



ENTRE TERRE ET OCEAN

« L'écho du Mor-Bihan »



Bulletin n° 51 - octobre 2015

**Vous aussi, venez chercher des sensations,
avec l'ANR Morbihan**



Sommet atteint, dans les Alpes, pour nos valeureux grimpeurs

s'informer - se défendre - se retrouver - s'entraider - se prémunir

à l'ANR j'adhère

CONSULTEZ NOTRE REVUE SUR <http://pagesperso-orange.fr/anrptt56/>



Une vie réussie est une vie que l'on a menée conformément à ses souhaits, en agissant toujours en accord avec ses valeurs, en donnant le meilleur de soi-même dans ce que l'on fait...

Le bonheur est souvent la seule chose qu'on puisse donner sans l'avoir, et c'est en le donnant qu'on l'acquiert. Le vrai bonheur ne dépend d'aucun être, d'aucun objet extérieur. Il ne dépend que de nous...

Christiane Moreau

Ces citations doivent nous interpeler. Cela ne ressemble-t-il pas aux valeurs que nous défendons au sein de l'ANR ? Incontestablement la réponse est oui. Notre engagement désintéressé, c'est aussi ça la première de nos sources de satisfactions. Je le constate depuis mon arrivée à vos côtés.

La belle histoire de notre association est en route depuis 1927, grâce à l'implication d'une bande de copains, des ambulants, qui avaient pour préoccupation la solidarité entre générations. Aujourd'hui nous perpétons leur initiative et nous pouvons être fiers de ce que nous faisons.

L'ANR du Morbihan s'est construite au fil des années. Elle a su se structurer, persévérer dans ses choix, et monter en puissance. Nos activités se sont multipliées en y ajoutant un volet important, celui de la solidarité. Merci à mes prédécesseurs pour le travail accompli. Nous allons poursuivre sur cette voie, et optimiser nos performances.

Quatre axes majeurs me semblent prioritaires :

- Accentuer le nombre de nos adhérents ;
- Poursuivre notre action avec les correspondants locaux ;
- Développer nos réunions à thèmes ;
- Renforcer la communication.

Accentuer le nombre de nos adhérents

Avec un peu plus de 1 300 adhérents, nous constatons un léger fléchissement dans notre progression. Nous allons donc créer une cellule de réflexion, sous le contrôle de Pascale Tamic, qui aura pour mission d'exploiter toutes les opportunités qui nous sont offertes. Je pense tout particulièrement aux nouveaux retraités.

Poursuivre notre action avec les correspondants locaux

Le principe de solidarité est acquis et l'investissement des collègues est exemplaire. Nous devons, malgré tout, étoffer le groupe. Cette action n'est pas neutre, elle fait partie de nos particularités au regard d'une association classique. Un atout majeur qui constitue une force. Nous nous attacherons à accentuer nos efforts. J'en profite pour solliciter celles et ceux qui voudraient nous rejoindre. Ils seront les bienvenus.

Développer nos réunions à thèmes

Michel François nous a proposé le thème sur la Prévention Routière. Cela s'est traduit par un succès. Une nouvelle présentation, orientée sur la signalétique, sera proposée dès le mois de novembre. D'autres initiatives sont à la réflexion.

Renforcer la communication

Notre secteur communication se porte bien. Merci à Paul Lasquellec pour son implication. Il nous faut toutefois améliorer nos relations en interne. Plus nous parlerons de nous, meilleurs seront nos résultats en terme d'adhésions.

Je remercie chacune et chacun pour son implication au service de l'ANR Morbihan.

Très cordialement

Christiane Moreau
Présidente, ANR 56

Modification de la cotisation annuelle 2016

Suite à l'Assemblée générale de Port-Barcarès, en juin dernier, la cotisation est majorée de 2 €
 Cette nouvelle tarification ne concerne que les **retraités(es) La poste - France télécom - Orange Individuel(le) ⇨ 20 € ; Couple ⇨ 31 € ; Réversion ⇨ 11 €**

Membre associé : aucun changement.

Individuel(le) ⇨ 27 € ; Couple ⇨ 45 €

L'abonnement à la revue trimestrielle, sans adhérer à l'ANR, est maintenu à 18 €

Repas de fin d'année, mardi 08 décembre, salle le « Tourbillon », à Crac'h :
Bulletin d'inscription en annexe

Séjour Hendaye (64) du 18 au 25 septembre 2016

Bulletin d'inscription en annexe

Un séjour ANCV sera programmé en 2016

L'année dernière, nous avons abordé le thème de la santé et de la conduite.

Comme promis, cette année nous allons voir le deuxième volet de cette présentation, à savoir :

les infrastructures complexes, puis les nouveaux panneaux.

Tout, tout, tout, vous saurez tout sur le giratoire, le petit, le grand...

J'espère vous revoir aussi nombreux que l'année dernière

Michel FRANCOIS

Inscrivez- vous auprès des responsables de secteurs pour les rendez-vous suivants

VANNES Luscanen - Jeudi 12 novembre 2015, à 14h30

⇨ René GAUDIN : tél 02 97 40 32 04

PONTIVY - Vendredi 13 novembre 2015, à 14h30, maison de la solidarité et des associations, quai Plessis

⇨ Jean CORNILY : tél 02 97 25 12 43

La Grange QUÉVEN - Vendredi 20 Novembre 2015, à 14h30

⇨ Job KERHERVE : tél : 02 97 05 12 36

PLOERMËL - Jeudi 26 novembre 2015, à 14h30, salle de fêtes

⇨ Annie JOUANNIC : Tél 02 97 74 03 15



Banque Alimentaire du Morbihan : ensemble, aidons l'homme à se restaurer

La **BA56** est une association loi du 1^{er} juillet 1901, dont le premier but est la collecte et la redistribution de denrées alimentaires qui lui ont été données. Affiliée à la **Fédération Française des Banques Alimentaires**, elle dispose d'un entrepôt à Vannes, zone du Prat.

Une fois par an, une collecte nationale est organisée dans les magasins de proximité. Elle représente 14 % des dons, soit, pour 2014, 162 tonnes, et mobilise 2 000 personnes sur le département.

Nous faisons appel à toutes les bonnes volontés pour les 27 et 28 novembre 2015

Contact : Banque Alimentaire du Morbihan

☎ 02 97 47 09 04 - courriel : banque.alimentaire56@wanadoo.fr

Top 50 à Crac'h !**Histoire de reprendre les affaires après des vacances bien méritées**

Reprise pour les randonneurs - la bonne humeur est au rendez-vous

Entre garde des petits enfants et farniente, il y avait eu déficit pour la plupart. Donc, bienheureux de se retrouver derrière la houlette de Guy Allée, pour une petite huitaine de kilomètres, histoire de se remettre en jambes. Deux néophytes, Ghislaine et Jean-Michel, ont rejoint le groupe des hommes et des femmes qui marchent debout. Après tout, et après nous le déluge, puisque, encore une fois, nous avons été épargnés par les intempéries du début de semaine, qui avaient fui le pays d'Auray.

Francis Lopez



Guy Labbé, dans le rôle du marcheur



Guy Allée, dans celui du marcheur organisateur

Vannes, aussi, s'inscrit dans la démarche des rencontres mensuelles

À l'initiative de notre Présidente, Christiane Moreau, une première sortie s'est déroulée, courant septembre, sur le secteur de Vannes.

15 personnes étaient présentes, ce qui est très encourageant si l'on prend en compte l'absence des randonneurs du secteur de Vannes, en visite dans les Alpes.

L'option du mardi semble la plus probable.

Soyez attentifs aux messages que nous diffuserons.

Voyages sur l'Erdre

La vie de château !

Objectif atteint pour notre commission « voyages », donner du plaisir aux gens ! Gentiment.

Départ aux aurores, le soleil a du mal à se lever en automne. Pas nos voyageurs du pays lorientais, et du pays vannetais, qui montent dans le car de Laurent. Un peu de retard, mais peu importe, le bateau nous attend.

Paysage reposant, château de toutes époques et maisons soumises à l'ISF, soleil d'Orient, tous les ingrédients sont réunis pour satisfaire les compagnons.

Changement de bateau pour la restauration, couverts en argent, service fait de distinction et repas haut de gamme. C'était le bonus. Direction le centre, pour la visite très furtive de la cathédrale, puis, en route vers le château des ducs, où nous retrouvons des guides aussi concis qu'agréables. Le chemin est dur pour retourner au bus, mais le jeu en valait la chandelle... Nous retiendrons cette réflexion pertinente de l'un d'entre nous :

« Les voyages sont difficiles pour nous. Mais on y participe, sinon on ne verrait plus personne. » Si ces escapades peuvent contribuer à donner du bonheur, alors continuons...

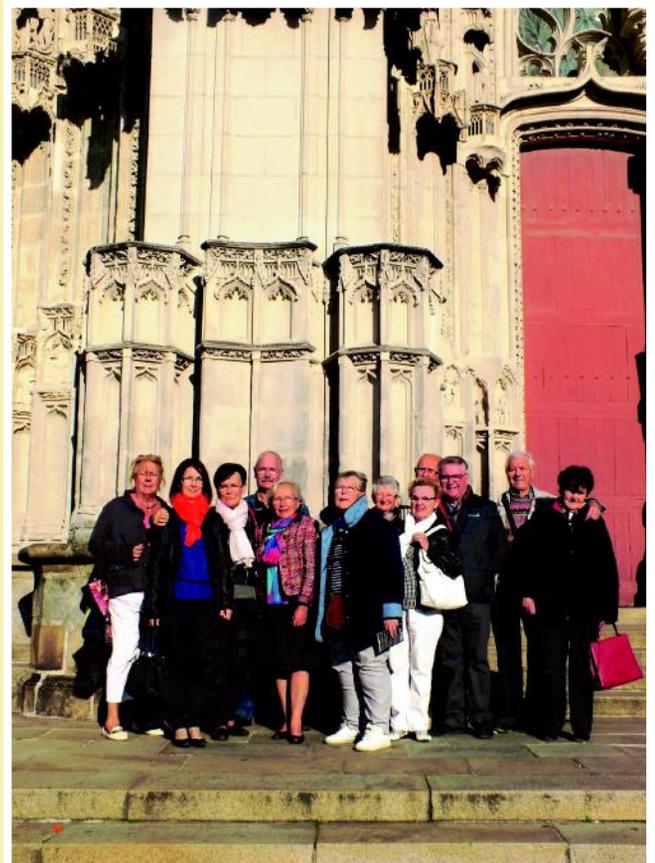
Examen de passage réussi pour la petite Marie-Thé, qui organisait une première. Maurice peut se rassurer, le flambeau est transmis.

Au fait c'est quand la prochaine ?

Réponse dans le magazine du mois de mars, les voyageurs sont déjà contactés, on attend les devis.

Kenavo ar c'hentan !

Francis Lopez



Rejoignez-nous

5 raisons de vivre autrement sa liberté avec l'ANR

Se retrouver

(rencontres, sorties, voyages, animations)

S'entraider

(solidarité envers des collègues en difficulté d'existence)

Se défendre

(contentieux, pouvoir d'achat, code des pensions...)

Se prémunir

(Mutuelle Amicale-Vie)

S'informer

(La Voix de l'ANR, bulletins départementaux, site internet : anrsiege.fr)



Cette région a connu plusieurs civilisations du monde méditerranéen, en particulier la présence des musulmans, dès le 8ème siècle. Mais, à partir du 12ème siècle, les souverains espagnols se sont petit à petit imposés. Pendant longtemps se sont côtoyés les mondes ; islamiste, chrétien et juif, habitant un quartier différent, pratiquant leur religion, mais partageant leur savoir des sciences et des arts et œuvrant ensemble. Partout on retrouve les traces que chacun a laissées.

Première étape : Cordoue. Après avoir traversé du sud au nord un vaste paysage de collines, où se déploie une mosaïque de couleurs : verts des oliviers et de la vigne, or des céréales, jaune vif des tournesols. Dès l'entrée dans la Grande Mosquée, chef-d'œuvre de l'art islamique, on sait que le moment est inoubliable : devant nous une forêt de 850 colonnes de marbre et de jaspe semblant s'étendre à l'infini, doubles arcades tout en élévation et légèreté, alternance de tons brique et ocre - construite entre 785 et la fin du 10ème siècle.

Deuxième étape : Séville. C'est déjà une autre ville. Ici nous accueille la Giralda, minaret transformé en clocher à la construction de la Cathédrale sur l'emplacement de l'ancienne Grande Mosquée. Immense cathédrale, en 3ème place dans le monde, où après la « reconquista » les souverains espagnols, voulant surpasser les Maures, ont imposé l'art gothique et accumulé l'or, l'argent, les pierres et bois précieux, provenant des Amériques. C'est un monument écrasant de richesses. Christophe Colomb, enterré là, doit-il en être remercié ? Séville, c'est aussi la Place d'Espagne, bâtie pour l'exposition de 1929. Ce sont les nombreux patios fleuris découverts au cours de promenades dans les anciens quartiers, et, c'est une pensée pour Carmen en passant devant l'ancienne manufacture

de tabacs. Dans l'après-midi, en pleine campagne, visite d'une « ganaderia » (élevage et sélection de taureaux) où le maître de maison, originaire de Nîmes et lui-même « picador », nous a convaincus (?) que la corrida n'est pas un combat mais un spectacle, obéissant à des règles strictes, l'affrontement entre deux braves, le « toro » et le « matador », chacun risquant son honneur et sa vie. Olé !

Troisième étape : Ronda. Juché sur une plateforme rocheuse, coupée en deux par une entaille profonde de 160 m. Visite des arènes avec une guide locale complétant ce que nous avons appris la veille. Après dîner, très beau spectacle de « flamenco », danses, chants et guitares.

Les jours suivants : visite de **Gibraltar**, du petit village andalou de **Mijas**. Puis, **Malaga**, les **grottes de Nerja**, et le soir, dîner campagnard typique, en montagne, chez l'habitant. La mer dans le lointain. Nous avons bien mangé, bien bu, bien chanté... La visite de Grenade a précédé notre retour en Bretagne. Dépaysement complet. Tout d'abord petit train à travers le centre ville, les quartiers juif et gitan. L'après-midi, visite de l'Alhambra, adossé à la Sierra Nevada aux sommets enneigés, ville dans la ville, succession de palais, de jardins et de plans d'eau construits par les Arabes, dont héritèrent les rois catholiques. Dans les patios, les voutes ouvragées et les fines colonnes qui les entourent jouent avec la lumière et se reflètent dans l'eau des bassins. C'est beau, c'est reposant, c'est ombragé... Heureusement, car il faisait très chaud. Voyage enrichissant pour des retraités attentifs, disciplinés et de bonne humeur.

Merci l'ANR

Janine Antignac

Des offres de séjours très diversifiées

1999

LE MAROC

2000

ROQUEBRUNE - CAP MARTIN

2001

LA CORSE

2002

ANDALOUSIE



2011 : LE CANADA

2003

LA SICILE

2004

LE PORTUGAL

2005

RÉPUBLIQUE TCHEQUE

2006 *LA CROATIE*

2007 *ITALIE du SUD*

2008 *EGYPTE*

2009 *L'AUTRICHE - Les DOLOMITES - VENISE - La SLOVENIE - l'ISTRI*

2010

La CRÊTE

2012

CORSE du SUD

2013

CROISIÈRE sur LE RHIN

2014

RHODES

2015

ANDALOUSIE

2016

du 28 mai au 4 juin

Croisière « Splendeurs des Fjords de Norvège »

Séjour annuel des Randonneurs de l'ANR**Escale Alpine...**

Savines-le-Lac, cela vous chante.

En bordure du Serre-Ponçon, longue est la route qui nous y mène. Vingt deux heures de voyage émaillées de péripéties dont on reparlera longtemps.

Le car s'immobilise à cent lieues du départ, trois heures de nocturne en attendant une impériale de substitution frappée d'un cœur vendéen.

Impérial fut aussi la suite. Certes, des heures décalées pour les repas, mais au bout du compte un accueil exceptionnel au centre de vacances, fait de convivialité et de mansuétude.

Enfin la semaine était lancée avec le repos habituel de notre Hyppolite national, chauffeur émérite. Quartier libre et « randonnette » l'après-midi avec les « touristes » pour se recueillir près de la chapelle St Michel et prier

dieu que le temps soit clément pendant toute la semaine. Le lundi répondait à nos attentes, et un premier pique-nique en altitude pour les marcheurs, divisés en trois groupes homogènes. Une gavotte sur le plateau de Réallon. Il fait un peu froid à 1800 mètres, mais la vue et le goût de l'effort méritent quelques sacrifices. Bien au chaud, les touristes sont à Gap, dans un logis de France quatre étoiles, après la visite matinale du Musée du barrage.

Ces derniers sont gâtés encore le lendemain, puisqu'ils dégustent l'assiette artisanale à onze heures. Les marcheurs dégustent aussi face aux pentes du fort de Réallon, sur l'autre versant de la veille.

Déjà mercredi, et la journée de coupure pour une visite de la ville close de Briançon, un repas en commun dans un autre logis, à La Molène, non loin de St Véran, l'une des communes les plus hautes d'Europe, typique par ces maisons en bois... Une merveille. Changement de programme le lendemain. La météo est capricieuse, le pique-nique sera commun au musée Apiland (musée du miel).

Un grand classique de retrouvailles, la pluie a déjà mouillé les randonneurs et ce sera la seule fois de la semaine.

Un appel au peuple pour définir la suite, belle leçon de démocratie pour rester sage et faire de cette après-midi un programme commun. Et c'est déjà la dernière journée. Une rando le matin, une croisière pour tous, sur le lac, l'après-midi. De quoi laisser encore quelques souvenirs impérissables.

Encore un séjour qui marquera les esprits, avec en toile de fond cette ambiance sans retenue, cette famille qui ne demande qu'à s'agrandir. Les années passent, les jambes sont plus lourdes mais l'attrait reste. Des nouveaux s'intègrent, des anciens reviennent avec pour seul objectif : celui de passer du bon temps...

Pourvu que ça dure.

Francis Lopez

Hommage à notre très chère Renée Guyon

« Encore un séjour qui marquera les esprits de cette famille qui ne demande qu'à s'agrandir. De quoi laisser encore quelques souvenirs impérissables. »



Les mots sont justes, les mots sont forts. Francis Lopez, organisateur de la semaine des randonneurs, nous confirme ce que nous savions déjà, à savoir qu'il fait bon vivre dans notre association. Un constat, Renée, que tu partageais également, toi si fidèle à toutes les sorties. Ces sorties annuelles, dont tu étais si friande depuis ton adhésion à l'ANR, en 2009, ou encore les marches hebdomadaires de Bernard, tous les mardis. Jamais tu n'as fait défaut à ces opportunités de rencontres.

Sur le chemin du retour en Bretagne, nous avons retracé cette semaine de bonheur. Les clichés récents qui se mêlaient aux souvenirs anciens, tous plus beaux les uns que les autres. Ces quelques moments privilégiés de vie commune que nous avons évoqués, et que nous nous offrions en tête à tête, puisque nous étions les seuls du groupe à avoir un défaut commun, celui de nous abandonner au « plaisir » de la cigarette.

Hélas, la réalité a été toute autre, une réalité cruelle qui, en quelques jours, par un malheureux concours de circonstances, t'a invité au dernier voyage, celui que nous espérons réaliser le plus tard possible. Tu nous manqueras Renée, mais tu resteras à tout jamais dans nos cœurs.

Francis Courric

Le mariage de raison entre touristes et randonneurs



Le barrage de Serre-Ponçon, que domine Marie-Thérèse

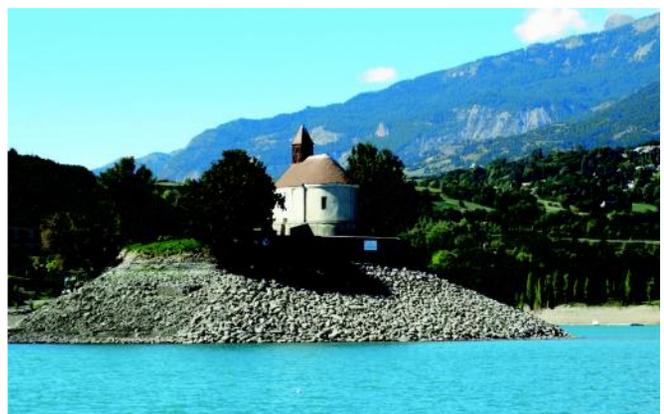
Francis Lopez a su, une fois encore, concocter un programme de qualité, à la satisfaction des participants à ce séjour dans les Alpes. Merci Francis



un petit coin d'paradis, contre un coin d'parapluie



Les demoiselles coiffées observent la chapelle du lac de Savines



Les costauds en escalade, pour une pose bien méritée



Les Randonneurs de l'ANR à Guerlédan : Un rendez-vous avec la Lune...

Paysage que l'on aurait pu croire de désolation. En fait, il n'en fut rien.

La nature et la végétation reprennent vite leurs droits. C'est de l'Anse de Guerlédan, en terre Costarmoricaine, que Océane, notre guide, fraîchement licenciée de Tourisme, nous présente les lieux.

C'est au pied du barrage que le départ est donné, pour la découverte d'arbres datant de 1930, encore présents au fond du lit d'une portion du Canal de Nantes à Brest, alimenté partiellement par le Blavet. Puis nous découvrons des écluses, englouties aussi, et quelques carcasses de vieux bateaux que le temps n'a pas encore totalement décharnés. Une vieille bâtisse, une boulangerie, je crois, des inscriptions de serments sur les murs noircis par la vase, inscriptions qui devaient dater de 1985, année du dernier vidage. Et ce sol craquelé qui guide nos pas et qui fait nous prendre pour des voyageurs « d'Apollo ».



En voiture jusqu'à L'abbaye du bon repos pour l'apéro dans le 22. Il suffit de passer le pont pour pique-

niquer en Morbihan. Notre guide, Joël de Cléguerec de l'after, nous avait promis 10, et c'est près de 12 kilomètres que la deuxième partie du programme allait s'achever. Un périple sur le chemin de halage tout d'abord, et la crête de Trégnanton ensuite. Certains auront souffert, nous tairons leurs noms, et notre doyenne, Nanette, était encore devant. De quoi nous donner la flamme. Qu'elle nous serve d'exemple, que l'on puisse vieillir avec elle le plus longtemps possible, c'est à souhaiter. Mais avant cela, le réconfort avec l'opération gâteaux et cidre offerts par Joël et Marie-Paule. Il est temps de rentrer avec le souvenir. Le lac ne sera plus vidé, une nouvelle technique ne rendra plus obligatoire cette opération. C'est bien dommage car c'eût été dans trente années.

L'espoir est aussi une vertu de notre association.

Francis Lopez

Histoires Belges

Un Belge fait le trajet Paris-Lyon en voiture, et il prend une auto-stoppeuse vêtue d'une mini-jupe. Et elle commence à lui faire du charme.

À l'entrée de Lyon, le Belge, par mégarde, lui frôle la jambe en changeant de vitesse.

La nana le regarde droit dans les yeux et lui dit :

« Tu sais, tu peux aller plus loin. »

Et le Belge a continué jusqu'à Marseille.

Pourquoi les Belges mettent-ils l'antenne de télévision dans la cave ?

Pour pouvoir capter les Pays-Bas.

Ce sont deux Belges à la chasse, ils voient passer un deltaplane.

Le premier épaulé et tire.

« Bah, tu l'as raté ! »

« Oui, mais il a lâché sa proie ».

Un accident de bus en Belgique a fait 40 morts.

20 dans l'accident et 20 dans la reconstitution.

Les mardis de Quéven, le rendez-vous mensuel incontournable

Dès 13h45, les premières voitures s'alignent sur le parking qui jouxte le bâtiment, dans ce lieu paisible du quartier de Kerdélan, à proximité du parcours de golf de Quéven.

Les habitués s'installent. « La Grange » est le refuge préféré d'une cinquantaine d'assidus, qui, pour rien au monde ne manqueraient d'apparaître.

Passionnés de cartes, de boules, de lecture, ou tout simplement attirés par l'envie de retrouver les copains, ils prennent possession des lieux pour se quitter bons amis vers les 17h00. Les tables sont installées sous le contrôle attentif de Job Kerhervé, maître de cérémonie depuis déjà bien longtemps, aidé qu'il est, par Anne-Marie, sa complice au quotidien, qui a pour mission de dresser le comptoir lorsque l'heure du café et des gâteaux sonnera.



Job, organisateur et acteur, en compagnie de « Jakès »

L'urgence du moment consiste à former les équipes qui vont s'affronter aux cartes : la bleue, spécialité féminine qui engendre plus de fou rire que de sérieux, et la belote pour les experts qui nous rappellent au souvenir de la trilogie de Pagnol. Ils ont du cœur entre les mains.

Maurice Le Flécher, responsable des parties de pétanque, s'inquiète de constituer la liste des participants et de former les équipes par tirage au sort. Des confrontations amicales, à la foi sérieuses et empreintes d'une grande convivialité.

Les accros à la lecture ne sont pas en reste. Les livres, à emporter jusqu'au mois suivant, sont présentés par Lucienne Courric. Ce service, qui date de quelques années et draine de plus en plus d'adeptes, est très apprécié.

Les premières senteurs du café qui se prépare marqueront la fin de l'après-midi et des derniers échanges. L'ami Pierre repartira avec quelques livres pour son épouse, en se promettant d'être au même endroit, dans 1 mois.

Francis Courric



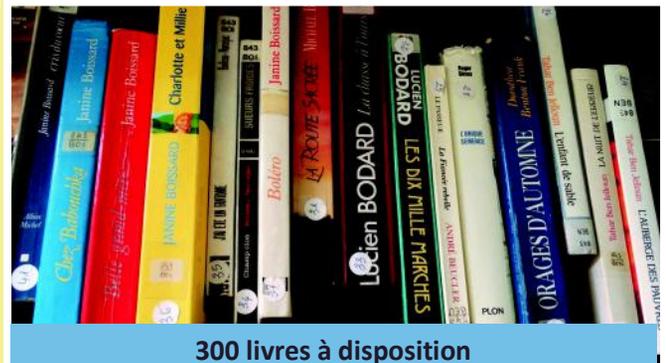
Francis « Le Corse », en pleine action



La belote, une histoire de concentration



La bleue, juste pour rire



300 livres à disposition

Les mardis de Quéven se déroulent tous les 1er mardi du mois.

Les autres mardis, vous pouvez prendre part aux sorties de Bernard Le Vilain.

Des parcours plutôt faciles pour qui souhaite partager un moment agréable avec les collègues.



Offre Exceptionnelle

3 mois de cotisation **GRATUITS**

Économisez jusqu'à **154,80 €**

pour toute nouvelle adhésion, avant le 31 décembre 2015, en faisant adhérer votre conjoint (e) en même temps que vous !

Les +Amicale-Vie

Choisissez la Simplicité

- souscription jusqu'à 75 ans révolus
- aucun examen médical
- 0 € de frais de dossier
- cotisation fixe, protection vie entière
- un tarif compétitif : ni options ni garanties superflues

Choisissez la Liberté

- libre choix du capital garanti
- libre choix de vos bénéficiaires
- libre choix de la périodicité des cotisations

Choisissez la Sérénité

- capital multiplié par 2 en cas d'accident
- par 3 en cas d'accident de la circulation
- versement du capital en 48 heures
- exonération des taxes et droits de succession
- accompagnement personnalisé de proximité

Demande de documentation gratuite sans engagement

à retourner à votre correspondant :

Paul Lasquelles 6 Impasse de la Sapinière 56860 SÉNÉ tél. 029766 50 94

emailpau-l-asquelec@orange.fr

Ou Amicale-Vie - 13 rue des Immeubles Industriels - 75011 Paris

contact@amicale-vie.fr

LA VOLONTÉ DE SERVIR, ENSEMBLE

Une offre complète, accessible et adaptée

- de 800 € à 8 000 € de capital et jusqu'à 24 000 € en cas d'accident

et plus encore...

- une cotisation fixe • un fonds social de solidarité

Ont contribué à ce bulletin : *Christiane Moreau ; Francis Courric ; Paul Lasquelles ; Janine Antignac ; Francis Lopez*