



BIG 93

DECEMBRE
2015

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

SPECIAL SENIORS EN VACANCES

Comme de tradition le GROUPE ANR 93 propose un séjour « ANCV SENIORS EN VACANCES » aux adhérents de l'Île de France. Nous irons cette année à LACAUNE (81). Vous constaterez le programme exceptionnel proposé par cette résidence de tourisme niveau 3/4 étoiles sans supplément. Visites quotidiennes, 5 en journées entières, balnéothérapie...

ATTENTION 50 places possibles, réservez RAPIDEMENT !

Les séjours offerts sont réglementés et encadrés. Ils s'adressent aux personnes de 60 ans et plus (seuil ramené à 55 pour les personnes en situation de handicap), retraités ou sans activité professionnelle et résidant en France. Tout conjoint marié ou pacsé peut lui-même en bénéficier sous réserve de séjourner ensemble. Tout aidant d'une personne en situation de handicap bénéficie aussi des conditions du séjour. Pour les cas particuliers, nous contacter.

Le coût du séjour est fixé forfaitairement à :

393 € TTC par personne pour un séjour d'une durée de 8 jours/7 nuits, en pension complète et excursions au programme comprises.

208 € TTC par personne bénéficiant de l'aide ANCV

* L'aide financière attribuée par l'ANCV sous forme de participation au coût du séjour est fixée forfaitairement à 185 € pour les personnes non imposables dont le montant sur la ligne « impôt sur le revenu net avant correction » de l'avis d'imposition est inférieur ou égal à 61 €.

De plus l'ANR rembourse le coût de la chambre seule pour les personnes non imposables.

Le prix ne tient pas compte du coût du voyage aller et retour. Nous nous engageons à faciliter la prise de vos billets SNCF selon vos besoins et notamment pour bénéficier des meilleurs prix.

Nous avons réservé pour vous 8 jours / 7 nuits à :

Les SOURCES CHAUDES à LACAUNE (Tarn) du 19 au 26 septembre 2016

Ancienne ville thermale, Lacaune-les-Bains est dotée d'un riche patrimoine culturel et gastronomique. Elle est située entre Castres, Albi et Beziers/Millau. Au cœur du Pays Régional du haut-Languedoc, les monts de Lacaune héritent d'une diversité paysagère remarquable, de magnifiques monuments historiques et d'une longue histoire de fabrication de produits tarnais.

Le complexe hôtelier offre des chalets tout confort de différentes capacités, une piscine intérieure chauffée, un espace balnéothérapie, des salles d'activités multiples.

La gare la plus proche est Castres où le car de la résidence viendra nous chercher ;



**Parce que les vacances, c'est essentiel !
Le bien être a sa source**

JOUR 1 : Bienvenue !

Réunion de bienvenue et pot d'accueil
Dîner au parc résidentiel suivi d'une soirée « Quizz »

JOUR 2 : Sur les traces des Cathares ! (190 km)

Visite de la cité épiscopale d'Albi (Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO)
Déjeuner aux saveurs locales dans un restaurant d'Albi
Découverte de Cordes-Sur-Ciel, village médiéval perché en hauteur
Passage par la Vallée du Tarn, et découverte du village typique d'Ambialet
Dîner au parc résidentiel suivi d'un Loto-Bingo

JOUR 3 : Lacaune : histoire et terroir ! (5 km)

Visite d'une charcuterie artisanale avec dégustation
Déjeuner dans un restaurant des Monts de Lacaune (produits locaux)
Parcours guidé du « circuit des fontaines »
Visite du musée du vieux Lacaune (Art et de traditions populaires)
Découverte d'une filature tricentenaire
Dîner au parc résidentiel suivi d'un Karaoke

JOUR 4 : Viaduc et Roquefort : Passerelle gustative ! (160 km)

Visite guidée d'une cave de Roquefort (avec dégustation)
Déjeuner au restaurant de Roquefort-sur-Soulzon
Découverte du célèbre Viaduc de Millau
Visite d'une ganterie centenaire Millavoise
Dîner au parc résidentiel suivi d'une soirée dansante costumée

JOUR 5 : Nature et bien être ! (50km)

Relaxation à la balnéothérapie ou tournoi de pétanque ou concours de belote
Déjeuner au parc résidentiel des Sources Chaudes
Circuit du Sidobre avec ses rochers tremblants et ses cascades
Dîner au parc résidentiel suivi d'une projection du film « L'enfant sauvage de Truffaut »

JOUR 6 : Parc naturel régional du Haut-Languedoc (100 km)

Traversée des villages fleuris et du col de Fond-froide (points de vue remarquable)
Pique-nique au Gorges d'Héric (site naturel classé)
Ballade au fil des ruisseaux, à la découverte des gouffres et des bassins naturels.
Retour par la tournée des Lacs (Lac de Salvetat et Lac de Nages)
Dîner au parc résidentiel suivi d'un concert privé de chansons françaises

JOUR 7 : Patrimoine et religion ! (60 km)

Sur les traces des pèlerins de Saint-Jacques de Compostelle (Eglises et monuments)
Déjeuner dans un restaurant des Monts de Lacaune (produits locaux)
Circuit aux panoramas époustouflants (Vierge du Montalet et Menhirs millénaires).
Dîner au parc résidentiel suivi d'un scrabble en « dupliquette ».

JOUR 8 : Un retour plein de souvenirs !

Départ après le petit déjeuner. Panier repas fourni.

SENIORS EN VACANCES à LACAUNE

NOM : **PRENOM :**
DATE ET LIEU DE NAISSANCE :
ADRESSE MAIL :
ADRESSE:.....

du 19 AU 26 septembre 2016

ANR GROUPE :
N° TEL MOBILE :
N°TELEPHONE :

ACCOMPAGNANT :

NOM : **PRENOM :**
DATE ET LIEU DE NAISSANCE :
ADRESSE MAIL :
ADRESSE :

ANR GROUPE :
N°TELEPHONE :
N° TEL MOBILE :

S'inscrit au VOYAGE « ANCV » à LACAUNE.

Si possible, je préfère une chambre individuelle (70€) : OUI NON

Je joins le chèque de réservation de: **200€** X..... =€ à l'ordre de "**ANR GROUPE 93 VOYAGES**"
ou 100€ pour les personnes bénéficiant de l'aide

Je souhaite que vous preniez mon billet de train OUI NON

A renvoyer avant le 30 juin 2016