



Cers et Tramontane

CMCAS - AUDE - PYRÉNÉES ORIENTALES

n°40

Septembre

2018

LIVRET DÉTACHABLE
des activités à venir P.9

INFORMATION
Nouveau ! la carte activités CMCAS P.24

ACTIVITÉS un challenge pétanque amitié
« hommage » à Henri BOYER. P.19

ACTUALITÉ

La lutte continue !

**04****ACTIVITÉS & SÉJOURS**

Vos activités à venir en livret détachable !

**09****SANTÉ**

Les aides au maintien à domicile

JOURNAL DE LA CMCAS DE L'AUDE ET DES PYRÉNÉES-ORIENTALES**Directeur de la publication :** Cédric SARDA**Rédacteur en Chef :** Philippe BAILLY**Technicienne de Communication :** Coralie BONNES**Comité de Rédaction :** Cédric Sarda, Karine MOLINA, Anthony SAINT-MARTINO, Isabelle CAFFENNE, Chloé BORONAT, Claudie CAHUZAC, Olivier CORDESSE, Brice SERRA, Coralie BONNES**Réalisation Graphique :** Agence Defacto**Crédits Photos :** photothèque CMCAS, photothèque CCAS, Didier DELAINE, Pixabay, Unsplash, Shutterstock**Impression :** Imprimerie RIVET Presse édition, 24 rue Claude-Henri-GORCEIX BP15577, 87022 LIMOGES CEDEX 9**ACTUALITÉ****04**

La lutte continue !

LES PERMANENCES**08**

Horaires et lieux des permanences de SLVies et Camieg

ACTIVITÉS & SÉJOURS**09**

Les infos partenaires et les activités CMCAS

INFORMATION**24**

NOUVEAU ! Carte personnalisée

ACTUALITÉ**26**

Coordonnées des SLVIES de la CMCAS APO

SANTÉ**28**

Les aides pour les enfants étudiants

INFORMATION**30**

Déclaration annuelle familiale

CULTURE**31**

Livres du moment

ÉDITO

C'est l'heure de la rentrée sociale !

La période estivale s'achève doucement et les souvenirs de ces congés tant mérités sont encore un peu dans nos esprits. Si la « rentrée de septembre » sonne bien la fin de l'été, la reprise se fera sur les chapeaux de roues. Au programme, de nouvelles négociations sur l'avenir des entreprises de l'énergie, mais aussi sur la protection sociale et pour finir la volonté officiellement affichée par le chef de l'état de faire disparaître les régimes spéciaux de retraite.

Ce dernier point ayant été confirmé par voie de presse le dimanche 15 avril par Mr Macron. « **C'était une promesse de ma campagne, j'irai jusqu'au bout** ». Aujourd'hui, environ 5 millions de salariés bénéficient d'un régime spécial de retraite (RATP, SNCF, EDF...). Mais ne vaudrait-il pas mieux se demander pourquoi certains salariés bénéficient ils d'un régime particulier ? plutôt que de rester sur des positions dogmatiques qui au final ne sont qu'un enjeux financier supplémentaire ? Mais aussi une logique de promotion de l'emploi pour les jeunes générations qui pouvaient bénéficier d'un transfert de connaissance par les futurs retraités. Si nous ne pouvons que partager cette réflexion, il faut chercher plus loin la stratégie du locataire de l'Élysée.

En effet, le but premier est bien économique. En modifiant le mode de calcul des pensions, en passant sur la prise en compte des 25 dernières meilleures années au lieu des 6 derniers mois, en révisant le « service actif » l'impact sera évidemment sur des pensions de reversion très largement revue à la baisse. Le gouvernement prépare donc bien une nouvelle génération de retraités pauvres et précaires. Et on ne s'occupe pas que des retraités, les jeunes ont leur lot de punitions, embauches hors statuts, taux de promotions du Salaire National de Base quasi nul (**0% en 2017**), réorganisations permanentes et suppressions d'emplois annoncées dans l'énergie. Afin d'être complet, de nouvelles attaques sur la protection sociale de tous les salariés sont à craindre rapidement. Et la question de l'adossement au régime général a déjà fait débat dans les couloirs de l'Élysée.

Les électriciens et gaziers ont pendant les mois de mai et juin organisé avec les fédérations syndicales des luttes qui ont conduit à un recul des stratégies de casses voulues dans nos entreprises. La lutte collective paye toujours, il nous faudra donc montrer toute notre détermination et défendre un modèle social de service public à la française. A très bientôt sur les terrains des luttes gagnantes.



Cédric Sarda
Président de la CMCAS
Aude Pyrénées-Orientales

LA LUTTE CONTINUE !

Par Cédric SARDA, Président de la CMCAS APO



Depuis l'élection du gouvernement Macron, notre pays est sous une dictature libérale dont les pratiques capitalistes visent à piller les biens publics au profit d'une oligarchie toujours plus avide de pouvoir et d'argent. Aujourd'hui l'heure est grave car le gouvernement, en mettant en place de nouvelles lois et réformes, n'oublie personne :

- Réforme du régime santé et pillage des régimes spéciaux
- Démantèlement des transports avec notamment la réforme de la SNCF
- Réforme du système scolaire
- Baisse du pouvoir d'achat (actifs et retraites)
- Casse du code du travail et des garanties collectives
- Augmentation du caddie de la ménagère
- Flambée des prix des carburants

Sans oublier le démantèlement d'EDF, et de ses filiales, la criminalisation de l'action syndicale et demain la remise en cause du droit de grèves et de manifestations et la réforme des retraites qui est déjà dans les tiroirs du monarque locataire de l'Élysée.

Face à ces urgences, les fédérations syndicales ont appelé à la mobilisation et de nombreux électriciens et gaziers ont entamé, depuis plus de 6 semaines, une grève massive, dynamique et dure. En effet, ils ont emboîté le pas à des cheminots tout aussi déterminés avec des revendications que nous partageons notamment sur l'avenir du service public. Pour les agents des IEG les revendications sont claires et légitimes :

- Une augmentation mensuelle de 400 euros net
- Un salaire minimum de 1 800 euros
- L'embauche de tous les alternants sur leur site de formation
- L'embauche des CDD et intérimaires
- L'arrêt des suppressions de postes et emplois programmé pour les années à venir
- La ré internalisation de toute l'activité métiers
- Pérennisation du modèle de la distribution de l'électricité et du Gaz à la française.
- Arrêt de toutes expérimentations de l'organisation de l'astreinte
- La nationalisation de tous les secteurs de l'énergie, pour un véritable service public de l'énergie au service des usagers.

Suite à cette forte mobilisation les employeurs ont, lors de la négociation du 25 juin 2018, lâché sur de nombreuses revendications mais la lutte ne s'arrête pas là et nous devrons continuer à nous battre dès la rentrée de septembre.

Ne nous y trompons pas ! Nous sommes dans un tournant historique pour notre pays et la révolte des salariés et des citoyens a pris le pas sur le réformisme mené par ces apprentis politiques. C'est un nouvel espoir pour de très nombreux salariés, usagers, citoyens qui commencent à entrevoir que l'avenir du pays se construit et se défend de façon collective et massive.

Alors, nous devons tout faire pour faire converger nos luttes et élargir le cercle de l'information en gagnant dans les consciences collectives des usagers. Il s'agit là d'un acte hautement politique et citoyen.

Chers collègues et camarades, ce combat est l'affaire de tout un chacun. A nous de tout mettre en œuvre pour faire plier le gouvernement Jupiter. Motion de Soutien aux Electriciens et Gaziers Grévistes.

MOTION DE SOUTIEN AUX ELECTRICIENS ET GAZIERS GRÉVISTE

Les délégués réunis ce jour en assemblée générale de la CMCAS exigent :

- 1 Une ouverture de négociation et un accord répondant aux revendications des salariés en lutte. Et ce sur les domaines de l'emploi, la rémunération, la classification, le référentiel des activités métiers
- 2 Une renationalisation du marché de l'énergie avec des garanties d'état
- 3 Une pérennisation de la protection sociale de tous les électriciens et gaziers, ainsi qu'une amélioration des prestations servies
- 4 Sur le champ des activités sociales : l'octroi de moyens financiers, structurels et humains à la hauteur des besoins de l'organisme pour pouvoir répondre aux attentes des électriciens et gaziers.



Cette motion est adoptée à l'unanimité

LES REMERCIEMENTS DU PRÉSIDENT DE LA SLVIES DE LA NARBONNAISE

Chers Bénéficiaires, Mesdames, Messieurs,

Permettez-moi de commencer par des remerciements :

Merci à toute l'équipe de la CMCAS Aude-PO, actifs et retraités, œuvrant au quotidien pour la pérennité de notre CMCAS au service de ses bénéficiaires.

Merci aux différentes commissions et à tous les membres du Conseil d'administration de la CMCAS Aude-PO. Merci à Monsieur Cédric SARDA, Président de la CMCAS Aude-PO.

Merci à tous les « camarades », actifs, bénévoles et retraités, s'impliquant dans l'action au quotidien.

Mais surtout, un grand merci à tous les bénéficiaires, d'avoir répondu présent à nos Assemblées Générales des SLVies et pour la confiance que vous m'avez accordé.

Depuis 1946, les Activités Sociales de l'énergie se construisent au quotidien, elles continuent d'être un outil singulier avec

cette idée forte : que les bénéficiaires actifs comme retraités, puissent répondre eux-mêmes à leurs besoins.

Avec détermination, il nous faut maintenir la pression et ouvrir les chantiers nécessaires à la modernisation de nos Activités Sociales, qui demeurent toujours efficaces pour l'économie de notre pays et le bien-être des bénéficiaires.

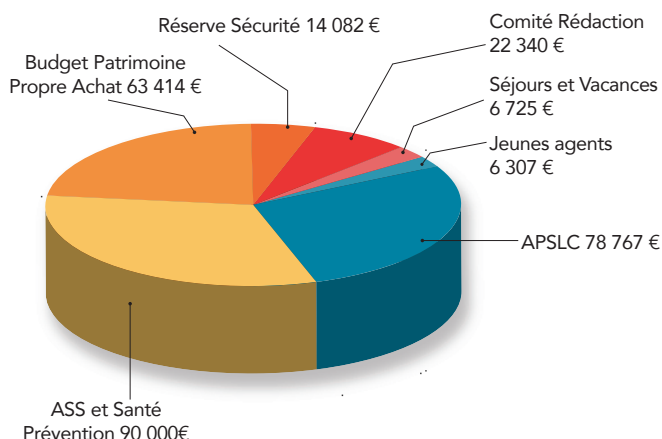
Par votre intérêt, vous témoignez de votre attachement à votre CMCAS et à nos Belles et Grandes Activités Sociales. Mon optimisme, mon enthousiasme, ma disponibilité et ma réactivité, seront mes forces afin d'accomplir au mieux mon rôle de président de la SLVIE LA NARBONNAISE.

Je vous remercie pour votre lecture.

Brice Serra.

BILAN FINANCIER CMCAS 2017

BUDGET 2017 (281 635 €)

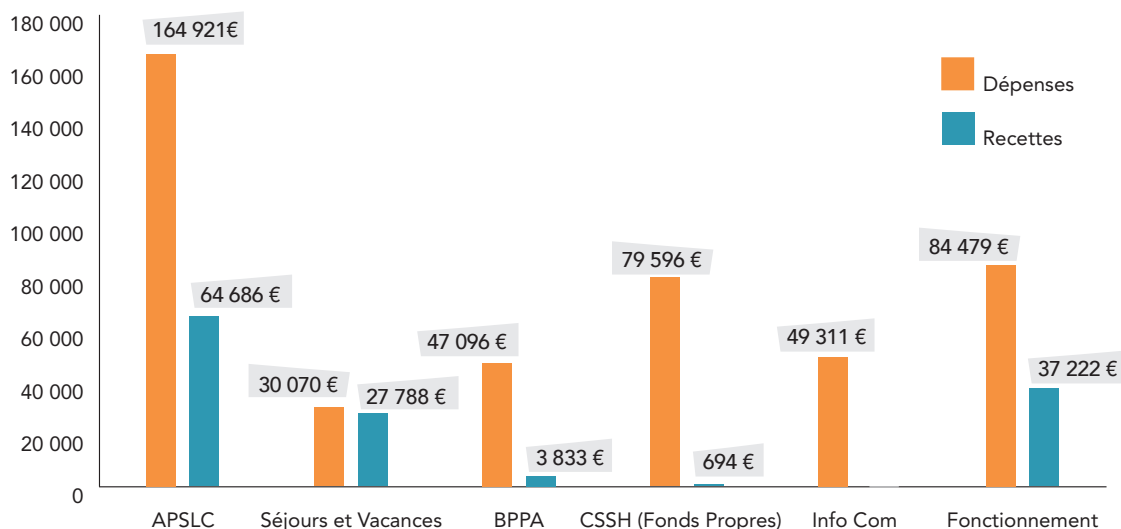


Le Budget 2017 est en baisse de 54 265 € (16%), par rapport à 2016.

Malgré cette baisse, l'atterrissage budgétaire à fin 2017 est de + 1 888€. Ce montant vient augmenter les réserves qui passent de 378 421€ (2016) à 380 309€ (2017).

La CMCAS subit chaque année une baisse de 20% ce qui oblige le CA à prendre des décisions en lien avec le projet politique (favoriser les moyens pour l'ASS et aide les jeunes agents dans la construction de leurs activités).

DÉPENSES ET RECETTES PAR DOMAINES POUR L'EXERCICE 2017



RÉSULTAT FINANCIER 2017

► Reliquat budgétaire antérieur 2016

+ 378 421 €

► Reliquat budgétaire au 31/12/2017

+ 1 888,90 €

► Solde budgétaire au 31/12/2017
(réserves disponibles)

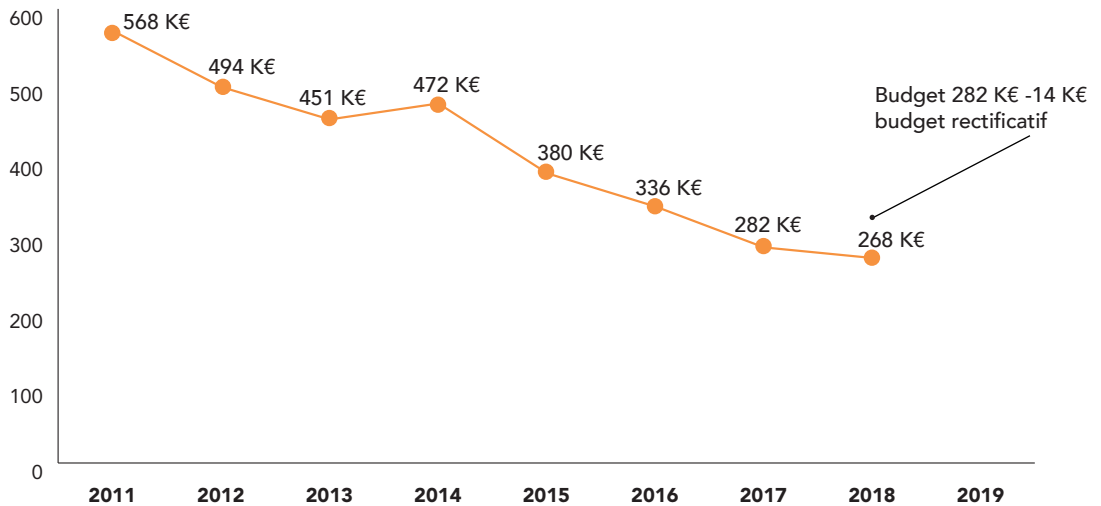
+ 380 309,98 €

Résultat comptable de l'exercice 2017
(provisions et amortissement inclus)

- 14 455,20 €

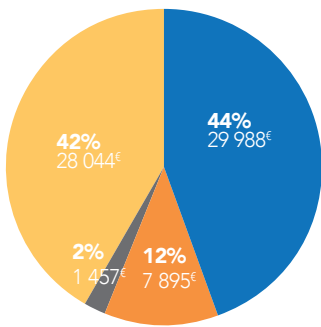
Le déficit est dû essentiellement à la baisse de 1% mais également aux sorties d'immobilisation.

ÉVOLUTION DE LA DOTATION 1% FONDS PROPRES DE LA CMCAS (K€)



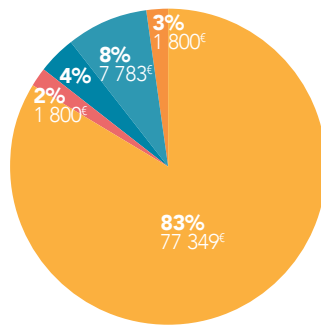
DÉTAIL EN EURO DES AIDES VERSÉES EN 2017 PAR CATÉGORIES

Famille



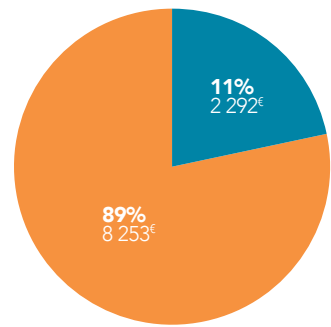
- IME
- Aide à l'autonomie des jeunes
- Aide qualité de vie
- Aide séjour neige

Séniors



- Plan d'action personnalisée
- Séjours à l'hébergement
- Amélioration habitat
- Téléassistance
- Aide retour à domicile

Handicap

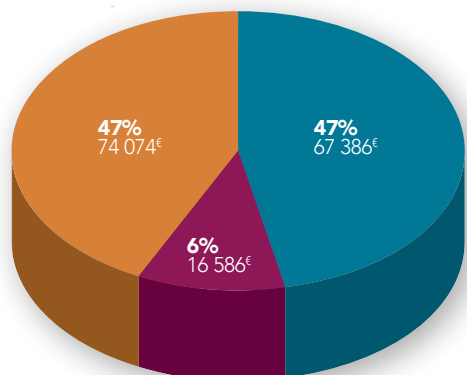


- Aide Handicap
- Aide à la vie domestique

Les éléments comptables de l'exercice 2017, certifiés par le commissaire aux comptes du cabinet 2AS, ont été présentés lors de l'Assemblée Générale de la CMCAS. Les délégués présents ont validé à l'unanimité le rapport moral et financier de l'exercice clos.



- Séniors
- Famille
- Handicap



HORAIRES ET LIEUX DES PERMANENCES

Les permanences Action Sanitaire et Sociale ont lieu sur les antennes sur RDV en téléphonant au **04 68 58 92 03**. Toutes les permanences suivantes ont lieu sous réserve d'indisponibilités et/ou d'impondérables, dans quels cas vous en serez informés sur le site www.cmcas-apo.fr et sur vos antennes.

SLVies

Lieu des permanences	Jours et horaires
Institution Estagel	Sur RDV : contacter la CMCAS (04 68 58 92 03)
Institution Matemale	Sur RDV : contacter la CMCAS (04 68 58 92 03)
Institution Sainte-Marie	Le jeudi de 13h30 à 16h
SLVie Côte Radieuse et Vermeille (Institution de Saint-Cyprien)	Le jeudi de 9h à 11h30
SLVie Aspres-Rousillon (site de Dalbiez)	Sur RDV : contacter la CMCAS (04 68 58 92 03)
SLVie Agly (site de Rivesaltes)	Le mardi de 8h30 à 12h
SLVie Vallespir	Les 03/09, 01/10, 05/11, 03/12 de 9h30 à 12h
SLVie La Narbonnaise (Site de Rossini)	Le jeudi de 9h à 11h45
SLVie La Carcassonnaise (Antenne Castelnaudary)	Les 10/09, 08/10, 12/11, 10/12 à 12h et 13h30 à 15h
SLVie La Carcassonnaise (Site de Prat Mary)	Les 18/09, 16/10, 20/11, 18/12 de 9h à 12h
SLVie Haute-Vallée (Site d'Axat)	Les 06/09, 04/10, 01/11, 06/12 de 10h à 12h et de 13h30 à 15h

CAMIEG*

Point d'accueil	Adresse	Horaires	Dates
Perpignan	96, avenue de Prades (locaux de la CMCAS)	À partir de 10h sur RDV	12/07/18, 30/08/18 et 20/09/18
Carcassonne	Complexe Marius Caussé rue Côte Buffon (locaux de la CMCAS)	À partir de 10h sur RDV	0/07/18 et 11/09/18
Narbonne	Immeuble l'Espadon 1, avenue Gustave Eiffel (locaux de la CMCAS)	À partir de 10h sur RDV	13/07/18, 24/08/18, 07/09/18 et 21/09/18
Rivesaltes	EDF - 20, avenue de l'Agly (réservé aux agents du site)	À partir de 10h sur RDV	16/07/18 et 17/09/18

*Veuillez à prendre RDV au moins 48h avant le jour de la permanence (jours ouvrés) en appelant le n° indiqué.

Contactez notre répondeur au 04 30 63 07 10 (prix d'un appel local depuis un poste fixe) ou écrivez-nous à languedoc_accueil@camieg.org en indiquant votre nom, prénom, n° de sécurité sociale, n° de téléphone et le lieu de la permanence souhaitée.

Un conseiller CAMIEG vous recontactera rapidement afin de fixer avec vous une heure de RDV.

Pour tout renseignement
ou inscription aux activités
CMCAS suivantes, contactez
vos Techniciens Accueil-Conseil
au 04 68 58 92 03 !



Cers et Tramontane

CMCAS - AUDE - PYRÉNÉES ORIENTALES

● FÊTES ● LOISIRS ● DÉCOUVERTES
● SPORTS ● RANDO ● SÉJOUR WEEK-END

Les activités à venir



Voici la grille de calcul de votre coefficient social
pour les activités proposées :

Tranche	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Coef	<12530	<17000	<21830	<26500	<41000	>41001
%	17%	34%	50%	65%	85%	92%



Toutes les activités qui vont suivre sont sujettes
à modifications, pensez à vous tenir régulièrement
informés sur le site Internet de votre CMCAS
Aude Pyrénées-Orientales !

► www.cmcas-apo.fr

**Paiement par Carte Bancaire
dans vos antennes pour les activités CMCAS !**

Vous pouvez bénéficier du paiement par carte
bancaire dans vos antennes de proximité pour le
règlement de vos activités CMCAS. Évidemment,
vous pouvez toujours régler par chèque si vous le
souhaitez.
Pour les activités CCAS, seul le chèque est accepté
en moyen de paiement.



Comme tous les ans, la CMCAS APO vous propose tout au long de l'année des activités sportives, culturelles et manuelles. Il y en a pour tous les goûts et tous les âges !

Ci-dessous un récapitulatif des activités.

Pour tout renseignement ou inscription aux activités CMCAS suivantes, contactez vos Techniciens Accueil-Conseil au : 04 68 58 92 03

Tranche	Coef
T1	<12530
T2	<17000
T3	<21830
T4	<26500
T5	<41000
T6	>41000





AUDE

CARCASSONNE

• ATELIER PEINTURE :

Retrouvez-nous tous les 15 jours, le jeudi après-midi afin de pratiquer votre passion : dessin, peinture à l'huile, acrylique, pastel, aquarelle etc....

Peintre amateur, je serais heureuse de vous accueillir pour partager avec vous nos connaissances et notre passion. Activité ouverte aux débutants.

-  **Lieu** : Complexe Marius Causé, 4 rue Buffon
-  **Horaires** : Jeudi des semaines paires dès 14h
-  **Responsable** : CASADO Evelyne 06.31.84.02.61
-  **Tarif** : Ouvrants et Ayants droit 30 €/an
Externes : 45 €/an







• BOXE ET SELF CONTROL :

Activité à venir pour plus d'information contactez votre CMCAS à partir du 15 septembre.

-  **Lieu** : Complexe Marius Causé, 4 rue Buffon





• SALLE DE REMISE EN FORME :

Venez-vous maintenir en forme en profitant de la salle de Carcassonne qui est entièrement rénovée et équipée.

-  **Lieu** : Complexe Marius Causé, 4 rue Buffon
-  **Horaires** : En accès libre, tous les jours de 8h à 22h
-  **Responsable** : SALVAT Jacques
-  **Tarif** : 36 €/an et par famille
15€ de septembre à décembre

• GYMNASTIQUE DOUCE :

Entretenez-vous et épanouissez-vous en pratiquant la gymnastique douce avec les cours qui auront lieu tous les lundis de 16h30 à 17h15 et tous les jeudis de 07h30 à 18h15 (hors périodes scolaires). Ils seront assurés par une monitrice de l'association UFOLEP.

-  **Lieu** : Complexe Marius Causé, 4 rue Buffon
-  **Horaires** : Les lundis de 16h30 à 17h15 et les jeudis de 7h30 à 18h15
-  **Tarif** : Les lundis : 50 € par an
Les jeudis : 20 € par an
-  **Responsable** : LOSTAL Rolland.



PYRÉNÉES-ORIENTALES

SAINT-CPRIEN

• SALLE DE REMISE EN FORME :

Faites du sport et maintenez-vous en forme en découvrant de nombreuses activités (cardio-training, musculation...) ainsi que des cours ont mis à votre disposition, qui vous procureront bien être et détente.

- 📍 **Lieu** : Centre CCAS de St-Cyprien
- 🕒 **Horaires** : Accès libre tous les cours de 8h à 22h
- € **Tarif** : 35 €/an et par famille
15 €/an de septembre à décembre



• ATELIER PEINTURE :

Si vous avez besoin de vous changer les idées et de trouver une occupation qui sera une détente, et la satisfaction de créer une œuvre d'art rejoignez-nous. Si vous n'avez jamais peint découvrez nos astuces car je vous certifie que tout le monde peut peindre, je serais là pour vous guider.

- 📍 **Lieu** : Centre CCAS de St-Cyprien
- 👤 **Responsable** : GALVAN Jacqueline 06 28 01 81 33
- € **Tarif** : Ouvrants et Ayants droit 30 €/an
Externes : 45 €/an

RIVESALTES

• YOGA :

Tonicité, détente, respiration, bien-être et relaxation. Voilà ce que procure le Yoga n'hésitez plus à le pratiquer et foncez ! Dès le 6 septembre ces cours vous permettront de décompresser et de vous relaxer. Tous les jeudis de 17h45 à 19h à partir de 12 ans

- 📍 **Lieu** : 27 Avenue de l'Agly
- 🕒 **Horaires** : Tous les jeudis de 17h45 à 19h
- 👤 **Responsable** : AUBERT John
- € **Tarif** : de 10 € à 67 € selon votre coefficient social



CANOHES

• MUSCULATION :

Profitez de la salle de musculation de l'APSTT de Canohes ! Plus de 30 postes de travail avec espace cardio-training. Programme personnalisé et conseils assurés par un professeur diplômé.

- 📍 **Lieu** : ASPTT Canohès, Route de Toulouges
- 🕒 **Horaires** : La salle est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 20h30 et le samedi de 9h00 à 12h30
- 👤 **Responsable** : THIRIET Jean-Paul
- € **Tarif** : Licence 18 € + Ouvrants et Ayants droit 178 €/an et
Externes : 210 €/an

PERPIGNAN

• CHAMPIONNAT DE FUTSAL :

Venez participer au championnat de football à 5 loisirs au complexe sportif Le Five à Perpignan.

- Championnat d'une quinzaine d'équipe, matchs Aller et Retour
- Un match par semaine : les heures et jours vous seront communiqués au fur et à mesure par le responsable d'activité
- 📍 **Lieu** : Complexe sportif le Five, 161 Rue de Munich
- 👤 **Responsable** : Contactez AUBERT John au 06 88 18 62 92
- € **Tarif** : 55 €/an

• ATELIER OU LOISIR CRÉATIF :

Vos cours collectifs et initiatifs (tableaux en 3D, carterie, scrapbooking, statuette en Powertex, peinture sur verre, etc...) reprennent le mercredi 19 septembre 2018

- 📍 **Lieu** : Dans les locaux de la CMCAS route de Prades
- 🕒 **Horaires** : Tous les mercredis de 14h à 16h30
- 👤 **Responsable** : ASTRIDE Françoise 06 11 91 11 90
- € **Tarif** : 10 €/an



Tir à l'arc, slackline, touchball, speedminton...
Grimpe d'arbres

Paddle - fun boat - Pirogues

FÊTE DE LA CMCAS

à Sainte-Marie

15
09
18

AUDE PYRÉNÉES-ORIENTALES

le temps des luttes !

www.cmcas-ao.fr

Renseignements & inscriptions

dans vos antennes & SKMes

Atelier cirque

Mini motos & quads

Atelier PARTYKIDS



CMCAS
AUDE - PYRÉNÉES ORIENTALES

Arbre De Noël



MERRY
CHRISTMAS

La section Jeunes agents et le Conseil d'Administration de la CMCAS Aude-Pyrénées Orientales a le plaisir de vous annoncer que, malgré un planning surchargé, le Père Noël passera par Carcassonne, Gruissan et Saint Cyprien !
Mais, avant la distribution du cadeau et la traditionnelle photo avec le Père Noël, vous pourrez assister à un conte musical intitulé **«Le Royaume enchanté»**.

LE SAMEDI 1ER DÉCEMBRE
à Carcassonne au gymnase
Marius Causse à partir de 14h00

LE SAMEDI 8 DÉCEMBRE
au Centre de Vacances Cévéo à
Gruissan à partir de 14h00

LE SAMEDI 15 DÉCEMBRE
au Centre de Vacances
Saint-Cyprien à partir de 14h00



LE GROUPE QUI VOUS FERA DANSER

DES Noël Retraites

MARDI 11 DÉCEMBRE 2018

PALAIS DES CONGRÈS DE GRUISSAN - 13 AVENUE DE NARBONNE, 11430

11H30 : POT DE BIENVENUE - 12H30 : PRISE DE PAROLE DES ÉLUS
REPAS CONVIVAL - APRÈS-MIDI DANSANTE AVEC TRIOTEXTO !

COUPON-RÉPONSE (REÇU PAR COURRIER) À RETOURNER
À VOTRE CMCAS **AVANT LE MARDI 20 NOVEMBRE**



CMCAS
AUDE - PYRÉNÉES ORIENTALES

PÊCHE EN BATEAU À BORD DE L'AUTAN SAINT-CYPRIEN

22
SEPT. &
20 OCT.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
6 PERS.



📍 RDV : 22 Septembre RDV 7h15
20 Octobre RDV 8h00 au quai
Jules Verne à St Cyprien, à
proximité du centre UDSIS

📅 Date limite
d'inscriptions : le
mardi précédant
la sortie

Venez partager un moment convivial autour d'une matinée pêche en bateau au départ de St Cyprien. Seiches, calamars et céphalopodes en tout genre seront au rendez-vous, comme tous les automnes, à proximité de nos côtes. L'activité sera encadrée par un agent diplômé brevet d'état qui vous fera partager sa passion. Veste et lunettes de soleil sont indispensables.

		Pêche en bateau à bord de l'Autan											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation		5€					5€						
	Non ayant droit						10€						

SPORTS NAUTIQUES EN FAMILLE SAINT-PIERRE-LA-MER

23
SEPT.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
30 PERS.



📍 RDV : St-Pierre-la-Mer
à 10h00

📅 Date limite
d'inscriptions :
17/09/2018

La CMCAS Aude/Pyrénées-Orientales vous propose une journée découverte des sports nautiques en famille chez notre partenaire Glisse&Kite à Saint-Pierre la mer dans un espace préservé, au cœur du parc naturel régional de la Narbonnaise entre l'étang et la mer Méditerranée. Au programme **Téléski nautique, Funboat, Planche à Voile, Paddle, Paddle Géant et Kayak**

		Sports nautiques											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Adultes		6€	11€	15€	20€	26€	28€	4,80€	8,80€	12€	16€	20,80€	22,40€
	Non ayant droit						28€						
Repas en option	Adultes						17€						
	Enfants						10€						

WEEK-END PÉTANQUE SAINT-CYPRIEN

28 AU
29 SEPT.
2018



📍 RDV : Centre de Vacances sur
St-Cyprien à 9h00

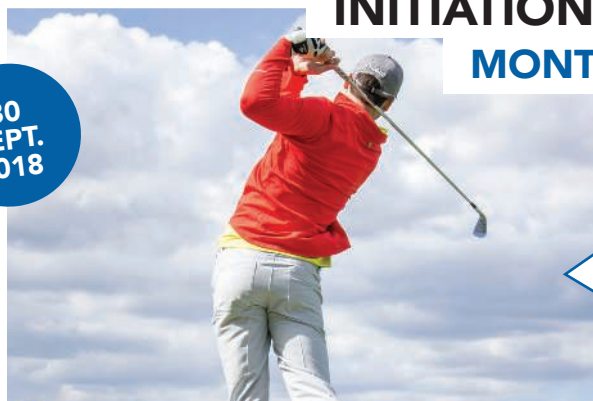
📅 Date limite
d'inscriptions :
26/09/2018

Venez passer un week-end convivial en famille ou entre amis autour d'un tournoi de pétanque sur le magnifique centre de vacances de St-Cyprien. N'hésitez pas de venir accompagner de votre conjoint ou votre conjointe qui profiteront de la région et des activités du centre. Inscription gratuite directement sur le centre 04 68 58 92 03. Réservation gîte en sus sur CCAS.fr

		Week-end Pétanque											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Repas		12€					12€						
	Non ayant droit						12€						

INITIATION DE GOLF MONTESCOT

30
SEPT.
2018



RDV : 9h30 club house
du golf situé route
départementale 8

Date limite
d'inscriptions :
15/09/2018

Vous avez envie de découvrir le golf mais vous souhaitez le faire accompagner et dans une ambiance conviviale ! Le club GAZELEC GOLF AUDE PO de la CMCAS Aude Pyrénées Orientales vous organise une initiation gratuite dimanche 30 septembre au golf de Montescot. Cette journée commencera par une initiation de 2h avec un concours encadré par un moniteur diplômé. La matinée se prolongera par un apéritif et la présentation du club.

		Initiation Golf de Montescot											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation		GRATUIT					GRATUIT						
	Non ayant droit						GRATUIT						

PÊCHE À LA TRUITE ILLE-SUR-TÊT

6
OCT.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
20 PERS.



RDV : Plan d'eau
d'Ille-sur-Têt à 8h00

Date limite
d'inscriptions :
02/10/2018

Rendez-vous à Ille-sur-Têt, pour découvrir la pêche à la Truite. Situé dans un lieu qui est accessible à tous et pour tout âge (accès handicapés), passez une journée agréable et détendue. Repas tiré du sac. Pour les débutants souhaitant s'initier à la pêche, nous pourrions vous prêter du matériel et vous épauler.

- Prévoir votre pique-nique

		Pêche à la Truite Ille-sur-Têt											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation		13€	17€	20€	23€	27€	29€	11,05€	14,45€	17€	19,55€	22,95€	24,65€
	Non ayant droit						30€						

FÊTE DES SORCIÈRES SAINTE-MARIE

31
OCT.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
100 PERS.



RDV : Institution CCAS
de Ste-Marie le 31/10/18
à 18h

Date limite
d'inscriptions :
23/10/2018

Déguisez-vous et rejoignez-nous !

Nous sortirons à la tombée de la nuit à la rencontre de nos fabuleux conteurs, réalisés des activités manuelles et passés un moment chaleureux et festif autour d'une soirée dansante pour petits et grands. Possibilité de dormir sur place (draps non fournis) : à préciser sur votre inscription.

		Fête des Sorcières à Sainte-Marie	
		Adultes	- de 12 ans
Tarifs		10 €	GRATUIT
	Non ayant droit adultes	Non ayant droit - 12 ans	
Tarifs		12 €	6 €

SOIRÉE RACLETTE SUR LE THÈME RASTA ROCKET

SAINTE-MARIE

24
OCT.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
60 PERS.

JEUNES
AGENTS

La commission jeunes agents vous invite à une soirée raclette sur le thème rasta rocket. Au programme une table bien fournie et un ventre bien rempli tout en visionnant le film culte Rasta Rocket ! pour faire digérer tout ça une soirée dansante est prévue au programme. Possibilité de dormir sur place (draps non fournis) : à préciser sur votre inscription
Gratuit pour les - de 12 ans

RDV : Institution CCAS de
Ste-Marie le 24/11 à 19h

Date limite
d'inscriptions :
16/11/2018

Raclette sur le thème RASTA ROCKET

Tranche	Familles en couple						Familles monoparentales					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation	15€						15€					
	Non ayant droit						20€					

LOTO

CARCASSONNE

24
NOV.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
160 PERS.

La SLVie de Carcassonne vous propose une soirée récréative, dans une ambiance chaleureuse et familiale. Accueil 20h15, début du loto 21h00. Sur place, vous trouverez des boissons fraîches, des crêpes et des oreillettes. Tarif : 10€ les 4 cartons. 1 carton offert pour tout achat à l'avance dans vos antennes

RDV : SLVies de Carcassonne
à 20h15

Date limite
d'inscriptions :
24/11/2018

Pêche en bateau à bord de l'Autan

Tranche	Familles en couple						Familles monoparentales					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation	10€						10€					
	Non ayant droit						10€					

GOÛTER

THUIR

6
DEC.
2018

ACTIVITÉ
LIMITÉE À
100 PERS.

L'antenne de Thuir vous convie à une après-midi récréative et dansante, accompagnée d'un goûter.

RDV : au stade Eugène
Ribère Club House à Thuir
à 14 h

Date limite
d'inscriptions :
l'avant-veille

Goûter à Thuir

Tranche	Familles en couple						Familles monoparentales					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation	GRATUIT						GRATUIT					
	Non ayant droit						GRATUIT					

REPAS DE NOËL SAINTE-MARIE

13
DEC.
2018



RDV : Institution CCAS de
Ste-Marie le 13/12/18 à 11h30

Date limite
d'inscriptions :
29/11/2018

Participez au traditionnel et chaleureux repas de Noël situé à Ste-Marie !

Apéritif, repas dansant et tombola seront au rendez-vous tout au long de la journée. Ne manquez pas la rencontre et l'arrivée avec le Père-Noël qui ravira petits et grands.

		Repas de Noël à Sainte-Marie											
		Familles en couple					Familles monoparentales						
Tranche		T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Participation		32€	33€	34€	35€	36€	37€	30,40€	31,35€	32,30€	33,25€	34,20€	35,15€
	Non ayant droit						38€						

MATCH DE RUGBY XV DE FRANCE PARIS

23 & 24
FEV.
2019



RDV : Départ de
Perpignan à 5h40 et de
Narbonne à 6h18

Date limite
d'inscriptions :
16/12/2018

JEUNES
AGENTS

La commission Jeunes Agents vous propose de partager un week-end convivial à Paris autour d'un match de rugby France/Ecosse au stade de France.

Le prix comprend le transport en TGV, les billets de métro, le billet du match ainsi qu'une nuit avec petit déjeuner à la Résidence internationale de Paris.

Les repas du samedi et du dimanche sont à la charge du bénéficiaire.

Les horaires et tarifs seront affichés sur le site de la CMCAS vers le 15 septembre

Toutes les activités présentées dans ce magazine, sont sujettes à modification, alors pensez à vous tenir régulièrement informés sur le site internet de votre CMCAS Aude-Pyrénées-Orientales

www.cmca-apo.fr

Pour tout renseignement ou inscription aux activités CMCAS précédentes, contactez vos techniciens Accueil-Conseil au **04 68 58 92 03**



UN CHALLENGE PÉTANQUE AMITIÉ « HOMMAGE » HENRI BOYER.

Le Challenge amitié pétanque APO qui se déroule à l'Institution de Sainte Marie en Mai, revêt cette année un caractère particulier. Il s'appelle à l'avenir à partir du 4 mai 2018 : **CHALLENGE AMITIÉ PÉTANQUE HENRI BOYER.**

Revenons dans un premier temps à cet événement sportif avant la manifestation hommage. Nous avons une journée ventée mais par chance non pluvieuse. Dans une ambiance conviviale après un petit déjeuner frugal, 12 triplettes s'affrontent sur un terrain tracé et numéroté, pour deux parties. Cet effort physique ouvre l'appétit et le repas grillade est très apprécié. Le vent se calme et les deux autres parties se déroulent. Charles et Maurice aux commandes du graphique font des prévisions sur les vainqueurs.

Les membres de la famille BOYER arrivent et Elie Sola invité, membre du Conseil d'Administration les reçoit. Envahis d'une grande émotion, nous rentrons tous dans la salle à manger, les coupes et le trophée Henri BOYER reposent sur une table.

Alain CAHUZAC parle et ému, passe la parole à Elie qui en quelques phrases retrace le parcours de cet homme décédé fin 2016, il était intègre et droit, militant, professionnel dans son travail, défenseur du statut des Industries gazières obtenu par le Ministre Marcel Paul, garant des activités Sociales de notre CMCAS. N'oublions pas qu'il a été Président de la CMCAS de 1966 à 1979, précurseur de l'informatisation des feuilles de maladie, Directeur de l'Institution de Matemale, précurseur aussi pour le développement des activités rando et Pétanque à l'Institution de Sainte Marie. Charles et Serge interviennent pour évoquer quelques souvenirs. Michèle et Anne Marie, ses filles, remettent les coupes « Henri Boyer » aux triplettes arrivées troisième et deuxième et aux vainqueurs de ce nouveau challenge. Le Trophée particulier par son originalité restera à la Section Pétanque, c'est le vœu de la famille qui a promis de revenir l'an prochain.

Merci à tous les bénévoles, Jean, Maurice, Charles, Jean Louis, Renée Mireille, Georges.

Cette journée hommage, réussie, laissera une empreinte émotionnelle à toutes et tous ceux qui ont connu Henri ce grand Monsieur. *Rendez-vous est pris pour Mai 2019.*

CAHUZAC Claudie



PROFITEZ DE NOS PARTENAIRES !



01



02



03



04



05

01. GLISSE&KITE

GLISSE&KITE vous propose des animations de découverte et d'initiation aux sports nautiques sur leur base de loisir située à Saint-Pierre-la-Mer. Réduction à l'année de 20 % sur les mois d'avril, mai, juin, septembre et octobre et 10% en pleine saison, pendant les mois de juillet et d'août*.

Initiation multi-glisse

☐ www.laguneplongee.com
☎ 06 70 62 90 64

03. ÉQUI'LIBRE 11

Initiation et pratique des sports équestres Adhésion à la ferme gratuite pour l'année. Vous bénéficiez de 17% à 38% de remise selon les prestations. Stage ferme équestre 2 jours 30 € / enfant (à partir de 5 ans). Stage ferme équestre 3 jours 40 € / enfant (à partir de 5 ans). Initiation et sensibilisation à l'équitation 1h le samedi (8 € / heure)

<https://fr-fr.facebook.com/protectionretraite30/>
☎ 07 87 83 62 49.

02. MOVIDA

Initiation et pratique des sports en salle. Infos pratiques, ouvert du lundi au vendredi : 8h - 21h • samedi : 9h - 19h Remise de 20% à 23% sur tarif public Abonnement club de 12 mois à 528 € au lieu de 600 € + frais d'adhésion offert au lieu de 45 € + 2 mois offert. Abonnement liberté au club à 47 € par mois au lieu de 52 € + frais d'adhésion offert au lieu de 45 €. Carnet aquabike : 10 séances : 150 € / 20 séances : 220 €

☐ www.movidaclub.fr
☎ 04 68 42 83 17

04. CODEP EPGV 66 & 11

(Sports Perpignan, Narbonne et alentours)

Abonnement pour diverses activités sportives et en illimité selon les cours proposés par les clubs dans tout le département des P.O. RDV sur le site Internet de votre CMCAS pour connaître toutes les modalités Licence FFEPGV gratuite (soit 25,60 €) Forfait annuel de 100€ à 160€

☐ www.cmcas-apo.fr
☎ en fonction du club choisi sur le site Internet

Voici tous les partenaires de votre CMCAS, nous sommes également partenaire avec le Théâtre + Cinéma – Scène Nationale du Grand Narbonne. Tous nos partenaires vous font bénéficier de tarifs avantageux sur présentation de votre Carte ou Attestation Activ' à savoir :

- Tarif réduit sur les places de spectacles,
- Tarif réduit sur les places séances cinéma (hors festivals, séances tarif unique),
- Information privilégiée sur l'actualité du Théâtre + Cinéma - Scène nationale du Grand Narbonne (brochures, programmes mensuels, etc. sur demande).

Le tarif réduit s'applique pour toute place achetée (pour l'agent et sa famille). Les partenaires sont à contacter directement aux coordonnées indiquées.

La liste ne fait que s'agrandir ! Pensez à consulter régulièrement l'onglet / PARTENAIRES du site Internet de votre CMCAS pour voir toutes les nouveautés dont vous pourrez bénéficier !

05. UDSIS VOILE

La CMCAS a négocié pour vous un partenariat avec l'UDSIS Saint-Cyprien pour vous permettre de découvrir des activités voile (optimist / catamaran) sur différents mois de l'année 2018. Pour les visites du musée : Mai-Juin & Septembre-Octobre 2018 (enfants) : 26 € la demi-journée de voile (optimist / catamaran) uniquement le samedi après-midi avec un minimum de 5 participants par support *

☐ www.udsis.fr/les-sports-nautique/les-centres-de-voile
☎ 04 68 86 68 10



06. INDOOR CENTER

Pratique et initiation à de nombreux sports en salle, tel que le squash, padel, foot 3/3, jorkyball, tournoi de foot à 5.

- Squash: séance de 40 min à 6 € en heure creuse et 7 € en heure pleine
- Padel: séance d'1h à 6 € en heure creuse et 7 € en heure pleine
- Foot 3/3: séance de 45 min 5 €
- Jorkyball: 5 € séance de 45 min
- Tournoi de foot à 5 le samedi ou le dimanche 175 € (soit 20 % de remise)

□ www.indoor-center.fr
 ☎ 04 68 43 95 56

07. ABBAYE DE LAGRASSE

Classée monument historique depuis 1923, elle est aussi la plus grande abbaye de l'Aude. Ses bâtiments présentent un catalogue d'architecture de l'époque préromane jusqu'au XVIII^e siècle.

Elle est ouverte à la visite de mi-janvier à mi-décembre et accueille régulièrement des manifestations culturelles, concerts, expositions, etc.

Renseignements à l'accueil de l'abbaye :
 ☎ 04 68 43 15 99.

08. CHÂTEAU-MUSÉE DE BÉLESTA

En 1983, les habitants de Bélesta découvrent une grotte datée de -4500 avant J.C ! Grâce aux fouilles, le site a livré les restes de l'habitat des divers occupants de la grotte durant plus de 6 000 ans.

Visite individuelle libre : 3,50 € (au lieu de 4,50 €) avec une gratuité pour les - de 12 ans.

□ www.belesta.fr
 ☎ 04 68 84 55 55

09. LAGUNE PLONGÉE

Ce club de plongée vous propose diverses prestations à des tarifs avantageux sous présentation de votre Carte Activ !

Baptême Adulte en Mer : 38 € (au lieu de 42 €), baptême enfant en mer : 33 € (au lieu de 38€) jusqu'à 12 ans, pack Mer Famille (2 adultes + 1 enfant) : 100€, 10% de remise sur toutes nos formations, baptême adulte en piscine : 15 €, baptême enfant en piscine : 12 € jusqu'à 12 ans.

□ 06 13 78 86 11
 ✉ info@laguneplongee.com
 □ www.laguneplongee.com



07



06



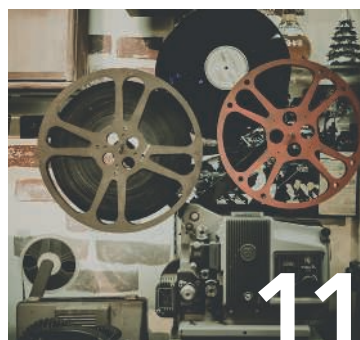
08



09



10



11

10. CARTE ANCAVTT

(association Tourisme & Loisirs)

L'association Tourisme et Loisirs Languedoc Roussillon met à disposition de tous ses adhérents des réductions tarifaires sur la billetterie, localement et nationalement dans des domaines aussi divers que les cinémas, les parcs de loisirs, les musées, etc. Cette carte sert également d'assurance complémentaire pour les loisirs.

13 € la carte individuelle, et 17 € la carte famille ! Elle est disponible dans les 3 antennes de la CMCAS.

□ www.ancavtt.com

11. L'INSTITUT JEAN VIGO

Séances de projection bihebdomadaire (mardi et jeudi à 19h10) qui font la part belle aux standards du cinéma mais aussi aux films plus innovants !

Carnet de 10 places à 35 € ou place unitaire à 4,50 €

En savoir plus sur l'Institut :

□ www.inst-jeanvigo.eu
 ☎ 04 68 34 09 39

12. À NARBONNE LE SPECTACLE

"THÉÂTRE"

Bénéficier de tarifs réduit grâce à votre CMCAS. N'hésitez plus !

Tarif réduit 5 à 8 % sur les spectacles cinéma : 5,50 € au lieu de 7 €

□ www.theatrecinema-narbonne.com

12. À PERPIGNAN LES SPECTACLES

Notre CMCAS a passé des conventions avec plusieurs salles de spectacles sur la région afin de vous faire bénéficier de tarifs préférentiels.

- "BOITE À RIRE"

Sur présentation de l'attestation de la Carte ACTIV' 12€ au lieu de 15€ (spectacles tout public)

6€ au lieu de 8€ (spectacles enfants)

En savoir plus sur l'Institut :

□ www.laboiteaire.net

- "ARCHIPEL" ET "MÉDIATOR"

Sur présentation de l'attestation de la Carte ACTIV' en caisse ou commande par mail. Réduction de 10 % (sauf spectacles à tarif unique)

En savoir plus sur l'Institut :

□ www.theatredelarchipel.org

- "BOITE À CLOUS"

Sur présentation de l'attestation de la Carte ACTIV'. Réservations Méga Castillet du lundi au samedi de 13h30 à 18h30

En savoir plus sur l'Institut :

□ www.boitaclous.com

CAPECHECS ! DES TOURNOIS POUR LES PASSIONNÉS D'ÉCHECS MAIS PAS SEULEMENT.

VACANCES D'AUTOMNE, ET SI VOUS TENTIEZ L'EXPÉRIENCE DU CAP DU 27/10 AU 03/11/18 AU COEUR DE L'ÉVÉNEMENT CAPECHECS!

En famille, entre amis. Une semaine ludique, éducative et joyeuse. Réservez votre séjour au centre de vacances du Cap d'Agde directement sur le site de CAPECHECS. Pour plus d'informations n'hésitez pas à vous renseigner sur le site CMCAS

ÉTAPE 01

Je me connecte. Je télécharge ma fiche de réservation d'hébergement.



ÉTAPE 02

Je choisis mon type d'hébergement et ma formule restauration



ÉTAPE 03

Tarifs à l'hébergement. Je choisis de venir seule, en famille ou entre amis,



ÉTAPE 04

Tarifs au coefficient social. Je paie en fonction de mon coefficient social.



ÉTAPE 05

Je m'inscris en ligne au tournoi de mon choix



ÉTAPE 06

A quel moment je peux m'inscrire ?



ÉTAPE 07

Je renvoie mon formulaire de réservation par mail à l'adresse suivante : CT.CapdAgde@asmeg.org
Dans les jours suivants je reçois un mail de confirmation.



BILLETTERIE CCAS RÉGION LANGUEDOC-ROUSSILLON!

DÉCOUVREZ CE QUI VOUS EST PROPOSÉ ! N'OUBLIEZ PAS ! La CCAS vous propose une billetterie en ligne à des tarifs défiant toute concurrence pour divers loisirs, parcs, musique, expositions, festivals...

Il suffit de vous rendre sur le site www.ccas.fr



SPORTS

Grâce à la billetterie en ligne de la CCAS vous pouvez accéder à la salle de sport avec des tarifs réduits.



BIEN ÊTRE

La CCAS vous propose des séjours en thlasso à port Camargue, vous pouvez également faire des escales, des journées ou même des cures.



SPECTACLE

Vous aimez les spectacles et les musiques classiques? la CCAS vous permet de participer et de découvrir différents spectacles notamment "Les grands classiques".



MUSÉES

Si vous aimez l'art et la culture, venez passer un agréable moment dans les musées proposées à la CCAS et découvrez le nouveau "musée de la romanité" à nîmes.



PARCS

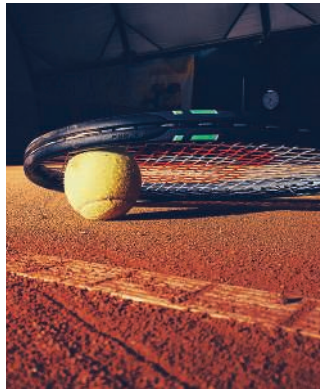
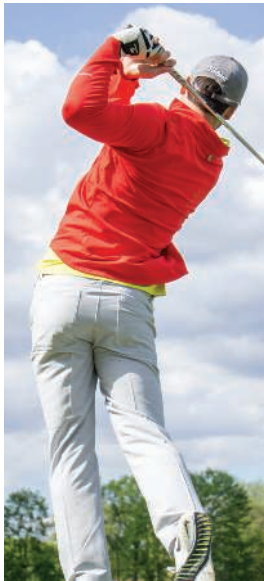
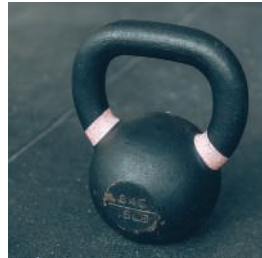
Envie de partager un bon moment en famille la CCAS vous propose des séjours de un ou plusieurs jours à Port Aventura mais pas que... n'attendez plus !



PARTENARIATS

découvrez nos partenariats.

NOUVEAU ! LA CARTE ACTIVITÉS CMCAS !



Un dispositif mis en place pour vous faciliter l'accès au centre de Saint Cyprien durant toute sa période d'ouverture.

Vous pourrez ainsi participer aux tournées culturelles et animations, mais également aux différentes structures sportives ou ludiques : piscine, aquagym, mini-golf, terrain de tennis, terrain de pétanque, salle de musculation (cotisation annuelle) ainsi qu'à toutes les activités qui se feront sur le village vacances. Vous pourrez également « approvisionner cette carte pour pouvoir vous restaurer ou consommer au point rencontre.

Pour votre information en tant qu'ouvrant droit de la CMCAS vous pourrez avoir jusqu'à 4 invités.

Plus une minute à perdre !
Rendez-vous à l'accueil du centre de vacance de Saint Cyprien, du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h.

RETOUR SUR LES PORTRAITS ET LA JOURNÉE "PLURIEL"

200 ans à elles deux !

Maria AUDOUY, 102 ans, veuve de Roger dit Jules et Marie-Jeanne GAROUSTE, 98 ans, veuve de Joseph, assistent à un concert.

Leurs époux ont été des militants syndicaux CGT toute leur vie. Maria et Marie-Jeanne sont à ce jour syndiquées car elles ont voulu poursuivre le combat de leurs maris. Un exemple de fidélité et de combativité.

Toutes deux, l'œil et l'esprit vifs, ont la chance d'être entourées par leurs familles.

Maria et Marie-Jeanne, nous vous souhaitons longue vie en bonne santé.

Roger LAGOUTTE
Pour les membres limouxins
du Réseau Solidaire



Le 15 Août 2018 À Saint-Cyprien

Cette deuxième édition a permis d'accueillir les bénéficiaires "Pluriels" affectés sur les centres CCAS de Saint-Cyprien, de Sainte-Marie, d'Estagel et du Cap d'Agde, accompagnés de leurs Assistants sanitaires qui n'ont pas ménagé leurs efforts et ils ont eu une présence attentive pour chacun, tout au long de cette journée, dans un climat très sympathique. Après un accueil chaleureux de chaque arrivant et un pot d'accueil rafraîchissant, les invités ont pu participer à des activités conviviales et sympathiques. Les bénévoles présents ont préparé une soirée animée et festive qui s'est terminée tardivement, à plus de minuit, c'est pourquoi des dispositions avaient été prises pour le groupe du Cap d'Agde, afin d'assurer leur hébergement pour la nuit, à Sainte-Marie, ainsi que leurs petits déjeuners. Tous les participant(e)s ont été absolument heureux de cette belle rencontre. Ils se sont promis de revenir l'année prochaine... Après des adieux joyeux, chaque groupe a repris la route avec le sourire et des souvenirs de cette journée bien remplie.

Remerciements à Isabelle, mon épouse, et ma fille Lucie ; à Jean-Paul CROS responsable de la base nautique qui a ouvert ses portes pour cette journée ; à Pascal WURTZ Logisticien Maintenance territoire APO et skipper, pour assurer les balades en mer accompagné de Nathalie son épouse ; à Philippe BAILLY, Directeur du Territoire APO ; à Didier DELAINE, photographe CCAS ; à Lucille et François Navajas de l'association Tir à l'arc "Les Archers de Bompas" ; sans oublier tous les assistants sanitaires.

Francis GATELEAU

Membre du Conseil d'Administration de la CMCAS
Membre de la Commission AS et du Réseau Solidaire





COORDONNÉES DES SLVIES DE LA CMCAS APO

Fonction	Nom Prénom	Adresse	Téléphone	Mail
SLVie 1 : HAUTE VALLÉ 1 rue Ampère - Cité EDF 11140 AXAT				
Président	SIMONELLI Maxime	2 impasse Ampère 11140 AXAT	06 88 99 37 83	maxime.simonelli@edf.fr
Secrétaire	CABRERO Nathan	6 rue Joachim Estrade 11140 AXAT	06 47 66 10 02	nathan.cabrero@live.fr
Correspondant	TRUEL Eric	1 chemin d'Axat Lavagnac 11140 PUYLLAURENS	07 88 34 29 53	truel.eric@orange.fr
SLVie 2 : LA NARBONNAISE Agence ERDF-GRDF 18 rue Rossini - 11100 NARBONNE Tel : 04 68 32 86 93 mail: slv02.cmcas105@asmeg.org				
Président	SERRA Brice	3 Imp Du Bouvier 11100 NARBONNE	06 83 26 02 83	serra.brice@gmail.com
Vice Président	MARTINO Patrice	9 Clos St Andre 11100 NARBONNE	06 84 14 62 31	patrice.martinot@enedis.fr
Secrétaire	COMANDINI Alain	6 rue Salvat 2 Etage Porte Droite 11100 NARBONNE	06 74 97 26 83	alain.comandini11@gmail.com
Correspondant	CABROL Christian	54 rue Jean Jaures 11100 NARBONNE	06 45 70 26 36	christian.cabrol@orang.fr

SLVie 3: LA CARCASSONNAISE
Agence ERDF-GRDF 1 rue Joseph Langlade - 11077 CARCASSONNE CEDEX 9
Tel: 04 68 72 87 76
mail : slv03.cmcas105@asmeg.org

Président	RASTOUIL Patrick	19 rue René Cassin 11150 BRAM	06 76 58 82 78	patrick.rastouil@asmeg.org
Vice Président	GERMAIN Didier	14 rue des Momosas 11610 PENNAUTIER	06 68 92 45 29	didier1.germain@edfgdf.fr
Secrétaire	DE OLIVIEIRA Patricia	127 route de Carcassonne St Pierre 11570 CAVANAC	06 79 81 35 77	gilles.bouis@orange.fr
Correspondant	ASSERE Guy	27 route des Peupliers 11570 CAZILHAC	06 83 15 61 31	guy.asere@wanadoo.fr

SLVie 4 : VALLESPIR
À ce jour pas de membre de bureau ni de local SLVie

SLVie 5 : CÔTE RADIEUSE ET VERMEILLE
Centre de Vacances CCAS la Colomine de la Monges - 66750 St-CYPRIEN

SLVie 6 : CONFLENT/CERDAGNE CAPCIR
Pas de local SLVie à ce jour

Président	LAUDRIN Patrice	14 av des Cerisiers 66500 PRADES	06 89 12 31 97	sousou66500@gmail.com
Vice Président	VERGES Daniel	10 rue des vieux murs Odeillo Via 66120 Ft Romeu Odeilla Via	06 40 50 65 90	verges.daniel@wanadoo.fr
Correspondant	MERCIER Emile	Cit Shem Olette 107-04 66360 OLETTE	06 99 54 18 47	emy.mercier@free.fr

SLVie 7 : ASPRES ROUSILLON
Agence ERDF-GRDF Avenue Victor Dalbiez - 66000 PERPIGNAN
tel : 04 68 56 33 70
Mail : slv07.cmcas105@asmeg.org

SLVie 8 : AGLY
Pas de local SLVie à ce jour

Président	AUBERT John	1 rue des Grives 66700 ARGELES SUR MER	06 88 18 62 92	aubert.john0463@orange.fr
Vice Président	CHARREYRON Xavier	4 Pl Jean Bouin 66000 PERPIGNAN	06 70 98 59 35	xcharreyron@gmail.com
Secrétaire	MOISAN Christian	45 rue Longue 66440 TORREILLES	06 71 47 05 36	cmmoisana@gmail.com

LES AIDES POUR LES JEUNES ETUDIANTS.



• AFE (AIDE AUX FRAIS D'ÉTUDES)

Il s'agit d'une **aide financière** versée aux salariées et aux bénéficiaires d'une pension (ancienneté minimale de 15 ans), de retraite ou d'invalidité.

Elle est attribuée pour aux jeunes **de moins vingt ans** s'il poursuit des études supérieures et à partir de 20 ans, pour des études de tout niveau.

Elle peut être versée pour une durée de **5 ans maximum** ou jusqu'à la fin de l'année scolaire qui suit la date d'anniversaire des 25 ans des enfants ouvrants droit.

Son montant est revalorisé au 1er Janvier de chaque année, il s'élève à 95.91€ (au 1er janvier 2018).

Pour **les étudiants boursiers**, l'AFE peut être complétée par une aide forfaitaire de 1 065.68€ (au 1er janvier 2018) versée une seule fois pour l'ensemble de la scolarité.

Pour les actifs, la demande est à faire auprès de leur service RH et pour les retraités auprès de la CNIEG.

• AAJ (AIDE À L'AUTONOMIE DES JEUNES)

AAJ (Aide à l'Autonomie des Jeunes)

Il s'agit d'une **aide financière versée aux jeunes ayant-droit ou ouvrant droit**, bénéficiaires de l'action sanitaire et sociale du régime des IEG, âgés de 20 à 26 ans, ou à partir de 18 ans pour l'enfant unique ou dernier et seul enfant à charge. **Sont**

concernés :

- les étudiants en études supérieures
- les jeunes en formation rémunérée par alternance (contrat de professionnalisation ou apprentissage et uniquement la 1ère année)
- les jeunes chômeurs de moins de 25 ans, sous condition de ressources.

L'AAJ est composée de 2 aides qui sont cumulables :

- Un forfait mensuel entre 20€ et 180€ calculé en fonction du coefficient social.
- Un forfait annuel de 90 € pour participer à la « cotisation étudiante »

Cette prestation est ouverte aux familles dont le coefficient social est inférieur ou égal à 15000€.



• POUR LES ENFANT SCOLARISÉS

Le Soutien Scolaire :

Il s'agit d'une aide aux élèves ayant besoin d'une remise à niveau, une aide aux devoirs ou une préparation aux examens. Elle s'adresse aux enfants scolarisés en primaire et/ou secondaire âgés de 6 à 20 ans.

Cette aide se présente sous 2 formes qui sont cumulables :

- 20h maximum de cours individuel par année scolaire et par enfant.
- Soutien scolaire en ligne (accès illimité aux contenus pédagogiques et à l'intervention d'un enseignant).

Une participation financière est attribuée en fonction du coefficient social de l'ouvrant droit.

Pour plus d'information ou faire une demande, contacter votre CMCAS au 04 68 58 92 03.

RENTÉE 2018 : CE QUI CHANGE POUR LES ÉTUDIANTS.



En septembre, les étudiants n'auront plus à effectuer de démarche d'inscription à la "Sécu étudiante" et la cotisation d'assurance maladie annuelle est supprimée. En effet, la loi relative à l'orientation et à la réussite des étudiants, publiée au Journal officiel du 9 mars 2018, a adopté la suppression du régime étudiant de Sécurité sociale.

A la rentrée 2018 (une année universitaire débute le 01/09 et s'achève au 31/08 de l'année suivante) :

Votre enfant ne fêtera pas encore ses 20 ans entre le 01/09/2018 et le 31/08/2019

Votre enfant qui poursuit des études vous est rattaché jusqu'à ses 20 ans, il reste affilié à la Camieg.

Il n'est pas nécessaire de justifier, par l'envoi d'un document, de la poursuite de la scolarité de votre enfant entre 16 et 20 ans.

Votre enfant fêtera ses 20 ans entre le 01/09/2018 et le 31/08/2019 et poursuit des études dans un établissement d'enseignement supérieur, une école technique supérieure, une grande école ou une classe du second degré préparatoire à cette école

- s'il n'était pas étudiant l'an dernier, il restera rattaché à la Camieg pour la rentrée 2018.
- s'il était précédemment étudiant et adhérent à la sécurité sociale étudiante, il y reste affilié encore un an.

Vous n'avez donc aucune démarche à accomplir cette année.



Besoin d'une attestation de droits pour votre enfant ? Avec votre compte ameli, vous l'imprimez chez vous très simplement.

DÉCLARATION ANNUELLE FAMILIALE.

Chaque année nous vous demandons de faire une mise à jour de votre situation familiale. Celle-ci a pour but de maintenir vos droits en matière d'activités sociales.

Pour cela, merci de nous communiquer tout changement dans votre situation familiale et professionnelle, comme :

- Naissance, adresse, numéro de téléphone, adresse mail (de préférence personnel pour éviter le transfert en boîte « courrier indésirable »), mariage, pacs, concubinage, RIB, veuvage ou décès, haut de votre bulletin de salaire pour les actifs et à partir de 16 ans le certificat de scolarité ou préciser la situation de votre enfant s'il est apprenti, salarié, en contrat, en situation de handicap, stagiaire, en formation professionnelle ou chômeur...

- Nous vous demandons également une copie intégrale de votre avis d'imposition de 2018 sur les revenus de 2017 de tous les membres de votre foyer (le document doit être lisible) (Justificatifs souhaitables).

À partir de ces justificatifs, un coefficient social est calculé celui-ci détermine votre participation financière aux activités sociales (vacances, séjours,...) ce qui entraîne un renouvellement de votre « attestation activ' ».

Plusieurs possibilités vous sont proposées :

- par courrier aux 3 adresses es antennes.
- auprès de vos techniciens lieux permanences, s'lvies.
- ou par accès au formulaire dématérialisé sur l'Espace Activ' du site web de la CCAS.



LIVRES DU MOMENT

Sélection de Claudie CAHUZAC, bibliothèque de Perpignan



LE JOUR OU J'AI APPRIS A VIVRE Laurent GOUNELLE

Et si tout commençait aujourd'hui ?

Imaginez : vous vous baladez sur les quais de San Francisco un dimanche, quand soudain une bohémienne vous saisit la main pour y lire votre avenir. Amusé, vous vous laissez faire, mais dans l'instant son regard se fige, elle devient livide. Ce qu'elle va finalement vous dire... vous auriez préféré ne pas l'entendre. A partir de là, rien ne sera plus comme avant, et il vous sera impossible de rester sur les rails de la routine habituelle.

C'est ce qui va arriver à Jonathan dans ce nouveau roman de Laurent Gounelle. A la suite de cette rencontre troublante, il va se retrouver embarqué dans une aventure de découverte de soi ponctuée d'expériences qui vont changer radicalement sa vision de la vie.

Ce roman, dont l'intrigue est basée sur des expériences scientifiques réelles, éclaire d'une lumière nouvelle notre existence et nos relations aux autres, et apporte un souffle d'air pur dans notre vie. Un nouveau roman lumineux et positif

ET MOI, JE VIS TOUJOURS Jean D'ORMESSON

Il n'y a qu'un sel roman - et nous en sommes à la fois les auteurs et les personnages : l'Histoire. Tout le reste est imitation, copie, fragments épars, balbutiements. C'est l'histoire que revisite ce roman-monde où, tantôt homme, tantôt femme, le narrateur vole d'époque en époque et ressuscite sous nos yeux l'aventure des hommes et leurs grandes découvertes.

Vivant de cueillette et de chasse dans une nature encore vierge, il parvient, après des millénaires de marche, sur les bords du Nil où se développent l'agriculture et l'écriture. Tour à tour africain, sumérien, troyen, ami d'Achille et d'Ulysse, citoyen romain, juif errant, il salue l'invention de l'imprimerie, la découverte du Nouveau Monde, la Révolution de 1789, les progrès de la science. Marin, servante dans une taverne sur la montagne Sainte-Geneviève, valet d'un grand peintre ou d'un astronome, maître d'un empereur, il est chez lui à Jérusalem, à Byzance, à New York.



Cette vaste entreprise d'exploration et d'admiration finit par dessiner en creux, avec ironie et gaieté, une sorte d'autobiographie intellectuelle de l'auteur.



SANS DEFENSE Harlan COBEN

Dix ans que le privé Win Lockwood attend ce moment.

Dix ans qu'il tente de retrouver la trace de deux enfants kidnappés. Et l'un d'eux est là, devant lui, dans cette ruelle malfamée de Londres. Win touche au but. Le happy end est proche. Mais le garçon lui échappe. Retour à la case départ. Le moment est venu pour Winn d'appeler du renfort : son associé, son meilleur ami, le détective Myron Bolitar.

Après huit ans d'absence, Bolitar fait son grand retour dans une enquête explosive, à très haute fréquence artérielle.

Séjours CMCAS Hiver

**C'EST LA RENTRÉE ! RETROUVEZ DÈS À PRÉSENT SUR
VOTRE SITE CMCAS LES MODALITÉS D'INSCRIPTIONS AUX
VACANCES HIVERS ADULTES ET JEUNES.**

NE TARDEZ PAS PLUS ET FAITES VITE !

VACANCES HIVER FAMILLE ET ADULTES
VOUS POURREZ DEMANDER L'INSCRIPTION
EN CENTRE DE VACANCES :
DU 27 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE

VACANCES DE FIN D'ANNÉE
VOUS POURREZ INSCRIRE VOS ENFANTS :
DU 26 SEPTEMBRE AU 17 OCTOBRE

VACANCES DE FÉVRIER
VOUS POURREZ INSCRIRE VOS ENFANTS :
DU 26 SEPTEMBRE AU 14 NOVEMBRE