



Bulletin n° 57  
Septembre 2018

Bulletin de liaison des retraités de l'ANR 51

## Sommaire

### Le mot du président

#### Repas champêtres

- Chalons
- Reims

#### Reprise des activités en septembre

La marche Chalons  
La Marche à Reims  
Le scrabble à Chalons et Reims  
L'informatique à Chalons et Reims  
La gymnastique d'entretien douce  
Le Pilates à Reims  
Les jeux de cartes à Chalons

#### Les manifestations et sorties prévues au 2<sup>ème</sup> semestre 2018 et au 1<sup>er</sup> semestre 2019

La semaine bleue 2018  
Loto du 29 novembre 2018  
La galette des Rois 2019  
L'assemblée Départementale 2019  
Sortie à Ecoeu et abbaye de  
Royaumont  
Voyage en Sicile juin 2018  
Son et Lumière à Domrémy  
Sortie au Don Camilo le 13 octobre

#### Le mot des secrétaires et trésorières

L'Amicale Vie  
Bonnes pratiques  
Nouvel intitulé

A.N.R. Groupe Marne  
Adresse postale : 1 rue de la Trinité  
51021 Chalons en Champagne Cedex

Adresse physique, rue Cosme Clause  
51000 Chalons en Champagne

Tél. : 03 26 21 26 18

Email : anr51@wanadoo.fr  
Permanence les vendredi de 9h30 à 11h30  
et le mercredi de 9h à 11h

## Le mot du Président

L'assemblée générale s'est déroulée à Paris les 29 et 30 mai 2018. Au cours de cette assemblée, deux grands points ont notamment été débattus, la mise en place d'une cotisation unique et l'adhésion à la Confédération Nationale des retraités (CFR).

### La Mise en place d'une cotisation unique.

En 2017, l'ANR a décidé de ne plus limiter l'adhésion à l'association aux seuls salariés de La Poste et d'Orange, et de l'étendre à l'ensemble des retraités.

Pour cette raison, dès 2019, un **tarif unique d'adhésion de 13€** (22€ avec l'abonnement au magazine) sera proposé à tous.

### L'adhésion à la CFR (confédération française des Retraités)

Au début d'année 2018, l'ANR a décidé d'adhérer à la CFR qui est l'union des 6 plus grandes fédérations des retraités.

Cette association, qui regroupe près de 1,5 millions de membres, peut ainsi peser sur les discussions menées au niveau de l'état concernant la réforme des retraites.

N'hésitez donc plus à inviter vos amis retraités à nous rejoindre même s'ils n'étaient pas postiers ou orange.

Je vous souhaite une bonne rentrée

Le Président  
Pascal REGNARD

### Notez bien :

**Le LOTO annuel : jeudi 29 Novembre 2018 à la salle des fêtes de SARRY à 14h30**

**L'assemblée Départementale de l'ANR de la Marne aura lieu le jeudi 4 avril 2019**

## Repas champêtres

55 personnes ont participé au repas champêtre de l'ANR s'est déroulé à Nuisement sur Coole le vendredi 22 juin



68 Rémois ont participé au repas champêtre organisé pour les 10 ans de la marche de Reims à Germaine le 26 juin



## Reprise des activités en septembre.

### Marches à Chalons

Le 12 juin, nos amis de Sézanne nous ont accueillis pour une marche autour de Champguyon avec le pique-nique, et au choix une balade en vélo rail ou une visite d'un beau jardin.

Le 19 juin, notre traditionnelle sortie sur les chemins de l'Argonne avec pique-nique à la ferme de la Hotte fut des plus chaleureuse dans une ambiance amicale.

Depuis le 26 juin, nous marchons le matin, avec une chaleur bien présente

Le 26 juin, marche sur Coolus avec notre apéro annuel et convivial

Le 24 juillet, sortie à Courteron (10) avec découverte des cadoles, pique nique au bord de la Seine et visite des villages des Riceys avec un patrimoine architectural important. *Les Riceys* est le plus grand terroir de champagne avec 866 ha en appellation et le seul village de champagne en France à posséder trois A.O.C.



Le 28 août, nous sortirons dans les Ardennes. Marche dans la forêt de Signy l'Abbaye, déjeuné des spécialités Ardennaise et visite du musée Guerre et Paix en Ardennes à Novion Porcien.

La 4 septembre reprise de la marche l'après-midi horaire habituel, Rv 13h30 départ 13h45, les lieux de RdV sont donnés par mail

Notre prochaine sortie, nous conduira autour du lac du Der le mardi 6 novembre.

Je vous rappelle que pour pratiquer cette activité il est impératif de fournir **un certificat médical ou une déclaration individuelle.**

**Alain PASCAL**

Contact : 06 70 35 74 19

[pascal-alain@wanadoo.fr](mailto:pascal-alain@wanadoo.fr)

### La petite Marche

Animée par Yolande JANECKI avec la complicité de Gabriel EGRON. Elle a lieu tous les mardis et le rendez-vous est à 14h devant la pharmacie du Verbeau. Vous pourrez marcher et vous oxygéner tout au long d'un circuit de 5 à 6 km dans un groupe convivial et plein de bonne humeur et aussi découvrir Châlons et ces alentours.

**Contact : tel : 03 26 65 68 86**

[yolande.janecki@orange.fr](mailto:yolande.janecki@orange.fr)

### Marches rémoises

La marche ne s'est pas arrêtée cet été grâce aux animateurs de cette activité.

La rencontre à Dormans avec nos amis châlonnais et du sézannais fut une réussite il faut dire que la météo était superbe, environ 70 personnes ont participé à cette sortie (matin marche autour de Dormans avec des vues magnifiques, repas au restaurant et l'après-midi visite libre du château, son parc et le moulin musée)..



### Calendrier des marches de septembre 2018 à Novembre

Septembre	Octobre	Novembre
Jeudi 6*	Jeudi 4 *	Vendredi 9
Vendredi 14	Vendredi 12	Jeudi 16*
Vendredi 28	Vendredi 26	Vendredi 23

Jeudi\* : petit marche

- Les lieux des randonnées seront précisés à chaque convocation.

- Les distances sont comprises entre 9 et 12 km

- Pour chaque randonnée, l'inscription est très fortement recommandée auprès de la personne qui envoie la convocation

- Les jeudis seront des marches adaptées aux personnes ne pouvant pas (ou plus) faire 9 ou 12km....

- Pour les petites marches, rendez-vous à 13h45\* au pont Huon en face de l'ancien dancing "La Cerisaie" départ 14h\*

\* 13h30 et 13h45 heures d'hiver.

Renseignements animateurs:

**Anne** 03 26 82 44 12, 06 81 37 33 52

[anne.alaphilippe2@orange.fr](mailto:anne.alaphilippe2@orange.fr)

**Francis**

[francis.foulon@gmail.com](mailto:francis.foulon@gmail.com)

**Jean Marc** 09 62 50 76 46 , 06 82 43 67 27

[jean-marc.frigerio@wanadoo.fr](mailto:jean-marc.frigerio@wanadoo.fr)

**Gerald** : 03 26 97 02 92 , 06 47 88 50 46

[gerald.honore@wanadoo.fr](mailto:gerald.honore@wanadoo.fr)

**Gérard** : 03 26 82 31 65, 06 73 20 66 43

[gerard.perdreau@laposte.net](mailto:gerard.perdreau@laposte.net)

### **La rentr e du Scrabble**

Le Scrabble est une activité idéale pour entretenir votre vivacité d'esprit et votre mémoire. Vous pourrez échanger des connaissances, enrichir votre vocabulaire et partager un moment de loisir agréable et convivial.

La section de **REIMS** vous accueillera à partir du 10 septembre tous les mardi après-midi de 14 à 16 h à la Maison de quartier de la Verrerie, 14 rue Couraux.

**Renseignements:** François ou Gérard

**Tél.** 03 26 09 66 57 **E-mail**

[francois.boulard@wanadoo.fr](mailto:francois.boulard@wanadoo.fr)

**Tél.** 03 26 82 31 65 **E-mail**

[gerard.perdreau@outlook.fr](mailto:gerard.perdreau@outlook.fr)

La section SCRABBLE de **CHALONS** vous accueillera au club House de l'ASPTT complexe Ren e Sach e, 15 rue Jacques Duclos à partir du 4 octobre tous les jeudis, de 14 heures à 16h30 anim e par Alain DAUSSEUR.

Tél. 07 84 25 90 51 -mail : [scrabblesarry@orange.fr](mailto:scrabblesarry@orange.fr)

### **Informatique   REIMS** (activité gratuite)

(Initiation)

Mardi après-midi de 16h15 à 18 h à la Maison de quartier de la Verrerie 14 rue Couraux

En attente d'un animateur

### **Informatique   CHALONS** (activité gratuite)

L'ANR vous propose de vous initier à l'informatique à CHALONS EN CHAMPAGNE

Les cours auront lieu le mercredi et le jeudi matin au CSC du VERBEAU.

Le mercredi les cours s'articuleront vers une approche informatique pour débutants ou pour ceux qui veulent progresser (*recherche internet, mail, gestion des dossiers et fichiers, logiciels, etc.*).

Nous ne pouvons accepter que 8 personnes pour cette séance (problème connexion internet).

Le jeudi les cours seront essentiellement tourn es vers la création numérique et le graphisme. Cette séance s'adressera à un public maîtrisant bien l'outil informatique.

Pour participer à ces cours il est impératif de posséder un ordinateur portable.

Pour plus de renseignements contacter Mr Alain PASCAL : 06 70 35 74 19 - [pascal-alain@wanadoo.fr](mailto:pascal-alain@wanadoo.fr)

Vous pouvez informer de votre souhait de participer en appelant l'ANR avant le 23 septembre.

Vous serez inform es si votre inscription est prise en compte début octobre.

Une réunion préparatoire aura lieu avant le début des cours.

### **La gymnastique d'entretien douce à Châlons**

Les séances de gymnastique d'entretien douce, mixte à partir de 50 ans, reprendront à partir du vendredi 21 septembre 2018 de 9h30 à 10h30 au Gymnase Jean Luc Tricoire (derrière Carrefour).

Elles sont organisées par les Vaillantes de la Marne et dispensées par un cadre dipl om e.

Le programme vari e, adapt e aux possibilités de chacun, n'est certes pas un remède miracle contre les douleurs, mais un mieux être assur e, au dire de la plupart des participants, des femmes et des hommes, un groupe de 23 participants pour la saison 2017/2018.

**Tarifs:** 27  d'adhésion et 24  la carte de 10 séances. (une assurance individuelle accident facultative sera proposée)

### **Deux cours d'essai gratuits sont offerts.**

Pour l'inscription, un dossier à compléter sera fourni sur place. Un certificat médical est nécessaire.

Pour tous renseignements, contacter Mme Zeimet au 06.89.51.24.64 ou se présenter au stand des Vaillantes de la Marne au Festival des Sports, galerie marchande Croix Dampierre, du 12 au 15 septembre.

### **PILATES   Reims** (activité payante)

Mardi matin de 9h45 à 10h45

Vendredi matin de 10 h 30 à 11h30

Renseignements : Michèle PEREZ

**Tél.** 03 26 47 51 59

**E-mail** [michele-perez@orange.fr](mailto:michele-perez@orange.fr)

### **Activité cartes à Chalons** (activité gratuite)

La section cartes de Chalons reprend ses activités tous les lundi après midi de 14h à 18h au Club House du complexe sportif SACHE

**N'hésitez pas à rejoindre cette section pour passer une agréable après-midi**, vous pouvez contacter Odile BUCQUET, Tél : 03 26 70 44 94

## Les manifestations, sorties et voyages du 2ème semestre 2016 et du 1er semestre 2017

La semaine bleue à Chalons en Champagne du 1 au 6 octobre 2018

L'ANR Marne est pleinement associée à cette semaine Alain PASCAL et Alain CAMUS proposent le vendredi 5 octobre à la bibliothèque Gulliver de Chalons une initiation à l'outil informatique et aux nouvelles technologies numériques.

Les marcheurs de l'ANR contribueront également à encadrer la marche Bleue qui se déroulera le lundi 2 octobre



L'équipe organisatrice du loto vous invite à participer à notre Loto annuel le **jeudi 29 novembre 2018 à 14h30, à la salle des Fêtes de SARRY.**

Comme les années précédentes de nombreux lots seront à gagner : paniers garnis, champagne, petit électroménager, etc. Une pause à mi-séance vous permettra de prendre une coupe de champagne accompagnée d'une part de gâteau confectionné par nos talentueuses cuisinières.

Un carton gratuit leur sera offert pour les remercier. Le carton au prix de 5€ et les trois cartons au prix de 12.00 €. Le Loto est ouvert à tous les adhérents du département. Ce sera un moment privilégié pour se retrouver entre amis. Les organisateurs vous remercieront par avance de votre présence. Cet article tient lieu d'invitation.

### Galette des Rois 2019

La galette des Rois de Chalons aura lieu le jeudi 17 janvier 2019 à partir de 14h30 à la salle des fêtes de Sarry

Invitation dans le bulletin de décembre

### L'Assemblée Départementale 2019

L'assemblée départementale se déroulera le jeudi 4 avril 2018 à partir de 9h à l'auditorium Fernand Pelloutier à Chalons. Elle sera suivie d'un repas dansant.

## Sortie et voyages

### Notre sortie de printemps Ecoeu et Royaumont le 17 Mai 2018



Nous partons de Chalons à 7 heures du matin, 57 personnes participent à cette sortie, nous arrivons à l'heure pour visiter le magnifique château d'Ecoeu. Le déjeuner nous fût servi au château par un traiteur. L'après midi, nous allons visiter l'Abbaye de Royaumont à chaque visite guidée notre groupe fût séparé en deux groupes chacun a pu apprécier les explications de ces guides très professionnels et très dynamiques qui pendant presque 2 heures, nous a fait visiter avec leur bonne humeur ces merveilleux endroits, nous avons passés une agréable journée vulgarisatrice

### Notre voyage en SICILE du 1 er au 8 Juin 2018



48 personnes ont pu profiter de notre magnifique voyage en SICILE. Deux personnes n'ont pu venir pour raison de santé c'est dommage.

Nous avons découvert une île magnifique avec toutes ses curiosités et ses monuments historiques de la période grecque AGRIGENTE et la période romaine : la Villa CASALE. Nous sommes allés sur le sommet de l'ETNA et avons constaté que le volcan fume. De beaux sites TAORMINA, SYRACUSE en bord de la mer. Chacun a pu se servir à son gré dans les différents restaurants des 2 villages club sauf le midi quand nous étions en visite, nous avons un repas servi à table. Suite au récolement des fiches d'appréciation, il se dégage une satisfaction de nos participants. Ce circuit leur a bien plu.

## Notre sortie de Grand et Domrémy le jeudi 28 Juin 2018



Visite guidée du site Gallo romain de Grand pendant 2 heures. Quelques uns se rappelleront la Sicile avec la visite de la villa Romaine pour la mosaïque de Grand endroit méconnu et pourtant intéressant pour notre région Grand Est. Là aussi, notre groupe de 50 personnes a été divisé en deux pour profiter au maximum des explications des guides.

Vers 19 h30, dîner au restaurant de la Maison de Jeanne pour déguster les spécialités lorraines. Auparavant, nous sommes allés visiter la maison de Jeanne d'Arc en face.

A 22h30, nous assistons au spectacle Son et Lumières de Jeanne d'Arc qui s'est terminé vers 1 h du matin. Spectacle grandiose avec 250 figurants jeux de lumières feux d'artifice. Malheureusement, Jeanne fut condamnée et brûlée sur un bûcher devant nous. On a pu intervertir l'histoire de France. Nos participants sont revenus satisfaits, les yeux ébahis de ce joli spectacle de plein air

Le samedi 13 octobre 2018, **une sortie au cabaret DON CAMILO** et visite du musée de la Légion d'Honneur. Un bulletin d'inscription est joint à cet envoi.

### Le mot des trésorières et des secrétaires.

Paiement des cotisations

Un courrier de rappel de cotisation a été envoyé à tous les retardataires. Certains n'ayant pas encore répondu, il serait souhaitable qu'ils nous transmettent leur chèque de paiement. Sans réponse de leur part, ils seront radiés à la fin de l'année 2018.

### Rappel du montant des cotisations 2018

Cotisation avec revue		Cotisation sans revue	
Individuel	<b>20.00</b>	Individuel	<b>11.00</b>
Reversions	<b>11.00</b>	Reversions	<b>11.00</b>
Couple	<b>31.00</b>	Couple	<b>22.00</b>
Associé individuel	<b>27.00</b>	Associé individuel	<b>18.00</b>
Associé couple	<b>45.00</b>	Associé couple	<b>36.00</b>

## ATTENTION, changement de tarif des cotisations en 2019

Individuel sans revue	<b>13.00</b>
Individuel avec revue	<b>22.00</b>
Couple sans revue	<b>26.00</b>
Couple avec revue	<b>35.00</b>
Revue uniquement	<b>22.00</b>



L'Amicale-Vie, une mutuelle au service des adhérents, elle fait partie intégrante de l'ANR.

### OFFRE ANNIVERSAIRE

**«5 mois de cotisations gratuits »**

Pour tout nouveau contrat souscrit jusqu'au 31 octobre 2018

Renseignez-vous auprès de vos correspondants départementaux:

Josette KRONENBERG, tél 03 26 64 05 09

Bernadette GEORGES, tél 03 26 65 68 51

ou ANR 03 26 21 26 18

### Bonnes pratiques :

Lorsque vous déménagez ou changez de messagerie électronique, n'oubliez pas de nous en faire part en nous envoyant simplement un Email (même sans objet ni texte) à : [anr51@wanadoo.fr](mailto:anr51@wanadoo.fr) . Cela nous permettra de maintenir nos carnets d'adresses à jour afin de pouvoir vous informer directement.

### Concours

Suite au concours organisé en 2017 pour modifier l'intitulé de notre revue trimestrielle « Allo-la Poste ».

La proposition de M. Alain PASCAL a été retenue « Bulle Info »

Il recevra prochainement sa bouteille de champagne.