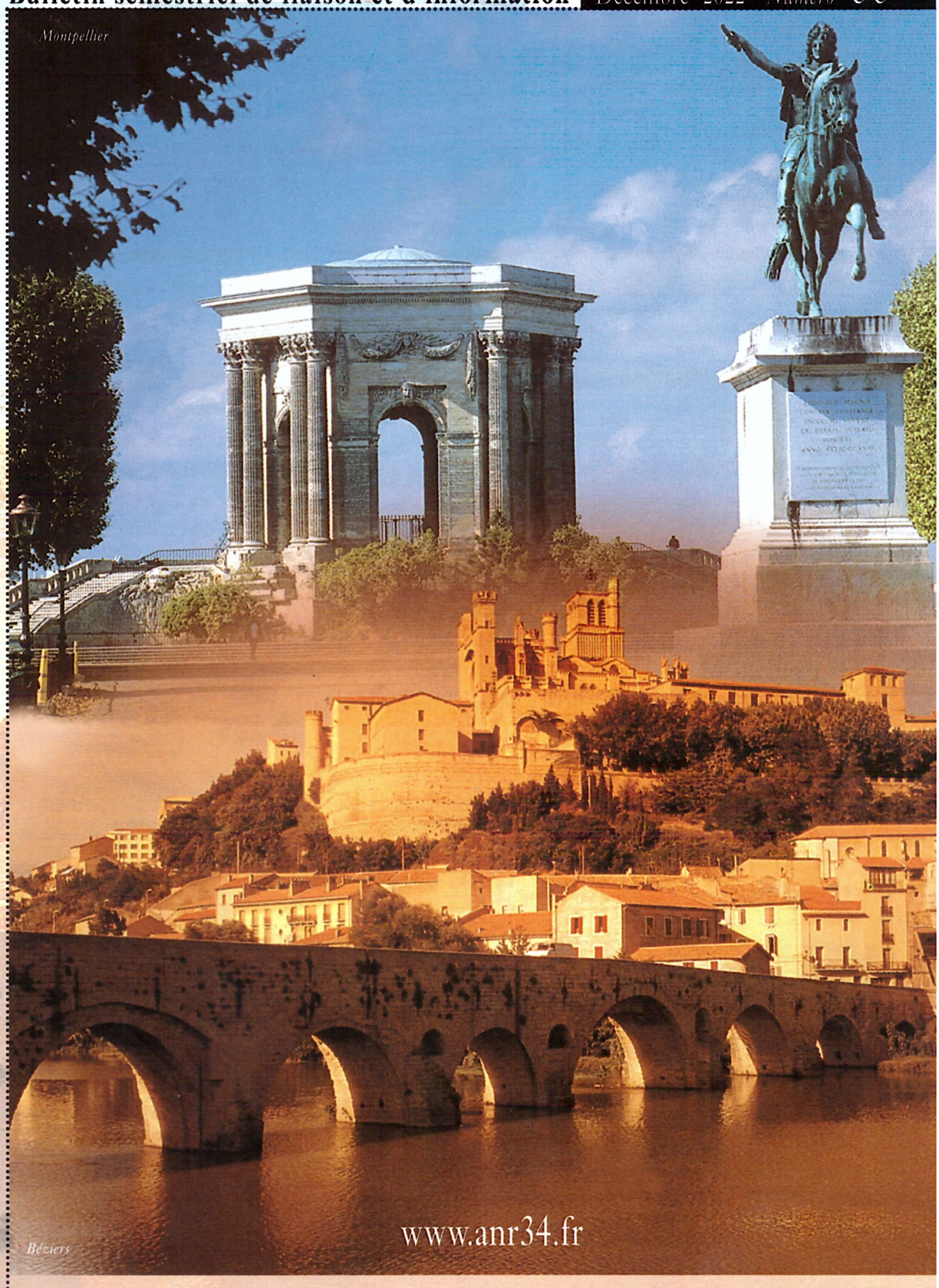
ANR 34

Bulletin semestriel de liaison et d'information
Décembre 2022 - Numéro 55

Association Nationale de Retraités

Groupe HÉRAULT



Joyeuses Fêtes & Bonne Année!

Santé, Solidarité

www.anr34.fr

Henri & Madeleine CUILLÉ
le 9 mars 1957
Colombières sur Orb

Dejós ma fenèstra
I a un aucelon
Tota la nuèit canta
Canta sa cançon

Se canta, que cante
Canta pas per ieu
Canta per ma mia
Qu'es al luènh de ieu

Dessús ma fenèstra
I a un ametlièr
Que fa de flors blancas
Coma de papièr . . .

Félicitations
et tous nos vœux

José & Madeleine SALAS
le 23 décembre 1961 Plaissan

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

2007 : Galette des rois à Olargues

Décès de René BERARD

René s'est éteint doucement, le 7 octobre 2022 à l'âge de 91 ans. Les obsèques se sont déroulés le 13 octobre. En retraite depuis 1991, il avait rejoint le président Cazilhac dès 1997, au poste de secrétaire, poste qu'il a quitté en 2006. Avec son ami Mario Vidal, ils ont créé et animé la commission « Animation & Solidarité » jusqu'en 2012.

Il fut l'un des piliers du groupe pendant sa période d'expansion qui a culminé en 2012, avec 3.000 adhérents. C'était une fameuse équipe qui impulsait le groupe dans cette période : Cazilhac, Bérard, Daudé, Lopez, Portes, ...

La vivacité de René était grande : à peine un objectif était défini, que déjà il activait sa réalisation avec son téléphone, mais il était « fâché avec l'ordinateur » ! A son domicile, son garage était entièrement dédié au stockage des matériels du groupe, et sa remorque était tout au service de l'ANR.

Ses yeux brillaient lorsqu'il parlait de son petit-fils, rugbyman. Puis, lorsque son épouse Huguette et son complice Mario sont décédés, René a « mis ses affaires en ordre ». Son fils Laurent, lui a trouvé une place, proche de lui, à l'hôpital de Clermont l'Hérault.

Nous lui avions rendu visite, et nous l'avions amené à la galette des rois de Clermont l'Hérault en 2020.

René, tu as bien servi l'ANR, nous ne t'oublierons pas.

Louis Biache

À l'AD du 2 avril 2008

Bernard LABERDURE nous a quitté

Nous avons appris avec une grande tristesse le décès, le 18 juin 2022, de notre ami Bernard, âgé de 75 ans. Ses obsèques eurent lieu le 25 juin, en présence de beaucoup de collègues et amis, Bernard participant à plusieurs associations. Depuis 2002, il était retraité de « France Télécom ». Il avait, commencé sa carrière à Lillebonne comme technicien et dès 1974 il rejoignit les services des télécommunications à Béziers où il termina sa carrière comme gestionnaire de clientèle.

Il s'est rapidement engagé dans plusieurs associations, en particulier à l'ANR et à l'ASPTT de Béziers où il s'occupait de la section cyclotourisme. Passionné d'informatique, il initiait et formait beaucoup de collègues.

En particulier, il a modernisé puis géré notre site Internet. Il était à notre comité de gestion et s'occupait du biterrois. Mais il avait des ennuis de santé importants depuis 2012., qu'il a combattu bravement pendant de longues années, avec de fréquents séjours à l'hôpital.

L'ANR 34 et le biterrois ont perdu un collègue et un ami, discret, efficace et fidèle.

Bernard, tu resteras dans nos cœurs.

Louis Biache

Association Nationale de Retraités

La Gazette du groupe Hérault Décembre 2022 n° 55

Sommaire

Les vœux d'Orange & du COS 2

Les vœux de La Poste. Résultats souscription du COS 3

Agenda 2023, Galettes des rois, Loto, Assemblée départementale 4

Utile et pratique Les sites de l'association 5

Le mot du trésorier Jeux sur table, Bridge et Scrabble 6

Solidarité : Les correspondants 7

Les retraités en colère . . . 8

Sortie, séjour 2023 9

Mutualisation des voyages Carnets des adhérents 10

Rencontre régionale des ANR 11

La randonnée … en 2021 13

Amicale Vie 16

Statistiques au 11 novembre 2022		
1 740 adhérents		
33 personnes morales		
Individuelle	919	52,8%
Couple	784	44,1%
Enf, handicapé	1	0,1%
Réversion	36	2,1%
La Poste	944	52,2%
FT - Orange	833	46,4%
Autre	26	1,4%
Femmes	999	55,5%
Hommes	804	44,5%

Citation de Terre et ciel (1997)
Théodore Monod

Editorial

Chères lectrices et chers lecteurs,

Après une période de sécheresse et de fortes chaleurs sans précédent depuis la fin de la seconde guerre mondiale ! nous reprenons tous nos habitudes de vie, malgré un contexte difficile, inflation galopante, manque de produits alimentaires courants, pénurie de carburants, risque de coupures des énergéticiens, réchauffement climatique, coût des transports ….

Dans quelques jours les anciens auront leur visite de fin d'année grâce à nos correspondants sociaux, tous bénévoles !

Cette année encore nous recherchons toujours des volontaires pour rejoindre le groupe des correspondants car le nombre d'anciens augmente chaque année …

L'ANR Hérault recrute toujours … parlez-en autour de vous ! nous acceptons tous les retraités de toutes origines, public ou privé.

En janvier 2023 nous organiserons 8 galettes des rois dans le département; nous irons pour une première fois à Lodève. Vous trouverez les dates et lieux dans la gazette. Merci de nous faire parvenir votre bulletin réponse dès que possible. Vous pouvez inviter d'autres retraités, pas encore adhérents, à vous accompagner à la galette.

Nous aimerions que vous nous communiquiez vos numéros de téléphone (fixe et/ou mobile) ainsi que votre adresse mail (si vous en avez une) afin que nous puissions vous contacter rapidement si nécessaire. Ces informations restent à l'ANR sans être divulguées aux publicitaires qui nous font toujours des propositions mirobolantes !

Je vous souhaite à toutes & tous de bonnes fêtes de fin d'année, avec l'espoir que l'année 2023 soit meilleure.

Prenez soin de vous.

Jean-Claude JACQUEMOND
Président ANR Hérault

Il y a dans nos société un système de mise en condition des êtres humains qui nuit à la réflexion. Si on se laisse domestiquer par la presse, la publicité et la télévision, on perd tout recul face au monde.

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

TIRAGE : 1.400 EXEMPLAIRES

Voeux du Délégué Régional Orange Occitanie Est

Madame, Monsieur,
Cher(e) collègue,

Après deux années fortement marquées par le COVID-19 nous pouvons considérer que la crise est maintenant, et heureusement, derrière nous. Elle aura fortement contribué à l'intensification de la digitalisation et à l'émergence de pratiques nouvelles et pérennes comme le télétravail par exemple.

Parmi les actions marquantes pour Orange en 2022, nous avons l'inauguration de notre campus en présence de Fabienne Dulac, CEO Orange, et Michaël Delafosse, Maire de Montpellier et Président de la Métropole. Il regroupe désormais nos 1200 salariés répartis auparavant sur les 5 implantations Montpellieraines d'Orange.

En 2022, nous avons réaffirmé notre position de leader sur les réseaux et l'expérience client..

- Orange est fier de sa première place sur la qualité des réseaux mobiles pour la 12e année consécutive.
- Orange est également élu meilleur service client de l'année pour la deuxième année consécutive.

Ces 2 prix récompensent l'engagement et le travail de fond des salariés d'Orange partout en France, dont Montpellier.

Sur le mobile, nous avons poursuivi le déploiement de la 4G dans les zones rurales : plus de 99% de la population est couverte dans l'Hérault. Concernant la 5G, nous avons continué de déployer et d'ouvrir des villes tout au long de l'année. Après Montpellier et son côtier, Béziers, Lunel et Sète, c'est la ville d'Agde qui bénéficie de cette technologie depuis cet été. 50 % de la population Héraultaise a donc accès à la 5G aujourd'hui.

Sur la téléphonie et la connectivité internet des foyers, 80 % du territoire de l'Hérault peut bénéficier du raccordement à la fibre optique. Et pour ceux qui n'ont pas accès à l'ADSL ou la Fibre, nous proposons une offre satellite Très Haut Débit aux conditions tarifaires similaires.

L'année 2023 sera une nouvelle année pleine de défis exaltants à relever. Notre Directrice Générale, Christel Heydemann nous présentera le nouveau plan stratégique, il nous éclairera sur les objectifs de développement d'Orange pour les 5 années à venir.

En attendant, je vous présente pour l'année 2023, mes meilleurs vœux de santé et de bonheur, à vous et à tous ceux qui vous sont chers, en mon nom et en celui du Groupe Orange.

Très cordialement,

Thierry ALIGNAN,
Délégué Régional

Sur le site : **www.e-sudoku.fr**
Jouer gratuitement avec toutes sortes de grilles (standard 9x9), 6 par 6, 16 par 16, lettres, etc !
Le cerveau est un muscle : l'exercice le fortifie.

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

n° 122132 - sudoku facile

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

n° 216709 - sudoku moyen

Il n'y a qu'une seule solution et vous la trouverez certainement !

Astuce : ne restez pas trop longtemps sur la grille, il vaut mieux y revenir de temps en temps.

Voeux du Délégué régional de La Poste en Occitanie

Nous avons bien contacté La Poste, mais nous n'avons pas reçu de message
à l'heure où il nous faut boucler la gazette.

Vœux du Président du COS Hérault

L'année 2023 va être décisive pour l'avenir des COS et celui de l'Hérault en particulier avec la mise en place d'un CSE à La Poste au début de l'année 2024. Plus de subvention, plus de locaux et le licenciement de notre personnel !!! D'autres associations seront aussi touchées et en particulier les ANR de plusieurs départements.

Nous resterons fidèles à nos principes : solidarité, générosité, reconnaissance, militantisme en vue d'une cohésion de votre association et de notre COS.

Certains lisent le passé, d'autres tentent de prédire l'avenir. Mais ensemble, assurons le présent.

«Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences» (Françoise Dolto)

Cette année, le COS de l'Hérault souhaite continuer à avancer avec vous dans le partage de ces valeurs et de l'entraide.

Le Président, le Conseil d'Administration et le Personnel de votre COS vous présentent leurs meilleurs vœux de bonheur et de santé pour l'année 2023.

René BAUMES

COS RESULTATS DE LA SOUSCRIPTION BENEVOLE 2022
AVEC LA COLLABORATION DES COS DU GARD ET DE LA LOZERE

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

Les lots non retirés avant le **20 janvier 2023** seront acquis à l'association.

Merci de votre solidarité, Bonne Année !

N° 27907	**Bon d'achat 1500€ méridien voyage**
N°24894	Wonderbox (150€)
N°19046	Location 1 semaine à Azuréva pour 2 personnes
N°04896	Thalasso une journée avec repas pour 2 personnes
N°06401	Semaine en location à Noirmoutier pour 4 personnes
N°29652	1 Tablette
N°22452	1 blender a soupe
N°24259	1 Enceinte Bluetooth
N°31981	1 Assistant vocal
N°28153	1 Carte Fnac/Darty
N°04164	1 parure de stylo

Le tirage a eu lieu le vendredi 18 novembre dans les locaux du COS.

4 Lots de consolation – Bon cadeau de 20 €

20616 / 15449 / 19872 / 05327

AGENDA 2023

JANVIER *Galettes des ROIS*

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

Les galettes débutent à 14h30.

Mardi 10	**BEZIERS**	Maison de la Vie Associative 15 Rue Général Margueritte Bus n°9 Parking dans la cour
Vendredi 13	**CLERMONT L'Hérault**	Salle Georges Brassens Boulevard Paul Bert Parking ancienne gare SNCF
Lundi 16	**SETE**	Salle polyvalente Ste Thérèse 8 Rue du Clair Matin Parking dans la cour
Mardi 17	**MONTPELLIER**	Salle Pagezy 1 Place Ponge (ancien Hôtel de Ville)
Vendredi 20	**BRISSAC**	Salle des Rencontres Place de la mairie
Mardi 24	**OLARGUES**	Salle des Comportes Cours de la Gare
Vendredi 27	**LUNEL**	Salle Folquet 46 Rue Pierre Curie
Lundi 30	**LODEVE**	Salle Marie-Christine Bousquet 1 Place Francis Morand (près de la cathédrale St Fulcran)

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

LE LOTO DIMANCHE 5 FEVRIER 2023

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

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

RENDEZ-VOUS À L'ASSEMBLÉE DÉPARTEMENTALE
LE MARDI 28 MARS 2023
AU CENTRE AZUREVA - CAP D'AGDE

C'est l'agenda prévu mi-novembre pour le début de l'année 2023 !

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 9h-12h & 13h-16h (public) www.cosherault.net

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

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

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

www.lamutuellegenerale.fr/

Portail ASPTT :
www.asptt.com

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

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

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

www.portail-malin.com/

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

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

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

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

Votre CE Orange

Courriel : retraites.accueil@ccues-ft.fr

Sites publics :

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

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

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

Les sites de l'association

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

S'informer

Le mot du trésorier.

Quelques chiffres au 24 nov. 2022	
Cotisations	
Adhérents au fichier :	**1 740**
Dont à jour de cotisation :	**1 613**
Soit :	92,70%
Prélèvements	
Nombre de prélèvements :	**517**
Nombre d'adhérents :	**762**
Soit pour les "à jour" :	47,24%
Diffusion	
Bulletin ANR 34 :	**1 374**
La Voix de l'ANR :	**1 302**

Malgré l'information portée sur la convocation à l'Assemblée Départementale diffusée le 11 mars et deux rappels par courrier le 15 juillet ou par mail le 8 août, il reste à ce jour 104 adhérents qui n'ont pas réglé leur cotisation 2022.

À noter également la radiation de 14 adhérents pour non-paiement de cotisation depuis deux ans.

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

Afin d'éviter tout oubli, optez pour le prélèvement automatique. Faites nous simplement parvenir un RIB.

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

Bonnes fêtes de fin d'année et meilleurs vœux de bonheur et de santé pour 2023.

Michel BUCHAUD

COTISATIONS à partir de janvier 2023		**Adhésion seule (sans la revue nationale)**	**Cotisation Revue incluse**
	Tout adhérent	**Individuelle : 23 €**	**32 €**
		Couple : 37 €	**46 €**

Amicale-vie

Quelques informations utiles :

- Pensez à mettre à jour vos bénéficiaires (changement de bénéficiaire, mise à jour des adresses, …)
- Prélèvement annuel 2023, en janvier 2023
- Prélèvements semestriels 2023 : en janvier et juillet 2023
- Adresse pour correspondance : CNP Assurances TSA 31034 78457 VELIZY CEDEX

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

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

Se détendre

Jeux sur table

Bridge

Scrabble

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

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

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

REUNION DES CORRESPONDANTS SOCIAUX ANR 34

Les Correspondants Sociaux (CS) se sont retrouvés **à Sète le 15 novembre** pour leur traditionnelle réunion de fin d'année afin de s'informer sur les évolutions de l'ANR et préparer les visites de fin d'année à nos anciens.

60 bénévoles sur les 65 CS étaient présents à la salle polyvalente de la paroisse Sainte Thérèse où nous étions accueillis grâce à notre ami Bernard Deuze. Ils ont pu faire connaissance avec la nouvelle équipe chargée de la gestion et de l'animation des CS, Ghislaine et Jean-Pierre Reynouard prenant la suite de Lily Gros qui souhaitait s'arrêter.

Le rôle des CS (répartis en 42 secteurs pour couvrir le département) est essentiel car, si ils rendent visite à nos adhérents de 85 ans et plus, pour leur amener un cadeau de fin d'année, ils contribuent aussi par leur présence à apporter réconfort et amitié en cette période de fête. Mais leur rôle ne s'arrête pas là, car ils sont aussi les représentants de l'ANR pour tout événement heureux ou malheureux (noces, centenaire, décès,,,) et auprès des élus locaux.

La contribution des CS pour la solidarité est importante et elle augmente chaque année; il y a aujourd'hui 637 anciens concernés par les visites de fin d'année (502 en 2019); cela représente près du tiers des 1739 adhérents de l'ANR 34 au 1er novembre 2022. Cette situation crée des difficultés sur des secteurs qui se retrouvent sans CS (notamment Croix d'Argent et Mosson sur Montpellier), surchargés (jusqu'à 17 visites pour 1 seul CS), ou fragiles (CS vieillissant). Si on veut ménager l'avenir **il est nécessaire de recruter de nouveaux CS** auprès d'adhérents de l'ANR qui seraient prêts à consacrer un peu de leur temps pour prendre en charge un secteur défaillant ou épauler et bientôt remplacer un correspondant octogénaire … **Jeunes, manifestez vous !**

Cette problématique de baisse constante des effectifs a bien sûr été soulignée par notre Président Jean-Claude Jacquemond à l'occasion de son intervention, ainsi que l'évolution du soutien de la poste (plus de subvention au 1/1/2024), de l'augmentation de notre cotisation (+10 euros en 2023) et de la possibilité d'en déduire une partie de nos impôts.

Le bilan de l'année 2022 a été présenté :
- une trésorerie saine, mais il reste encore un peu plus de 100 cotisations impayées
- une rencontre régionale réussie (20 septembre à Chanac) avec 120 participants des 5 départements, mais seulement 24 pour l'Hérault !

Antoine Pérez a fait le point de la situation sur l'Amicale Vie : 339 adhérents au groupe Hérault, 75 ans de moyenne d'âge. Il rappelle que l'adhésion est possible jusqu'à 75 ans, que le capital décès va de 800 à 8000 euros. La mensualité commence à partir de 2,40 euros par mois.

Les dates des « festivités » pour 2023 ont été données pour le Loto de Montpellier et les 8 galettes des Rois prévues sur l'Hérault,

Une présentation détaillée des différents supports, outils et documents pour chaque CS a été effectuée afin de préparer au mieux les nouveaux et à remettre à niveau les anciens. Il a été rappelé à cette occasion que chaque adhérent avait à sa disposition pour s'informer : le magazine national « la voix de l'ANR », la consultation du site public national de l'ANR siège, du site réservé aux adhérents ainsi que notre bulletin départemental (gazette).

A l'issue de cette réunion chaque correspondant a récupéré son « Kit CS » avant de se diriger vers la salle du restaurant, sur la promenade face au port « Du coté de chez Fred » pour partager un excellent repas dans la bonne humeur.

Un grand merci à tous ces bénévoles, correspondants sociaux et organisateurs chargés de la mise en œuvre de cette réunion.

Jean-Pierre REYNOUARD

Les retraités en colère ont manifesté le 29 septembre 2022

Les adhérents de l'ANR Hérault sont invités à participer à toute manifestation dénonçant les décisions injustes qui vont nous pénaliser.

« Qui ne dit mot, . . .
. . . consent. »

Comme si la guerre qui s'invite en Europe, les tensions que génèrent des régimes autoritaires de plus en plus menaçants, comme si cet environnement politico économique pesant ne suffisait pas, voilà que les textes qui nous concernent se font de plus en plus pénalisants.

Les prix flambent et les pensions restent sous-évaluées la perte de pouvoir d'achat continue, l'inflation gonfle …

La Loi « Grand âge » annoncée depuis 2017, …

Un projet de loi de financement de la sécurité sociale catastrophique avec des économies drastiques …

Un système de santé à bout de souffle qui se dégrade de jour en jour …

La disparition des services publics de proximité dans des zones de plus en plus importantes

LA SITUATION EST INACCEPTABLE

Les revendications sont simples et constantes

Revalorisation des pensions de base et complémentaire indexée sur les salaires et augmentation de rattrapage au titre des années antérieures.

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

Le budget de notre système de santé est sous-dimensionné. Il devrait être financé en fonction des besoins et basée sur la solidarité intergénérationnelle.

La réimplantation de l'État dans les territoires qu'il a désertés afin de garantir une égalité de traitement pour tous à l'accès aux services publics.

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

. . .

Béziers
Montpellier

Mobilisations
du
29 septembre

SÉJOUR & SORTIE 2023

Le PALAIS IDÉAL DU FACTEUR CHEVAL
Séjour sur 2 jours : 18 au 19 mai 2023

Jour 1 : MONTPELLIER / PALAIS DU FACTEUR CHEVAL

Départ de **Montpellier** en direction de Hauterives. Arrivée pour le déjeuner. Vous partirez ensuite pour la **visite (libre) du palais idéal du facteur cheval**. Ferdinand Cheval, véritable autodidacte, va consacrer 33 ans de sa vie à bâtir seul, un palais de rêve dans son potager, inspiré par la nature, les cartes postales et les premiers magazines illustrés qu'il distribue.

Vous partirez ensuite à **Romans sur Isère pour la visite de la Cité de La Raviole Mère Maury**.

Continuation vers votre hôtel à Romans sur Isère. Installation. Dîner. Logement.

Ce prix comprend :
- Le transport en autocar de tourisme
- Le logement en hôtel 3* à Romans sur Isère
- La pension complète du déjeuner du jour 1 au déjeuner du jour 2
- La visite du palais facteur cheval
- Le déjeuner-croisière en bateau à roue
- La visite des jardins des fontaines pétrifiantes
- La visite de la cité de la raviole de la Mère Maury
- La visite d'une fabrique de pognes
- Les boissons aux repas (vin, café et eau)

Jour 2 : ROMANS SUR ISERE / BATEAU À ROUE / MONTPELLIER

Après le petit-déjeuner, départ pour une **visite guidée et dégustation** d'une spécialité locale : **la Pogne de Romans.**

Continuation en direction de **Saint Nazaire de Royans** où vous embarquerez à bord **d'un bateau à roue pour un déjeuner-croisière** au fil de l'eau.

Continuation avec **la visite du jardin des fontaines pétrifiantes**.

Retour en direct dans votre région.

PRIX FORFAITAIRE TTC PAR PERSONNE :
Base 20 à 29 payants par car : 363 Euros
Base 30 à 39 payants par car : 318 Euros
Base 40 à 49 payants par car : 287 Euros
Base 50 payants par car : 273 Euros

Ce prix ne comprend pas :
- Les dépenses personnelles
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "Ce prix comprend"

Renseignement - Contact : **Pic Lucette**
04 67 59 14 36 lucette.pic@wanadoo.fr
Utilisez l'encart pour vous inscrire

Journée au PERTHUS le 2 février 2023

Départ de **Montpellier** dans la matinée en direction du **Perthus**.
Temps libre pour vos achats.
Déjeuner.
Temps libre pour vos achats jusqu'à 16h.
Retour en fin de journée.

PRIX FORFAITAIRE TTC PAR PERSONNE :
Base 20 à 29 payants par car : 74 Euros
Base 30 à 39 payants par car : 59 Euros
Base 40 à 49 payants par car : 50 Euros
Base 50 payants par car : 47 Euros ²

Ce prix comprend :
- Le transport en autocar de tourisme
- Le déjeuner buffet avec boissons (vin, café et eau) incluses

Ce prix ne comprend pas :
- Les dépenses personnelles
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "Ce prix comprend"

Renseignement - Contact : **Pic Lucette**
04 67 59 14 36 lucette.pic@wanadoo.fr
Utilisez l'encart pour vous inscrire

Et pourquoi pas s'amuser « local » ? Allons applaudir notre collègue
Gérard Kappler le dimanche 22 janvier 2023 à 15h,
salle Bernadette Lafont à St Just !

Voir l'affiche en dernière page. Contact : **Kappler Gérard** : 06 80 99 59 78
Utilisez l'encart pour vous inscrire

Se retrouver

MUTUALISATION VOYAGES et SÉJOURS en LANGUEDOC-ROUSSILLON

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

ANR AUDE

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

ANR LOZERE

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

ANR GARD

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

ANR PYRENEES ORIENTALES

Voyage au Vall d'Aran (France - Espagne)
Jeudi 15 au samedi 17 juin 2023

St Bertrand de Commingues,
Val de Boï, Parc d'Aigüestortes; Lleida.
Prix : environ 400 €

Voyage dans les Pouilles (Italie)
21 au 28 septembre 2023
Prix : 1.800 €environ toutes prestations

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

ANR 34 **CARNET DES ADHÉRENTS : LES NOUVEAUX** **PÉRIODE DU 01/05/2022 AU 31/10/2022**

PREGET Sylvain TEYRAN **SAMITIER Jöelle** PIGNAN

BIENVENUE à ces nouveaux adhérents

CARNET DES ADHÉRENTS : ILS NOUS ONT QUITTÉS **PÉRIODE DU 01/05/2022 AU 31/10/2022**

ALBERT Andrée	VALRAS PLAGE	**LABERDURE Bernard**	BEZIERS
ARCIER Jeannette	MONTPELLIER	**PARRAMON Gina**	ST CHINIAN
BARTHES Robert	NISSAN LEZ ENSERUNE	**PEREZ Joaquin**	JUVIGNAC
BEGOU Gilbert	ST GELY DU FESC	**POZO André**	SOUBES
BERARD René	NEBIAN	**RE René**	MONTPELLIER
BERTHOMIEU Monique	MONTPELLIER	**RICOME André**	GANGES
BOBIN Henri	LATTES	**ROQUES Marinette**	LAMALOU LES BAINS
CANAYER Claude	MONTOULIERS	**ROUTOULP Louis**	MARSEILLAN
CAZILHAC Raymond	MONTPELLIER	**SANOUILLET-ROBIN Jeannine**	MONTPELLIER
COMBES Marie-Rose	CASTELNAU LE LEZ	**TEMPLE-BOYER Régis**	MONTPELLIER
DURAND Gisèle	FLORENSAC	**VAREILHES Hélène**	COURNONTERRAL
FERNANDEZ Michèle	MONTPELLIER	**VICENT Antoine**	CLERMONT L HERAULT
FERRISSE Yvan	VENDARGUES	**VIDAL Gérard**	BRISSAC
FONTA Claude	VILLETELLE	**VILLARD Jean-Claude**	LE CRES
FRANCES Gérard	ST CLEMENT DE RIVIERE	**VILLETORTE Pierre-Jean**	SETE

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.

JOURNÉE DE RENCONTRE RÉGIONALE

Le 20 septembre 2022, 120 adhérents venant de toute la région Languedoc-Roussillon se sont retrouvés en Lozère à Chanac pour cette journée traditionnelle. Les adhérents avaient grand besoin de se rencontrer.

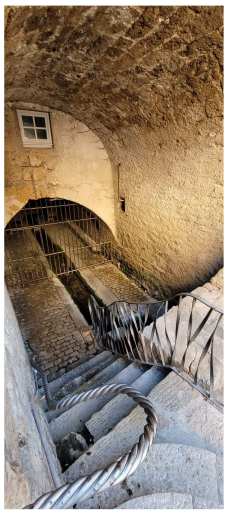
La matinée, après un petit déjeuner d'accueil, est consacrée à la visite de la ville de Mende.

Le soleil fut de la partie. En 2023 c'est le groupe des Pyrénées Orientales qui nous accueillera.

Visite de la ville de Mende (1)

A 9h30, les cars nous emmènent à la préfecture de la Lozère (12 318 habitants). Trois guides nous attendent devant l'office du Tourisme.

Après une introduction générale sur la ville, nous nous répartissons en trois groupes, avant de se diriger vers le centre-ville.



Après avoir longé le boulevard circulaire créé au XVIIIème siècle, sur le tracé des anciens remparts de la ville, nous pénétrons dans les ruelles du centre historique.

Nous nous arrêtons devant le « lavoir de la Calquière », conçu pour les tanneurs et les blanchiers qui utilisaient autrefois la chaux pour préparer les cuirs et les étoffes de laine.

Les tanneries, activité polluante dans ce quartier intra-muros ont ensuite été déplacées au XVIIème siècle, vers les bords du Lot. Le site est converti en lavoir vers 1701.

Nous poursuivons dans les ruelles pour arriver sur la « Place au Blé », devant une halle métallique, conçue en 1922 par un architecte de la ville, Antonin Fagès, et réalisée par l'entreprise Guérin de Lyon.

En 2006, elle a été recouverte d'une verrière à décoration de feuillage et la place pavée en pierre calcaire. Elle remplace la Halle construite en 1745 avec un toit à 4 pentes reposant sur des piliers de pierre, jugée trop petite, où se pratiquait la vente des grains.

Notre périple nous conduit ensuite devant l'ancienne maison consulaire, où siégeait le Conseil, qui a servit de Mairie après la révolution. On retrouve les armoiries de la ville : « D'azur au M gothique d'or surmonté d'un soleil, rayonnant de même ».

Face à elle se trouve un mur en trompe-l'œil symbolisant le jumelage entre Mende et Volterra.

La visite dans la cour de l'immeuble dit « Ancienne synagogue », nous permet de découvrir un édifice médiéval authentique qui a conservé une distribution de galeries sur cour sur 3 étages .

On constate la présence d'une communauté juive entre 1229 et 1306 (expulsion des juifs du royaume de France).

Après 1310, la synagogue est affectée à une communauté de prêtres qui y demeurera jusqu'à la Révolution.

Vendu comme bien national à la Révolution, l'édifice a été morcelé et restauré dans les années 1970. Il appartient depuis à différents propriétaires privés.

…/…

JOURNÉE DE RENCONTRE RÉGIONALE

Visite de la ville de Mende (2)

Enfin nous arrivons sur la place Urbain V où trône la statue du pape. Né en 1310 en Lozère, à Pont de Monvert, il est à l'origine de la construction de la Cathédrale gothique de Mende.

La statue d'Urbain V est inaugurée en 1874. Mesurant plus de 6 mètres de haut, elle aurait été réalisée d'après le gisant du pape conservé au musée Calvet d'Avignon.

La cathédrale Notre-Dame et Saint Privat, construite en calcaire blond du pays, est le siège épiscopal du Diocèse. Elle est classée monument historique depuis 1906. Son plus grand clocher culmine à 84 mètres de hauteur.

A l'intérieur, on remarque particulièrement une vierge noire du XIIème siècle, des orgues et des boiseries du XVIIème siècle, des tapis d'Aubusson du début du XVIIIème siècle et un maitre autel du XXème siècle.

On y conserve aussi le battant de la « Non Pareille », la plus grosse cloche de la chrétienté à l'époque de sa mise en place (12,5 tonnes environ).

Cette journée de rassemblement ne saurait se clôturer sans un moment particulièrement convivial : de retour à Chanac, nous sommes attendus par un repas servi à table, entrecoupé par une animation « tombola gratuite » qui a permis à tous les convives de repartir avec un produit local ou un objet souvenir.

Christiane MALINOWSKY

La Suque par le Bois de Mounier le 2 décembre2021, une fin de journée mouvementée !

La rando du jour n'emprunte que de belles sentes couvertes des feuilles roussies de l'automne ; parfois le chemin se découvre, assez raide, semé de cailloux. Cependant, certains endroits plus argileux crottent les chaussures, notamment celles de Jean-Pierre A, furieux, empêtré dans les ornières creusées par les roues d'un énorme tractopelle. L'imposante machine écrase sans ménagement olivettes et arbustes, en vue de 'installation d'une nouvelle vigne conquise sur la garrigue.

Un futur AOC du Grand Pic Saint -Loup !

La terre est noire, reposée, chargée d'humus et de débris végétaux. Il faudra patienter quatre années pour enregistrer la première récolte…

L'allure des marcheurs est soutenue, comme à l'accoutumée. Francis me l'avait expliqué :

- Nous éviterons le château de Montlaur ; vois-tu à droite cette colline et son ramassis d'antennes ? C'est là que je vous emmène, sur La Suque, qui signifie nuque en occitan ! D'où l'expression régionale : « ensuqué » pour celui qui semble avoir reçu un coup sur la nuque !!!

L'ascension est douce sur les flancs arrondis qui dominent Montaud. Dans le Bois de Mounier, l'entrelacement des feuillus recouvre le sentier d'une ombre protectrice.

Au sommet de La Suque, le vent s'affole et nous bouscule. Les antennes sont plantées dans de gros blocs de béton derrière lesquels chacun s'abrite. Sur l'horizon découvert, le soleil illumine la mer tandis qu'au nord se profilent les Monts des Cévennes ; la plaine est vaste à perte de vue, avec en toile de fond le dos large de la Séranne et tout près de nous, le face à face éternel du Pic Saint-Loup et de l'Hortus.

Annick, notre pâtissière aux dons multiples, partage en dix parts égales la bûche aux marrons et chocolat, nappée d'un caramel au beurre salé ! Miam ! Une anticipation gourmande et appréciée des fêtes de Noël toutes proches ! Jean-Pierre la félicite :

- Annick, tu es très forte ! Tes desserts sont ma passion ! Je suis admiratif devant tant de talent !

Nonobstant, cette randonnée cachait sous l'ambiance clémente un final surprenant ; jugez vous-mêmes :

De retour sur Montaud, les dix comparses se saluent :

- On se revoit jeudi prochain ! Rentrez bien !

Serge seul, démarre en trombe, puis c'est au tour de Guy et Jean-Pierre A moins pressés, enfin Lulu et Annick grimpent dans la voiture de Bernard. Françoise et moi bénéficions d'un covoiturage avec Jean-Pierre R.

…/…

La Suque (suite et fin)

Soudain :

- Les filles, pas de blague, je ne peux pas démarrer ! Regardez : pas de jus, pas de klaxon, pas de clignotants, batterie à plat ! … Et je ne vous fais pas le coup de la panne, ça non !!!

Vite, coups de téléphone à Bernard sans doute pas loin, à Francis rentré à pied chez son amie, à ceux qui voulaient surtout éviter les bouchons sur Montpellier !

Alors, tout ce petit monde sollicité fait demi-tour avec bonne grâce ! Pas question de laisser les copains en rade ! Jean-Pierre A. peste :

- Je vous le dis à chaque fois ! Débarrassez-vous de vos guimbardes !

Compris ! Leçon assimilée ! Nous sommes tous prêts à pousser de toutes nos forces.

En seconde ou en troisième, a certifié Bernard, la satanée bagnole va crachoter et démarrer !

On s'arc-boute, on se plie en deux, on court, les pieds s'entravent, on crache nos poumons, on souffle fort et l'on pousse, pousse, pousse…. en vain !

La petite voiture rouge nous nargue et nous résiste ! Le moteur demeure silencieux, feux éteints …

Son propriétaire, impérial, reste calme, et avec son flegme coutumier conclut :

- Rien de grave ! Partez tous ! J'appellerai un dépanneur.

Deuxième et ultime tentative : encore plus de hargne ! Les plus résistants s'agrippent au véhicule, ahanent bruyamment ! Certaines femmes restent à l'écart, ne sachant où poser leurs mains, et éclatent de rire :

- Y a-t-il quelqu'un pour prendre la photo ! Ça s'impose ! Tous ces postérieurs offerts tendus dans l'effort !!

Francis a dégoté du fin fond de sa cave des pinces spéciales rouges et noires, encore enroulées dans leur sac d'origine ! Parfait pour rebooster une batterie rapla-pla !!!

On est sauvés ! En un tournemain le moteur va vrombir et se recharger en quelques coups d'accélérateur. Francis heureux ouvre son sac.

- On ne s'en est jamais servi ! C'est tout neuf !

Cependant, à peine touchée, la pince noire se dédouble, sa moitié tombe à terre…

- On peut toujours la tenir appuyée fortement, ça peut marcher ! nous rassure Jean-Pierre A.

Bernard se dévoue, tente de la tenir coincée, immobile …. mais il se retrouve perplexe avec une nouvelle pièce détachée dans le creux de sa main ! D'où sort-elle ?

Jean-Pierre attrape l'autre pince, rouge cette fois, qui se divise à son tour entre ses doigts : mince, c'est quoi cette histoire ? Rien ne tient ! Tout se démantibule !

De plus, ne s'est-on pas trompés ?

Borne positive, borne négative, mais pour quelle couleur ?

Les quatre hommes s'affairent et discutent, penchés sous le capot tandis qu'à l'écart, les femmes retiennent leurs quolibets !

- C'est à cause de ces maudites pinces ! Elles ne valent rien ! Quelle camelote ! Vends-les 1 euro à un vide-grenier ! Moi, je déclare forfait

Ne reste plus que le coup de fil à l'assureur ! Et vite ! Car il se fait tard ! L'ombre et le froid s'installent.

Nous redistribuons le covoiturage et laissons seul notre marcheur en attente d'un dépannage…

- Nous t'abandonnons à regret cher Jean-Pierre A. mais que ferions-nous de plus ? Tue le temps en téléphonant à ton épouse ! Francis va revenir te voir après sa douche ! Bisous et à jeudi prochain !

Denise PETIT-BOSC

L'assurance contactée, a envoyé de suite un taxi pour ramener Jean- Pierre à son domicile.

Le dépannage de la voiture est intervenu dans les jours suivants.

Une fin de journée mouvementée !

Les randonneurs à Marseille
du 4 au 11 septembre 2022

Le dernier séjour à thème de l'année 2022 a eu lieu au bord de mer … Merci Bernard !

Cher Bernard

C'est avec enthousiasme que nous tous ici, réunis dans l'écrin vert du Centre de Vacances du Soleil au sein de La Belle de Mai, avons souhaité te remercier pour ce séjour réussi à Marseille.

Grâce à toi, nous avons pu, partager nos joies et nos préoccupations, beaucoup papoter, échanger nos rires et nos fous-rires et bien sûr, randonner en admirant ces si beaux rivages escarpés, très différents de nos plages de sable fin.

Merci aussi à ta bien-aimée Olga, qui te porte, te supporte (comme une fervente supportrice), mais aussi s'emporte, quant ton dévouement et ton abnégation te font oublier de manger ton repas…

Quelqu'un de moins jeune que nous, un certain Pythagore, mathématicien mais aussi philosophe, a dit : « Les amis sont des compagnons de voyage qui nous aident à avancer sur le chemin d'une vie plus heureuse ».

Nous avons été très heureux durant ces jours ensoleillés dans cette étonnante Cité Phocéenne.

Et maintenant bien sûr, nous nous adressons à nos deux guides :

D'abord à Ghislaine pour ses randonnées « douceur », mais réalisées d'un bon pas ; les Goudes, Notre Dame de la Garde, les Îles du Frioul et le Château d'If, entre autres, sont dans notre esprit.

Une jolie croisière dans les magnifiques calanques de Sormiou, Morgiou, Sujiton, etc … a été le point d'orgue de ces journées.

Ensuite à Françis. Sous son impulsion, les plus aguerris d'entre nous ont pu se confronter à des parcours qui tenaient du stage commando, avec élimination progressive de la troupe, puisqu'au fil des jours, il y a eu un déserteur, une égarée, une rentrée tardive… Mais au bout du compte, ou du conte, c'est selon, tout le monde est bien rentré au bercail, avec beaucoup d'expérience et de souvenirs.

Un grand merci donc à nos deux bergers, qui ont bien mérité notre reconnaissance.

Gisèle ROMERO

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

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

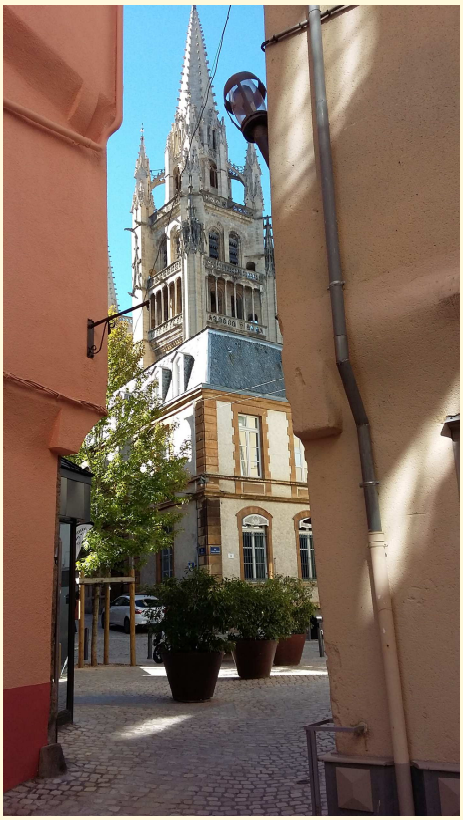
Les avantages de l'Amicale-Vie :

- 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



Visite
guidée
de la ville
de
Mende.

20 septembre 2022

Journée de
Rencontre
Régionale
Languedoc-Roussillon

Le 22 janvier 2023
Allons applaudir
notre collègue
Gérard Kappler
à 15h au théâtre,
salle
Bernadette Lafont
40 rue des Primevères
34400 Saint Just

Réservation :
06 80 99 59 78

Efforts

Les randonneurs
à Marseille du
4 au 11 septembre
2022

Réconfort!