



LAS INFOS DEUX VINTAQUATRE

ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITES
POSTE ET FRANCE TELECOM

DECEMBRE 2014 – N° 53

Président

Christian MARTIN
71 Route de Bordeaux
33220 PORT SAINTE FOY
☎ : 05 53 61 08 64

Trésorière

Huguette ESTAY
11 rue Paul Vaillant Couturier
24750 BOULAZAC
☎ : 05 53 08 48 51

Secrétaire

Claude BODO
11 rue Louise Michel
24750 BOULAZAC
☎ : 06 83 01 49 66

Action sociale

Martine MARTY
1 Rue Védrine
24660 COULOUNIEUX
☎ 05 53 09 65 64

Voyages

Daniel CADET
53 avenue Jean Jaurès
24750 TRELISSAC
☎ : 05 53 04 32 87

Amicale Vie

Jean Claude VEYSSY
38 rue Pierre Mendès France
24660 COULOUNIEUX
☎ 05 53 09 72 08

Réalisation du Journal

Daniel TAMAIN
1 Impasse des Coquelicots
24100 CREYSSE
☎ : 05 53 74 04 35

Edito

2014 a vécu, vive 2015, c'est la devise consacrée à chaque changement d'année.

L'année 2014 se termine sur fond de crise économique avec tous les aléas que cela engendre, pour chacun d'entre nous. Les problèmes soulevés régulièrement par l'ANR demeurent : perte du pouvoir d'achat, projet de modification du droit à pension de réversion pour les retraités de la fonction publique, financement de la perte d'autonomie, difficultés d'accès aux soins pour tous.

Le traitement de tous ces dossiers demandera des efforts de la part de tous, y compris des retraités, mais ces efforts doivent être répartis de façon équitable et juste.

L'ANR reste vigilante à toutes les réformes qui sont susceptibles d'impacter notre quotidien et continue de se faire entendre et d'agir pour la défense des retraités et de ses adhérents, en particulier, par des motions, des audiences auprès des dirigeants et des élus.

Nous ne manquerons pas de vous tenir informé de l'évolution de ces dossiers durant l'année à venir.

En 2015, afin de continuer à vous apporter soutien, solidarité, convivialité, défense de vos intérêts, notre association doit se développer plus encore, en accueillant de nombreux nouveaux adhérents. Parlez en à vos connaissances, amis...vous êtes nos meilleurs ambassadeurs.

Par ailleurs de nombreuses animations, sorties, visites, voyages ont été organisées tout au long de l'année et ont permis à beaucoup d'entre vous de se retrouver pour de bons moments de convivialité.

En 2015 nous ne manquerons pas de vous proposer diverses sorties, animations et bien sûr des voyages auxquelles, nous l'espérons, vous participerez encore plus nombreux.

Chers adhérents, le Président et tous les membres du Comité vous souhaitent ainsi qu'à vos proches une très bonne année 2015, surtout une bonne santé, vous permettant de réaliser tous vos projets et nous adressons à ceux qui souffrent un message de sincère affection.

Les lecteurs ont la parole.

En nous adressant régulièrement à vous par "Las Infos Deu Vinta-quatre" nous nous efforçons de vous apporter le maximum d'informations et de vous rendre compte de nos actions. Comme tout ce qui est subjectif, notre impression comporte toutefois une marge d'incertitude que nous aimerions pouvoir mesurer. C'est pourquoi nous vous demandons de réagir à la lecture de nos articles, de nous faire mieux connaître votre opinion, de nous dire si le contenu de notre bulletin répond à votre attente, ou s'il est préférable d'aborder d'autres sujets et lesquels. Bref, nous vous demandons en tant que lecteurs et adhérents de nous écrire sans retenue. Il n'y a pas de sujet tabou. C'est une manière pour vous de participer plus activement à la vie de notre groupe, car nous savons que nos adhérents ont du talent.

AMICALE VIE

**SOYEZ PREVOYANTS
PROTEGEZ VOS PROCHES
LIBEREZ VOTRE ESPRIT
AVEC L'AMICALE- VIE**

La mutuelle capital décès, partenaire de l'ANR.
certifiée Orias

Une protection sur mesure.
Un prix inférieur à la concurrence.

Avoir moins de 75 ans
Pas d'examen médical*.
Cotisation constante.
Protection à vie.
Pas de fiscalité.

Une mutuelle en confiance avec ses partenaires depuis plus de 80 ans.

Contactez:

Jean Claude Veyssy ☎: 05 53 09 72 08.

jean-claude.veyssy@orange.fr

*Un simple questionnaire de santé à remplir par l'adhérent après 71 ans.

A tous les adhérents et futurs adhérents

Devant les difficultés rencontrées par certaines familles pour collationner les documents lors des décès veuillez monter un dossier distinct AMICALE VIE mentionnant les documents à fournir :

- bulletin de décès
- certificat médical stipulant la nature du décès (accident, mort naturelle)
- relevé d'identité bancaire
- lettre manuscrite, par le bénéficiaire, demandant le remboursement du contrat.

CONVIVIALITE

Balade et visite à Commarque du 2 octobre

Nous étions une quinzaine d'adhérents de l'ANR 24 sous la conduite de Jean Marie Tripié à découvrir cette contrée du sarladais.



Il est 9h.30 , nous partons sur les chemins de la vallée de la Beune.

Le soleil étant de la partie, la matinée fut très agréable, dommage qu'il n'y ait pas plus de participants qui s'impliquent sur ces sorties.

Le repas "tiré du sac" avec comme d'habitude une multitude de desserts, et les BEIGNETS de Jean Marie.....

Quelques adhérents nous rejoignent à 15h. pour la visite du chateau. Nous avons fait une plongée dans le passé en remontant les 15000 ans d'histoire du site au travers d'une visite libre avec un livret documenté prêté.

Nous avons pu découvrir la Grotte préhistorique de Commarque , les habitats troglodytiques aménagés , le castrum médiéval et le donjon roman qui domine la vallée de la Beune. C'est un peu le "Machu Picchu" du Périgord.....



Cette journée "loisirs et culture" s'achève vers 17h.30 . Un grand merci à l'organisateur Jean Marie et merci aux participants.

Lucette

Journée du 23 octobre aux forges de Savignac Lédrier et à la papeterie de Vaux.

Dans un cadre naturel magnifique, au bord de l'Auvezère, sous le regard du magnifique château des propriétaires, la famille Combescot, les forges de Savignac Lédrier nous ont été présentées par Elena, avec un fort accent de Saint Petersburg. Nous sommes montés jusqu'au sommet du haut fourneau, où étaient déversés le charbon de bois, le minerai de fer et le calcaire pour faire de la fonte à canon de qualité, puis des clés à sardines jusqu'en 1975. Nous avons ensuite visité la cantine des ouvriers avec des photos d'époque.



Une petite balade autour de la forge sous un soleil timide et bienvenu, a permis d'apprécier ce site exceptionnel.

Nous avons rejoint la papeterie de Vaux pour un pique-nique fidèle à la tradition ANR : autant de desserts pour tous que de membres.

La papeterie, ancienne forge à haut fourneau, est située au bord du ruisseau des Belles Dames. Dans des cuves, dites "hollandaises", la pâte était broyée sous des cylindres à lames de bronze; une machine "à la forme ronde" entraînait sans interruption la pâte sous forme d'une feuille continue ; le papier s'enroulait en bobines, après avoir séché au dessus de cylindres chauffants alimentés par de la vapeur produite par de vastes chaudières. Elle donnait notamment du papier de boucherie sans encollage ni colorant.

Avec des moyens plus simples, à la fin de la visite, chaque participant a pu faire sa propre feuille de papier. Elle sera transmise quelques jours plus tard après presse et séchage.

Tous les visiteurs étaient ravis de cette agréable journée conviviale et riche en découvertes diverses.



Journée sur le thème de la Truffe
le vendredi 13 février 2015
Truffière des Mérigots Les Mèrigots
24210 GABILLOU (à coté de Brouchaud)

Le Matin

Visite:

Venez découvrir l'or noir du Périgord au travers d'une visite guidée claire et pédagogique au cours de laquelle les mystères de la truffe du Périgord vous seront révélés. La visite comprend une séance de video-projection pour découvrir les différentes espèces de truffes, les caractéristiques des sols truffiers, l'association de l'arbre et du champignon... puis une promenade guidée par le trufficulteur dans la truffière où vous partirez à la recherche du précieux diamant noir aidés par la chienne Border Collie Prune ou par la mouche à truffe.

Vous serez amenés au cours de la visite de la truffière à découvrir les senteurs de la truffe, son histoire, sa culture, ses mystères... mais aussi la faune et la flore de l'éco-système truffier, les caractéristiques du sol truffier....

Menu spécial truffe d'été (tuber Aestivum)

Apéritif maison, toasts au beurre truffé et mignardises

Crème brûlée au foie gras truffé

Royale d'asperges avec chantilly truffée

Oeufs au plat truffés

Ravioles vapeur maisons farcies avec farce au foie gras et truffes nappées d'une sauce au foie gras truffée.

Duo de fromage frais truffé-pommes cuites et caramel à la truffe.

Glace à la truffe d'été

Café ou infusion

1/4 de vin par personne



Prix total visite et repas : 46 €personne pour les adhérents
et 50 euros pour les non-adhérents.

Chèques à l'ordre de l'ANR

Inscription obligatoire auprès de Lucette Cadet (0553043287 ou 0670704302)

Ou par courrier : 53 avenue Jean Jaurès 24750 Trélissac.
avant le 31 janvier 2015

Le RDV est fixé à BROUCHAUD à 10h. (Devant la mairie)

Coupon réponse page 11

Nous partons vers les Gorges de Samaria, en bus jusqu'au port de Chora Sfakion et en bateau jusqu'à Agia Roumeli, pour finir par une agréable promenade qui nous mène aux "portes de fer".

Au cours de nos excursions nous avons découvert de superbes panoramas sur les Montagnes blanches (Lefka Hori) 2ème sommet du pays (2452 m) avec le Mont Parneos. Ces montagnes sont enneigées de novembre à juin.

Nous avons visités le monastère d'Arkadi (500m d'altitude) au pied du Mont Ida.

Un peu plus tard nous visitons une grotte à concrétions à Zoniana.

Un autre jour, visite chez un producteur de Raki, Miel et Huile d'olive. Pour cette dernière il est utile de connaître les normes d'acidité. Au plus bas, c'est la meilleure (- 1 %).

A Vrisses nous sommes accueillis dans un domaine viticole. Nous prendrons



le déjeuner au domaine en dégustant deux sortes de vins blancs : un bio Vivianos et un fruité Malvoisi (nous rappelant le gewurztraminer) avec les meze et du rouge avec de l'agneau.

Nous sillonnons la ville de La Canée célèbre pour ses tanneries d'où la rue du cuir que nous découvrons avec le marché couvert, la cathédrale, l'ancien hamam puis descente de la rue Canevaro menant au port vénitien.

La dernière journée sera consacrée à la visite du palais de Knossos et du magnifique musée archéologique de Héraklion. Ce jour là la mer est déchainée et les bateaux qui font la liaison entre l'île et le Pirée sont restés à quai.

C'est le retour vers notre Périgord, les 38 adhérents repartent enchantés de ce périple Crètois.

A bientôt sur une nouvelle destination.....

Repas du Printemps de NONTRON – THIVIERS

Le jeudi 26 mars 2015

Au restaurant La Taverne des Couteliers à Nontron
(à coté de la poste)

Menu

Cocktail maison
Velouté de légumes
Pavé de cabillaud et sa julienne de légumes
Sorbet à la poire et son alcool
Emincé de veau au piment d'Espelette
Pommes persillées
Salade – Fromage
Gratin de framboise au monbazillac
Café- Vin de Bergerac

Le RDV est fixé à 12h.30 au restaurant.

Prix **adhérent** ANR: 23 € Prix **non adhérent**: 27 €

Réservations avant le **22 mars 2015**

Secteur de Nontron

Secteur de Thiviers

Robert DABZAT Rapevache Jean Pierre BONNEFON

24300 Saint Martial de Valette 3 passage du Bourg

Tél : 05 53 60 57 66

24800 Saint Jean de Côte

☎ : 05 53 52 08 59 ou 06 81 00 08 20

Coupon réponse page 11

Après le repas possibilité de visiter le pôle des métiers d'art et se promener dans le jardin des arts

COMPTE RENDU VOYAGES

VOYAGE EN CRETE du 22 au 29 Septembre 2014

Kalimera, (Bonjour en Crétois). C'est à partir du compte rendu très complet établi par Jackie Poltorak, que je vous livre ce résumé de notre voyage. Un grand merci à elle.

Très agréable séjour, avec un soleil quasi permanent. Une mer à 25-26 degrés....Baignade obligatoire pour tous.

Notre guide Irini (qui signifie paix) et le chauffeur Georgio (saint patron des agriculteurs et bergers) vont nous faire découvrir chaque jour leur île remplie d'Histoire.

C'est le deuxième jour que nous prenons le bateau dans la baie de Mirambellos pour nous rendre sur l'île fortifiée de Spinalonga (ancienne léproserie). Après la visite, nous reprenons le bateau pour ensuite débarquer sur la presqu'île pour un barbecue géant et bien sur la baignade.

VOYAGES 2015

Séjour à ARGELES du 7 au 14 Juin

Le séjour est organisé sur la base de 30 personnes pour un montant de 670 € à 750 € selon le nombre de participants. Aujourd'hui il ya 15 inscrits. L'hébergement est assuré par le centre de vacances Azuréva d'Argelès. Chaque jour une proposition de balade vous est faite avec le 4^{ème} jour une visite de Barcelone.



Il n'est pas trop tard pour vous inscrire en adressant un chèque d'acompte de 250 € (à l'ordre du COS PTT) à Geneviève MARTIN 71 Avenue de BORDEAUX à SAINTE FOY et PONCHAPT.

Rome et la Toscane.

En raison du succès des inscriptions pour ce voyage, un 2^{ème} groupe a pu être envisagé.

Une dizaine de places sont disponibles sur ce 2^{ème} groupe. (fin septembre/début octobre).

Rappel de 1 200 à 1 250 €, un chèque 350€ (ordre COS PTT 24) à l'inscription, auprès de Micheline FRANCOIS, ☎: 05 53 06 33 37

Suppl. chambre individuelle = 125 €



VOTRE AGENDA

- 9 Avril 2015 Assemblée Départementale
- 16 Avril 2015 balade du côté de Villars
- 23 Avril 2015 repas en Sarladais
- 7 Mai 2015 balade dans le Nontronnais
- 21 Mai 2015 balade aux environs de Neuvic

ADHESIONS ET COTISATIONS 2015

Comment ne pas oublier de renouveler votre adhésion

Comment faciliter le travail de la trésorière

Comment éviter des rappels désagréables

Comment diminuer les frais de gestion

En optant dès aujourd'hui pour le **prélèvement** de votre cotisation pour l'année **2015**

En effet le Comité a décidé de mettre en place le **prélèvement des cotisations**, pour ceux qui le souhaitent, à compter du 1^{er} Janvier 2015.

Vous aller recevoir très bientôt un document vous permettant d'opter pour ce mode de paiement de votre cotisation. Vous pourrez le retourner à la Trésorière dès réception.

Chèque à l'ordre de **ANR 24** à envoyer à:

Mme Huguette ESTAY
11 Rue Paul Vaillant Couturier
24750 BOULAZAC
☎ 05 53 08 48 51

Pour les retraités Poste et France Télécom			
	Individuelle	Couple	Réversion
Avec revue	18 €	27 €	9 €
Sans revue	9 €	18 €	9 €
Pour les membres associés			
Avec revue	27 €	45 €	
Sans revue	18 €	36 €	

GALETTES 2015

Galette de Thiviers le 8 Janvier 2015

À 14 H salle des fêtes de Saint Jean de Côte

Inscription avant le **5 Janvier 2015**

Nom: Prénom:

Participation non adhérent 5 €

Nombre de personnes:

Contact

Jean-Pierre BONNEFON Fond du Bourg

24800 St JEAN de COLE ☎: 05 53 52 08 59

✂

Galette de Bergerac le 13 Janvier 2015

À 14 H salle Jean Barthe (Quartier de la Madeleine)

Inscription avant le **9 janvier 2015**

Nom: Prénom:

Nombre de personnes:

Contact:

Participation non adhérent 5 €

Claude DECERLE Imp. de la 1^{ère} Armée

24150 LALINDE ☎: 05 53 24 16 25

Daniel TAMAIN 1 Impasse des Coquelicots

24100 CREYSSE ☎: 05 53 74 04 35

✂

Galette de Nontron le 22 Janvier 2015

À 14 H salle des fêtes de Nontron

Inscription avant le **19 janvier 2015**

Nom: Prénom:

Nombre de personnes :

Participation non adhérent 5 €

Contact:

Robert DABZAT Rapevache

24300 ST MARTIAL DE VALETTE ☎: 05 53 60 57 66

Jean-Yves PUYBAREAU 5 rue Jean Jaurès

24300 NONTRON ☎: 05 53 56 68 29

✂

Galette de Sarlat le 26 Janvier 2015

À 14 H Ancien hôpital

Inscription avant le **22 janvier 2015**

Nom: Prénom:

Nombre de personnes :

Participation non adhérent 5 €

Contact:

Jean-Marie TRIPIED Le Breuil Nord

24620 TAMNIES ☎: 05 53 29 65 67

Galette de Périgueux le 3 Février 2015

À 14 H au TNP

Inscription avant le **29 Janvier 2015**

Nom: Prénom:

Nombre de personnes:

Participation non adhérent 5 €

Contact:

Guibert CHOUCHERIE 46 rue Cl. De Piles

24000 PERIGUEUX ☎: 05 53 53 31 02

Christiane RAY 19 Bis Rue de la Rivière

24000 PERIGUEUX ☎: 05 53 09 75 19

✂.....

Journee de la Truffe

Inscription avant le **9 Février 2015**

Nombre de personnes (Adhérents) X 46 €

Nombre de personnes (non adhérents) X 50 €

Total: _____ €

Lucette CADET

53 Avenue Jean Jaurès

24750 TRELISSAC

☎ 05 53 04 32 87 ou 06 70 70 43 02

✂.....

Repas de NONTRON - THIVIERS le Jeudi 26 Mars 2015

Réservation avant le **22 Mars 2015**

Nombre de personnes (Adhérents) X 23 €

Nombre de personnes (non adhérents) X 27 €

Total: _____ €

Secteur de Nontron

Robert DABZAT

Rapevache

24300 SAINT MARTIAL DE VALETTE

☎ 05 53 60 57 66

Secteur de Thiviers

Jean Pierre BONNEFON

3 Passage du Bourg

24800 SAINT JEAN DE CÔLE

☎ 05 53 52 08 59 ou
06 81 00 08 20

VERTICALEMENT

- 1:** Elévations **2:** Parsemé finement
3: 2ème personne du singulier - Dans -
 En matière de **4:** Employa - Sert de lien
5: Vêtements de pluie - Astre **6:** Coule
 en Alsace - Butin **7:** Ville de Macédoine
 - Mouvement créé par N. Mandela
8: Urne (dans le désordre) - Mot d'enfant
 Démonstratif **9:** Accompagnés de sueur
10: Susceptibles d'augmenter de volume

Mots croisés N° 53										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A										
B										
C										
D										
E										
F										
G										
H										
I										
J										

HORIZONTALEMENT

- A:** Habille, fine **B:** Fait de petits sauts
C: Symbole chimique du cuivre - Ile du
 Royaume Uni **D:** Annonne - Peur du co-
 médien **E:** Partisan du non - Abrégé d'un
 véhicule pour la campagne **F:** Appris -
 Couleur sombre en verlan **G:** Parfaite -
 Gousse à odeur forte **H:** Ceux de la ré-
 publique - Etats-Unis - Ile **I:** Négation -
 Exprimés **J:** Monnaies romaines

Solution du SUDOKU N° 52								
9	2	4	8	7	5	1	3	6
7	6	1	4	9	3	2	8	5
5	8	3	6	1	2	9	7	4
2	7	8	5	6	1	4	9	3
6	1	9	2	3	4	7	5	8
4	3	5	9	8	7	6	2	1
1	5	6	7	2	8	3	4	9
8	9	7	3	4	6	5	1	2
3	4	2	1	5	9	8	6	7

Solution des mots croisés N° 52										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	P	A	U	L		M	O	R	E	L
B	A	S	P	E	R	I	T	E		
C	S		E	N	A		A	T	R	E
D	S	O	R	T		O	G	R	E	S
E	A	S	I	E		N	E	A	N	T
F	G	O	S	S	E		S	I	T	E
G	E	R	E		D	O		T	I	R
H	R	N		M	I	T	R	E	S	
I	E	O	N		T	E	O		R	U
J	S		S	T	E	R	I	L	E	S