



## LE CANARD DU 91



N° 20

février 2010

### Sommaire

Page 1

Editorial

Page 2

Activités  
pédestres

Page 3

CR TREK

Aux Iles  
Eoliennes

Page 4

LOTO

Du 11 mars

Page 5

AG Jeudi  
1<sup>er</sup> Avril

Page 6

Bilan des  
Galettes -  
Cotisations  
2010

Page 8

Dossier  
Parité

Page 9

Voyage  
D'automne  
Du lac des 4  
cantons au  
lac majeur

### EDITORIAL

Le temps des vœux est dit-on, passé, que cela ne m'empêche pas, au nom du Bureau de vous souhaiter à tous une bonne et heureuse année 2010 et surtout une excellente santé.

Nous en aurons tous besoin car, non seulement être bien portant est une condition majeure pour apprécier la vie mais être malade devient un luxe que peu de retraités pourront se permettre. Déremboursements, dépassements d'honoraires, augmentation du forfait hospitalier, etc. ne sont pas faits pour nous pousser à l'optimisme.

Pensez donc, même un Pdg retraité d'un grand groupe comme Veolia est obligé de travailler à EdF pour survivre !

Quant à nos pensions, si tout va bien, peut-être qu'une réévaluation de l'ordre de 1,2% serait possible, encore que...

Bien sûr, les difficultés du pays sont réelles et la question du financement des retraites se pose. Aujourd'hui la population âgée est en expansion, c'est un fait et même un fait heureux. Les conséquences de cette situation sont multiples, or curieusement on n'en retient qu'une : Le coût de la dépendance.

Pourtant, il y a bien d'autres enjeux. Le travail des seniors, déjà marginalisés à 50 dans l'Entreprise en est un. Mais s'agissant des retraités proprement dit.

- Réunir et faire vivre harmonieusement tous les âges dans la cité
- Utiliser le potentiel de bonne volonté et d'expérience des anciens pour le bien de tous
- Aménager la ville et l'environnement pour qu'ils deviennent moins agressifs
- Adapter et aménager le logement
- Adapter les moyens de transports collectifs aux besoins propres de cette population.
- Développer une véritable filière du soutien à la personne.
- Adapter l'offre de places en foyers -logements et maisons de retraite.

Mais soyez assurés que seul le thème de la dépendance et la création d'un 5<sup>ème</sup> risque seront abordés car il existe là un marché sur lequel Compagnies d'Assurances et même Mutuelles sont prêtes à se lancer. Il s'ensuivra naturellement de nouvelles cotisations.

Or songez que 80% d'entre nous décèdera sans jamais avoir été dépendant et que, pour les générations futures, on peut raisonnablement espérer que les progrès médicaux auront raison de la terrible maladie d'Alzheimer. Oui, il faut aider les malades, et encore plus les aidants aux prises avec d'immenses difficultés. En laisser le soin aux milieux financiers et oublier le reste, n'est sans doute pas la bonne politique à mener.

Gérard Ausseil

# Groupe 91 Activités Pédestres 2ème trimestre 2010

## **Marche : Mardi 6 avril 2010 – GIF SUR YVETTE (91)**

Kilomètres estimés : 14 – Repas tiré du sac

Rendez vous 9h Parking de l'Intermarché près du Mac Donald à Gif sur Yvette secteur de Courcelles

Pour s'y rendre prendre la nationale 306, à la hauteur de la station Total prendre à gauche direction Intermarché.

Marche organisée par Gilbert Cosker,

## **Marche-Promenade : Jeudi 15 avril 2010 - PARIS « Sous les ponts de Paris »**

Kilomètres estimés : 6/7 - Repas libre

Rendez vous 9 heures à la Sortie RER « C » Champ de mars/Tour Eiffel

## **Marche : Mardi 4 mai 2010 – FORET DE FONTAINEBLEAU – CUVIER CHATILLON (77)**

Kilomètres estimés : 15 – Repas tiré du sac – Forêts

Rendez vous 9 heures parking du carrefour de l'épine

Pour s'y rendre : Autoroute du sud direction Fontainebleau, rattraper la N7, après le 1er rond point à 1km5 environ 2 parkings face à face, se garer sur celui de droite (il est impossible de couper pour aller à celui de gauche)

## **Marche exceptionnelle : Mardi 18 Mai 2010 – LES 25 BOSSES – NOISY SUR ECOLE (77)**

Kilomètres estimés : (?) - 6 heures de marche plus pauses – Repas tiré du sac

Rendez vous 8 heures au Parking du cimetière de Noisy sur Ecole

Pour s'y rendre : A Milly prendre direction le Vaudoué le parking est sur la gauche 4 km après la sortie de Milly

**En raison de la difficulté de cette marche contactez Francis Suire et notez que le rendez vous est avancé à 8h**

## **Marche Plus : Jeudi 27 Mai 2010 – FORET DES GRANDS AVAUX (91)**

Kilomètres estimés : 19/20 – Repas tiré du sac – Forêts

Rendez vous 9 heures Parking des Grands Avaux sur la D75

Pour s'y rendre :

A Chevannes en venant de Mennecy prendre la direction Soisy sur Ecole / Milly et 4 kms après la sortie du village (cimetière) 2ème parking sur la droite dans la forêt sur la D75

A Auvernaux prendre direction Soisy sur Ecole / Milly la Forêt D948

3 kms après la sortie du village prendre la D75 à droite direction Chevannes faire 300m le parking est sur la gauche

## **Marche : Mardi 1 JUIN 2010 – BRIE COMTE ROBERT (77)**

Kilomètres estimés : 16 – Repas tiré du sac – Campagne

Rendez vous 9 heures Mairie de Brie Comte Robert un parking est juste en face

Pour s'y rendre : prendre la francilienne sortie Brie Comte Robert.

## **Marche Promenade : Mardi 22 juin 2010 – PARIS**

Kilomètres estimés : 6/7 – Repas libre ou Repas tiré du sac – Du Moyen Age aux Mousquetaires avec une célèbre empoisonneuse....En passant par St Paul et St Germain des Prés

Rendez vous 9 heures devant « La Fontaine St Michel »

Pour s'y rendre : RER C station St Michel.

### **IMPORTANT**

Merci de confirmer votre participation la veille ou le matin de la sortie avant 7h30 au 06 83 06 25 35 (Messagerie si absent), participation individuelle à chaque marche 1 euro.

### **EN PREVISION :**

**-Séjour marche à Najac (Aveyron) du 13 au 17 septembre 2010 avec Daniel Denis Dit Calwa**  
Pour tout renseignement : Francis Suire 0683062535

### **A PROPOS DES ASSURANCES**

Il est dit dans le contrat d'assurance de l'ANR : «Marches : l'ANR n'est pas assurée pour faire des randonnées, Elle propose généralement des marches ou des promenades. Important : pour ces activités, il est indispensable d'obtenir des participants un certificat médical de bonne santé permettant cette pratique». il est rappelé : «En tout état de cause, il convient d'être attentif à ce que chaque participant à une activité, sache bien que c'est son assurance qui couvre ses risques personnels. La responsabilité civile étant couverte par l'assurance de l'ANR».

# Randonnée volcanique dans les Iles Eoliennes

Nous sommes 13 randonneurs à partir à la découverte de l'univers fascinant de l'Etna et des Iles Eoliennes.

Le rendez-vous à 14h20 au Terminal 3 de Roissy a été assuré. Après les formalités d'embarquement, nous montons à bord de l'A320 en direction de CATANE .. Le vol sans problème et la température de 26° annoncée par le commandant de bord comble de plaisir nos joyeux randonneurs.

A l'arrivée, Nicolas, charmant franco-sicilien prend efficacement le groupe en charge.. Sa façon de fonctionner par la suite nous séduira, toujours de bonne humeur, précis, attentif aux différents besoins de chacun, soucieux de nous faire connaître les particularités des lieux que nous aurons à découvrir.

L'hébergement, confortable dans tous les hôtels, la nourriture appropriée, sucre lent pour les dépenses d'énergie (pâtes al dente) faciliteront notre périple vu les dénivelés annoncés :

<u>ETNA</u>	+ 500 m	- 1.800 m
<u>STROMBOLI</u>	+ 926 m	- 926 m
<u>VULCANO</u>	+ 390 m	- 390 m

Pour mémoire, voici résumé les noms des spécialités siciliennes :

Antipasti : hors d'œuvres variés, légumes confits, poissons marinés

Arancini : (boulettes en forme d'orange contenant riz, légumes, sauce tomate, en-cas bien souvent incontournable)

Cannoli : (biscuits durs roulés et fourrés à la ricotta)

Pane Cunnzato : (pain + différentes compositions de légumes et viande)

Gelati, Granite

Biere, Eau minérale nature et gazeuse ( frizzante)

Malvoisie

Café expresso, longo

Notre première rando démarre à Provenzana, une station de ski entièrement détruite par une coulée de lave en 2002. La lave est ici du type AA (ou en graton). Le spectacle est impressionnant et l'on distingue les différents types de coulées qui ont descendu l'Etna. Des arbres morts émergent des coulées. Le pas est rapide, sûr, nous sommes à l'écoute de Nicolas pour comprendre la science du volcanisme ! concentration exigée... ramassage de pyroxènes et passage près de Monte Nero, grand cratère créé par une éruption plus ancienne. Rampons dans les « grottes des framboises », ainsi

appelée car les plantes profitent de la fraîcheur et de l'humidité. Le plafond est constellé de gouttes de lave, deux d'entre nous s'en souviennent encore !

Le lendemain, nous attaquons la montée de l' Etna dénommé aussi Mongibello « la montagne des montagnes » Ce volcan qui culmine à 3350 m est le plus haut volcan en activité d'Europe .Le feu sous la Cendre... Un véhicule tout terrain nous mène jusqu'à 2500 m, puis nous montons dans les scories et dans la neige. L'accès au sommet nous coupe le souffle et même si nous sommes un peu gênés par l'odeur intense des gaz soufrés qui s'échappent des fumerolles, nous sommes fascinés par ce spectacle et oublions très vite notre fatigue... le paysage est unique par ses couleurs ocre, blanches et noires.

La descente sur les flancs enneigés de l'Etna fut pour nous un vrai régal, certaines chutes bien spectaculaires....la pente trop raide en fin de parcours est délaissée pour une course dans les scories... génial !

A Milazzo nous empruntons l'hydrofoil pour nous rendre à Stromboli . Le bateau omnibus, s'arrête à Vulcano, Lipari, Panarea et Stromboli. Les îles sont noyées de soleil avec leurs plages de sable noir .

Stromboli est un charmant village aux maisons blanches bordées de lauriers roses et blancs, d'hibiscus, de bougainvilliers, de figuiers et de cistes. Dans quelques cours, l'arbre du voyageur étale sa belle parure.

Pour atteindre le Stromboli (926), nous partons à 17h et effectuons une lente ascension sans perdre de vue la ville noyée de soleil. Genêts, absinthe, figuier, ciste, câprier, jalonnent le sentier. A 600 m il n'y a plus trace de végétation, nous avançons dans les scories et les cailloux avec pour point de mire les premières fumerolles qui sortent des deux cratères. Le moment est venu de mettre le casque, une bombe peut surprendre à tout moment... ce ne fut pas le cas, heureusement

Il fait nuit, nous surplombons les bouches des cratères et assistons à un spectacle exceptionnel, un feu d'artifice magique...

Tout d'abord, le volcan grogne, souffle et projette des cendres et des laves incandescentes à quelques dizaines de mètres de hauteur...ce phénomène se reproduit à intervalles réguliers toutes les 15 minutes environ... nous sommes tout à la fois emportés et émus par ces manifestations du centre de la terre .

Les éruptions sont visibles de très loin la nuit, d'où le surnom de « phare de la méditerranée » donné au Stromboli.

Après 40 minutes d'observation, le cœur plein de souvenir, nous reprenons la descente munis de notre lampe frontale et d'un masque pour éviter de respirer trop de poussière... les traînées de poussière nous enveloppent et nous effectuons joyeusement la descente sans se soucier de la déclivité de la pente.

Et que dire de Vulcano, autre volcan en activité avec toutes ses fumerolles dégageant des gaz soufrés,. Nous nous approchons des fissures pour découvrir des sublimés, des aiguilles de soufre... magnifique ! Arrivés au sommet nous pouvons embrasser d'un seul coup d'œil toutes les îles de l'Archipel et admirer un superbe coucher de soleil derrière l'Ile de Lipari .Nous entamons ensuite une facile et ludique descente dans la cendrée.

A Vulcano, nous profitons des bienfaits des bains de boue.

Nous ne pouvions pas quitter les Iles Eoliennes sans faire une petite croisière le long de plusieurs d'entre elles dont Salina et Lipari. C'est sur la TANINA que nous embarquons avec Mariano pour capitaine. Pause déjeuner à Lingua. Nicolas choisit pour nous les pane cunnzato que nous savourons, le « granite » suivra .

Arrêt pour baignade au large de Pollara où le film « IL POSTINO » (le Facteur) a été tourné. Ramassage de pierre ponce et d'obsidienne sur la plage de Lipari ; le bateau ne pouvant accoster de trop près, cinq volontaires seulement se jettent à

l'eau pour nous rapporter ces joyaux , les autres ne se « mouillent pas » !

Avant de repartir, Mariano nous offre un petit verre de Malvoisie apprécié par l'ensemble du groupe.

Visite de Taormina, célèbre pour son théâtre grec ouvert sur l'Etna et son cadre grandiose dominant la mer.

Pour terminer ce périple, rappelons-nous de la flore endémique de l'Etna :

L'ASTRAGALE, qui pousse sur les flancs des volcans en forme de coussins..., ses longues et fines épines sont masquées, alors qui s'y frotte s'y pique...

Le RUMEX apporte une touche pourpre à la montagne.

Le CAPRIER surnommé « l'orchidée de la méditerranée » aux fleurs élégantes, blanches avec de nombreuses étamines violettes. Ses boutons floraux donnent les câpres.

Les Pins LARICIO sortent blanchis des coulées de lave sous l'effet de la chaleur volcanique.,

Hormis notre spécialité, la marche, nous avons fait du ski sur les flancs de l'Etna, nagé dans la mer, pris un bain de boue régénérant à Vulcano, parcouru les grottes à quatre pattes et en rampant.

Merci à Francis d'avoir proposé ce trek en Sicile et dans les Iles Eoliennes, merci aussi aux guides, au cinéaste, aux photographes, au trésorier et à chacun pour la bonne harmonie du groupe et à très bientôt pour d'autres destinations.

## Loto de l'ANR Jeudi, 11 mars 14H30

### *Restaurant administratif de la Direction Départementale de la Poste à EVRY*

Venez nombreux pour notre **LOTO**.

Nous commencerons à 14h30 précises afin d'éviter aux participants des frais de parking. Un coffret surprise récompensera le 1<sup>er</sup> lot, venez donc tenter votre chance, même si vous n'avez pas transmis le bulletin ci-dessous.

-----✂-----

#### BULLETIN D'INSCRIPTION **LOTO**

Nom .....Prénom.....

Adresse.....

Nombre de personnes à inscrire : .....

Transmettre ce bulletin à : ANR 91 - BP 16 - 91230 MONTGERON (avant le 9 mars 2010)





# Assemblée Générale

Cette année, nous tiendrons notre Assemblée Générale le Jeudi 1<sup>er</sup> avril 2010, de nouveau dans la salle des fêtes, mise gracieusement à notre disposition par la mairie d'Etampes avenue de Bonnevaux. Venez nombreux.

## CONVOCATION

### ASSEMBLEE GENERALE

Le Groupe de l'Essonne a le plaisir de vous inviter à son

#### Assemblée Générale

qui se tiendra :

**Le jeudi 1<sup>er</sup> avril 2010  
à 9 heures  
Salle des fêtes  
Avenue de Bonnevaux  
91150 Etampes**

#### Ordre du jour :

Rapport moral  
Rapports d'activités  
Rapport de Trésorerie  
Rapport de la commission de contrôle  
Vote des rapports  
Interventions de nos invités

#### Horaires :

9h00 Café d'accueil  
9h30 Assemblée Générale  
13h00 Apéritif  
13h30 Repas, Tirage tombola  
après-midi dansant

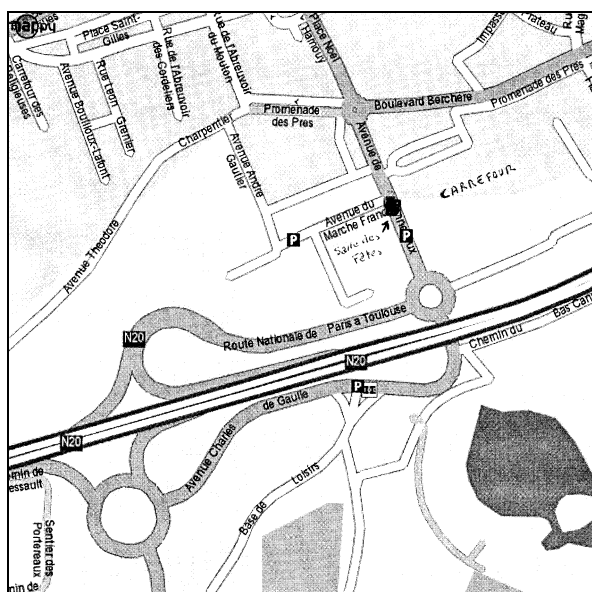
#### Pour se rendre à Etampes par CAR :

<b>Départ :</b>	MASSY (gare RER B)	07h15
	JUVISY (gare SNCF Côté Mairie)	07h45
	CORBEIL (gare routière)	08h00

<b>Retour :</b>	Etampes (un seul départ) pour CORBEIL-JUVISY-MASSY	17h30
-----------------	---	-------

#### Pour rejoindre Etampes par la route : itinéraire recommandé

Prendre la nationale 20 direction Orléans.  
Pendre la sortie Centre Hospitalier, Base de loisirs.  
La salle des fêtes se trouve sur la droite (côté opposé à la base de loisirs) à proximité du magasin Carrefour.  
Parking tout proche



L'apéritif et le repas se dérouleront également à la salle des fêtes d'Etampes

**Le prix du repas avec apéritif et animation musicale est fixé à 40 Euros**



#### Menu

Cocktail et ses toasts  
Bloc de foie gras de canard  
Gésier confit et Magret fumé  
Choucroute garnie  
Brie et Reblochon sur lit de salade  
Tarte Tatin  
Vins rouge blanc et bière  
Café  
Coupe de champagne



**Pour retenir vos places, prière de bien vouloir faire parvenir le bulletin d'inscription avant le 20 mars  
( bulletin au verso)**

## RENOUVELLEMENT DES COTISATIONS POUR L'ANNEE 2010

Les cotisations 2010 doivent être réglées avant le 31 mars 2010.

La grande majorité des adhérents a déjà réglé sa cotisation et nous les en remercions vivement.

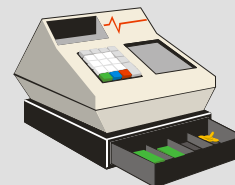
Pour les quelques retardataires pensez à nous adresser votre chèque avant la fin mars. Merci

### Montant des cotisations 2010

Cotisation Pension de réversion 7,50 €

Cotisation Individuelle 15,00 €

Cotisation Couple 22,50 €



## PRELEVEMENT AUTOMATIQUE

Afin de minimiser les dépenses, nous rappelons aux adhérents qui ont opté pour le prélèvement automatique qu'ils ne seront pas avisés individuellement et que la date de prélèvement reste fixée au **25 février 2010**

*Cette information tient lieu d'avis*

# Bilan des galettes

*Ce sont 179 personnes qui, cette année, sont venues participer à nos 5 réunions galettes. Toutefois, il faut déplorer les mauvaises conditions météorologiques qui n'ont pas permis à 20% des inscrits de venir se joindre à nous. Malgré tout, les participants ont encore pu retrouver ou rencontrer d'anciens collègues, amis, voisins ...et ceci dans une ambiance conviviale.*

Il faut encore remercier tous nos bénévoles qui ont assuré, toujours avec dévouement et sympathie, le service et l'animation.

## Inscription Assemblée Générale

-----✂-----

**BULLETIN D'INSCRIPTION AU REPAS DE L'ASSEMBLEE GENERALE DU 1<sup>er</sup> avril 2010**

**Nom :** ----- **Prénom :** ----- **N° de téléphone** -----

**Adresse :** -----

**Nombre de personnes à inscrire :** ----- x 40 € = ----- Euros

**Prendra (ont) le Car**

**à :**

**MASSY**

☐

**JUVISY**

☐

**CORBEIL**

☐

Transmettre ce bulletin et votre chèque libellé à l'ordre de

**ANR La Poste et France Télécom Groupe 91**

à l'adresse suivante : **ANR 91 - BP 16 - 91230 MONTGERON (avant le 20 mars 2010)**

# GRANDE TOMBOLA 2010



**1<sup>er</sup> lot : 1 Week-end pour deux personnes dans un Relais et Châteaux  
Plus, de nombreux autres lots**



**Prix du Carnet : 20 € (1 lot par carnet)  
Pour un carnet acheté, un Cadeau : un stylo lumineux**

Comme chaque année notre tombola fait son grand retour.

Pour ceux qui ont participé à nos différentes activités (Galettes des Rois, Marches, etc....) la vente des billets a bien commencé ; mais nous ne voudrions pas oublier tous ceux, qui pour différentes raisons, ne peuvent pas se déplacer et sont désireux malgré tout de participer à cet acte de générosité qui, nous vous le rappelons, a pour objectif de continuer et même développer nos actions dans le domaine de la solidarité.

Pour cela il suffit de compléter le bulletin de réservation et de nous le faire parvenir à notre adresse (BP 16 Montgeron) accompagné d'un chèque équivalent au nombre de tickets que vous souhaitez recevoir ; les tickets vous seront alors adressés par courrier en attendant le tirage qui aura lieu le jour de notre Assemblée Générale le 1<sup>er</sup> avril.

Les gagnants non présents le jour du tirage seront informés individuellement et le lot leur sera remis par l'intermédiaire de notre réseau de bénévoles.

Le prix du ticket reste inchangé. Il est vendu au prix de 2 € et pour tout achat d'un carnet (10 tickets), un stylo lumineux, gravé au nom de l'ANR, vous sera offert.

Le ou la gagnant(e) du gros lot (d'une valeur d'environ 500 €) bénéficiera cette année d'un week-end pour 2 dans un Relais & Châteaux. De nombreux autres lots compléteront la liste.

Nous remercions tous ceux et celles qui ont déjà répondu à notre appel et remercions par avance tous ceux et celles qui vont participer.

Le Comité

## BULLETIN DE SOUSCRIPTION A LA TOMBOLA (Tirage 1<sup>er</sup> avril 2010)

**Nom :** ----- **Prénom :** ----- **N° de téléphone** -----

**Adresse :** -----

**Billet(s) :** ----- x 2,0 € = ----- Euros

**Carnet(s) :** ----- x 20,0 € = ----- Euros

Transmettre ce bulletin et votre chèque libellé à l'ordre de **ANR La Poste et France Télécom Groupe 91** à l'adresse suivante : **ANR 91 - BP 16 - 91230 MONTGERON (avant le 19 mars 2010)**

## SENIORS EN VACANCES

L'ANR a passé une convention de partenariat avec l'Agence Nationale du Chèque Vacances afin de développer l'offre de séjours simples ou thématiques à un tarif très intéressant. Il permet à des retraités à faibles revenus accompagnés d'un aidant de leur choix si nécessaire (sous condition de Girage) de partir en vacances. Le Groupe 93 de l'Île de France s'est présenté en pilote pour cette opération et organise un séjour en Béarn à l'automne ([anr93@wanadoo.fr](mailto:anr93@wanadoo.fr)). Nous suivons de près cette opération dont nous vous reparlerons.

Fin 2008, un courrier a été adressé à un certain nombre d'entre vous pour vous inviter à déposer un recours auprès du Tribunal administratif de votre région afin de bénéficier de la bonification pour enfants.

D'après la date de naissance indiquée sur le fichier départemental, environ 250 adhérents susceptibles de déposer un recours avec des chances de succès ont été contactés individuellement. A peine la moitié a répondu à ce courrier et 85 dossiers ont été établis.

Le constat général est que la procédure, du fait de son aspect technique assez ésotérique pour certains, décourage les collègues à entreprendre toute action. D'autres trouvent l'opération fastidieuse et abandonnent en cours de route.

Les premiers résultats enregistrés au niveau national ainsi que sur notre Groupe du 91 par ceux qui ont obtenu gain de cause nous font penser que ceux qui n'ont pas réagi ou qui n'ont pas été recensés pour une raison ou pour une autre, se privent d'avantages pécuniaires qui leur seraient d'un grand secours dans le contexte actuel.

Je vous rappelle que la bonification est d'un an par enfant soit 2% pour la pension sans toutefois pouvoir dépasser les 80%.

Lors du jugement un rappel portant sur l'année en cours et les 4 années qui précèdent le dépôt du recours est ordonné par le Tribunal.

Pour ne laisser personne sur le bord du chemin, mais aussi par fidélité à nos engagements statutaires de défendre les intérêts de nos adhérents, vous trouverez ci-dessous un rappel des 3 conditions à remplir pour pouvoir déposer un dossier de recours.

**1. Avoir été retraité entre le 17 mai 1990 et le 1<sup>er</sup> janvier 1997**

**2. Le pourcentage de la pension n'atteint pas 80%**

**3. Le titre de la pension ne comporte pas de mention précisant dans quelles conditions peut être demandée la révision de la pension, ou comporte la mention suivante :**

*« Recours contentieux : tout pourvoi contre la liquidation d'une pension doit être formé, à peine de déchéance, dans un délai de deux mois à compter de la notification de la décision qui a arrêté le chiffre de la pension, c'est-à-dire de la date du procès-verbal de remise figurant sur le présent document »*

Je vous propose donc mon aide, au départ pour déposer un recours si vous le souhaitez et par la suite tout au long de la procédure pour l'établissement des mémoires en défense.

Pour cela j'ai besoin au préalable de la copie intégrale ( recto, verso ) de votre titre de pension. Si vous voulez bien m'adresser cette copie, je pourrai vous indiquer si vous pouvez introduire un recours, vous envoyer le modèle de requête qui convient et vous donner la marche à suivre. Il est conseillé de joindre une enveloppe timbrée à votre nom pour l'envoi des documents correspondants.

**Le recours concerne également les veuves dont le mari a pris sa retraite durant la période considérée.**

Claude Dumont

### **BONIFICATIONS POUR ENFANTS**

E-Mail :

Nom

Prénom

N° Tel :

Ma pension a été concédée par arrêté du

- Je ne souhaite pas réclamer une bonification pour enfants.
- Je souhaite réclamer une bonification pour enfants.
- Ci-joint copie (recto/verso) de mon titre de pension.

Observations :

A

le

Signature

- Rayer la ou les mentions inutiles.

Coupon à adresser à : **ANR 91 - BP 16 - 91230 Montgeron**



# Voyage-Séjour en Europe

## Lac des 4 Cantons (Suisse) et Lac Majeur (Italie) Du 29 septembre au 6 octobre 2010

Pour répondre à la demande de certains d'entre vous, nous vous proposons un 2ème séjour en 2010 mais hors de nos frontières. Nous avons retenu le Combiné « Lac des 4 Cantons et Lac Majeur », reliés entre eux par le bateau-vapeur à aubes et le train panoramique Guillaume Tell Express, via le Saint-Gothard : féérique !

Le départ sera assuré depuis Massy, Juvisy et Corbeil.

Le voyage et les excursions pendant le séjour seront effectués en car Grand-Tourisme par la SAVAC et le circuit est organisé par « La Cordée »

L'hébergement en hôtel 3\*\*\* NL est en chambre double ou individuelle (supplément de 110 euros), cependant le nombre de chambres individuelles étant restreint, il est conseillé de partager le logement, si possible.

**Prix du séjour par personne : 1050 euros ( si 40 participants)**

**1140 euros ( si 30 participants)**

**1350 euros ( si 20 participants)**

Comprenant : - le voyage aller et retour.

- la pension complète , **boissons comprises.**
- Les excursions (voir détail au verso). **Merci de vous munir de votre carte d'identité ou passeport en cours de validité.**
- L'assurance accident, la garantie annulation et l' assistance rapatriement.
- Les pourboires.

**Inscriptions : avant le 12 MARS 2010 à l'aide du bulletin d'inscription ci-dessous**

Versements : 1<sup>er</sup> acompte à l'inscription : 150 € par personne

**Les chèques seront établis à l'ordre de : COS 91- ANR 91**

**Les chèques-vacances à l'ordre de « La Cordée voyages »**

-----  
**BULLETIN D'INSCRIPTION avant le 12 MARS 2010**

**Séjour 2010 – Lac des 4 Cantons et Lac Majeur**

**Du mercredi 29 septembre au mercredi 6 octobre 2010**

Nom ..... Prénom ..... N° tél.....

Adresse : .....

Logement à partager avec Mr ou Mme :

Nom..... Prénom.....

Versement à l'inscription : 150 € x.....=.....Euros.

Transmettre ce bulletin et votre paiement à :

Jeannine Servot 1, rue Jean Sylvain Bailly 91220 Brétigny sur Orge.

## **PROGRAMME DES EXCURSIONS**

Mercredi 29 septembre	Départ matinal (horaire à préciser). Arrivée en fin d'après-midi au Lac des 4 Cantons. Installation à l'hôtel, verre de bienvenue.
Jeudi 30 septembre	Lac des 4 Cantons - LUCERNE Tour en funiculaire sur les bords du lac. Après-midi, visite commentée de la ville de LUCERNE. Dîner à l'hôtel, suivi d'une soirée « Cor des Alpes ».
Vendredi 1 <sup>er</sup> octobre	ALTDORF – MONT RIGI Visite du site d'Altdorf, terres de Guillaume Tell. Montée en train à crémaillère au Mont Rigi, d'où un panorama grandiose. Dîner à l'hôtel, suivi d'un concours de tir à l'arbalète.
Samedi 2 octobre	Bateau à vapeurs à aubes + train panoramique. Embarquement, fin de matinée, sur le bateau à vapeur à aubes. Déjeuner à bord. Ensuite nous nous installerons ( sans nos bagages qui nous suivront dans le car) dans les wagons panoramiques de 1 <sup>ère</sup> classe du Guillaume Tell Express, passage dans le tunnel du Saint-Gothard, arrivée à Locarno puis transfert à l'hôtel près du Lac Majeur.
Dimanche 3 octobre	LAC MAJEUR – LES ILES BORROMEES Matinée à votre disposition pour une découverte personnelle. Après-midi : visite des Iles Borromées, Isola dei Pescatori et Isola Bella, la plus célèbre.
Lundi 4 octobre	LAC MAJEUR Départ pour Pallanza, visite du parc de la villa Taranto, extraordinaire jardin de plantes exotiques. Après-midi : découverte de Stresa et Arona. Soirée dansante.
Mardi 5 octobre	LAC MAJEUR – HAUTE SAVOIE Départ par la vallée d'Ossola, le col du Simplon pour rejoindre la Haute Savoie. Installation à l'hôtel, dîner de la spécialité savoyarde : la tartiflette.
Mercredi 6 octobre	HAUTE SAVOIE - ESSONNE Arrêt déjeuner en Bourgogne. Retour en Essonne en fin de journée



**LUCERNE**



**ISOLA BELLA**



**LES JARDINS TARANTO**

