



LE LIEN DES RETRAITES

Association Nationale de retraités
Groupe Mosellan

8 Rue Georges Ducrocq 57070 METZ - Tel : 03 87 55 03 68
www.anr57.com - anr-57@orange.fr

Dans ce numéro :

Permanence Centenaire Réunions d'automne Stage code de la route	1
Judis récréatifs Mise à niveau code de la route Aide à domicile Chèques vacances (orange) Sortie à Troyes	2
Marches mensuelles 2024 Marches du mardi Programme marches douces	3
Voyages/ sorties 2024 Prévisions 2025	4

Réunions d'automne

Ne ratez pas les prochaines réunions d'automne de l'ANR et de la Mutuelle Générale.

Le thème retenu cette année :

« le risque incendie lié à l'hiver »

Sarrebourg : 27 septembre

St Avold : 8 octobre à confirmer

Metz : 10 octobre

Thionville : 15 octobre

Sarreguemines : 17 octobre à confirmer

Une invitation vous parviendra cet été



Permanence

Une permanence est organisée tous les vendredis à partir de 14H au stade ASPTT des Hauts Peupliers à METZ
Venez nous rendre visite

Permanence téléphonique
07 66 84 73 09

Envoyez nous des Courriels sur
anr-57@orange.fr
La dernière actualité sur :
www.anr57.com

Stage de mise à niveau au code de la route et à la conduite

Grâce à une subvention obtenue auprès du GDAS, l'ANR vous proposera de participer (*inscriptions à partir du 1er septembre par courrier adresse ANR ou par Mail anr-57@orange.fr*) à un Stage de mise à niveau des connaissances du code de la route : Présentation des nouvelles règles de conduite et des nouveaux panneaux routiers, suivie d'un passage sur un simulateur.

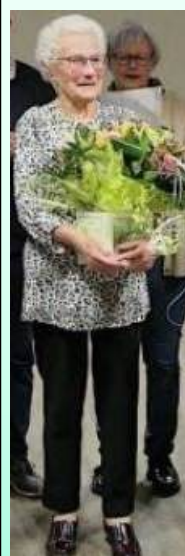
Les dates retenues sont :

7 novembre à Faulquemont au golf

26 novembre à Metz La Corchade

27 novembre à Thionville salle St Nicolas

Participation
5€



Alma Becker a célébré son centième anniversaire le 25 février 2024.

Originaire d'Immenstaad en Allemagne, mère de qua-tre enfants, grand-mère de dix petits-enfants et arrière-grand-mère de quinze arrière-petits-enfants., elle réside à Ham-sous-Varsberg depuis 1951.

Après son arrivée en France, elle a travaillé dans divers emplois puis à la Poste jusqu'à sa retraite. Elle est adhérente de l'ANR depuis 1988. Sportive assidue, elle préserve sa forme par des marches régulières.

Cette centenaire a reçu les

hommages de l'ANR et

de la Mutuelle Générale le 29 février.

Un cadeau lui a été offert à cette occasion.

Nous lui souhaitons de nombreuses années de bonheur.

Tous les jeudis dès 14 H Jeudis récréatifs

Nous serons très heureux de vous accueillir pour un après-midi de convivialité et d'échanges, agrémenté de jeux divers : *Loto*
Scrabble *Tarot* *Belote*
Echecs, etc ...



Amicale - Vie

Votre correspondant

Roger Hochard,

E.mail: ro-

ger.hochard@orange .fr

tel : 03 87 18 06 02 ou

Comment s'inscrire sur le site du GDAS



S'enregistrer sur le site du GDAS pour bénéficier de ses offres ?

Pour obtenir procédure, envoyer une demande par l'intermédiaire de la messagerie du site de l'anr www.anr57.com

4 avril Excursion à TROYES



Une journée commencée sous la pluie à la découverte de Troyes. La matinée consacrée au centre historique magnifiquement restauré et l'après midi, après un copieux déjeuner à la visite de cité du vitrail :

Une belle occasion de retrouver les anciens collègues et amis et faire connaissance avec les nouveaux adhérents de l'ANR.



Avantages aux Postiers retraités domiciliant leur pension sur leur compte à La Banque Postale

Après les négociations entre l'ANR et les instances dirigeantes de LBP, des avantages bancaires ont été proposés aux postiers retraités clients sur la messagerie de leur compte à partir du 16 avril 2024.

Les avantages pour les postiers :

- * Une réduction de 10% sur les cotisations Formules de Compte
- * 0,2% de frais sur versement pour tout versement initial ou versement libre sur un contrat d'assurance vie, de retraite ou de capitalisation, Assurance Vie.
- * Une tarification préférentielle prêt personnel et rachat de crédit.



Chèques vacances Ne concerne que les retraités d'Orange

Effectuez votre demande sur le Guichet Unique. Attention : votre Quotient Familial (QF) 2024 doit être validé et la page "Mon compte" doit être bien renseignée avec votre adresse e-mail et votre numéro de téléphone mobile.

Vous devez disposer d'un smartphone (versions minimales Apple iOS 12 ou Android 6) permettant de télécharger l'application Chèque-Vacances Connect. □

Vous pouvez ouvrir votre plan d'épargne jusqu'au 26 août 2024.

Échange possible des Chèques-Vacances Connect vers des Chèques-Vacances Classic à partir de 30€. Cet échange est facturé 10€ (délai un mois par la Poste en courrier recommandé).

Pour toutes questions, contactez : retraites.accueil@csec-orange.fr



Marches mensuelles du vendredi

Renseignements
Joël MATHIVET 06 34 32 28 51
E.mail : lemarchois@gmail.com

Le programme

Date	Lieu
26 janvier	La Maxe
23 février	Erzange
22 mars	Metz
19 avril	St Avold
24 mai	Herbitzheim
14 juin	bbq WALSCHEID

Nous marchons aussi le Mardi



Pour vous maintenir en forme, rendez-vous tous les mardis à 9 heures précises pour une petite marche de 2 heures 30 dans les environs de Metz.
Renseignements: sur le site www.anr57.com
Rendez-vous à : à 9 heures

Marches douces du vendredi

Rendez-vous à 9 heures 20
lieu précisé chaque jeudi soir

Actuellement à la patinoire à METZ



Recommandations

Les marches mensuelles du vendredi sont suivies, pour ceux qui le souhaitent, d'un repas pris en commun.

Dans tous les cas il est impératif de s'inscrire au 09 52 78 18 71 ou

06 34 32 28 51, par courriel : j.mathivet@free.fr . En contre partie vous recevrez le programme détaillé de la sortie. Cette inscription vaut engagement, surtout si vous participez au repas. En effet l'association ne peut se permettre d'assumer les factures de restauration non couvertes en cas de défection. Cela vaut d'ailleurs pour toutes les manifestations de l'ANR.

TAICHI CHUAN

Les séances ont lieu le mercredi de 9H15 à 10h30
à partir du 13 septembre 2023



À l'"Espace Corchade" 37 rue du Saulnois à Metz Vallières, ligne de bus 1

Licence UFOLEP 38€, puis 1 € par séance.
Pass'avant'âges de la ville de Metz accepté.

Un certificat médical (ou questionnaire de santé) est nécessaire.
Inscriptions sur place.

Informatique

Tous les vendredis à 14H, nous répondons à vos problèmes informatiques : bureautique, initiation à création de site, atelier, échanges d'expérience, photos.



Communiquez nous votre e.mail, vous serez destinataires d'informations plus réactives, telle la lettre mensuelle



Visitez notre site internet. Scannez ce QR code avec votre smart-phone.



Sorties et voyages



.... sachez que seules les demandes accompagnées de l'acompte requis seront prises en compte au moment de votre réservation, soit **30 %** du montant du séjour.

Renseignements et inscriptions

Brigitte Bertrand
brigitte.abeille.bertrand@gmail.com



Programme 2024



28 septembre au 5 octobre 2024

Séjour à Bois d'Amont

Franche comté (Jura)
642€ Acompte 200€

Liste d'attente



Sorties 2024

Thillombois : soirée du 20 septembre
Repas puis spectacle équestre. (à confirmer).



Autres prévisions

Domrémy-Neufchâteau
· Visite du site Amazon,
· Marché de Noël.

Programme des voyages 2025

MADRID en avril

Séjour randonnées : Balmoral MENTON 12 au 19 mai

Grand voyage : BALI ou CUBA (septembre/ octobre).



Séjour ANCV : Mesquer, Pays de Guérande du 6 au 13 septembre 2025 (à confirmer)

Descriptifs à venir après validation des offres et diffusés au fur et à mesure.
Renseignements et inscriptions : Brigitte Bertrand

Le détail est sur le site WWW.ANR57.com



Renseignements : Brigitte Bertrand

Tarifs ANCV 2024

Pour 8 jours/7 nuits (hors assurance et hors transport*) : 461 € par personne **

Le montant de l'aide financière que l'ANCV attribue par personne éligible est fixé à la somme de 202 € pour un séjour d'une durée de huit jours/sept nuits

Pour bénéficier de la réduction ANCV il faut avoir 60 ans et plus et un revenu net imposable de <28637€ pour un couple en 2023

Le nombre de bénéficiaires est contingenté par l'ANCV

Tarif hors transport et assurance bus environ 200 €/p/semaine



IMPORTANT