Le lien de l'ANR 47

N° 21 Mars 2012

Tiré à 700 exemplaires

Site internet : http://www.anr47.anrsiege.net/

Président :
René de Nadaï
2 Allée Paul Gauguin
47510 FOULAYRONNES
Tél.: 05 53 95 67 34
rene.denadai@orange.fr

Trésorière :
Monique Méline
Larive
47440 CASSENEUIL
Tél.: 05 53 01 01 05
monique.meline@wanadoo.fr

Secrétaire :
Michel Caminade
14 Rue Édouard Herriot
47520 LE PASSAGE
Tél.: 05 53 96 63 93
michel.caminade@laposte.net

Sommaire ..... Page

Photo de la galette des rois à Pujols 1
Calendrier des marches 2
Assemblée départementale 2012 3
Renouvellement partiel du comité..... 4
Décès de l'année ..... Nouveaux adhérents 5
Réunion du comité..... Infos de la MG..... 6
Dix raisons pour adhérer à l'ANR 7
Carnaval de Nice, fête du citron à Menton.....8, 9
Promenades agenaises . Concerts vocaux.....10
Adieu Christian..... 11
Citations, ... Souvenir 12

Rédaction : Michel.Caminade

À Pujols : avec le sourire de Ginette et Marylène

Calendrier des marches du printemps 2012

Mardi à 14 h	Lieu de rendez-vous et de stationnement	km	Dénivelé en m.	Difficulté	Durée
Marmande : Jean-Paul Cazeaubonne Tél. 05 53 89 25 90					
24 avril	Mairie de Mauvezin.	11,5	225m	moyenne	3 H 00
22 mai	Mairie de Ste Marthe.	10	0m	facile	2 h 30
Villeneuve : Lucien Rouère Tél. 05 53 95 78 52					
10 avril	Laroque-Timbaut, Place de la mairie.	10		facile	2h45
15 mai	Noailhac (de Pujols), Église de Noailhac.	11		moyenne	3h30
Agen : René de Nadaï Tél. 05 53 95 67 34					
3 avril	Foulayronnes, Lac de Talives	7,8	275	facile	2h
8 mai	Thouars	8,6	40	facile	2h30
Marche commune avec pique-nique					
12 juin à 9h	Pech de Berre, Croix monumentale de Nicole. Votre table de camping sera la bienvenue	8/12	300	moyenne	2h30/ 3h00

Les marches de l'hiver n'ont pas toujours le succès escompté. Le froid, les intempéries, et sans doute aussi le manque de courage dont nous faisons preuve quand il s'agit de prioriser notre santé !...

Il faut dire que de nombreux clubs locaux proposent des randonnées généralement hebdomadaires, que l'ASPTT a aussi ses randonneurs de plusieurs niveaux. Maurice Gracia, dans « promenades agenaises » en page 10, nous propose des possibilités complémentaires.

La compétence et la bonne volonté de nos trois accompagnateurs est appréciable, il serait regrettable de se priver de ce bénéfice ou de les démotiver par un trop faible nombre de participants.

Nous n'étions que cinq pour la marche de Castella, dont le dénivellé de 165 mètres s'est avéré suffisant pour constater que notre souffle serait bien amélioré si nous avions un minimum d'entraînement.

Assemblée Départementale le mardi 27 mars.

Elle aura lieu à Frespech à partir de 9h. Les participants seront accueillis dans la salle de réunion avec café et viennoiseries.

9h30 - Ouverture de la séance par René de Nadaï, qui présentera le ***rapport moral***.

Dans le ***rapport d'activités*** le secrétaire fera le bilan de nos actions, réunions, marches, journées ; sur les adhésions, les décès ; sur la communication, le Lien et le site internet ; sur l'action sociale.

Le ***bilan financier*** présenté par Monique Méline, trésorière, sera suivi du rapport des contrôleurs aux comptes et des votes d'approbation.

Michelle Mazzer et Maryse Caminade feront le ***compte-rendu des loisirs et voyages***. Maryse dira un mot sur l'***Amicale Vie***.

10h45 - Vote pour le ***renouvellement partiel du comité***.

La parole est donnée aux invités : **La Poste, France Télécom, la Mutuelle Générale** (par Françoise Bianco) ...

11h15 - Le Docteur Valay membre du CODERPA, très apprécié lors d'une précédente intervention, évoquera notre santé, les risques de notre âge, et nous conseillera pour « **vivre debout »** longtemps !

M. Louis Souchu, représentant l'ANR siège, clôturera la séance.

Le repas aura lieu à la salle des fêtes de Frespech vers 13 heures.

N'oubliez pas de vous inscrire en renvoyant le coupon-réponse à notre trésorière, accompagné d'un chèque de 25 €.

Les participants doivent être à jour de leur cotisation 2012.

Renouvellement partiel du comité

Liste des membres du comité, des candidats à leur réélection et des candidats cooptés ou candidats nouveaux.

Jacqueline ARNOUX	47520 Le Passage	Membres du comité élus en 2010 jusqu'en 2014
Robert BLANC	47480 Pont du Casse	
Christiane DAMBIELLE	47000 Agen	
Patrick JOMARD	47110 Ste Livrade-sur-Lot	
Christiane LAMBERT	47000 Agen	
Louis MARC	47300 Villeneuve-sur-Lot	
Micheline MARIAU	47000 Agen	
Alain MEDAT	47220 Astaffort	
Aline MEDAT	47220 Astaffort	
Denise PECAL	47340 St Antoine-de-Ficalba	
Gilbert PECAL	47340 St Antoine-de-Ficalba	
Jacqueline SOUVERVILLE	47520 Le Passage	
Josette RICHARD	47510 Foulayronnes	
Maryse CAMINADE	47520 Le Passage	Membres élus en 2008 et candidats à leur réélection
Michel CAMINADE	47520 Le Passage	
Jean-Paul CAZAUBONNE	47250 Argenton	
Marylène CHAUVIRÉ	47110 Ste Livrade-sur-Lot	
René de NADAÏ	47510 Foulayronnes	
Simone DELBOSQ	47340 Laroque-Timbaut	
Daniel LARRIBE	47520 Le Passage	
Jacqueline LAVAUD	47510 Foulayronnes	
Michelle MAZZER	47200 Marmande	
Monique MÉLINE	47440 Casseneuil	
Marie MORET	47200 Marmande	
Ginette POUZALGUE	47300 Villeneuve-sur-Lot	
Vera Denise RÉGNAUT	47160 Ambrus	
Lucien ROUERE	47470 Cauzac	
Edmée SERRES	47000 Agen	
Jean-Jacques TAURISSON	47300 Villeneuve-sur-Lot	
Françoise BIANCO	47000 Agen	Membres cooptés ou nouveaux candidats
Georgette DESMEDT	47390 Layrac	
Danielle DOMINIQUE	47200 Marmande	
Christine GATARD	47000 Agen	
Bernard KERAMBLOCH	47200 Beaupuy	
Josette MACHEFE	47400 Tonneins	
Annie MAZEAU	47300 Pujols	
Robert NORMAND	47200 Mauvezin-sur-Gupie	
Michel PARACHOU	47310 Roquefort	
Mauricette PERES	47170 Mézin	
Yvan VIGUIER	47390 Layrac	

Les membres du comité sont élus pour 4 ans et renouvelables par moitié tous les deux ans lors de l'assemblée générale ; ils sont rééligibles.

Le bureau composé d'un président, un vice-président, un secrétaire, un trésorier, et adjoint(s) est élu par les membres du comité à chaque renouvellement partiel.

Les membres présents à l'assemblée peuvent se porter candidats.

Le comité se réunira dans l'après-midi pour élire le nouveau président ou la nouvelle présidente qui formera le nouveau bureau.

Adhérents décédés depuis le 1er janvier 2011

Civilité	Nom	Prénom	Décédé le	âge
Monsieur	DAVID	Michel	17/01/2011	72
Monsieur	DUFOUR	Daniel	24/01/2011	82
Madame	VERDIER	Marie	02/02/2011	83
Madame	CLAVAL	Odette	22/02/2011	86
Madame	DUPUY	Liliane	03/03/2011	89
Madame	BRAMAN	Denise	24/03/2011	77
Monsieur	KIEFFER	Jean	28/03/2011	86
Monsieur	FRAISSINEDE	Robert	22/04/2011	90
Monsieur	COLDEBOEUF	Gabriel	26/08/2011	79
Madame	ANGLADE	Julia	19/09/2011	104
Madame	ROUILLARD	Denise	15/10/2011	77
Madame	BERTO	Lisette	09/11/2011	66
Monsieur	SOULIE	Yvan	15/11/2011	95
Monsieur	MAROT	Georges Pierre	14/12/2011	83
Monsieur	BÉGUÉ	Christian	21/12/2011	79
Madame	CROS	Marcelle	27/12/2011	102
Monsieur	LEPHAY	Claude	01/01/2012	85
Madame	LE MERRER	Nathalie	25/02/2012	99

Évolution des adhérents

Bienvenue aux 26 nouveaux « jeunes retraités » qui ont adhéré à l'ANR47 dans le courant de l'année 2011.

Malheureusement cela ne suffit pas à compenser les sortants dont les 18 décès à additionner aux 5 démissions, 2 mutations et 20 radiations pour non paiement de la cotisation.

Cotisation annuelle d'adhésion à l'**ANR**	**Retraités PTT (La Poste, France Télécom et leurs filiales)**		
	Individuel : **18 €**	Couple : **27 €**	Reversion : **9 €**
	Si aucun PTT dans le couple		Sans l'abonnement à la revue nationale, **La voix de l'ANR,** diminuer le tarif de **9 €**
	Individuel : **27 €**	Couple : **45 €**	

Réunion du comité de l'ANR47 *(du 31 janvier 2012) .*

Après le récolement des fiches bilans de 2011 ce fut la préparation de la liste des 103 personnes à visiter en 2012 dont 23 ont plus de 90 ans.

Le bilan de la galette de Pujols fait état de son succès habituel grâce à l'équipe Villeneuvoise pilotée par Monique Méline et à Michelle Mazzer qui a préparé et organisé une tombola très réussie et appréciée.

Prospection : des volontaires tenteront d'appeler les 380 retraités non adhérents susceptibles de bénéficier de la parité. Tâche souvent ingrate.

Voyages : tous les voyages ont pratiquement fait le plein.

Les **appels de fonds** sont en cours pour la Dordogne, prévus mi-avril pour le Tarn-et-Garonne (Montauban, Moissac) et en mai pour le séjour à Arêches.

Le problème des ZUS (Liens N°15 et 16) pourrait refaire surface.

Assemblée Départementale de la MG

Jeudi 10 Mai 2012 à 17 H au Lycée hôtelier professionnel, route de Mézin à Nérac.

Avec la participation de Jean-Christophe BORDACAHAR, secrétaire général adjoint de la Mutuelle Générale.

Un cocktail sera offert à la fin des débats. À l'issue du cocktail, possibilité de prendre le dîner en commun moyennant une participation de 10 € / personne.

Réservations sur coupon du prochain bulletin d'information de la MG.
ATTENTION, PLACES LIMITÉES POUR LE REPAS !!!!!!!!!!

Voyages 2012

De Mexico à Cancun - du 29 septembre au 10 octobre (1780 €). Circuit guidé avec assistance dès le départ de Bordeaux sur vols réguliers Air France « Bordeaux Paris Mexico » et sur vols intérieurs de Mexico à Cancun.

Renseignez-vous auprès de Françoise Bianco (06 86 52 31 03) à ce jour elle dispose encore de 4 places.

Monténégro. Le voyage prévu du 2 au 9 juin 2012 est annulé.

Prestations

Nouveauté depuis le 1er janvier 2012 : Il est permis désormais de bénéficier d'une aide ménagère en cas d'hospitalisation de plus de 72 heures. L'aide ménagère est attribuée dans la limite de 20 heures, sur une période maximale d'un mois.

Dix raisons pour faire adhérer nos collègues

Le premier des avantages est la solidarité, ensuite ils diffèrent selon la branche : **La Poste** ou **France Télécom**.

Quelle que soit l'origine

La parité homme-femme (bonification du taux de pension pour les hommes ayant eu des enfants, mis en retraite de mai 1990 à 1996) dont certains d'entre nous ont bénéficié, s'applique à tous ceux qui remplissent les conditions. Il faut inviter ces retraités à adhérer à l'ANR.

Avantages aux retraités de La Poste

L'ANR vous informe sur les nouveautés relatives aux avantages que La Poste accorde à ses retraités :

Lettre d'Information sociale : abonnement gratuit via le portail malin.

AMD (Aide au Maintien à Domicile) : Prestation destinée à faciliter le maintien à domicile de fonctionnaires retraités en situation de légère dépendance et disposant de ressources limitées.

Prime de fidélité : rémunération de l'avoir moyen du CCP au taux du livret A. La pension doit être versée sur ce compte de la Banque Postale.

Compte Adispo Privilège : tarif préférentiel aux retraités de La Poste pour des services et produits financiers, plus 160 points adésio par an.

Offre sport : Tarif préférentiel pour l'adhésion à un club ASPTT.

Participation aux frais de séjour en village de vacances :

Vacances PTT (AZUREVA) et la MG (VACANCIEL), offrent des séjours à tarifs préférentiels en centre de vacances. Une participation de La Poste peut être attribuée sous condition de ressources.

Chèques Vacances : reposent sur une épargne préalable, abondée d'une contribution de La Poste soumise à condition de ressources.

Téléphone/Internet : Tarifs réduits sur « Optimales » de FT / Orange.

Offre Micro-ordinateur avec la FNCC (coopérative) : acquisition d'un équipement informatique complet, avec imprimante, à prix coûtant.

Avantages aux retraités de France Télécom - Orange

Gratuité de l'abonnement à la ligne téléphonique pour tous.

Pour les adhérents à l'ANR, remise de 10% sur abonnements et services FT : fixe, mobiles, internet ADSL (sauf terminaux et équipements).

L'imprimé à remplir pour effectuer la demande est joint à cet envoi.

L'ANR informe ses adhérents dans la formulation de requêtes pour la révision des indemnités de CFC, et peut-être bientôt pour les ZUS.

Elle aide éventuellement ses adhérents pour les accès internet :

au CCUES (ARAVIS) pour les Chèques vacances, l'Aide à l'Autonomie (équivalent à l'AMD de La Poste), etc.

au CE DTSO pour le « Livre de l'année » ou le « Colis de Noël ».

Carnaval de Nice et la Fête du citron à Menton

Nous étions 41 courageux à avoir pris le départ vers Nice et Menton. Courageux car les Marmandais et les nouveaux qui ne connaissaient pas nos habitudes ont dû mettre le réveil très tôt.

Après un voyage de 680 km environ nous étions en place pour deux jours de programme chargé, très coloré, féerique.

Le samedi matin, avec un guide local, nous avons visité Nice et plus particulièrement le vieux Nice avec ses ruelles bien conservées et son célèbre marché aux fleurs.

L'après-midi sous un beau soleil, la bataille de fleurs naturelles qui a duré 2 heures était une bonne entrée en matière. Au deuxième passage les fleurs des chars étaient lancées vers le public. Tous les chars sont donc à reconstruire pour la prochaine bataille de fleurs qui aura lieu deux jours après.

Char fleuri et bataille de fleurs

La famille princière

Le soir grand corso de chars illuminés et gigantesques d'une hauteur de 10 mètres environ ; tous les chars étaient l'œuvre d'artistes locaux sur le thème du sport, avec toute l'ironie qui est de mise en période de carnaval.

(Pour la couleur, regardez sur internet)

Le dimanche matin nous avons visité la Principauté de Monaco avec la relève de la garde et parmi les groupes qui visitaient il y avait l'ANR 46.

Nous avons exploré le jardin exotique et admiré la vue du port de plaisance de Monaco depuis le rocher.

Le dimanche après-midi à Menton était réservé à la fête du citron ou plus généralement des agrumes. Là aussi défilé de chars constitués uniquement de citrons et d'oranges sur le thème « les régions de France ».

La région Midi - Pyrénées était représentée par une botte géante et deux joueurs de rugby ; la Bourgogne par un escargot.

Après le défilé, la visite des jardins de Biovès, décors d'agrumes représentant encore diverses régions de France, a été un vrai régal pour les yeux.

L'Aquitaine était symbolisée par une bouteille, un canard et le logo de la région.

Le château de la Loire était particulièrement réussi.

De plus une importante exposition d'orchidées pouvait être admirée.

En résumé deux jours de très grand spectacle, particulièrement coloré, avec le soleil en plus.

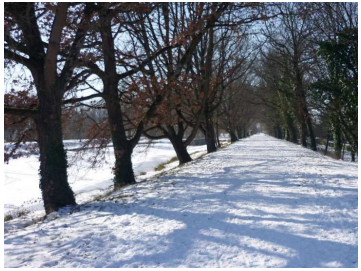
René

Petites promenades en Agenais

Avec les anciens du Centre de Réadaptation de Midi-Gascogne à Beaumont.

Pour notre petit groupe, elles se situent, le plus souvent, sur cette partie du canal, côté Passage d'Agen. Au fil des ans, ses abords ont étés aménagés, offrant aux Agenais un terrain idéal pour la pratique des activités de détente. À la bonne saison, les promeneurs y côtoient les plaisanciers glissant sur le canal à bord d'embarcations diverses et colorées. Le franchissement rapproché du pont-canal et des quatre écluses freinant leur progression, attire les curieux et fait rêver les enfants !

Jouxtant le canal, les petites routes tranquilles, offrent des variantes très agréables à travers les plantations d'arbres fruitiers, les cultures maraîchères, ou les bords de Garonne. Au total, ce ne sont pas moins d'une dizaine de petits circuits de proximité, faciles et attrayants qui peuvent être empruntés. Cependant, par grand soleil, les berges du canal, à l'ombre des grands arbres sont à privilégier.



Notre petit groupe se retrouve chaque mardi, sans prétentions de performance, pour mettre en pratique les conseils de l'équipe du centre de réadaptation de Midi Gascogne. Bien sûr, ceux qui souhaitent se joindre à nous, sont les bienvenus.

Aujourd'hui, le canal paré de ses habits d'hiver est déserté, en attendant des jours meilleurs !

Maurice Gracia

concert Polifonia avec chœurs et orchestre :

- **Le Vendredi 25 mai 2012 à 20h 30 :**
  La **Messe Solennelle de Sainte Cécile** de Charles Gounod (et non de J-S Bach comme écrit par erreur dans le N°20) aura lieu en l'église Sainte Jehanne de France au Passage d'Agen.

Avec la chorale Éclipsie :

- - le 18 mars A-M (pour Retina) salle des fêtes de Castelculier.
- - le 22 avril 17h00 à Caudecoste.
- - le 2 juin à Bias : Festival de Chorales.
- - le 1er juillet à l'église de *Cabalsaut* à Castelculier.

Adieu Christian

Ce n'est pas le président de l'A.N.R. qui intervient aujourd'hui, c'est l'ami qui est venu te dire à quel point nous sommes tristes que tu sois parti aussi tôt, aussi brutalement.

Il y a quelques jours, évoquant ta santé, tu m'écrivais : *j'en viens à penser à cette chanson ancienne (d'Ouvrard), « j'ai la rate qui s'dilate... »* Ton habitude de tout tourner en dérision avait pris une nouvelle fois le dessus sur tes soucis. C'était ta manière à toi d'aborder la vie. C'était aussi ce qui faisait que l'on appréciait tant d'être ton ami...

Tu as été aussi président de notre association en Lot-et-Garonne, très apprécié, généreux, toujours souriant et disponible pour rendre service. Tu n'as jamais dis « non » quel que soit le moment, quel que soit le jour que l'on te sollicitait. Tu as donné toute sa valeur au mot « bénévole », celui qui accomplit un travail gratuitement, sans contrepartie. Toi, en plus, tu as su l'enrichir par ton humour qui faisait jaillir dans tes yeux cet éclat malicieux annonciateur d'une blague.

Malgré tes problèmes de santé, tu n'as jamais renoncé à aider les autres et, cette année encore tu as participé à la distribution des colis de Noël pour rencontrer les anciens collègues et les dérider par tes histoires pagnolesques. Merci Christian pour tout ce que tu as fait pour notre association. Merci Christian de m'avoir accordé ton amitié.

Au nom de notre Association à laquelle tu as beaucoup donné, je présente à Jeannine et à tes enfants les condoléances attristées de l'A.N.R. Tu vas nous manquer terriblement. Adieu Christian. Adieu mon ami.

Gérard Bourachot

Christian Bégué en réunion avec l'équipe sociale.

Solidarité...

Citations

La solidarité, c'est d'être égoïste ensemble.

Alain-Fournier

Une société ne peut progresser en complexité que si elle progresse en solidarité. *Edgar Morin*

Ni la bonté, ni l'indulgence, ni la solidarité ne sont des vertus naturelles.

Philippe Bouvard

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

Il n'existe pas d'autre voie vers la solidarité humaine que la recherche et le respect de la dignité individuelle.

Pierre Lecomte du Noüy

Souvenir

Le 8 A SIFRON... *souvenir de Christian Bégué, c'était sur le Lien N°1.*

Cette histoire véridique se passait en 1957 à l'occasion des championnats de France des cyclistes professionnels, au Bugue, ou en postier exemplaire, je trônais derrière mon guichet, avec fierté bien sûr!

Rentre un monsieur distingué. C'était M. Pierre Chany, grand journaliste sportif parisien. Il approche du guichet et me demande gentiment « 8 à Sifron ». Aussitôt en bon serviteur de l'état je note sa demande sur le PV du téléphone et m'adressant à ma collègue qui vaquait au central « le 8 à Sifron ». Madeleine note mais me demande où se trouve Sifron ?

D'un ton quelque peu méprisant, je lui indique « passe par Périgueux » voie unique pour les communications interrégionales. À son tour elle s'en prend à l'opératrice de Périgueux et après quelques échanges virulents se retourne vers moi et impuissante me déclare « à Périgueux elles ne trouvent pas Sifron ».

Alors mettant à mal ma fierté, je demande à M. Chany : « Sifron, c'est dans quel département ? ». Ce sympathique journaliste, pour le moins surpris, me précise « Je voudrais 8 timbres à six francs » avec l'accent pointu qui engendrait la confusion. Tout penaud, je plongeais le nez dans ma réserve de timbres et servais mon brillant interlocuteur. Le 8 à Sifron est resté quelques temps célèbre sur les bords de la Vézère.

Christian ...Adieu !