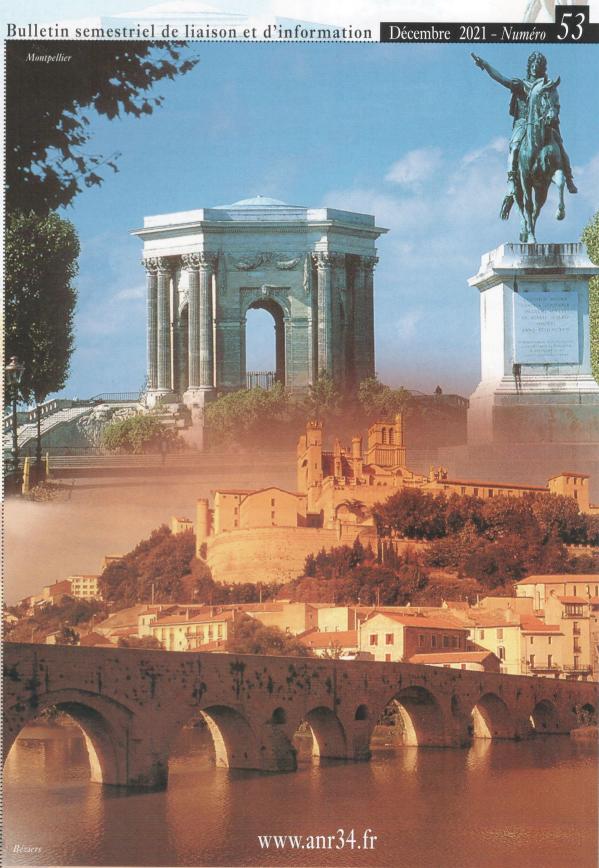
Association
Nationale
de Retraités

Groupe HÉRAULT

Joyeuses
Fêtes

Bonne
Année!

Santé, Solidarité



La période actuelle est difficile pour honorer les évènements heureux ou pour accompagner nos collègues lors des obsèques, ou même pour leur rendre visite.

Nos correspondants manifestent autant que possible leur soutien fraternel.. Et nous gardons l'espoir de retrouver vite des jours plus « heureux ».



Gabriel & Jacqueline CANTIER le 9 juin 1956 - Montarnaud

Félicitations et tous nos vœux



MARIETTE Poème de Roger Fabre Juin 2001

Je me souviens, Mariette, Combien tu étais joliette. Nous allions à l'école, Dansant la farandole.

Dans tes bras, ta poupée, Comme à une nouvelle-née, Tu chantais une berceuse Et même la carmagnole.

Je fis la courte échelle, Pour ne pas la laisser seulette Pourchasser le lézard, Et pêcher le tétard.

A quinze ans, tu avais hâte De lever la jambette, Tu ne parlais pas d'école, Certains disaient : "Elle est folle".

Tu étais une petite fée Qui faisait la grandette. Tu as parcouru la plaine, Empli ton bas de laine.

Te souviens-tu, Mariette ? Tu es maintenant une grand-mère ; Des petits-enfants, tu en as une équipe Mais ta jambe vacille.

Pour lire, il te faut des lunettes, Pour cheminer, charrette. Mais, crois-le, dans ma tête, Nous dansons la farandole. Me rapèli, Marieta, Coma èras polideta. Anavem a l'escòla, Dançant la farandòla.

Als braces, ta peteta, Coma a una nineta, Cantavas breçairòla E mai la carmanhòla.

Faguèri l'escaleta, Per anar pas soleta Percaçar l'engrisòla, Pescar la cabassòla.

A quinze ans, aviás freta De levar la cambeta, Parlavas pas d'escòla, D'unes disián : « Es fòla ».

Èras una fadeta Que fasiá la grandeta. As trepada la sòla, Emplida ta caçòla.

Te rapela, Marieta? Siás ara una mameta; De filhets, n'as ta còla Mas ta camba trantòla.

Per legir, cal luneta, Per caminar, carreta. Mas, crei-me, dins ma bòla, Dançam la farandòla.



Association Nationale de Retraités La Gazette du groupe Hérault Décembre 2021 n° 53

Sommaire

Editorial

2
3
4
5
6
7
8
9
10
12
15
16

Statistiques au 10 novembre 2021

33 personnes morales

996

880

1

46

1 006

889

28

1 073

1 923 adhérents

Individuelle

Réversion

FT - Orange

La Poste

Femmes

Autre

Enf, handicapé

Couple

Chères lectrices et chers lecteurs,
L'année 2021 écoulée nous laisse à toutes et à tous un
souvenir très mitigé et confirme surtout que les prévisions sont
difficiles et se réalisent rarement comme prévues

Le covid 19 a bouleversé notre quotidien et continuera probablement de dicter sa loi pendant un certain temps!

En dépit de la situation sanitaire nous avons pu organiser la réunion des correspondants sociaux le 16 novembre 2021 à Sète afin de maintenir les visites auprès de nos anciens en fin d'année et leur apporter un « chèque cado » ; une première à l'ANR Hérault! Nous attendons les réactions.

Le Gard organisait le 28 septembre 2021 la journée de rencontre régionale (annulée en 2020 à cause de la pandémie!) à Montcalm, avec visite de la manade Saint Louis ou des Salins du Midi à Aigues-Mortes. Sur 140 personnes, l'ANR Hérault en comptait 47 ... pas mal vu la crise!

Courant septembre nous avons emménagé dans notre nouveau local à l'entresol pas loin des « CCP » pour les anciens ! à Montpellier Rondelet.

Je vous donne rendez-vous au mois de janvier pour les galettes des rois (7 dates !), en février pour le loto et le 5 avril 2022 pour l'assemblée départementale à Azureva Cap d'Agde.

Je vous souhaite d'agréables fêtes de fin d'année avec vos proches. Prenez soin de vous.

> Jean-Claude JACQUEMOND Président ANR Hérault.

Voilà maintenant 2 années que la tempête nous environne!
Contaminations, tests, incidences, hospitalisations, décès, pics,
plateaux, explosions, experts, statistiques, complotismes!
Les familles, la société, sont divisées, le civisme est malmené!.
Des clivages se révèlent, se creusent et se confortent.
Bon sens où es-tu?

Hommes 850 44.2%

51,8%

45.8%

0,1%

2.4%

52,3%

46.2% 1.5%

55,8%

Et pourtant il faut aller de l'avant. En effet, il nous faut vivre chacun notre vie.

L'entraide et la bienveillance, vertus cardinales, sont essentielles. Relativisons, positivons!

Il y a assez de désagréments et de malheurs tous les jours, n'en rajoutons pas. L'orage est là, et pour un certain temps encore. On traverse une catastrophe, soit, mais il y eu bien pire. Nos ancêtres ont vécu des évènements plus terribles, mais nous avions l'illusion que l'on pouvait tout maîtriser. Que l'humilité soit notre force.

Louis Biache – Libre propos

« L'une des clés pour l'avenir serait de placer la bienveillance au cœur de nos relations. On a besoin de recréer du lien. Dans les moments de fracture, on a encore plus besoin des autres. Nous avons les ressources pour surmonter cette épreuve. »

Frédéric LENOIR, philosophe et écrivain.

Voeux du Délégué Régional Orange Occitanie Est

Madame, Monsieur, Cher(e) collègue,

La crise du COVID-19 n'est pas terminée, mais nous avons déjà observé un certain nombre de dynamiques induites et notables.

Celle-ci a considérablement accéléré le processus déjà en cours de numérisation de la société avec le développement massif du télétravail, des consultations médicales, des actes administratifs et des cours réalisés à distance. Elle a également induit voire renforcé de nouvelles dynamiques démographiques avec une volonté chez de nombreux urbains de se rapprocher davantage de zones moins denses.

Nos réseaux sont essentiels à cet égard : accompagner la déformation des usages et garantir l'accès du Haut Débit à l'ensemble de la population. Avec cette crise, le numérique est devenu plus seulement un facteur, mais une condition pour l'inclusion des citoyens et des territoires, ainsi que pour la compétitivité des entreprises.

Les réseaux demeurent l'ADN

d'Orange, une préoccupation majeure, avec de grandes implications tant humaines que financières.

Nous avons pris en 2021, des mesures qui représentent un investissement colossal pour un opérateur qui outre l'entretien du cuivre, entretien également le réseau fibre. Une fibre pour laquelle nous poursuivons le déploiement partout sur les territoires afin que tous aient accès au très haut débit. Orange reste d'ailleurs la locomotive de ce déploiement en France puisque 2/3 des accès FttH ont été construit par l'opérateur. Dans l'Hérault, 70% des logements sont désormais raccordables à la fibre Orange.

Sur le mobile, nous avons poursuivi le déploiement de la 4G dans les zones rurales : 99,8% de la population couverte. Nous avons également commencé à déployer la 5G. Tout d'abord à Montpellier en décembre 2020, puis sur le littoral Montpelliérain à l'été et Béziers fin octobre. Près de 50 % de la population héraultaise a accès à la 5G.

Ce nouveau réseau mobile constitue le socle des services de la décennie à venir et sera le catalyseur de nouveaux usages dans différents secteurs d'activité, comme l'industrie, la santé, les médias, le tourisme, les transports ou les villes intelligentes et villages connectés.

Pour terminer une autre responsabilité de long terme : la réduction de l'empreinte environnementale de nos activités, en cohérence avec notre raison d'être (donner à chacune et chacun les clés d'un monde numérique responsable). Nous nous engageons dans une démarche cohérente sur tous les aspects pour faire du numérique une opportunité pour tous les territoires, leurs habitants et leurs entreprises dans une démarche respectueuse de l'environnement. Le numérique est l'une des solutions pour la réduction de l'empreinte environnementale de notre société.

Je vous présente, pour l'année 2022, mes souhaits de bonne santé, à vous et à tous ceux qui vous sont chers, en mon nom et en celui du Groupe Orange.

Très cordialement,

Thierry ALIGNAN

Vœux du Président du COS Hérault de La Poste et Orange

L'année 2021 se termine avec une ambiance morose, due au Covid qui ne nous laisse aucun répit. C'est dans ces moments de difficultés que l'action sociale et associative est indispensable.

Il ne faut pas baisser les bras et déclarer forfait devant les embûches, mais découvrir de nouvelles idées et des perspectives ouvrant les voies de l'espérance.

Merci pour votre participation annuelle à la souscription 2021 de votre COS.

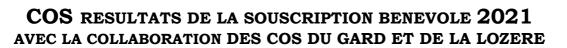
Votre générosité nous aide à maintenir des structures efficaces pour offrir aux actifs comme aux retraités, de la billetterie, des voyages, des vacances à prix réduits et compéti-

Que vous souhaiter de mieux qu'une parfaite santé pour vous et vos proches.

Le président, le Conseil d'Administration et les

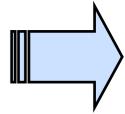
deux secrétaires vous présentent leurs meilleurs vœux pour la nouvelle année, dans nos engagements mutuels qui sont les clés de notre réussite commune.

René BAUMES



Pour retirer les lots : adressez-vous au COS HERAULT Les lots non retirés avant le 20 janvier 2022 seront acquis à l'association.





Voeux du Délégué régional de La Poste en Occitanie

Mesdames, Messieurs, Cher(e)s collègues,

2021 est la première année de déploiement du nouveau plan stratégique « La Poste 2030, engagée pour vous », présenté le 25 février 2021 au conseil d'administration du groupe.

La Poste a achevé son plan stratégique précédent « La Poste 2020 : Conquérir l'avenir » en ayant réussi une diversification rapide de ses activités face à la baisse du Courrier : la part du courrier dans son chiffre d'affaires est passée de 36 % en 2014 à 18,7% en 2020 tandis que son chiffre d'affaires a augmenté de 22 milliards d'euros en 2014 à 31,2 milliards d'euros en 2020.

La Poste a apporté la preuve de sa capacité à se transformer grâce à l'engagement des postières et des postiers.

Ce nouveau plan stratégique « La Poste 2030, engagée pour vous », doit permettre de continuer à se transformer pour atteindre un modèle économique autoporteur pour le groupe La Poste et pour chacune de ses activités.

Il repose sur trois dynamiques:

• conforter le socle des activités historiques du groupe et de ses missions de service public,

- accélérer le développement de ses moteurs de croissance,
- construire la croissance de demain en préparant les nouveaux modèles.

A travers ce plan, le Groupe La Poste poursuit l'ambition de devenir la première plateforme européenne du lien et des échanges, humaine et digitale, verte et citoyenne, au service de ses clients dans leurs projets et de la société toute entière dans ses transformations.

C'est le plan d'une entreprise qui se donne comme premier objectif de mieux servir ses clients et de leur simplifier la vie..

C'est le plan d'une entreprise qui s'engage aussi pour la société toute entière, pour l'aider à gérer la transition démographique, la transition numérique, la transition écologique et la transition territoriale.

Pour réaliser cette ambition et atteindre l'objectif d'être une entreprise en croissance rentable, le Groupe La Poste a défini 7 priorités:

1. Servir les clients au plus haut niveau de qualité, rester l'intermédiaire privilégié des clients et conquérir de nouvelles clientèles (professionnels, jeunes...)

- 2. S'affirmer toujours plus présente, grâce à la puissance combinée de ses réseaux physiques, numériques et humains, au service des clients et du développement.
- 3. Accélérer la transformation digitale, développer les services de confiance numérique et contribuer à l'inclusion numérique.
- 4. S'engager en tant qu'entreprise leader de la transformation écologique et la rendre accessible à tous.
- 5. Devenir une entreprise à mission dont l'activité crée un impact positif pour la société, et donner les preuves de sa responsabilité citoyenne, sociale et sociétale.
- 6. Dépasser les frontières géographiques en captant la croissance internationale.
- 7. Renforcer la fierté d'être postier, présenter un nouveau pacte social et une nouvelle organisation permettant l'agilité.

Très bonne année 2022. Prenez soin de vous,

Laurent DANTEN,

	LISTE DES NUMEROS GAGNANTS
N° 26032	Bon d'achat 1500€ méridien voyage
N°31648	Wonderbox (150€)
N°25202	Location 1 semaine à Azuréva pour 2 personnes
N°06048	Thalasso une journée avec repas pour 2 personnes
N°16463	Semaine en location à Noirmoutier pour 4 personnes
N°07600	4 entrées parc Spirou à Monteux
N°08568	1 blender a soupe
N°12917	1 cafetière Senseo
N°30509	1 crêpière
N°06672	1 appareil à raclette
N°29287	1 parure de stylo

4 Lots
de
consolation

Bon cadeau
de 20 €

Les numéros:
10191
34207
01161
19427

JANVIER Rencontres des ROIS

Les galettes débutent à 14h30. IL EST INDISPENSABLE DE S'INSCRIRE

UTILISEZ L'ENCART POUR REPONDRE

Mardi 11 à	MONTPELLIER	Salle F. Péloutier, rue Léon Blum, anct Maison des syndicats
Jeudi 13 à	CLERMONT L'HERAULT	Salle Georges Brassens, boulevard Paul Bert Parking de l'Ancienne Gare
Vendredi 14 à	LUNEL	Salle municipale Folquet, rue Pierre Marie Curie Zone artisanale La Pétrole
Mardi 18 à	SETE	Salle de la paroisse Sainte Thérèse 8 rue du Clair matin
Vendredi 21 à	BRISSAC	Salle des fêtes, le Parc
Mardi 25 à	BEZIERS	Maison de la Vie Associative, 15 rue Général Margueritte, Bus ligne 9, Parking
Vendredi 28 à	BEDARIEUX	Salle Achille Bex, quai Eugène Vailhé

Venez avec vos amis retraités

LE LOTO

DIMANCHE 6 FEVRIER 2022



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 : $2 \in \text{le carton}$, 5 € les 3 cartons, 10 € les 7. Lots 40 € à 100 €

RENDEZ-VOUS À L'ASSEMBLÉE DÉPARTEMENTALE LE MARDI 5 AVRIL 2022 **AU CENTRE AZUREVA - CAP D'AGDE**

Pour toutes les rencontres, obligation du passe sanitaire et respect des gestes barrières!

C'est l'agenda prévu mi-novembre pour le début de l'année 2022 !!

ATTENTION: La situation sanitaire et les consignes nationales, qui sont prioritaires, pourraient le modifier.

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 9h15-12h15 & 14h-14h50 (public) www.cosherault.net

TUTELAIRE Contact Hérault Mme Marie-France Isard

> Impasse du Merdauls 34480 POUZOLLES 06.25.78.68.18

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

MUTUELLE GENERALE

48 rue Saint 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

Ce site est réservé aux postiers. Cliquez ici pour accéder au Portail Malin

ORANGE Services RH



www.portail-malin.com/

Accès Identifiant : offre Mot de passe : sociale

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



Courriel: retraites.accueil@ccues-ft.fr

Sites publics:

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

TSA 27328

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

Site réservé aux adhérents :

www.anrsiege-site.org/eda/

(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

<u>Les</u> <u>sites de</u> l'association

S'informer

Le mot du trésorier.

Grâce à une copieuse (et fastidieuse) activité de relances (par courriel ou par téléphone) le reliquat d'impayés 2021 (21 au 25 novembre) est satisfaisant.

Il y a également eu 16 radiations pour non-paiement de 2 années consécutives.

Je vous rappelle que statutairement la cotisation doit être réglée pour fin mars !

Pour 2022, nous espérons tenir notre Assemblée Départemental en présentiel. La convocation à cette rencontre vous précisera explicitement votre situation au regard de la cotisation.

Optez pour le prélèvement : envoyez-nous un RIB.

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

Bonne fêtes de fin d'année et meilleurs vœux de bonheur et santé pour 2022

Michel BUCHAUD

Quelques chiffres au 25 nov. 2021					
Cotisations					
Adhérents au fichier :	1903				
Dont à jour de cotisation :	1878				
Soit:	98,7%				
Prélèvements					
Nombre de prélèvements :	549				
Nombre d'adhérents :	715				
Soit:	37,5%				
Diffusion					
Bulletin ANR 34:	1497				
La Voix de l'ANR :	1427				

Barème des cotisations depuis janvier 2019

Tout	Adhésion	Cotisation Revue incluse	
adhérent	Individuelle: 13 €	22 €	
	Couple : 26 €	35 €	

INFORMATION IMPORTANTE

Des évolutions importantes sont en gestation au niveau du Groupe La Poste. Le budget social de la DNAS en sera profondément impacté. En effet, il est question de la création d'un Comité d'Entreprise.

La Poste nous verse une subvention conséquente pour l'action sociale assurée par notre association. La perte de cette subvention, ainsi que les facilités d'hébergement pour un certain nombre de groupes ANR dont le nôtre, demandera nécessairement une augmentation conséquente du montant de l'adhésion à l'ANR, . qui n'a pas été revalorisée depuis 4 années.

Se détendre

Jeux sur table

Bridge

RAYMOND CAZILHAC 09 54 32 52 51

Scrabble

ANNICK GEAY 04 67 72 06 17



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



Les JEUX SUR TABLE, les SORTIES et les VOYAGES n'ont pas encore redémarré.

Si besoin, contactez les gestionnaires de ces activités ou le groupe : 04 67 58 88 38 - anr34@orange.fr

MUTUALISATION VOYAGES et SÉJOURS en LANGUEDOC-ROUSSILLON

Les autres groupes ANR de la région vous font connaître les séjours et voyages qu'ils proposent à leurs adhérents et auxquels vous pouvez vous joindre. Ci-dessous, les contacts pour renseignement.

Pour participer, il est impératif <u>d'être adhérent à l'ANR et d'être à jour de sa cotisation</u>.

ANR AUDE

Projets encore en gestation

Contact: Maryse Mau 06 79 37 32 84 Rouquet Nicole 06 15 97 91 77 rouquetnicole@gmail.com Josiane Soler 06 30 35 26 64 joary912@orange.fr

ANR PYRENEES ORIENTALES

Projet de voyage sur la Côte d'Opale 2ème quinzaine de juin 2022

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

ANR LOZERE

Projets encore en gestation

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

ANR GARD

19 au 30 mai 2022 : la RUSSIE 12 jours Saint Petersbourg - Moscou + Carré d'Or

Passeport obligatoire, valide encore au moins 6 mois après le retour, Vaccination obligatoire + test ... mais les conditions peuvent évoluer.

(2 465 € /base 10 personnes, 2 385 € /base 20)

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

REUNION DES CORRESPONDANTS SOCIAUX à Sète le 16 novembre 2021

Solidarité

Après deux années sans rencontre les correspondants se sont retrouvés afin de préparer les visites de fin d'année aux anciens.

49 bénévoles sur 64 étaient présents à la salle polyvalente de la paroisse Sainte Thérèse

Les correspondants rendront une visite de courtoisie à nos adhérents de 85 ans et plus. Le nombre des « anciens » concernés augmente tous les ans. soit 657 pour 2021. Ils étaient 589 fin 2020 et 502 en 2019. Le groupe « vieillissant », peu de recrutement de « jeunes » et la subvention de La Poste déclinant régulièrement, nous devons réfléchir à l'ampleur de ces visites et à leur modalité future.

En 2020, vue les contraintes sanitaires, les visites à domicile avaient été remplacées par un geste financier avec une lettre personnalisée à chacun.

Cette année, les contraintes sanitaires et gestes barrières sont toujours présents et la solution « boites de chocolats » a encore été écartée. Le choix de faire une visite à domicile ou non est laissé à chaque correspondant. Si la visite n'est pas possible, le correspondant déposera la lettre personnalisée chez l'adhérent ou la lui adressera par courrier postal.

Mais l'objectif, est d'aller rendre visite à chaque

ancien en amenant une présence et un réconfort au tournant de l'année.

Les travaux préparatifs, édition des listes et des lettres personnalisées avec le geste financier, ont été réalisés par les membres du bureau à Montpellier.

On profite également de cette réunion pour communiquer à nos correspondants, les dernières informations et évolutions de l'ANR, tant au niveau du siège que du groupe.

C'est aussi l'occasion d'évoquer, et résoudre si possible, les difficultés de nos bénévoles : correspondant cessant l'activité, modification de rattachement géographique dans les secteurs, secteur sans correspondant, etc.

La réunion a été intense dans une ambiance très chaleureuse. Chaque correspondant a récupéré son « barda » avant de passer enfin, dans la salle de restaurant, sur la promenade face au port, « Du coté de chez Fred ».

Le repas a été à l'image de la réunion, gaie, animée et sonorisée par quelques chants en fin de repas!

Un grand merci à tous ces bénévoles, correspondants, gestionnaires et manœuvres!

Se défendre

Les retraités en colère veulent se faire entendre d'un gouvernement sourd à leurs légitimes revendications

Les adhérents de l'ANR Hérault sont invités à participer à toute « Qui ne dit mot, . . . manifestation dénonçant les décisions injustes qui sont en vue.

Les prix flambent et les pensions sont sous évaluées avec une perte de pouvoir d'achat de plus de 12% de 2010 à 2020 ; l'inflation en 2021 selon certains économistes serait comprise entre 4 et 5%.

Nos pensions ont-elles augmenté de 17%?

La Loi « Grand âge » annoncée depuis 2017, reportée à maintes reprises, en principe dotée de 6 milliards d'euros est finalement abandonnée ; elle est « remplacée » par une dotation de 400 millions d'euros inscrite dans le PLFSS 2022 ne permettant pas de couvrir l'aide à domicile promise ou de financer les emplois dans les EHPAD à hauteur des besoins.

Un projet de loi de financement de la sécurité sociale catastrophique avec des économies drastiques sur le dos des assurés sociaux. La CNAM envisage de réduire les dépenses de la Sécu à hauteur de 1 milliard en 2022 sur la médecine de ville et à l'hôpital.

Un système de santé à bout de souffle qui se dégrade de jour en jour, avec un manque de personnel, des fermetures de lits ou de services entiers.

La disparition des services publics de proximité dans des zones de plus en plus importantes ne permettant pas une égalité de traitement pour tous sur l'ensemble du territoire.



Une protection sociale complémentaire concernant seulement les fonctionnaires actifs et dont on ne connait pas encore les conséquences sur les retraités de la fonction publique avec des discussions qui traînent en longueur.

CETTE SITUATION EST INACCEPTABLE

A la suite de la mobilisation du 1er octobre dernier où les mécontentements se sont exprimés localement, le Pôle des retraités de la fonction publique s'associe à la manifestation nationale du 2 décembre 2021 à Paris pour:

Une revalorisation des pensions de base et complémentaire indexée sur les salaires et une augmentation de 8% de rattrapage au titre des années antérieures.

Le financement et la mise en œuvre à hauteur des besoins de la loi « grand âge » pour permettre une vie décente à nos aînés.

> Dénoncer le budget sousdimensionné de notre système de santé qui devrait être financé en fonction des besoins par les cotisations sociales et basée sur la solidarité intergénérationnelle.

> La réimplantation de l'État dans les territoires qu'il a désertés afin de garantir une égali-

té de traitement pour tous à l'accès aux services publics.

La défiscalisation des « complémentaires santé » pour tous les retraités...

Source ANRINFO













ABIJOU Jean-Luc DETREZ Étiennette PEZENAS

BEZIERS

GAVILA Jean-Marie SETE

BIENVENUE à tous ces nouveaux adhérents

CARNET DES ADHÉRENTS : ILS NOUS ONT QUITTÉS PÉRIODE DU 01/05/2021 AU 31/10/2021

BENEZETH Roger	POMEROLS	LAPEINE Marie-José	PIGNAN
BISOU René	VIAS	LITOU Robert	MOUANS-SARTOUX
BONNEVIALE Pierre	JUVIGNAC	LIZABAULT Simone	MONTPELLIER
BOUCHET Raymond	CASTELNAU LE LEZ	MAS Jean-Pierre	MONTPELLIER
CHARDENON Claudette	NIMES	PETIT-BARAT Yvette	BEZIERS
DE BLANCHARD DU VAL Max	MONTPELLIER	POIROT Thomasa	GIGNAC
DELOUSTAL Jean-Louis	MURVIEL LES MONTPELLIER	POULARD Raymond	MONTPELLIER
ESPANOL Henri	BEZIERS	PRETRE Jeanne	SETE
GUIGUE Jean	LE CRES	SALS Marie-Jeanne	LAVERUNE
HILLAIREAU Anne-Marie	MONTPELLIER	VIEILLEDENT Elise	MONTPELLIER
LACAZE Jean	MARSEILLE	VOISIN Bernard	AGDE



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.

SANS REGRETS

J'ai fermé mon cahier, j'ai posé mon crayon, Car, dans ma tête, quelque chose ne tourne plus rond, La vie y bourdonne comme dans un pot de terre. Mon passé est passé, demain me parait un gouffre.

A chaque jour vécu, les ans sont plus lourds, Autant j'étais plein d'allant, autant je deviens peureux. Maintenant, pour me dresser, il me faut prendre peine, Il me vient des idées noires de toute sorte.

Et pourtant, tant bien que mal, j'ouvre le sillon Que chaque homme doit faire (ou au moins un morceau). J'aurai signé ma trace dans mon petit coin Sous la pluie, le froid ou l'ardente chaleur.

Je peux m'en aller, j'aurai fait mon possible. Certains diront : « Ce qu'il a fait est risible! » C'est sans importance, je m'en moque, laisse tomber, Je n'ai pas gagné le ciel, mais ne veux pas le perdre.

Quand viendra le jour de tout abandonner, Dans ma tête ténébreuse tout sera clair et net, Je pourrai regarder en arrière, je n'ai rien à regretter, Même si c'était, quelque fois, pauvre et tout petit.

Août 2001

Poème de Roger Fabre

Extrait de son livre : A Tròces e a Bocins (Mazamet 1920 - Saint Gely du Fesc 2015). Postier et poète occitan. Il a participé à diverses revues, notamment « Lo Bram dau Clapas », édité par le Cercle Occitan de Montpellier. Il était membre de l'ANR Hérault.

Solution du mots croisés

	Α	В	С	D	Ε	F	G	Н	-1	J
1	В	Е			ш	Т	R	=	Е	Z
2	0	R	A	-	S	0	Z		Z	0
3	٥	Ν	=	ď	٥	ш		Е	U	٥
4	ш	0	Т	٥	S		-	Ν	R	=
5	Е	٥		-		A		Т	Е	
6	D		Е	D	Е	Z	Т	Е		
7	0	R	Ν	Е	Μ	Е	Ν	Т	Е	Е
8	G	_	Т	Е	S		Т	Е	L	S
9	٥	F	0	S		٧		Е	U	
10	E	Т	С		S	U	1	S	S	Е

JOURNÉE DE RENCONTRE RÉGIONALE

Le 28 septembre 2021, 130 adhérents venant de toute la région

Cette journée traditionnelle de rencontre régionale n'a pu être tenue en 2020. Mais les adhérents avaient grand besoin de se retrouver. Et cette reprise fut un succès. La matinée, après un petit déjeuner d'accueil, est consacrée à des visites culturelles. Cette année, le Gard, groupe organisateur, proposa 2 destinations : la visite commentée des Salins du Midi à Aigues-Mortes et la découverte des activités d'une manade camarguaise. Le soleil fut de la partie. Le repas avec ses spécialités « gardianes » était accompagné d'un orchestre gitan qui a mis une animation sonore! En 2022 c'est le groupe de Lozère qui nous accueillera.



La famille Groul nous a reçu avec beaucoup de gentillesse au Mas de la « La Paix », sous un beau soleil et dans une bonne ambiance. Un léger vent nous a préservé des moustiques tant redoutés par certains.

Nous avons été accueillis par nos amis du Gard autour d'une collation matinale fort appréciée. En attendant l'arrivée des trois autres groupes, nous avons pu profiter de la vue panoramique sur les taureaux et les chevaux paisibles dans les prés.

Puis le groupe s'est scindé en deux pour les visites prévues. Le groupe pour la visite des Salins du Midi est parti en bus.

Le nôtre est resté sur place pour une découverte du mas. Nous nous sommes installés dans une remorque tirée par un tracteur, et la visite commença avec moults commentaires du manadier. Il nous parla avec beaucoup d'expérience et de passion de son métier. Il a beaucoup de respect pour ses taureaux « cocardiers » (biou en provençal), de race camarguaise destinés au spectacle de course camarguaise.

Visite de la manade Saint Louis

Mais il nous affirme que face à ses taureaux parfois caractériels, il reste le seul patron. Ce métier parfois dangereux, exige beaucoup de sang-froid et de patience. Il force notre admiration.

Le manadier accompagné de 3 gardians et gardiane, en l'occurrence sa femme, véritable amazone, nous font une démonstration plutôt sportive de tri de taureaux.



Après un passage à la boutique où est commercialisée, entre autres, la fameuse gardiane de leurs taureaux, une sangria-brasucade nous attendait dans la cour, animée par un groupe de 3 guitaristes gitans qui nous ont ravis par la diversité des morceaux musicaux.

Ce groupe nous accompagnera tout le long du repas gardiane qui s'est déroulé dans une grande salle spécialement aménagée pour l'accueil des groupes.



Cette journée nous a fait reprendre contact avec nos collègues des autres groupes.

L'espoir en l'avenir renaît, il y aura à nouveau des jours heureux.

France CAZEMAGE

se retrouvent au mas de « La paix » à Montcalm (Gard)

Découverte des salins d'Aigues-Mortes

Après une légère collation d'accueil, le groupe d'une soixantaine de participants qui avaient choisi de visiter les Salins du Midi, emprunta les deux cars réservés à cet effet. L'autre groupe resta sur place pour découvrir les activités de la manade Saint Louis à Montcalm.

Après un court trajet en direction d'Aigues Mortes et du Grau du Roi, nous arrivons aux salins. Les participants se précipitent pour prendre place dans le petit train qui nous permettra en un peu plus d'une heure de parcourir une partie du site à la découverte des tables salantes, des « montagnes » de sel et ainsi que du travail des sauniers. Au vu du nombre de participants un deuxième train a été « réquisitionné » pour

prendre en charge tout le monde.

La société des Salins du Midi comprend établissements dont le salin d'Aigues-Mortes (siège de la société), qui est le plus important.

Il s'étend sur 18 km du nord au sud et sur 13 km d'est en ouest, soit la superficie équivalente aux vingt arrondissements de Paris!.

Au début du printemps le saunier réalise la mise en eau des bassins grâce à un canal (étier) reliant le site à la mer. De mars à août les sauniers favorisent la circulation de l'eau de mer de bassin en bassin, afin de forcer la concentration naturelle du sel. L'eau de mer

perd ainsi progressivement 90% de son eau.

Cette augmentation de salinité favorise le développement d'une croalgue turellement

présente, la « Dunaliella Salina » riche en caroténoïdes qui est consommée par un crustacé (artémia salina) lequel est mangé à son tour par les flamants.

Lorsque cette concentration salée (saumure) atteint la saturation de 360 grammes par litre, le saunier l'oriente vers les cristallisoirs où sous l'effet du soleil et du vent, le sel se cristallise et se dépose sur le fond de la table salante.

Après plusieurs mois de cristallisation, une couche de sel d'une dizaine de centimètres d'épaisseur appelée « gâteau de sel » se forme. C'est cette couche qui sera récoltée en septembre. Elle est ramassée mécaniquement et commercialisée sous forme de gros sel pour la salinisation des routes notamment. Elle est moulue pour devenir du sel fin de table. La fleur de sel quant à elle, se forme à la surface de l'eau en été. Elle est récoltée manuellement à l'aube par les sauniers.

Grâce à notre guide et pilote du petit train, nous avons appris que ces montagnes de sel s'appelaient

> des « camelles ». Nous pûmes en escalader une pour profiter du point de exceptionnel sur le plus grand salin de Méditerranée et sur la ville d'Aigues-Mortes. Depuis ce promontoire nous

avons aussi assister au ballet des camions amenant le sel récolté sur les différentes tables vers les tapis roulants qui le lavent et approvisionnent les camelles.

Notre visite s'est poursuivie par un arrêt à la salle d'exposition pour découvrir les outils, les pratiques et l'évolution des conditions de vie des sauniers.

La visite se termina par le traditionnel passage par la boutique pour l'achat éventuel de quelques souve-

nirs et cadeaux autour du sel: Fleur de sel, sel fin aromatisé, caramels au beurre salé (comme les prix) ...

Après cette visite très appréciée, nous avons rejoint nos cars pour un retour

vers la manade Saint Louis afin de déguster avec appétit la brasucade de moules et ensuite la gardiane

de taureau.



Jean-Pierre REYNOUARD

Séjour découverte du Guillestrois, du Queyras et

30 participants (1/3 des adhérents) se sont retrouvés du 29 juin au 5 juillet 2021 à Vars (Hautes Alpes) pour découvrir cette région. à travers randonnées et tourisme.

Le territoire de Vars est idéalement positionné à cet effet, étant à 13 km de Guillestre, 15 km de la vallée de l'Ubaye, 31 km d'Embrun, 38 km de Barcelonnette, 48 km de Briançon.

Vars s'est développé dans une « haute vallée au cœur des Alpes du sud », entourée par des Monts approchant ou dépassant les 3 000 m (au Nord-Est Pic de la Font Sancte 3 385 m, Pic des Houerts 3 225 m, La Mortice 3 169 m, etc et au Sud Ouest, pointe d'Eyssina 2 837 m, Pic de Chabrières 2 750 m, ...).

Son espace communal est traversé par la route touristique des grandes Alpes qui relie Thonon-les-bains sur le lac Léman à Menton et Nice en traversant 17 cols mythiques des Alpes. Le col de Vars, passage entre le Briançonnais et l'Ubaye a été de tous les temps un axe important de communication entre vallées et vers l'Italie (Région de Cunéo).

La commune de Vars, s'étageant entre 1 500 et 3 385 m d'altitude, offre de nombreuses promenades faciles ou des randonnées en haute montagne. Sa zone géographique, d'une grande diversité et beauté, présente une grande variété au niveau faune et flore.

Elle est constituée de 3 villages (Vars Ste Marie, Vars Ste Catherine, Vars St Marcellin) et de la station de ski

de Vars les Claux, qui s'étale de 1 830 m à 1 960 m. Celle-ci est réputée, d'une part par son domaine skiable de la « forêt blanche » (association Vars-Risoul) avec 190 km de pistes de 1 650 m à 2 750 m, d'autre part par sa piste de ski de vitesse qui détient le record du monde de vitesse avec 252,632 km/heure.

Nous avons séjourné au Centre de Vacances « Les Carlines » de Vars les Claux et avons été satisfaits de l'accueil et du niveau de prestations.

Situé en bordure du torrent du Chagne et à l'orée de la forêt du mont Peynier, il a été le point de départ journalier de nos randonnées et balades vers:

- Le Queyras parc naturel régional au nord-est du dé-

partement. Une île dans l'océan des Alpes, dont la valeur paysagère et patrimoniale est inestimable. Ses terres, riches en couleurs, sont émaillées de nombreux villages parmi les plus beaux des Alpes comme Ceilllac, Château Queyras, Abriès et surtout St Véran à 2 040 m d'altitude, l'un des plus beaux villages de France avec ses chalets en fustes, ses fontaines en bois de mélèze, ses nombreux cadrans solaires, etc.

Disposant d'eau, de soleil en abondance, de hautes murailles naturelles (une chaîne de montagne culminant à plus de 3 000 m), la vie au fil des siècles s'y est installée constituant un véritable jardin d'Eden. Mouflons, chamois, bouquetins, marmottes... peuplent les plus hauts sommets. La salamandre de Lanza ou encore le papillon Isabelle reflètent la rareté de certaines espèces et l'exceptionnelle richesse de la faune du Parc Naturel du Quevras.

- Le Guillestrois. Autour du chef lieu, Guillestre, est un site touristique très animé situé entre le Parc national des Ecrins et le Queyras. Il recèle des trésors comme les gorges du Guil, la place forte Vauban de Mont Dauphin. Celle-ci perchée sur un rocher abrupt entre Guil et Durance domine des sites remarquables, comme la fontaine pétrifiante de Réotier ou le plan d'eau de Phazy d'où jaillissent des eaux chaudes.

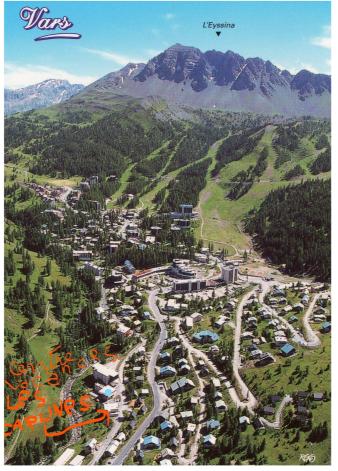
- L'Embrunais. Situé autour de la ville d'Embrun au riche passé, est appelée la petite Nice des Alpes. On peut admirer la Tour Brune, la Maison des Chanonges

> et la Cathédrale Notre-Dame du Réal, merveille de l'art gothique.

La ville d'Embrun située en périphérie du parc national des écrins est construite sur une terrasse alluviale de la vallée de la Durance.

Ce qui caractérise L'Embrunais, c'est la montagne éclaboussée d'eau et de soleil, la vallée de la Durance qui s'élargit, le lac de Serre Ponçon qualifié de mer à la montagne avec ses criques sauvages et ses eaux turquoises, la montagne du Grand Morgon qui se mire dans le lac.

Bénéficiant d'un climat exceptionnel, parmi les plus ensoleillés et secs des Hautes Alpes, l'Embrunais est le paradis des sports de plein air.



../..

de l'Embrunais par nos randonneurs

En été, on pratique les sports nautiques sur le lac et le plan d'eau d'Embrun (depuis la voile jusqu'au kitesurf), ou les sports d'eau vive sur la Durance; et en hiver le ski alpin et le ski de fond, notamment dans les stations des Orres, et du Crévoux.

Pour le séjour nous avons combiné, comme à l'accoutumée les randonnée (3 jours) et le tourisme (3 jours). En randonnée 2 niveaux de parcours étaient proposés, « grande rando » pour les « confirmés » et « rando tendresse » pour les autres. Les 2 groupes se regroupant au cours des journées touristiques.



Points forts à retenir.

29 juin Après une balade découverte de Vars Les Claux, nous nous sommes retrouvés à l'apéritif d'accueil où nous eurent la stupeur de voir apparaître un « chasseur de Covid » venu s'assurer que les « Héraultais » n'étaient pas porteur du virus.

La surprise fût grande mais rapidement la bonne humeur et la rigolade reprirent « le dessus » et le Covid a été oublié.

30 juin. La rando tendresse, entre patrimoine et nature, a permis de découvrir les villages de Vars, y compris avec une vue d'en haut depuis le sommet (1 890 m) d'une pointe rocheuse dominant la vallée.

On y trouve les ruines du château avec des panneaux explicatifs relatant son histoire et une table d'orientation avec un point de vue magnifique sur la vallée de Vars et les montagnes l'entourant et au loin sur Guillestre, la forteresse de Mont Dauphin, la vallée de la Durance et dans le lointain les monts et glaciers du Parc national des Ecrins.

Quant aux randonneurs confirmés, parcourant les crêtes de Vars à 2 600 m, ils ont été acteurs d'un hélitreuillage effectué par le Peloton de gendarmerie de Haute montagne (PGHM). Grosse émotion dont ils se souviendront. En particulier Serge qui a eu une tendinite aiguë à une cheville.

En effet il est resté allongé dans une position très inconfortable sur une pente caillouteuse et glissante, pendant près d'une heure auprès de la randonneuse qui avait chuté, pour la sécuriser. Heureusement plus de peur que de mal et tout s'est bien terminé pour la randonneuse (quelques égratignures, un baptême de l'air en hélicoptère et un bref passage à l'Hôpital); et pour Serge, que l'on remercie encore pour son dévouement.

<u>1er juillet.</u> Journée de tourisme et de convivialité dans l'Embrunais. Les 2 groupes ont effectué une courte randonnée matinale,



l'un autour du plan d'eau d'Embrun séparé du lac de Serre-Ponçon et de la Durance par une digue promenade et l'autre sur la côte des Vernes en bordure du lac de Serre Ponçon.

Ils se sont retrouvés au belvédère du Sauze du lac d'où ils avaient une vue magnifique sur le barrage et le plan d'eau et disposaient de tables d'orientation et panneaux explicatifs.



Après une halte au site touristique des « Demoiselles coiffées », plus communément appelées « cheminées de feu », cette journée a permis de découvrir l'abbaye de Boscodon, chef d'œuvre de l'art roman du XIIème siècle et la ville d'Embrun.

Une collation en terrasse, bien méritée et appréciée, a clos cette journée très dense.





Séjour découverte des randonneurs . . .

<u>2 juillet.</u> Les 2 groupes de randonneurs se sont retrouvés à la réserve naturelle du val d'Escreins dans le Queyras. C'est une zone de nature, qui commence à 1 601 m au pont de Vars et s'élève à 3 385 m jusqu'au pic de la font Sancte. Ce lieu, parcouru par le torrent du Rif Bel, est entièrement dédié à la randonnée, la promenade et la détente; avec même des chevaux qui pâturent en liberté.

On y trouve un refuge et les ruines d'un hameau qui fût incendié et dont ne subsiste qu'une petite chapelle restaurée. Les 2 randonnées proposées ont été l'occasion de parcourir d'agréables sentiers (avec panneaux explicatifs) à travers les pins sylvestres, les épicéas, les mélèzes et de découvrir une flore riche caractérisée par les véroniques, la clématite alpine, le lys martagon, les primevères, le rhododendron, la gentiane bleue ... et d'essayer d'entrevoir une faune préservée avec aigles, chamois, marmottes, perdrix blanche, tétras lyre (coq de bruyère), lièvres, écureuils passereaux et papillons, etc.



Alors que la grande rando progressait jusqu'au sanctuaire de la font Sancte et la source de la font (à 2 400 m), zone de prédilection des edelweiss ; la rando tendresse empruntait un sentier botanique et effectuait une boucle autour du torrent « le Rif bel ».

<u>3 juillet.</u> Une randonnée « tendresse » au col de Vars (2 109 m) et à la chapelle Ste Marie Madeleine en passant par le refuge Napoléon. Six refuges ont été créés dans les cols des Alpes en exécution du testament de Napoléon ler qui voulait remercier les habitants pour l'accueil chaleureux qu'il avait reçu lors de sa fuite de l'île d'Elbe et sa remontée vers Paris.

Le col de Vars relie la vallée de la Durance à la vallée de l'Ubaye et marque le passage du département des Hautes Alpes vers celui des Alpes de Haute Provence. C'est un lieu touristique très fréquenté qui offre de beaux points de vue sur la vallée de l'Ubaye et l'aiguille de Chambeyron (3 412 m).

Les randonneurs confirmés, après un accès au lac

de Peyrol (2 100 m) par le télésiège, sont partis à la conquête du massif de la Mayt (2 550 m) puis du pic de Chabrières (2 750 m) avant de redescendre vers la station de Vars en passant par le lac de Chabrières.

<u>4 juillet.</u> Les participants se sont organisés en petits groupes avec des destinations différentes.

Vieille ville de Briançon et sa fête médiévale pour les uns, Barcelonnette et ses villas mexicaines pour



les autres; mais aussi pour certains Guillestre, les gorges du Guil et la place forte de Mont-Dauphin.

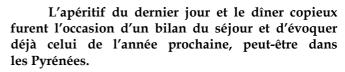
En complément des randos et du tourisme 2 soirées furent organisées. L'une avec une historienne, qui malheureusement parla trop longtemps des actes notariés et transferts de patrimoine et pas assez des conditions de vie au Queyras dans le passé. Par contre son exposé sur les cadrans solaires et les relations entre vallées fût apprécié.

L'autre pour découvrir les étoiles au Col de Vars. Soirée en demi-teinte car en tout début d'été, la nuit noire tarde à venir et nos randonneurs, fatigués; n'ont pas eu le courage d'attendre pour admirer pleinement la magnificence du ciel étoilé.

Heureusement ils ont bénéficié de l'animation effectuée par « un chasseur d'étoiles » (photo cicontre) qui a mis de l'ambiance et de la gaité.

En conclusion séjour agréable et réussi (favorisé par le beau

temps) qui laissera de bons souvenirs et a permis d'oublier totalement le Covid.



Gérard SUNE



Pour tout renseignement: rendez-vous sur le site: www.anr34.fr/



De mon temps ... comme disent les anciens. Parlons-en!

Un soir, une jeune fille me parlait de diverses choses comme de la drogue à l'école, ainsi que des ordinateurs portables.

Je lui répondis

... Bien, attends une minute... Moi je suis né avant la télévision, mal. Servir notre pays était un le vaccin contre la polio, les mets surgelés, les lentilles de contact, la pilule du lendemain...

Il n'y avait pas de radar, ni de cartes de crédit, de laser, de stylos à bille.

Les hommes n'avaient pas encore inventé le micro-ondes, le climatiseur, le lave-vaisselle.

De mon temps on faisait sécher les vêtements dehors à l'air frais. Et aucun homme n'était allé sur la lune.

Quand on se mariait, c'était pour vivre ensemble toute notre vie.-On avait des cours de morale à l'école, on nous parlait de politesse. Et je connaissais le respect, oui le respect!

On n'avait pas d'agence pour trouver l'âme soeur.

On n'avait pas besoin de coach. Nos vies étaient modelées sur les 10 commandements, ou presque. On respectait le repos dominical.

On nous avait appris très jeune la différence entre le bien et le honneur, il y avait le service militaire.

On partageait le temps à parler en famille, pas à courir les magasins ni être devant la télé à zapper sans arrêt.

Pizza Hut ??? McDonald ??? Nous avions des petits commerces où on pouvait acheter des bonbons pour 1 centime, manger des glaces ou savourer une pâtisserie pour moins de 1 franc! Et avec le même franc on pouvait poster 2 lettres ...,

On n'avait pas chacun une radiocassette, un lecteur de CD, un agenda électronique, un téléphone portable, ...

Tout ce qu'on achetait était « Made in France » et pas «... in Chine ».

On n'employait pas les termes comme Week-end, Prime time, Star Ac, Télé réalité ... Pas étonnant que la jeune génération nous traite de « vieux ... jeu ».

Alors, croyez-vous que je suis un vieux bonhomme? Je n'ai que 75 ans!

Et finalement, j'ai un ordi, une tablette, un smartphone, une télé connectée, un home cinéma, une box Internet avec lecteur Blue ray, le Wifi, le Bluetooth, le GPS, la 4G, une bagnole bourrée d'électronique, etc, etc etc!

La vie a changé, beaucoup! Même les gens ne sont plus les mêmes et c'est bien ça le plus grave!

Mais ne croyez pas que je regrette l'ancien temps, c'était juste une autre époque.

L'ancien que je suis vous souhaite une bonne journée.

Glané sur le net

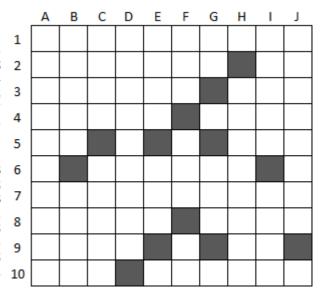
Les mots croisés de Jean

HORIZONTAL

1_QUALIFIE UN ESPRIT FRONDEUR EN SUISSE 2_PRIÈRE -3 EXTRAVAGANT - MONNAIE ROYALE DRAME 4_DU GENRE NÉLOMBO - SUR LA CROIX 5_PARTICIPE PAS-SÉ - PAREIL 6_IL MACHONNE 7_AGRÉMENTÉE 9_ÉTUDES D'OBJETS NON **8_**ABRIS - SEMBLABLES IDENTIFIÉS (ACRONYME) - FORÊT 10_EN FIN DE LISTE -PARFOIS PETIT

VERTICAL

A IL A UNE FORTE TÊTE CARRÉE **B** NOUER MAIS PAS DANS L'ORDRE - SIÈGE D'UNE ACTIVITÉ VOLCANIQUE C_TRÈS NUTRITIF - SE DIT DE FAUX D ÉLIMINÉES E_DIEU DE LA FORCE - CÉLÈBRE PAR SA DÉPÊCHE F_OTÉ MELANGÉ - PAYA CHER UNE BOUCHÉE D'HERBE - APERÇU G_RELIE LES VILLES -EXPLOSIE H NE VEULENT RIEN ENTENDRE LARME DE CÉPHALOPODES - CHOISIS J_PEUVENT FAIRE PENSER À L'ART NOUVEAU



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

TIRAGE: 1.500 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		Pri	me	
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







Séjour des randonneurs à Vars - 29 juin au 5 juillet 2021







Visite aux Salins du Midi







28 septembre 2021 - Rencontre régionale





La manade Saint Louis



