



Bulletin n°59 - juin 2018

A l'ANR, j'adhère !

Soleil d'été

Tu viens caresser ma peau
C'est la plus douce des sensations
Que je puisse sentir



Soleil d'été

Tu illumines les jours les plus beaux
Et le chemin des passions
A venir

Soleil d'été

Tu te couches à l'horizon
Au dessus d'une mer qui ne peut
Que rougir



Soleil d'été

Tu brilles avec l'Amour
Comme si l'éternité était avant
l'Avenir

Elodie Santos

Sommaire

P 3 : Portraits de
Noémi et Lucien

P 4 et 5 : Assemblée Départementale



P 6 : Les galettes des Rois



P 7 et 8: Les sorties

P 9 : Au jardin avec Job

P 10 : Informations diverses

P 11 : Proposition de voyage

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

Pour contacter l'ANR un seul numéro

02 97 66 08 73

Ce numéro constitue un lien permanent qui offre à tous les adhérents la possibilité d'être en contact avec le Siège de l'ANR, à Séné.



Le mois de juin et l'été qui se rapproche, nous l'attendons tous avec impatience après un printemps chahuté par une météo capricieuse.

Ces derniers mois, l'actualité politique a été source d'inquiétude et de fortes interrogations pour nous les retraités. En effet des droits, que nous croyions acquis, sont fortement remis en cause avec le projet de la réforme des retraites. L'ANR sera partie prenante dans ces discussions au sein de la CFR, prenant en charge le volet de la Fonction Publique.

Nous aspirons à des moments légers, des soirées qui n'en finissent pas, des moments de bonheur et de retrouvailles avec nos familles et nos amis. Pour ce magazine de juin, une belle revue retraçant les six premiers mois de l'année nous a été concoctée. Et les activités ont été nombreuses et variées. Tout d'abord un moment fort, au mois de mars, avec l'Assemblée Départementale où nous vous rendons compte du travail accompli : les comptes financiers, les voyages, les sorties, les randonnées et les diverses actions. C'est un moment convivial d'échanges et de retrouvailles. Vous en trouverez un condensé dans ce numéro 59 et plus de détails sur le site de l'ANR56. Un grand merci aux personnes présentes et à toute l'équipe. Un clin d'œil sur les rendez-vous gourmands et festifs des galettes des rois nous rappelle d'autres moments de convivialité et de retrouvailles. Les photos et les reportages, transmis par les bénévoles, nous font revivre les moments forts de toutes ces sorties.

A l'ANR56, le mois de juin est aussi le mois des voyages, l'Italie pour les uns et La Palmyre pour le séjour ANCV, des beaux moments et de belles découvertes en perspective.

Je vous souhaite à tous un bel été ensoleillé.

Rendez-vous dès la rentrée !

À propos du site anr56m.fr

Daniel Hélicher, webmaster du site anr56m.fr

S'il se veut être d'abord la vitrine de notre association, le site est aussi le vôtre et il est ouvert aux adhérents. À ce titre, les deux dernières rubriques créées commencent à s'enrichir. Ainsi, certains d'entre vous ont déjà fait partager leur plaisir (ou leur déception) à la suite d'une lecture, d'un film ou autre spectacle, dans « Vous avez aimé, ou pas ... »**. D'autres ont pu nous faire part d'événements ouverts au public, organisés par leur club ou leur association, dans « Les ANR y participent ».

Si ce n'est déjà fait, venez découvrir ces rubriques, en accédant au menu « Loisirs ». Et surtout, faites part de vos envies de partage en écrivant au webmaster (menu : contacts) ou via un responsable d'activités.

Et aussi savez vous que ... ?

Les ateliers « Informatique » mensuels font l'objet de comptes rendus, présentés par date, au menu « Loisirs ». Vous y trouverez ce qui a été présenté à chaque séance, et surtout les supports qui ont été utilisés. Bref, autant de conseils, d'aides aussi utiles aux habitués des ateliers qu'aux adhérents qui ne peuvent pas se rendre au siège de l'ANR56 à Séné.

** : Les avis sont exprimés sous la responsabilité de leur auteur et n'ont pas valeur de "Référence" d'experts du sujet. Il ne s'agit que de faire partager des coups de cœur entre amis de l'ANR56 ; aussi cette rubrique est-elle réservée aux adhérents enregistrés sur le site.



Hello !! Can you speak English ?

Les cours d'anglais du lundi matin à Brec'h, (dans une salle de la mairie annexe), rien de tel pour se remettre d'éventuels abus durant le week-end, les neurones se mettent à palpiter et à retrouver des connaissances refoulées aux oubliettes ! C'est ainsi qu'une dizaine de jeunes retraités de l'ANR56 rejoignent Noémi Lorgeoux pour « *causer dans la langue de Shakespeare* » !

« *Retraitée de l'Enseignement, après avoir été successivement en poste au collège du Port-Louis et de Grand-Champ, j'ai eu la chance de vivre des années propices, estime Noémi, l'époque des seventies où les emplois s'offraient aux jeunes avant même qu'ils entament la moindre recherche.*»



Plusieurs séjours en Angleterre, comme jeune fille au pair, pour dispenser des cours de Français aux enfants d'une famille de Cornouailles britanniques, furent déterminants... Puis la Catho d'Angers, l'Université de Broadstairs dans le Kent et un télégramme lui annonçant son recrutement par le collège du Port-Louis, petit port face à la rade de Lorient, endroit rêvé qu'elle quitte, (Edouard est nommé à Vannes), pour rejoindre Grand-Champ où naissait un nouveau collège .

Prof d'anglais ? Une vocation ? « *Peut-être... J'ai aimé mon travail, mes élèves, la vie dans ces établissements où, avec mes collègues, nous organisons des voyages linguistiques, des séjours-échanges dans des écoles britanniques ou allemandes, des séjours-neige ...*»

Plus tard, peu après avoir quitté le collège, une association de directeurs d'écoles primaires lui demande d'intervenir pour initier les enfants à l'anglais. « *Créer une telle méthode m'intéressa vraiment. C'était avant l'instauration de l'enseignement d'une langue étrangère dans les écoles primaires. C'est aussi à cette époque que j'assurais un cours d'adultes à Pluvigner, affirme-t elle. Il est dit qu'on parle beaucoup de son passé quand on n'a plus d'avenir ; j'adopte donc le présent pour dire qu'il me fallait un brin de folie pour accepter la proposition de Christiane Moreau de reprendre les cours d'anglais. Je ne regrette rien : c'est avec grand plaisir que, chaque semaine, je retrouve des élèves sympathiques, studieux et enthousiastes.* »

« **Tous admis en seconde année, après examen de passage,** déclare Noémi. *Les vacances scolaires leur seront donc bienvenues : qu'ils en profitent pleinement pour une belle forme lors de la prochaine rentrée à l'automne !! Merci à Colette qui nous a déniché une salle et à Daniel, notre webmaster-technicien .*

Enjoy your Summer Holidays. See you ! “

Contrôle des comptes, une obligation et un devoir

Lucien Le Corre, contrôleur aux comptes de l'ANR56, explique :

Les contrôles de la comptabilité des associations sont une nécessité afin d'éviter des erreurs, des omissions ou pire des malversations. Cela peut malheureusement se produire pour diverses raisons et mettre en difficulté les dirigeants et compromettre la survie de l'association.

Dans les statuts de l'ANR, il est précisé à l'article 11 paragraphe 2 : une commission de contrôle de trésorerie et comptabilité est élue pour quatre ans par l'assemblée générale parmi les adhérents de l'Association n'ayant pas le statut d'administrateur et n'exerçant pas de fonction de trésorerie dans un groupe départemental. Elle assure des audits internes portant sur la tenue de la comptabilité et la régularité des opérations comptables. Sa composition est déterminée selon les modalités définies par le règlement intérieur du Siège.

« *Les opérations de contrôle sont obligatoires dès lors qu'une association reçoit des subventions de la part d'une administration ou d'une collectivité territoriale.*

Pour l'ANR, c'est donc bien une obligation et la raison pour laquelle elle figure dans les statuts. Le groupe départemental, composante à part entière a donc les mêmes obligations. En préalable à l'Assemblée Générale, la commission de contrôle doit se réunir pour les vérifications statutaires. Les régularisations éventuelles doivent intervenir aussitôt. Après la présentation des comptes par le trésorier, la commission donne ses conclusions et informe éventuellement l'assemblée des anomalies et écarts relevés et les causes. Elle propose ensuite à l'assemblée de voter ou non le quitus pour l'exercice clos de l'année précédente. Dès le quitus obtenu, le Président en exercice peut procéder à de nouvelles élections en présentant les candidats, renouvelables ou nouveaux, en vue de former un nouveau conseil d'administration. »



L'assemblée départementale de l'ANR de La Poste et Orange du Morbihan se déroule à Erdeven le 19 mars. Jean Cordoba, représentait le Siège de l'ANR. Pendant l'installation des nombreux adhérents, un diaporama, élaboré par Jacques Bizet et Daniel Héricher, permet de nous remémorer les événements de l'année 2017. A 10h, Christiane Moreau, présidente du groupe 56, assistée de Francis Courric, présente le déroulement de la journée.



Rapport moral pour 2017. « *L'ANR, une association de personnel de nos entreprises La Poste et Orange, est intégrée dans le groupe des associations de prévoyance et de solidarité de La Poste. Au mois de mai 2017, l'ouverture a été votée à l'AG de Saint-Jean-de-Monts. Nous accueillons donc toutes les personnes souhaitant nous rejoindre. Nos valeurs sont fortes de sens : se retrouver, se défendre, s'entraider, s'informer et se prémunir, déclare Christiane Moreau. Au nombre de 1 165 personnes adhérentes, l'ANR56 se porte bien. A chaque manifestation, je constate que tout le monde est heureux de se retrouver. Cette convivialité est un réel bonheur et je termine par cette formule : le bonheur n'est pas que dans le pré, il est aussi à l'ANR56* ».

Marie-Claire Huet, trésorière de l'ANR56, présente le **rapport financier** (détail disponible sur le site). La situation financière du groupe dégage un solde positif de 3 636,96 euros.

Compte-rendu de la **commission de vérification des comptes** : «*La commission composée de Ginette Guillemet et de Lucien Le Corre, s'est réunie le 30 janvier au siège de notre association à Séné en présence de la présidente Christiane Moreau et de la trésorière Marie-Claire Huet. Nous avons noté les reports exacts dans la comptabilité de l'association. En conséquence nous proposons à cette assemblée de voter le quitus. Nous tenons à remercier notre trésorière Marie-Claire pour les éclaircissements qu'elle a pu nous apporter et nous la félicitons pour l'excellence de son travail.*»



Vote des **rapports moral et financier** : pas d'opposition ni d'abstention. Quitus est donc donné.

Et c'est le **rapport d'activités** par Christiane Moreau : « *Je veux souligner l'investissement de nos collègues en charge des activités ainsi que les responsables de secteur, Job Kerhervé pour Lorient, Annie Jouannic pour Ploërmel, René Gaudin pour Vannes et Jean-Luc Hillion pour Pontivy. Ils ont tous une forte expérience en la matière et les préparations sont remarquables.*» (rapport détaillé disponible sur le site)

Intervention de **Francis Courric pour les activités sociales**

«*En 2017, nous avons constaté une augmentation du nombre d'heures consacrées aux personnes en difficulté : 3 645 contre 3122 en 2016. Nous avons des raisons d'être optimistes, d'agir autrement vers les personnes isolées et ce dans le cadre de la démarche de coopération MONALISA avec l'ADMR.*»

Vient le vote du rapport d'activités : pas de vote contre ni d'abstention. **Rapport d'activités adopté.**

Intervention de **Jean-Marie Héliot, délégué ANSM-GMF**, Association nationale de sociétaires de la GMF, du groupe COVEA (MAFF, MMA et GMF), dont font partie Christiane Moreau, Paul Lasquelles et Dominique Marche. Elle comprend 3,5 millions sociétaires et dispose d'un fonds de solidarité pour ses adhérents en difficulté (aménagement de locaux, raisons de santé, maison brûlée). Elle peut intervenir pour la réservation de places en EPHAD. En 2017, ANS-GMF a attribué 110 000€ au centre de Kerpape pour l'aménagement du foyer. Ne pas hésiter à contacter Christiane Moreau ou Paul Lasquelles.



Intervention de Paul Lasquelles et Alain Tréhorel pour les résultats de **Amicale-Vie** : quelques chiffres statistiques : plus de 12 000 adhérents au plan national, 211 adhérents pour le groupe du Morbihan dont une dizaine de nouvelles adhésions en 2017. Amicale-Vie possède un fonds social de solidarité doté de 20 000 € réservé aux adhérents confrontés aux aléas de la vie.

Intervention de Jean Christophe Le Pivert, Responsable Courrier-Colis Réseau La Poste Ouest-Bretagne pour l'offre «VEILLER SUR MES PARENTS». Il existe une offre spécifique pour les postiers retraités. Les avantages : tranquillité, sérénité, crédit d'impôt jusqu'à 50 %, l'offre peut être suspendue à tout moment.

Intervention de Jean Cordoba, qui félicite les participants pour leur présence nombreuse et le travail remarquable des bénévoles de l'ANR56. Puis il aborde plusieurs points : le fonctionnement du Siège, l'adhésion à la Confédération Française des Retraités (CFR) pour une meilleure défense des adhérents, le recrutement et une meilleure communication, Monalisa, le prélèvement des cotisations, l'augmentation de la CSG, le projet de réforme des retraites, Amicale-Vie, la cotisation unique pour les postiers. *«L'ANR n'a pas vocation à faire de la politique mais il ne faut pas pour autant ne pas se défendre. Etre neutre ne veut pas dire que nous devons rester muets ! Pour nous faire entendre, il faut être nombreux. La défense des adhérents est une préoccupation majeure pour l'ANR qui a adhéré à la CFR et nous aurons plus d'informations. Nous sommes 16 millions de retraités ce qui représente 1/4 de la population française. L'ANR doit renforcer ses partenariats »,* explique-t-il. *«Il faut s'investir dans MONALISA. En 2017, l'ANR a comptabilisé 350 000 heures de bénévolat, à raison de 7h par jour, je vous laisse faire le calcul...*



Nous devons avoir une meilleure communication. Il faut recruter, fidéliser nos adhérents, savoir quelles sont les motivations des démissionnaires ? Aussi un sondage sera inséré dans le magazine « la Voix de l'ANR », annonce Jean. *« L'augmentation de la CSG : une lettre ouverte a été transmise au Président de La République. Projet de réforme des retraites et des pensions de réversion : seront-elles alignées sur le secteur privé ? Amicale-Vie enrichit les services de l'ANR. Le correspondant doit avoir sa place au sein du CA de l'ANR. Dernier point : la cotisation unique pour les adhérents postiers : la DNAS impose une contrainte. Elle accorde une subvention qui doit bénéficier aux seuls postiers.*

Et Jean Cordoba de conclure « Développer, participer à la vie de l'ANR ! On compte sur vous pour faire connaître l'ANR », avant de terminer par un extrait de « Vive les vieux, 85 bonnes raisons de penser que le vieillissement est une chance » de Olivier Calon.

Intervention de Isabelle Durand, consultante en solutions viagères au sein de Viager Consulting Group. *« En parlant de viager, on dit plutôt « monétiser son patrimoine ». Il existe plusieurs types de viager selon l'âge : le viager occupé, le viager libre, le viager en nue-propriété et la vente à terme. Il faut tester le viager, l'étudier. C'est un acte notarié. »* Les questions fusent. Mais l'heure passe !

Christiane Moreau propose les candidatures de Marie-Pierre Volant et de Noémi Lorgeoux qui souhaitent entrer au Comité d'administration de l'ANR56. Aucun vote contre ni d'abstention. Candidatures acquises.

Et c'est l'heure de remercier tout le monde pour son écoute avant de se retrouver autour d'un repas fort apprécié, repas suivi d'un après-midi dansant.



Cette année encore, les adhérents ont fêté les rois. Ambiance festive. Galettes délicieuses, participants joyeux. Loto, chansons, histoires courtes, une occasion supplémentaire de se retrouver entre « copains, copines » et pas forcément entre collègues. Encore bravo aux organisateurs : Annie Jouannic à Ploërmel, Job Kerhervé à Gestel, Jean Cornily à Pontivy et René Gaudin à Vannes !!!



Ploëmel, un jour de février

Francis Lopez

Les randonnées mensuelles font toujours recette même si elles ont lieu bien avant le dernier vendredi de chaque mois, congés scolaires obligent. Déjà arpenté quatre ans auparavant, le circuit des chapelles n'avait laissé qu'un lointain souvenir. Le meilleur moyen de l'effacer c'était de le faire à l'envers, ce qui fut fait. Les chapelles de Saint-Méen et Recouvrance ont pu remémorer quelques photos qui n'étaient pas encore jaunies. Un guide du club local partageait ensuite notre resto, la salle était certes sonore mais la convivialité reste encore un point d'orgue. Point de chants cette fois-ci et pour les plus courageux une «digestive» au milieu de l'après-midi avec le couplet du jour : «*Cela ne nous a pas gênés de marcher dans la boue*» et point besoin encore de «*petit coin de parapluie*».



Une journée sous un soleil radieux du côté de Doëlan

Michel François

Lassés de cette pluie continuelle qui conduisait à annuler les marches du mardi, M. et B. (ils ont préféré rester anonymes et on comprend bien pourquoi) invoquèrent le dieu Chronos. Ce dernier fut amusé parce que ces deux énergumènes, qui avaient dû trouver le temps long et somnoler un peu à l'école, confondaient "temps" et "temps". Bienveillant, il appela son copain Eole, plus spécialisé dans la météo, pour qu'il chasse les nuages le mardi suivant. C'est ainsi que la marche suivante au départ du port de Doëlan se déroula sous un soleil radieux.

C'est une nouvelle adhérente, Danielle, qui a eu la gentillesse de nous guider. On peut dire qu'elle a « quelques kilomètres au compteur ». Pour les esprits mal tournés, il s'agit du compteur de ses chaussures de randonnée, car Danielle, alerte et vive d'esprit connaît de nombreux circuits. Elle s'est déjà révélée une excellente guide pour nous faire connaître Rédééné. Après nous avoir fait découvrir un bord de mer enchanteur, découpé comme une dentelle bretonne, elle nous a menés, docile troupeau, vers les chemins remplis de primevères. Malgré notre épaisse cuirasse, c'est émus par tant de beauté que nous avons fait une petite pause pour admirer le port.

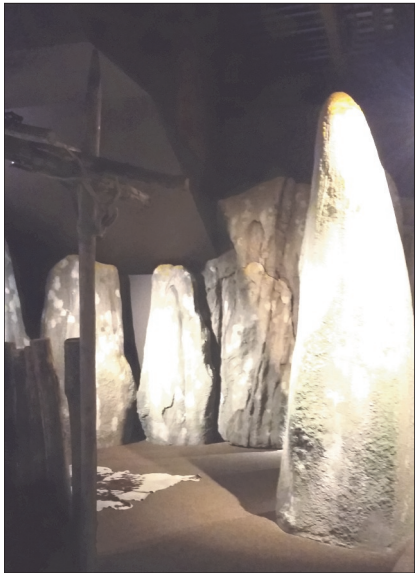


Merci Danielle pour cette belle et radieuse randonnée
et bienvenue à l'ANR !

Une sortie culturelle au Ker à Vannes

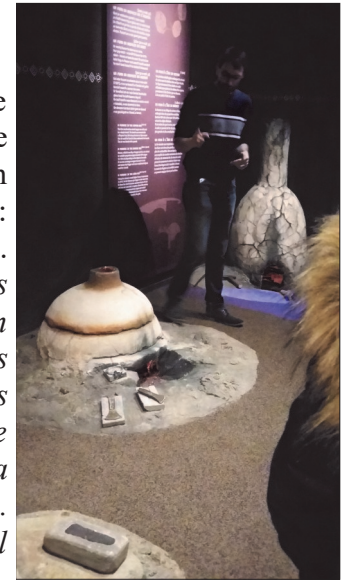
Qu'est-ce que le Ker ? Un lieu situé Parc du Golfe qui souhaite promouvoir une culture bretonne riche d'Histoire !

Le projet est né dans le cerveau d'Hervé Paquet, le porteur du projet, guide de notre groupe. Le Ker se veut porteur d'histoire du fait de la proximité de Carnac, haut-lieu du mégalithisme, des récentes découvertes sur la migration des populations au néolithique vers les époques les plus éloignées : le néolithique et les Celtes. Hervé Paquet nous explique d'abord le bâtiment. *« C'est une construction éco-responsable, basse consommation, avec des matériaux durables en tirant parti des ressources locales en pensant bilan carbone global principalement en ossature bois. L'isolation entre les montants est en ouate de cellulose – recyclage de papiers journaux – pour ses qualités thermiques, acoustiques mais également pour son lieu de production près de Morlaix. L'isolation est renforcée par de la laine de bois, matériau également écologique. Le bardage du bâtiment est en bois local flammé.»*



Le parcours d'une heure et demie nous fait voyager dans le temps, de la Préhistoire à la fameuse bataille des Vénètes qui opposa les Celtes aux armées de Jules César. Situées dans des niches, des vidéos jalonnent le parcours. Les commentaires se font tour à tour en breton, en français et en anglais. On voit l'évolution d'un couple au fil du néolithique : d'abord vêtus de peaux de bêtes et utilisant des outils rudimentaires (pierre), ils créent le tissage et se servent du feu pour fabriquer leurs outils. Les décors, arbres et coques de bateaux, sont magnifiques. On peut voir, toucher des armes, boucliers, cottes de maille. Le voyage se termine par l'attraction en 4D, un film narrant la bataille entre les Vénètes et les Romains.

Nous avons fini notre visite au Ker par une légère collation.



A Hennebont sévit un microclimat !

Michel François

Mardi 10 avril 2018, rendez-vous était donné pour une marche digestive à Hennebont. Me fiant à la météo larmoyante qui sévissait sur Cléguer, j'annulai la marche. Trois courageuses ne tenant pas compte de cette décision, et pour cause, elles n'avaient pas lu le mail, se rendirent sur les lieux et bénéficièrent de beau temps. Georgette, surprise de ma défection, me confirma qu'il existait un microclimat sur Hennebont. Vexé de mon ignorance des caractéristiques locales, je décidai de reporter à la semaine suivante cette randonnée.



Effectivement, le mardi suivant, le soleil était de la partie. Il existe donc bien sur Hennebont un microclimat, comme partout en France ce jour-là.

Nous nous sommes retrouvés quatorze pour suivre, d'un pas plus ou moins alerte, Georgette, notre guide du jour. Dès les premières côtes, la chaleur se fait sentir. Les vestes tombent. Cela ne finira pas toutefois en maillot de bain pour un petit plongeon dans le Blavet.

Les plus courageux, qui ont accepté un petit détour, ont pu apprécier une magnifique vue sur le Blavet.

Après avoir longé un joli petit ruisseau et grimpé quelques légers dénivelés, c'est dans un ordre parfait, telle une légion romaine, que nous atteignons le terrain plat.

Merci à Georgette de nous avoir fait découvrir de nouveaux paysages sur Hennebont. Désormais, nous savons que, s'il pleut sur la Bretagne, c'est à Hennebont qu'il faut aller marcher.

Les boutures par Job Kerhervé

Bouturer, c'est fragmenter un végétal (rameau, feuille, œil, racine) qui devient une plante identique au plant mère.

Principe de cicatrisation et enracinement

Pour comprendre la multiplication des plants par bouture, il faut savoir qu'une réaction d'autodéfense permet à toute partie détachée d'un végétal de cicatriser la lésion existante au point de séparation. Une intense activité cellulaire provoquée par des hormones spécifiques obture rapidement la blessure d'un bourrelet appelé «cal» sur lequel, en conditions propices, des racines ne tardent pas à apparaître.

L'organe amputé peut alors se nourrir et se développer comme une plante nouvelle qui reproduit toutes les caractéristiques de la plante mère. Ce n'est pas le cas des plants issus des semis si les variétés n'ont pas été fixées par la sélection. L'enracinement est variable selon les espèces.

Quatre types de boutures

1) Rameaux feuillés et non feuillés : Herbacées (avril-mai), Aoûtées (août-septembre). Aptitudes variables à émettre des racines selon les espèces. Dans tous les cas, les hormones végétales promotrices de l'enracinement sont particulièrement actives en deux zones : au voisinage des yeux (bourgeons) dans la partie supérieure des pousses tant que celles-ci sont herbacées, à la base du talon lorsque la bordure a la consistance du bois (aoûtée). Les hormones de synthèse activent l'enracinement. Conditions de réussite : choix des boutures – plant mère en bonne santé – et préparation, substrat : terreau horticole + sable de carrière (bon drainage), chaleur : à l'étouffée dans mini-serre, pas de soleil direct, humidité : trop d'eau entraîne la pourriture de la bouture.

2) Boutures de feuilles : ex : Saintpaulia.

Prélever une feuille adulte avril-mai, piquer à l'étouffée dans un mélange tourbe-sable, repiquer en mai-juin.

3) Boutures de racines (menthe, framboisier, gypsophiles, delphinium). Les morceaux de racines bourgeonnent facilement.

4) Boutures à l'œil : méthode utilisée pour reproduction en grand nombre donc peu utilisée par les amateurs.

En cette période difficile pour le retraité qui veut des fleurs et des tomates, je propose le bouturage de surfinia et de tomate greffée pour faire des économies.

Surfinia : Acheter 2 plants fin mars chez un horticulteur, prélever une extrémité de branche (base 4^e feuille), placer dans un godet (terreau + hormone de bouturage), opérer sous châssis ou mini-serre placée dans un endroit éclairé à l'abri du soleil (température 18 à 20°) Enracinement 1 mois environ, éventuellement faire une légère pulvérisation d'eau sur les feuilles une fois par semaine. Résultat pour un habitué : le taux de réussite : 99 %.



Tomate greffée

Acheter un plant greffé mis dans un grand pot rempli de terreau avec arrosage et chaleur pour croissance rapide. Prélever les gourmands : 15 cm. Placer dans un godet rempli de terreau gardé humide mis en plein air mais à l'ombre. Enracinement environ 3 semaines. Pour la plantation, je conseille de faire un trou assez profond, d'y mettre au fond de l'ortie (riche en azote), une fine couche de terre puis le plant en formant tout autour une cuvette pour l'arrosage au pied (jamais sur les feuilles à cause du mildiou). Le plant se développe mieux et est plus résistant aux maladies.

Quelques boutures faites en septembre 2017

Delphinium (pied d'alouette vivace) période d'avril ou septembre après 1^{ère} floraison

Prélever une tige herbacée avec talon et quelques racines, placer dans un pot de terreau, mettre à l'ombre et arroser de temps en temps, mise en place mars avec floraison juin (voir la photo). C'est une espèce bien fixée et je conseille le semis en août). Rempoter fin septembre et mise en place début de printemps.



La lavande Période de bouturage en mai ou septembre

Prélever un rameau ou arracher une branche latérale, placer dans un pot avec terreau, mise à l'ombre avec quelques arrosages si nécessaire, mettre en place juillet ou début printemps pour la bouture début septembre.

Penstemon période de bouturage mai ou septembre, arracher une pousse latérale, mettre en pot avec hormone végétale, mettre en place au printemps. Dans les mêmes conditions j'ai bouturé la sauge, le ciste, le dimorphotéca dans le pot de lavande.



Un concert qui a tenu toutes ses promesses

Bernard Le Vilain

Dans le public, vous étiez très nombreux amis de l'ANR, à être présents à ce premier concert organisé par le Choeur Soleil d'Orient. Vos applaudissements, et votre enthousiasme, nous ont encouragés à donner le meilleur de nous-mêmes, nous vous en remercions très sincèrement. Le groupe Cassiopée et le chœur Soleil d'Orient remercient également la section communication de l'ANR56, pour l'information de cet événement faite auprès de ses adhérents.

A la fin de ce concert, vous étiez nombreux à souhaiter que ce moment de bonheur se renouvelle. Aussi, nous vous donnons rendez vous, l'année prochaine avec de nouveaux chants.



Jules Talbot est un autodidacte. Facteur en retraite, *«il est connu pour écrire des romans en phase avec les lieux et s'y déplace fréquemment. Il se documente, sillonne la Bretagne en se rendant dans chaque pays, étudie les monuments ancestraux, observe les mœurs des locaux et assaisonne le tout avec une fiction. Avec une écriture théâtrale, il veille à ce que ses descriptions soient soignées. Ses romans sont de véritables reportages»*. Olivier Gravelot est l'illustrateur des livres. Ses œuvres sont diffusées à l'étranger.

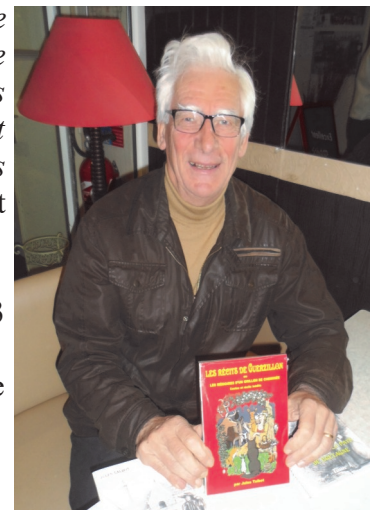
Ses œuvres :

Une trilogie : « Aventures en Pays de Bretagne » 2 tomes déjà parus, le tome 3 est en cours d'écriture.

Le dernier paru, un livre de contes et récits inédits: «Les récits de Guerzillon ou les mémoires d'un grillon de cheminée »

Contacts : guerzillon@orange.fr ou 06 76 44 60 20

Site internet: aventuresenpaysdebretagne.e-monsite.com

**Validité du permis de conduire**

Lucien Le Corre

1er permis B = 15 ans de validité

Une personne de 50 ans passe son permis pour la première fois : validité 15 ans.

Une personne de 50 ans demande le remplacement de son vieux permis : validité 5 ans !

Les permis datant d'avant 2013 resteront valables jusqu'en 2033.

En effet, les nouveaux permis auront une limite de validité :

- 15 ans pour les permis A et B,
- 5 ans pour les autres types de permis.

A chaque renouvellement, une visite médicale sera obligatoire.

Information à transmettre à tous les anciens conducteurs

Avec le nouveau format du permis, le but recherché : éliminer le plus possible de conducteurs. Celui qui demande le remplacement de son vieux permis de conduire en carton rose reçoit en échange le nouveau permis sur carte magnétique, format carte vitale ou carte bleue, mais dessus apparaît une durée d'une validité de 5 ans! Pour le renouveler, il vous faudra passer obligatoirement une visite médicale.

Alors !!!!!, et surtout si vous avez des soucis de santé :
Gardez votre ancien permis cartonné qui, lui, est illimité !!!

**Pêle-mêle**

- Inscriptions toujours possibles sur liste d'attente pour le séjour en Corse : contact : Francis Lopez.

- Un voyage est proposé sur les marchés de Noël (voir page 11). Inscrivez-vous avant fin août.

- Prochainement : en partenariat avec la Mutuelle Générale : dépistage du diabète.

- Jules Talbot a proposé un atelier écriture. Si vous êtes intéressé, appelez Christiane Moreau.

- Vous ne partez pas en voyage avec l'ANR56, pensez vacances, activités pour les enfants ou petits-enfants avec le Comité des Œuvres Sociales 56-35 : www.cos5635.com ou tél : 02 97 46 67 66 ou 09 77 67 88 74

LORRAINE – THIONVILLE
Hôtel* "Domaine de Volkrange"**

VOTRE PROGRAMME "Marchés DE NOËL" DU 10 AU 15 DÉCEMBRE 2018

DE NOTRE RÉGION A THIONVILLE POUR UN SÉJOUR DE 6 JOURS ET 5 NUITS



AVEC AU PROGRAMME DE LA SEMAINE :

Jour 1 : Départ du Morbihan aux lieux de « ramassages » habituels (Ploemeur, Lorient, Hennebont, Auray et Vannes) - petit-déjeuner, repas de midi.

Arrivée au Domaine vers 18h00.

Jour 2 : Escapade au LUXEMBOURG le matin. Déjeuner, après-midi VERDUN et DOUAUMONT.

Jour 3 : Visite guidée de TRÈVES la basilique, les Thermes, déjeuner au restaurant, MARCHÉ DE NOËL puis arrêt dégustation aux caves de Wallenstein.

Jour 4 : DE NEUFCHÉF - METZ. Visite du Musée des Mines de Fer de Neufchef le matin. Déjeuner - Après-midi visite guidée de METZ, féerie du marché de Noël.

Jour 5 : NANCY, la place Stanislas. Visite de la Maison de la Mirabelle, dégustation de tartes et liqueurs, déjeuner au restaurant suivi de la visite guidée de La vieille ville.

Jour 6 : Retour vers le Morbihan après le petit-déjeuner – repas de midi au restaurant .

Arrivée en début de soirée à bon port.

BASE DE 57 personnes pour 552€ par personne tout compris

(transport, petit-déjeuner, restaurants aller et retour, pension complète, guides locaux et pourboires)

✂.....

Nom (s) :Prénom (s) :

Nombre de personnes : x 552 € =

Paiement en 3 fois accepté (y compris chèques vacances)

- 100 € à l'inscription - 200 € le 15 septembre - 252 € le 15 novembre

Tous les chèques à L'ORDRE DE VTF

Chèques à expédier à : Marie-Thérèse Lopez 4 rue des Aubépinés 56390 – LOCQUeltas

PROJET : " Marchés DE NOËL"

Contacts : 02-97-66-62-00 – 06-81-66-31-81 – francis.lopez2@wanadoo.fr

OFFRE EXCEPTIONNELLE

3 mois

de cotisation
GRATUITS



Pour bénéficier de tous ces avantages,
CONTACTEZ-NOUS

Par téléphone : 01 43 79 21 28 - Par mail : contact@amicale-vie.fr

Économisez jusqu'à

154 €

pour toute nouvelle
adhésion du 1^{er} mai
au 31 octobre 2018

ET JUSQU'À

6 mois*

de cotisation
GRATUITS

en faisant adhérer votre conjoint(e)
en même temps que vous!

* 3 mois par adhérent

À SAVOIR

- Amicale-Vie, la mutuelle de l'ANR
- A vos côtés depuis 1962
- Contrat Capital-décès garanti par la CNP
- Certification Orias N° 14 001 184

Demande de documentation gratuite sans engagement

OUI, je désire recevoir une documentation gratuite sur le Capital-décès Amicale-Vie.

et bénéficier de l'offre exceptionnelle "3 mois de cotisation gratuits"

Afin de garantir la confidentialité de vos informations, retournez cette carte sous enveloppe affranchie à :
Mutuelle Amicale-Vie de l'ANR - 13 rue des Immeubles-Industriels - 75011 Paris

M. Mme Nom _____ Prénom _____

Nom de jeune fille _____ N° ANR _____ Né(e) le _____

Adresse _____

Code Postal [] [] [] [] [] [] Ville _____

Téléphone _____ Email _____

Conformément à la loi informatique et libertés n°78-17 du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux données personnelles vous concernant.

Contacts pour le Morbihan

Paul Lasquelles, Tél. 02 97 66 50 94 ou Alain Tréhorel, Tél. 02 97 47 04 56

Rédaction, administration : ANR du Morbihan BP 10039 56860 Séné tél : 02 97 66 08 73

site : ANR56M.fr

Ont participé à ce magazine : Colette Cailleau, Jean-Michel Coyac, Michel François, Daniel Hélicher, Annie Jouannic, Paul Lasquelles, Bernard Le Vilain, Marie-Thérèse et Francis Lopez, Christiane Moreau, Alain et Martine Tréhorel.

Impressions du magazine : IOV Communication Parc de Botquelen 56610 Arradon Tél. : 02 97 40 87 87