

OCTOBRE 2015

Sommaire

LES FLEURS DE LA
FRATERNITÉ

DE RETOUR DE
SOURNIA

COTISATIONS

AMICALE-VIE

PORTAIL PUBLIC
SENIORS

IMPORTANT

Pour faciliter la gestion et vous informer plus efficacement, PENSEZ à communiquer les changements de vos coordonnées :

adresse, téléphone

adresse mail

coordonnées bancaires

**ENVOYEZ DES
MAINTENANT VOS
COTISATIONS 2016**

**20€ individuel
31€ couple
27€ associé
11€ réversion
(voir notre article)**

**Bulletin d'Information du Groupe SEINE SAINT DENIS de l'Association
Nationale des Retraités de LA POSTE et de France TELECOM**

230 Avenue Henri BARBUSSE – 93000 BOBIGNY

Tél : 01 48 40 63 14 – Fax : 01 48 40 98 72 – Mel : anr93@wanadoo.fr

Site web : <http://anr93.pagesperso-orange.fr>

Permanence le jeudi de 14 à 17h

LES FLEURS DE LA FRATERNITE

Par ce beau matin ensoleillé du 1^{er} octobre, nos bénévoles ont retrouvé les équipes déjà constituées des « PETITS FRERES DES PAUVRES » pour participer à la distribution des fleurs de la fraternité, soit sur un point fixe devant une mairie, soit sur un marché, soit directement dans des EPADH.

GESTE TRES SYMBOLIQUE ENVERS LES

AGÉS de notre département, à Pantin,

le Pré Saint Gervais, Montreuil, Bobigny,

Aubervilliers... C'était une 1^{ère} pour nous, adhérents de l'ANR93, mais c'était notre façon de mettre en application les valeurs de solidarité qui sont les nôtres, dans un contexte hors de notre association.

S'ouvrir aux autres, aux autres associations, aller au devant des âgés qu'ils soient issus de nos entreprises ou non.

Entrer concrètement dans la démarche MONALISA.

Voilà bien les objectifs fixés à l'assemblée générale de Port Barcarès

MESSAGE DE VICTORIA GUNUBU,

CORRESPONDANTE « LES PETITS FRERES DES PAUVRES »

« A l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées, le jeudi 1er octobre, nous avons organisé la 7ème édition de notre opération « les fleurs de la fraternité » destinée à sensibiliser les Albertivillariens sur les conditions de vie et l'isolement des personnes âgées.

Nous vous remercions pour votre soutien, 470 roses ont été distribuées sur le parvis de l'hôtel de ville. Ces roses ont été remises à des passants pour qu'à leur tour ils les offrent à une personne âgée isolée et partagent avec elle un moment convivial.

C'est cet esprit fraternel et solidaire que nous souhaitons perpétuer et transmettre, et cet événement est un excellent témoin de nos actions au long cours. Au nom des bénévoles et de la salariée des petits frères des Pauvres qui se sont mobilisés pour faire de ce premier octobre une journée fraternelle, nous tenons à vous remercier de la marque de confiance que vous nous avez témoignée en participant à notre action. »

MERCI à nos bénévoles qui ont rejoint les équipes des

« PETITS FRERES DES PAUVRES »

PARI GAGNÉ !!!



Quelques bourrasques de tramontane, un beau ciel bleu sur le Canigou - l'emblème du département - ont tôt fait de nous faire oublier les péripéties du voyage aller jusqu'à la gare de Perpignan qui serait le centre du Monde selon Salvador Dali.

Nous étions attendus au Moulin de Sournia, petit village de 500 habitants, niché au coeur des moyennes montagnes pyrénéennes entre perpignan et Font Romeu sur la route d'Andorre.

Il se découvre après Ille sur Têt et des magnifiques orgues (cheminées de fées) taillées au cours des siècles dans une belle roche dorée et aussi après maints tournants, petits ponts exigus et villages souvent dominés par des châteaux médiévaux.

Cette année encore notre séjour a été riche en découvertes où nous avons conjugué l'histoire, le monde scientifique, la gastronomie et la vie de cette belle région.

Le département des Pyrénées Orientales conserve un très grand nombre de monuments érigés pour se protéger des invasions ou asseoir une principauté, tel le Château de Castelnuou dans le Vallespir, perché sur un piton rocheux, qui conserve son apparence médiévale avec tours et remparts et dont le village blotti tout autour a gardé des vestiges très significatifs, portail avec assommoir, et gonds en fer forgé, fours à pain, boulets, maisons sur plusieurs niveaux dans des ruelles pavées très escarpées.

Plus tard de nombreuses constructions assureront jusqu'au Traité des Pyrénées, une protection contre les Espagnols, telle la forteresse de Villefranche de Conflent dont les remparts ont été remaniés par Vauban puis celle de Mont Louis, ville fortifiée la plus haute de France à 1600 mètres et qui a gardé sa vocation de ville de garnison puisqu'elle abrite aujourd'hui le Centre National d'entraînement Commando et aussi entre autres le Château Royal de Collioure, lui même protégé par le Fort Saint Elme.

Les édifices religieux ont souvent un abord austère mais l'intérieur brille des mille feux de l'art baroque Catalan, comme à Sournia, Collioure ou Villefranche de Conflent

Tout au long des routes, des villages perchés au soleil, à flanc de montagne, dominés par des clochers en forme de donjon ont attiré nos regards, nos objectifs et ont inspiré de grands peintres tels Matisse et Derain à Collioure assurant à la ville et à la région une renommée internationale.

La capitale régionale, Perpignan abonde de richesses avec le typique Castillet de briques rouges, la Cathédrale St Jean Baptiste aux murs de "cailloux"

(galets sertis dans le mortier), la Loge de mer, l'Hôtel de Ville, le Palais de la Députation, le Palais des Rois de Majorque, le Campo Santo (cloître cimetière), les allées Mayol ou bien plus moderne le Théâtre de l'Archipel conçu par l'architecte Jean Nouvel.

En cette année de célébration du patrimoine industriel, le site de la dynamiterie de Paulliles -sur la Commune de Port Vendres créé en 1870 par les ingénieurs Barbe et Nobel, construit loin des lignes de front des guerres de 1870, 1914 et 1939 comptait jusqu'à 400 ouvriers travaillant dans des conditions de danger permanent sous couvert d'un paternalisme patronal courant à cette époque là. Celle-ci a fonctionné jusqu'en 1984 puis après décontamination, le site réaménagé sous forme ludique nous donne à comprendre quelques enjeux industriels pour la région et tout le pays.

Et nos yeux ont été étonnés et émerveillés devant les expériences effectuées au four solaire de Mont Louis construit juste après la guerre de 1939. Premier four à double réflexion, instrument de recherche scientifique dans le domaine des très hautes températures (3000° et plus) pour tester les alliages utilisés dans les avions, les fusées, les satellites, l'industrie et les matériaux ultra réfractaires. Il a servi d'exemple pour la construction d'une quinzaine de fours solaires dans le monde dont celui, tout proche d'Odeillo mis en service en 1970.

Comme partout de par le monde en période de conflit, la région frontalière catalane a connu des époques tourmentées dramatiques. Durant la Guerre Civile Espagnole près de 500 000 réfugiés sont arrivés et ont été parqués sur les plages de Saint Cyprien, de Barcarès, d'Argelès auxquels se sont ajoutés ceux de la Guerre de 39-45

Dans un chaos humain épouvantable, une jeune femme Suisse, Elisabeth Eidenberg, a créé une maternité à Elne au Château d' en Bardou, destinée à accueillir les mères internées dans les camps et ce seront près de 600 enfants qui y verront le jour entre 1939 et 1944. L'histoire de la maternité a été oubliée - ou occultée - jusqu'aux années 1990. Elle a été mise à jour par le nouveau propriétaire Mr Charpentier et Guy Eckstein né à la maternité.

Ce lieu à présent propriété de la ville d'Elne est devenu un lieu de mémoire, témoignage émouvant de courage, de résistance, d'humanité et d'espoir qui donne à réfléchir par les temps actuels.



UNE SEMAINE A SOURNIA (suite)

Après ces nourritures, historiques, intellectuelles et humaines on ne peut oublier que la Région de Perpignan constitue l'un des plus grands vergers de notre belle France avec cerisiers, abricotiers, poiriers, grenadiers, figuiers d'où la confiterie de Sournia tire bonne part de sa matière première mais aussi oliviers, amandiers, citronniers etc.. C'est aussi une région viticole réputée avec les vins de Collioure et Banyuls, les ceps foisonnent sur près de 6000 kms de terrasses .

Une halte à Thuir aux Caves Byrrh créées en 1866 par les Frères Violet détient la plus grande cuve en chêne du monde (cocorico !!!!) avec une contenance de 1000200 litres. La cave possédait une gare spéciale dont l'armature est due à Gustave Eiffel, aujourd'hui désaffectée, le transport par route a remplacé le train. Qui dit zone maritime dit pêche , l'anchois est le poisson roi de Collioure et la Maison Desclaux nous a permis de déguster quelques unes de ses spécialités.

Bien sûr nous avons fait une escapade au Pas de la Case (Andorre) et à La Junquera (Espagne), mais chacun a été raisonnable pour ne pas attirer l'attention des "gabelous" Je ne saurais terminer ce trop court compte rendu sans remercier Roberto, chauffeur émérite sur ces routes

tortueuses et Delphine, notre accompagnatrice, pure Catalane, souriante, dynamique, toujours à notre écoute qui nous a fait découvrir Sournia, ses environs et même le magnifique jardin de son grand père.

Que ceux qui étaient du voyage me pardonnent d'avoir dû escamoter maints détails mais que nos balades puissent inciter de nouveaux adhérents à venir nous rejoindre dans une autre région de notre beau pays.

Suzy FOULQUIER



LEGERE AUGMENTATION DES COTISATIONS POUR 2016

Pour permettre à notre association de poursuivre ses missions malgré la baisse de notre subvention, l'assemblée générale des 2 et 3 juin 2015 à Port Barcarès a approuvé une légère augmentation des cotisations pour l'année 2016. Les nouveaux barèmes sont les suivants:

Adhérents retraités de La Poste, de France Télécom-Orange ou de leurs filiales et leurs conjoints:

- **20€ pour la cotisation individuelle**
- **31€ pour la cotisation couple**

Adhérents bénéficiaires d'une pension de réversion uniquement:

- **11€**

Adhérents associés (c'est-à-dire retraités d'autres organismes que La Poste, France Télécom et filiales):

- **27€ pour la cotisation individuelle**
- **45€ pour la cotisation couple**

Abonnement seul à la revue «La Voix de l'ANR»:

- **18€**

Ces tarifs sont applicables pour les cotisations 2016, payables à partir du 1^{er} octobre 2015

Envoyez vos chèques, dès maintenant. Les adhérents ayant opté pour le prélèvement en seront avisés auparavant (1^{er} trimestre 2016)

EVITONS LES RELANCES QUI COÛTENT CHÈRES

Pensez à répondre au mail reçu courant juillet, pour confirmer votre choix de recevoir le BIG93 par mail. A tous ceux qui n'ont pas communiqué leur adresse mail, faites-le, vous recevrez nos informations plus rapidement !

Cela dégagera des économies d'affranchissement postal et les photos seront en couleur

UN PORTAIL PUBLIC D'INFORMATION POUR LES SENIORS

Depuis le 4 juin, un nouveau site d'information et d'orientation pour l'accompagnement des personnes âgées et de leurs proches a été mis en place par la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNASA).

Accessible sur www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr, il met notamment à votre disposition:

- Un annuaire des services d'aide et de soins à domicile
- Des informations nécessaires en matière d'aménagement du domicile
- Des informations en matière d'aides financières;

Vous y trouverez notamment un simulateur de calcul pour estimer le reste à charge mensuels des personnes hébergées en EHPAD

- Des informations sur la perte d'autonomie et les aides possibles...

Pour les personnes qui n'ont pas internet, un numéro de téléphone est à leur disposition.

Il s'agit du : **0820 10 39 39**.

Par contre, ce numéro n'est pas gratuit; de nombreux parlementaires interviennent actuellement auprès du gouvernement pour qu'il le devienne.

Pour le moment le coût en est de 0,15€ TTC par minute depuis un poste fixe

et de 0,15€ TTC par minute + le prix d'un appel normal depuis un téléphone mobile



L'AMICALE VIE

La **MUTUELLE** de l'ANR qui vous permet de souscrire un **CAPITAL- DECES**

Vous avez moins de 75 ans,.....

Pensez à l'AMICALE-VIE pour prendre le relais de la MUTUELLE GENERALE
Ce Capital-Décès est exonéré d'impôts et de droits de succession selon la législation en vigueur.

DERNIERE MINUTE !!!!!

ADHEREZ AVANT LE 31 DECEMBRE 2015

AMICALE-VIE VOUS OFFRE TROIS MOIS DE COTISATION GRATUITE

Tout renseignement auprès d'YVETTE BLANQUIN, notre correspondante pour le groupe 93 au 01 48 55 80 88, 06 78 40 83 49 ou à l'aide du coupon ci-dessous à renvoyer :

ANR 93 230 AVENUE HENRI BARBUSSE 93000 BOBIGNY.

NOM.....Prénom.....né (e) le

ADRESSE.....

CODE POSTAL: VILLE:

TELEPHONE.....MAIL.....

désire avoir des renseignements sur L'AMICALE-VIE.

SORTIES PREVUES POUR LES ADHERENTS ANR

Le GOUTER PHOTO / LOTO

MARDI 24 NOVEMBRE 2015

Pour se remémorer les bons moments de l'année passée, venez partager un goûter/photo et jouer quelques tours de loto

RDV : SALLE MERET à DRANCY à 14 heures, à coté de la mairie accès fléché « Bourse du travail »

BUS : 143 ou 551 arrêt Mairie de Drancy

PARTICIPATION : 10€ + quelques cartons de loto à votre convenance.

REPONSE AVANT LE 19 NOVEMBRE 2015.

SORTIE DE FIN D'ANNÉE : LA CREMAILLERE 1900

MARDI 15 DÉCEMBRE 2015

Dans un cadre typique des années 1900, place du tertre à Paris, nous fêterons la fin d'année. Tout d'abord, à partir de la Place Pigalle, nous y monterons en petit train « Montmartrain » (et retour aussi !)

Au menu :

Kir suivi d'un feuilleté de pétoncles et d'écrevisses au coulis de crustacés.

Puis Côte de veau crème de morille, flan de pomme de terre

Nougat glacé aux amandes

1 bouteille de Bordeaux rouge ou blanc pour 4 personnes et café

Mais aussi 2 heures de spectacle humoristique, avec magiciens, imitateur, chanteuse..



RDV : Place Pigalle en sortie de métro , à 12h précises

PARTICIPATION : comme chaque année, les adhérents de l'ANR93 bénéficie d'une participation de la part du groupe. Ils paieront donc **70€** et les participants d'autres groupes 75€

COUPON-REPONSE

Le GOUTER PHOTO / LOTO

MARDI 24 NOVEMBRE 2015

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

TELEPHONE OBLIGATOIRE:

ADRESSE MAIL :

PARTICIPE AU GOUTER .

NOMBRE D'ACCOMPAGNANTS :

NOM DES ACCOMPAGNANTS :

GRUPE ANR

PARTICIPATION : 10 €

ENVOYER VOTRE PARTICIPATION par chèque libellé au nom de ANR93

REPONSE AVANT LE 19 NOVEMBRE 2015

LA CREMAILLERE 1900

MARDI 15 DECEMBRE 2015

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

TELEPHONE OBLIGATOIRE:

ADRESSE MAIL :

PARTICIPE à la sortie .

NOMBRE D'ACCOMPAGNANTS :

NOM DES ACCOMPAGNANTS :

GRUPE ANR :

PARTICIPATION : 70 € POUR LES ADHERENTS ANR93 , 75€ pour les autres

ENVOYER VOTRE PARTICIPATION par chèque libellé au nom de ANR93

REPONSE AVANT LE 3 DECEMBRE 2015