

# Cardabel'info

n° 79 . Mars 2023 . 1 €

**DOSSIER :**

La réforme des retraites

**SANTÉ :**

Le CBD ou Cannabidiol

**PORTRAIT :**

Les bénévoles de St Affrique



Défiler dans la rue aujourd'hui, c'est toujours mieux que de déambuler au boulot demain !



Journal trimestriel d'information de la CMCAS de RODEZ

2, rue du Gaz - BP 3113 - 12031 RODEZ Cedex 9 - Tél. : 05 65 67 03 46 - Fax : 05 65 67 08 70



## À vos agendas

MAI	
11	<b>Fête des Femmes</b> SLVie Rodez « Sète nous appartient ! »
27 au 28	<b>Festival Energie Soulac</b> « Fiers de notre passé, Auteurs de notre avenir » Bulletin inscription p13
JUIN	
15 à 14h30	<b>Assemblée Générale de la CMCAS</b> Maison des Associations Avenue Tarayre RODEZ <b>Ouverte à tous les OD</b>
25	<b>Fête de la CMCAS</b> Base de Pareloup Inscription dans le prochain Cardabel'info
AOÛT	
20 au 26	<b>Séjour Cirque</b> 7/12 ans Chalet Marcel PAUL

## SOMMAIRE

Edito	3
Santé-prévention <b>Le CBD ou Cannabidiol</b>	4
Portrait <b>Les bénévoles de St Afrique</b>	5
Dossier <b>La réforme des retraites</b>	6-7
<b>Activités Sociales et Mutualistes</b>	8-13
<b>La Vie des SLVie</b>	14-15
<b>Livres et Recette</b>	16

## NAISSANCES dans vos SLVie



Zéro naissance au  
1<sup>er</sup> trimestre...  
Décidément, on est  
vraiment mal barré  
pour financer nos  
retraites !

## Etat Civil

## Permanences du 2<sup>e</sup> Trimestre 2023



### RODEZ

**Mardi 11 Avril**  
**Mardi 16 Mai**  
**Mardi 13 Juin**

Uniquement sur rendez-vous au  
**08 06 06 93 00**  
ou sur le site [camieg.fr](http://camieg.fr)

Les horaires : de 11h00 à 12h30 et de 13h30 à 15h00 à la CMCAS de Rodez

### Connaissez-vous la Section quilles ?

*Nom du club :*  
Énergie Sport EDF GDF  
*Bureau :*  
Président : ALARY Bruno  
Secrétaire : MOULY Cédric  
Trésorier : GAFFARD Michel  
*Licenciés :*  
ALARY Bruno  
GAFFARD Michel  
SEGUR Bernard  
HERMET Jean-Marie  
LARROQUE Guy  
MOULY Cédric

Notre objectif est de jouer, de tomber quelques quilles, pour passer ensuite un moment ensemble autour d'un bon repas.

Nous jouons 6 fois au printemps et 6 fois à l'automne. Les 5 premières manches au Trauc à 18h et la finale à Campuac au printemps et au Trauc à l'automne.

L'organisation est faite de manière à jouer 4 fois sur 6 et de faire à manger une fois à tour de rôle. Nous avons la chance de manger la soupe au fromage de Michel POUGET de temps en temps.

Avant chaque reprise, nous faisons un repas, précédé parfois d'une partie de bowling.

Si vous êtes intéressés, contactez MOULY Cédric au 06.68.50.02.86



HERSAN Hervé (notre joker médical)



### CARDABEL'INFO

Trimestriel du personnel des industries électrique et gazière de l'Aveyron et de la Lozère  
2 rue du gaz - BP 3113  
12031 RODEZ cedex 09

**Directeur de publication :** ARGUEL Michel

**Rédacteur en chef :** TRIAIRE Daniel

**Rédacteurs :** P. BOUSQUET, A. DANGLES, M. OLLIER, V. COUVERT, D. TRIAIRE, P. CAYLA, S. ESCROUZAILLES.

**Rédacteurs invités :** C. MOULY, N. FOURNIER, J. BONNET, JP. CALVET, H. FUCHS, R. COT, JM. CONSTANS, T. MONGINO, JM. VIAROUGE, B. JOUBERT, Y. SICARD

**Maquette :** P. BOUSQUET

**Dépôt légal :** 31 Mars 2023

Impression : ESAT - Boissor Imprimerie  
46140 LUZECH

### ILS NOUS ONT QUITTÉS

**RODEZ :** Juliette ARNAL, Josette BETEILLE, Christian VILLAR

**ESPALION :** Alain VIGUIER, Jean CARRIE

**NORD AVEYRON :** Yvonne TAHON, Henri BARGIEL

**MILLAU :** Marc POUJOL

**DECAZEVILLE :** Marie-Thérèse MICHARDIERE, Jean-Louis DUMOULIN

**ST AFFRIQUE :** Maurice FOURNIER, Yvonne FLECHE, Louis CASENE, Bernard VENTOSE

**LOZERE :** Pierre ROZIER

# NON à la réforme !



Au moment où j'écris cet édit, la colère gronde dans le pays. Une grande majorité des Français est contre la réforme des retraites. Le passage en force de cette loi par le 49-3 n'a rien changé à la détermination des salariés, mais bien au contraire ! Il a même renforcé la colère des électriciens, des gaziers et des citoyens.

Cette réforme purement idéologique sera encore plus violente pour les femmes que pour les hommes. C'est même l'étude d'impact du gouvernement qui le dit, car ce sont majoritairement les femmes qui suspendent temporairement leur carrière, voire l'interrompent, lors de l'arrivée de leurs enfants au sein du ménage. Les femmes sont plus nombreuses à temps partiel et ont des rémunérations inférieures. Du fait de leurs maternités, elles ont des carrières

en accordéon. D'ailleurs, 40% d'entre elles partent à la retraite avec une carrière incomplète selon l'INSEE qui a publié en 2022 l'écart de pension de droit direct entre les hommes et les femmes. Malheureusement, cet écart va s'amplifier et mettre les femmes en précarité financière et dépendantes de leurs conjoints. Il est beau le progrès social de Monsieur MACRON !

Cette réforme n'augmente pas seulement la durée des cotisations pour faire baisser les pensions mais signe aussi la fin de notre régime particulier et de notre statut. Je vous invite à lire le dossier dans ce numéro expliquant son impact sur notre régime spécial pour les actifs et les inactifs.

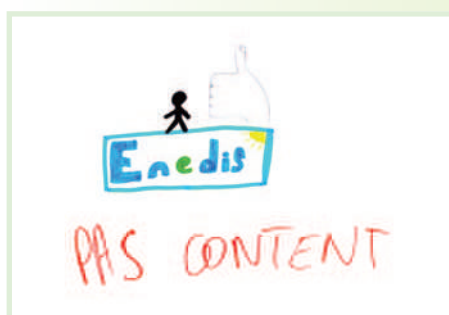
Depuis le 19 janvier, nous sommes des millions dans la rue pour demander le retrait de cette loi. Ce mouvement social de grande am-

pleur est historique. De nombreux piquets de grève ont vu le jour et durent dans le temps partout en France, tout comme en Aveyron et en Lozère, à EDF SA, au RTE et à Enedis. Les rues de Rodez et de Mende n'ont jamais vu autant de monde et ce n'est pas la foule qui déambule mais bien le peuple qui s'exprime !

Rappelons-nous, en juillet 2018, Emmanuel MACRON appliquait l'une de ses promesses de campagne, le soi-disant « reste à charge zéro » ou « 100% santé » et disait : « *Nombre de nos concitoyens doivent renoncer à se soigner* » et sont ainsi « *privés de la possibilité de sourire, de voir, d'entendre* », ce qui entraîne « *chaque fois des drames individuels* ». Aujourd'hui, la donne reste inchangée voire s'aggrave pour nos concitoyens qui ne peuvent plus se soigner. Faute de moyens, notre système de santé s'effondre ! Le Président MACRON se trompe de réforme et doit enfin ENTENDRE la colère des Français et VOIR le peuple dans la rue afin d'éviter un drame COLLECTIF.

La période que nous vivons est intense, stressante mais ce conflit hors norme dans les IEG nous renforce humainement et collectivement. Soyons fiers de notre combat pour permettre à toutes les travailleuses et tous les travailleurs de partir à un âge raisonnable afin de profiter d'une retraite digne.

Le Président de la CMCAS  
Michel ARGUEL

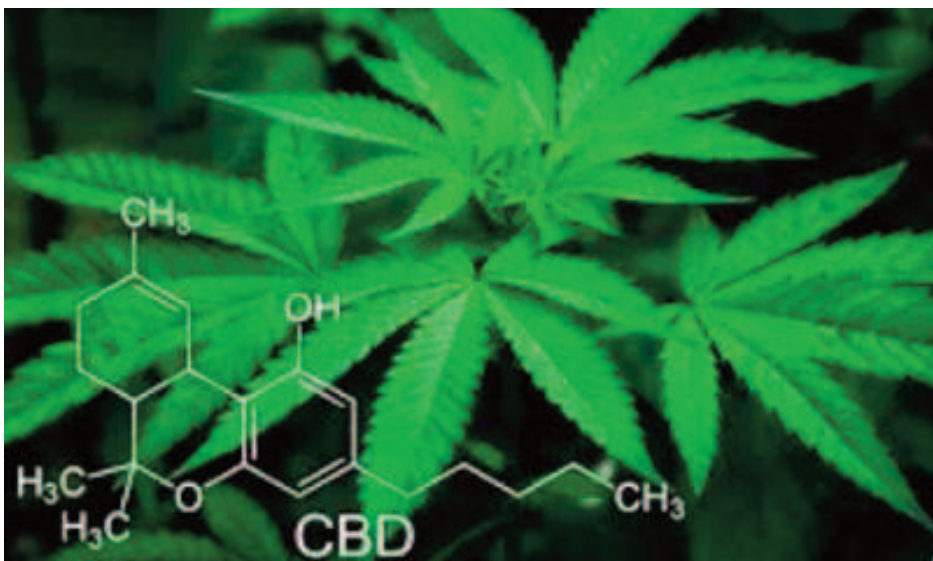


Les enfants s'expriment et soutiennent le mouvement



**Le Cannabidiol ou CBD disponible en accès libre se distingue des traitements médicaux à base de cannabis prescrits sur ordonnance. Le point sur les risques et recommandations.**

### Le CBD ou Cannabidiol



#### Qu'est-ce que le CBD ?

Le CBD est une molécule faisant partie de la famille des cannabinoïdes. À l'instar du THC, c'est une substance active présente dans le plant de chanvre (on dénombre environ 500 cannabinoïdes incluant le CBD et le THC). On le trouve toutefois en quantités moindres que le THC (entre 0,6 et 1%, contre 12 à 25%), notamment en raison des choix de production faits ces dernières décennies. Le THC étant plus recherché pour ses effets « planants », les graines de cannabis qui circulent illégalement en contiennent à des niveaux plus élevés. Mais aujourd'hui, alors que les atouts médicaux du chanvre attirent de plus en plus l'attention, des variétés sont produites spécifiquement pour contenir des niveaux importants de CBD. Il est ainsi possible de trouver des graines de cannabis thérapeutique ou chanvre bien-être (à visée médicale) ayant plus de 6% de CBD, ce qui est énorme... Et assez rare. Une concentration de 1% est largement suffisante pour couvrir les besoins des consommateurs, le CBD s'avérant très efficace.

#### Le CBD, ça sert à quoi ?

Le système endocannabinoïde et le CBD. Notre corps produit naturellement ses propres cannabinoïdes ! Ils sont indispensables au bon fonctionnement de notre système nerveux et jouent un rôle crucial sur notre humeur, notre sommeil et notre mémoire. Notre corps est composé d'un réseau de récepteur

CB1 et CB2. Le CBD augmente les niveaux d'endocannabinoïdes tels que : l'anandamide. L'anandamide agit sur la mémoire, l'humeur et inhibe l'enzyme FAAH qui dégrade la molécule du plaisir.

#### Comment fonctionne le CBD ?

Dans l'organisme, le CBD joue le rôle de catalyseur. Il optimise la réponse naturelle à la douleur, mais aussi aux angoisses et à l'anxiété.

Comprenons-nous bien : le CBD n'élimine ou n'empêche pas la douleur et l'anxiété, mais il agit sur le système nerveux pour réduire l'impact de l'un et de l'autre. Cette substance est d'autant plus efficace qu'elle fonctionne comme un prolongement des propres défenses naturelles de notre système nerveux. Si les cannabinoïdes nous font de l'effet, c'est parce que le corps humain possède les récepteurs adaptés et qu'il produit lui-même une sorte de THC naturelle, dans des concentrations toutefois très limitées. On parle de « récepteurs CB1 » (surtout présents dans le cerveau et le système nerveux central) et « CB2 » (essentiellement installés dans les organes périphériques et dans les cellules liées au fonctionnement du système immunitaire). Ces récepteurs « fixent » les molécules de THC, mais aussi celles du CBD, de façon plus indirecte. Ce dernier interagit aussi avec d'autres récepteurs de l'organisme, ce qui renforce ses propriétés médicales.

#### Quels sont les bienfaits du CBD ?

Les effets positifs du CBD sont très nombreux, et connus depuis une quinzaine d'années. Ils surpassent de loin tous les autres cannabinoïdes pour ce qui est de lutter contre : les douleurs, inflammations, nausées, crises d'angoisse, anxiété etc... La liste est longue, et n'a pas fini de s'allonger. Retenez que le CBD permet surtout de contrer les douleurs musculaires et neuropathiques. Des symptômes difficiles à atténuer avec les traitements classiques. Le cannabidiol peut ainsi faire des miracles dans la réduction des symptômes douloureux d'origine neurologique et dans l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de fibromyalgie, par exemple. Il faut néanmoins garder à l'esprit que l'étude du CBD (isolé des autres substances actives du cannabis) est relativement récente. La recherche médicale se poursuit. Elle laisse d'ores et déjà entendre que l'impact du CBD sur le traitement des malades pourrait ouvrir la porte à des traitements révolutionnaires, équivalents à la découverte des antibiotiques. Certaines études montrent, par exemple, que les molécules THC et CBD agissent contre les rhumatismes, aident à réduire les nécroses qui suivent les infarctus, et peuvent même s'attaquer aux cellules cancéreuses, d'autant plus efficacement qu'elles sont combinées.

#### Comment consomme-t-on le CBD ?

Il existe plusieurs façons de consommer du CBD, mais les plus efficaces sont celles qui passent par les voies naturelles – car le CBD est considéré comme un complément alimentaire. À chacun de choisir la posologie la plus efficace et la plus agréable.

#### Le CBD est-il pris en charge ?

Dans la mesure où le CBD est considéré **comme un complément alimentaire, et non comme un médicament**, la réponse est non. Ni l'assurance maladie, ni les mutuelles ne prennent en charge le CBD. Sur ce point, qui sait ? Les choses sont peut-être amenées à changer un jour.

S.E.



*Une équipe soudée, très attachée aux activités sociales et à la SLVie de Saint Affrique, qui œuvre pour animer et maintenir les liens de proximité entre collègues actifs et inactifs*

## Les bénévoles de la SLVie de Saint Affrique



*Bernard, Michel, Yves, Ginette, Joël, Didier, Thierry et Raymond*

Regardez bien cette photo, vous allez reconnaître quelques-uns de nos collègues partis en inactivité de service depuis quelques années.

Tous les mardis matin, les premiers arrivés préparent le café et les petits goûteux.

C'est autour de Raymond VERNHES qui a été, avec d'autres, un pilier de ce lieu de vie qu'est la SLVie de Saint Affrique, que nos inactifs offrent de leur temps, de leur talent et de leur savoir-faire au service des bénéficiaires.

Ils nous accordent leur précieux béné-

volat dans des domaines divers comme l'accueil en lien avec la CMCAS, la CAMIEG, la CSM-R, les travaux de jardinage, de maçonnerie, d'électricité et les activités proposées : poterie/fusing, randonnées, informatique, organisation des voyages et des moments festifs comme la galette, la remise des cadeaux... sans oublier le réseau solidaire pour offrir les colis de fin d'année à nos aînés de plus de 80 ans.

La SLVie est un lieu de veille sociale qui permet de nouer des liens de proximité, d'accompagner des personnes en si-



*Le réseau solidaire pour rompre l'isolement*



*Fête des femmes, un temps de convivialité*

tuation de solitude ou d'isolement dans diverses démarches.

Paroles de bénévoles : « on essaie de ne jamais laisser un bénéficiaire, on trouve des solutions aux situations rencontrées, on propose des aides et des actions qui peuvent correspondre et surtout c'est très enrichissant ».

Raymond est très fier de voir que la relève est assurée et que les activités sociales ont pour rôle la bienveillance.

M.O.



*Autour du goûter annuel pour nos aînés de plus de 80 ans*



*Prête à accueillir même en temps de covid*



*Indispensables pour l'entretien de notre patrimoine*



*Très attachés au PAR et au POUR*



Le gouvernement passe en force sa réforme des retraites et acte la suppression des régimes spéciaux dont celui des IEG, relevant de la loi 2004-803, inscrit dans le cadre du Statut de 1946

## L'impact de la réforme des retraites sur nos IEG



### LA « CLAUSE DU GRAND-PÈRE » POUR TUER LE STATUT

La loi de 2004, qui a modifié l'organisation de notre régime spécial, crée la CNIEG et en précise les missions :

« La CNIEG est un organisme de Sécurité Sociale de droit privé. Elle est chargée d'une mission de service public au profit des personnels salariés et retraités des IEG dont le Statut est fixé par la loi de 1946 ». Un décret pris le 10 décembre 2004 en fixe les modalités de fonctionnement.

Dans l'article 1 du projet de loi sur la réforme des retraites le mot « vieillesse » a été supprimé. Puis, il est fait mention des « personnels recrutés jusqu'au 31 août 2023 ».

Voici ce que donnerait la nouvelle rédaction :

« A compter du 1<sup>er</sup> janvier 2005, le fonctionnement du régime d'assurance (**vieillesse**) invalidité, décès, accident du travail et maladies professionnelles des industries électriques et gazières prévu par l'article 47 de la loi n°46-628 du 8 avril 1946 sur la nationalisation de l'électricité et du gaz **et du régime d'assurance vieillesse prévu par ce même article, pour les personnels recrutés jusqu'au 31 août 2023 est assuré par la CNIEG...** ».

**En vingt mots exactement le régime de retraite des IEG se ferme pour tout nouvel embauché.**

### Un impact financier mortifère

Un document prospectif élaboré par la Direction de la Recherche, des Études, de l'Évaluation et des Statistiques (DREES) et sur la base des enquêtes annuelles auprès des caisses de retraite, fixerait les données du « problème » qui justifierait la suppression de notre régime spécial :

Le principal « problème à résoudre »,

serait la durée « excessive » de versement des pensions dans les IEG : 26,5 ans pour les hommes et 30,1 ans pour les femmes, contre respectivement 19,6 ans et 23,9 ans sur l'ensemble de la population. Mais en réalité l'âge moyen de liquidation des retraites est de 60 ans, avec une progression très forte ces dernières années du fait de l'arrêt des départs anticipés incités par les entreprises et par l'ajustement des mesures d'âge dans les IEG avec le droit commun (réformes de 2008, 2010 et 2014). L'écart avec la moyenne de la population vient notamment des anticipations d'âge pour pénibilité.

### Notre régime est pourtant équilibré et pérenne.

Les nouveaux embauchés des IEG, à partir du 1<sup>er</sup> septembre 2023 verseraient leurs cotisations aux régimes de droit commun CNAV et AGIRC-ARRCO et non plus à la CNIEG.

Il ressort de l'étude d'impact faite par le gouvernement que la fermeture du régime entraînerait un manque de recettes (cotisations des salariés et des employeurs) de l'ordre de 100 Millions d'euros sur la base de 4 600 nouveaux entrants sur un an. La cinquième année, ce serait donc 500 Millions qui ne rentreraient plus dans les caisses de la CNIEG, soit 10% du financement total du régime. **En sommes cumulées sur cinq ans, la perte serait de 1,5 Milliards d'euros.**

Face à l'assèchement des ressources et à la charge des pensions à payer qui sera constante, la CNIEG sera en situation critique, le régime par répartition sera détruit à petit feu.

**Qui comblera le manque de cotisations ?** La cotisation « employeur » du régime spécial ? La Contribution Tarifaire d'acheminement (CTA) ?

Dans le cadre de la neutralité du régime des IEG, il ne sera pas question de recevoir ni de « subventions publiques », ni de financement des autres organismes de Sécurité Sociale.

Pour éviter la « faillite » du régime, il sera alors probablement imposé un basculement vers les caisses de droit commun avec des ondes de choc sur

**les dispositions statutaires : tarif particulier, droits familiaux en particulier pour les actuels retraités et les futurs bien entendu. De fait le régime des**

### IEG serait rayé de la carte.

Le gouvernement ne souhaite pas aborder cette question explosive dans ce projet de loi et renvoie la question du financement des régimes spéciaux à la loi de financement de la Sécurité Sociale 2024. Pourtant, il reconnaît dans l'étude d'impact qu'il va y avoir des conséquences, toutefois « qu'à court terme », il ne devrait pas y avoir de problème pour le paiement des retraites.

### Qu'en est-il à moyen et long terme ?

Le 16 mars 2023, faute de majorité parlementaire, le gouvernement passe en force son projet par le 49.3. Au deuxième semestre 2023, les conséquences financières seront annoncées dans la LFSS 2024. Celles-ci seront graves, y compris pour les actuels agents des IEG.

### Peut-on croire que les nouveaux entrants seront simplement exclus du régime de retraite ?

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2020, les salariés embauchés à la SNCF relèvent d'une nouvelle convention collective différente des droits sociaux SNCF. Une branche professionnelle « ferroviaire » a été instituée pour faciliter les transferts d'emplois vers toutes les entreprises concurrentes et candidates pour la reprise de certaines lignes (remise en cause des concessions en région, fret et tronçons de ligne à grande vitesse). Une nouvelle politique sociale s'est installée en parallèle conduisant au « double statut ».

A partir de 2025, les personnels de la RATP vont être confrontés aux changements de concession publique. La RATP va être « chassée » de l'exploitation des lignes de bus à Paris et en proche banlieue pour laisser la place à Keolis (filiale de la SNCF, trouvez l'erreur !) et à Transdev (Caisse des Dépôts et à 34%, le groupe privé allemand de la famille Rethmann qui avait racheté la filiale transport de Veolia). Les années suivantes, les lignes TRAM et RER devraient subir le même sort. La direction de la RATP a déjà défini la ligne sociale à adopter : les agents vont disposer d'un « sac à dos social », pour un voyage dans le privé.

**Le régime de retraite des IEG est inscrit dans le Statut National dans un ordre logique et avec des liens avec d'autres dispositions, la CAMIEG, les activités sociales, les droits familiaux**

**spécifiques, la reconnaissance de la pénibilité, l'assurance invalidité et accidents du travail, la grille unique des rémunérations ou encore les avantages en nature.**

L'assiette de cotisation repose sur les seules rémunérations principales alors qu'en droit commun, c'est toutes les rémunérations qui sont assujetties aux cotisations (primes de toutes natures). Dans une même équipe, certains agents ne relèveront pas de la même réglementation et les salaires nets à payer seront différents à NR équivalents. Il y a donc une multiplication des risques de tension avec des pratiques RH discordantes.

**La fermeture du régime de retraite entraînerait des conséquences en chaîne.** Les employeurs vont engager une revue de tous les dispositifs statutaires et de Branche, ce qui nous mènerait tout droit à une remise en cause de nombre de garanties sociales avec comme première conséquence la remise en cause très rapide de notre système de classification et de rémunération.

La Cour des comptes a produit plusieurs rapports sur EDF, sur le régime de retraite, bientôt sur les activités sociales. Il en sort les mêmes recommandations de réduire les droits pour effacer les spécificités d'un corps réglementaire qui a été bâti sur le service public du gaz et de l'électricité. Tous ces rapports relèvent d'un acharnement idéologique car les coûts sociaux ont été contenus, sans provoquer la moindre faillite, quelle que soit la taille de l'entreprise.

### **A qui profite la suppression du régime des IEG ?**

Depuis toujours, le régime de retraite des IEG n'a jamais été tributaire, ni de l'État, ni des autres régimes. Depuis la création de la CNIEG et la réforme de son financement en 2005, la démonstration a été faite (et vérifiée par les services de l'État et le Parlement) de la robustesse du régime et de son adaptation, y compris vis-à-vis des réformes successives.

Les retraités des IEG représentent un peu moins de 1% des 17 millions de retraités français. Comment faire croire alors que son abolition apporterait la moindre économie ? Par un acharnement médiatique répété et basé sur des affirmations mensongères ou caricaturales. D'ailleurs, la Première Ministre et le Ministre de l'Économie, interrogés lors de l'annonce du projet de loi sur le gain financier de la fermeture des régimes spéciaux, l'ont finalement avoué, qu'il

n'y avait aucun gain financier, que c'est une question « d'équité ».

Pourquoi affirmer ainsi que la CTA (Contribution Tarifaire d'Acheminement) est une aide d'État alors qu'il n'y a aucune ligne de compte dans le budget de l'État sur cette forme de financement qui a été imposée par le gouvernement Raffarin en 2004 ? En effet, la CTA est collectée par les fournisseurs de gaz et d'électricité sur les factures et reversée directement à la CNIEG qui en assure le recouvrement et le contrôle. L'État ne fixe que les taux de CTA et ne paie rien. Les entreprises des IEG ont de leur côté baissé leurs tarifs de transport et de distribution pour compenser la création de cette taxe. C'est donc neutre sur les factures.

La vraie raison est à chercher dans l'avenir du système énergétique français, de la place d'EDF, des intentions de dislocation de l'organisation actuelle, via un plan Hercule qui peut revenir à chaque instant malgré l'opposition unanime des organisations syndicales et de ceux qui défendent un service 100% public.

ENGIE, entreprise privée, ne s'est jamais cachée de son rêve de sortir du Statut National. Les futurs acteurs privés, candidats à des pans lucratifs de l'entreprise publique seraient ainsi débarrassés d'un cadre social trop ancré à la notion de service public. Ils pourraient repartir de zéro avec de nouvelles règles au rabais.

**Effacer le régime des IEG, c'est aussi se débarrasser d'un marqueur pour les autres régimes, comme la reconnaissance de la pénibilité et de certaines contraintes de travail.** Le MEDEF d'ailleurs ferme la porte à toute évolution de la reconnaissance de la pénibilité, en affirmant qu'il ne s'agit pas de recréer des « régimes spéciaux ». La diabolisation de certains régimes spéciaux repose surtout sur l'exemplarité de certains droits qui auraient dû s'appliquer depuis longtemps à des millions de salarié-es exposé-es à des contraintes de travail usantes se traduisant par de multiples et diverses pathologies physiques et mentales.

**Une étude de l'Observatoire des inégalités conclut par ce constat : les ouvriers ont une espérance de vie de moins de 6 ans à celle des cadres. Conclure sa carrière à 64 ans, c'est faire coïncider cet âge avec celui de la moyenne de l'espérance de vie en bonne santé (63,9 ans pour les hommes et 65,3 ans pour les femmes).** C'est clairement un recul de civilisation.

## **LES SERVICES ACTIFS**

Le service actif correspond à la reconnaissance de la pénibilité de certains métiers (travail de nuit, astreintes, équipes maintenance...) dans notre branche des IEG. La pénibilité est reconnue par un taux de service actif différent selon l'emploi (exemple : 100 % pour le travail de nuit).

Historiquement, en fonction du taux du service actif des emplois occupés et de la période, vous pouviez bénéficier :

- D'une anticipation de départ à la retraite à 55 ou 57 ans dès lors que vous totalisiez 15 à 17 ans à 100 % (variation de l'âge et de la durée au regard de la date de naissance),
- D'une bonification en trimestre, pour financer cette anticipation, soit par exemple deux mois par an pour un emploi à 100 %.

La réforme de 2008 a modifié le principe des bonifications mais pas les anticipations de départ. En effet, si la réforme des régimes spéciaux en 2008 a supprimé les bonifications pour services actifs pour les salariés recrutés à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2009, elle n'a en rien supprimé la possibilité de partir entre 1 et 5 ans plus tôt (départ anticipé). Ce qui a disparu, ce sont les bonifications (trimestres supplémentaires non travaillés et cotisés aux IEG). Sans ces bonifications, il n'y a pas ou peu d'intérêt à partir plus tôt car la pension serait faible.

Le Compte Epargne Jour Retraite (CEJR) a « en partie » compensé la fin des bonifications :

- Par exemple, un agent embauché en 2015 (après le 1<sup>er</sup> janvier 2009) et qui a totalisé 40 ans de services actifs, aura acquis 400 jours de CEJR, ce qui lui permet de partir en congés 2 ans plus tôt. La différence, c'est qu'au lieu de partir directement en retraite et de percevoir une pension, il partira, dans un premier temps, en congé CEJR, ce qui lui permettra de bénéficier de droits d'entreprise (évolutions SNB, attribution d'avancements aux choix, gains de trimestres pour le calcul de la retraite ...) pour augmenter sa future pension de retraite. A la fin du congé CEJR, il basculera à la CNIEG.

**Attention, si le projet est appliqué, la durée des services actifs montera progressivement de 17 à 19 ans pour bénéficier d'un départ anticipé de 5 ans. De même, le CEJR n'existera plus pour les nouveaux embauchés étant donné qu'il n'y aura plus de départs anticipés pour eux mais le C2P (Compte Professionnel de Prévention).**



## Vote du Budget Primitif 2023

Pour : **CGT (12), CFDT (1) - Abstention : FO (2), CFE/CGC (1)**

**BUDGET Global des Activités Sociales : 153 912,09 € (- 653,91€/2022)**



Charges Administratives SLVie et Commissions	15 750€	10,23%
Charges Administratives CMCAS	40 440€	26,28%
Réserves & provisions	0,9€	0%
Commissions d'activités	97 722€	63,49%

L'enveloppe budgétaire est constant depuis plusieurs années et reste inévitablement insuffisante. Plus que jamais, la répartition dans les Commissions d'activités a dû être rigoureuse, en équilibrant les actions de manière à satisfaire tous les bénéficiaires autant que se peut. Quant aux dépenses prévisionnelles concernant le maintien à niveau de notre patrimoine immobilier, le financement s'effectuera au moyen de nos réserves. La dotation concernant les charges administratives baisse encore (- 639€), alors que ces dépenses sont incompressibles. Aussi, afin de préserver la réalisation des activités et éviter de recourir à nos réserves, une nouvelle fois, le CA tentera de faire appel au Comité de Coordination pour bénéficier du fond de secours prévu à cet effet.

N.F.

**BUDGET des Commissions : 97 722 € (- 415€/2022)**



Jeunesse	28 200€	28,86%
Jeunes Agents	3 250€	3,32%
Santé Solidarité	26 900€	27,53%
Pensionnés	7 800€	7,98%
Arts Culture Communication	11 576€	11,85%
Sports, Loisirs Nature	19 996€	20,46%

## Compte rendu du Conseil d'Administration du 12 Décembre 2022

16 membres présents : CGT : 12 - CFDT : 1 - FO : 2 - CFE-CGC : 1 et 8 absents excusés

### Motion sur les moyens bénévoles

Motion de soutien aux 3 salariés MAD de l'UONRH sur le projet TAC

Vote à l'unanimité des 2 motions.

Point sur l'application des mesures salariales de Enedis et de GRDF aux salariés de la CMCAS

Approbation du Procès Verbal du CA du 10/10/2022

Approbation à l'unanimité des membres présents.

Approbation du Procès Verbal du Bureau du 26/09/2022

Approbation à l'unanimité des membres présents.

Changement de nom de la SLVie de Ste Geneviève rebaptisée SLVie Nord Aveyron

Approbation à l'unanimité des membres présents.

### ACTIVITES SOCIALES DECENTRALISEES :

Exercice 2022 : Point sur le suivi budgétaire

#### Exercice 2023 :

##### Commission Jeunesse :

- Augmentation du prix du cadeau de Noël à 35€ (au lieu de 33€)

- Augmentation de la tarification des Séjours Jeunes organisés par la CMCAS

- Approbation de la réglementation des Séjours Jeunes organisés par la CMCAS de Rodez

Vote à l'unanimité des 3 points par les membres présents

Approbation de la grille des coefficients sociaux 2023

Vote à l'unanimité des membres présents.

Révision des forfaits des remboursements kilométriques et des repas au 01/01/2023

Vote à l'unanimité des membres présents

Approbation à la majorité du Budget primitif

POUR : CGT (12) - CFDT (1)

ABSTENTION : FO (3) - CFE/CGC (1)

### ACTION SANITAIRE ET SOCIALE :

Approbation des dossiers d'aides validés par la Commission Santé Solidarité du 07/12/2022

Prochain Conseil d'Administration le 8 février 2023

Prochain Bureau le 23 Janvier 2023

### Grilles de participation financière 2023

#### Voyages CMCAS ou SLVies de 4 jours et + (Hors étranger)

Coefficient	Participation CMCAS
moins de 4 539 €	40%
de 4 540 à 6 812€	35%
de 6 813 à 10 213€	30%
de 10 214 à 12 485€	25%
de 12 486 à 14 751€	20%
de 14 752 à 17 024€	15%
de 17 025 à 20 429€	10%
au-dessus de 20 429€	5%
Non fourni	5%
Extérieur selon disponibilité	0%

#### Participation CMCAS Séjours Jeunes

Coefficient	%	Séjour Cirque ou Glisse (base 160€)	
		Participation arrondies	Reste à charge
0 à 10 213 €	40	64€	96€
10 214 à 14 751 €	25	40€	120€
14 752 à 20 429 €	15	24€	136€
au dessus de 20 429 €	5	8€	152€
Non Fourni et AD ext	0	0€	160€
Extérieur non OD	0	0€	185€



## Compte-rendu du Conseil d'Administration du 8 février 2023 (sous réserve de l'approbation au prochain CA)

14 membres présents : CGT : 10 - CFDT : absent - FO : 3 - CFE-CGC : 1 et 10 absents excusés

### Motion contre le projet de la réforme des retraites

#### Approbation à la majorité :

POUR : CGT (10) - CFE/CGC (1)

NE PARTICIPE PAS AU VOTE : FO (3)

### Approbation du Procès Verbal du CA du 12/12/2022

Approbation à l'unanimité des membres présents.

### Approbation du Procès Verbal du Bureau du 05/12/2022

Approbation à l'unanimité des membres présents.

### Renouvellement du Bureau de la CMCAS :

Président : Michel ARGUEL (CGT)

Président Délégué : Valentin COUVERT (CGT)

1<sup>er</sup> Vice-Président : Christian AMIEL (CGT)

2<sup>e</sup> Vice-Présidente : Céline MOREL (CFDT)

3<sup>e</sup> Vice-Présidente : Anne TERRAL (FO)

4<sup>e</sup> Vice-Président : Marc ORFEUVRE (CFE/CGC)

Secrétaire Générale : Martine OLLIER (CGT)

Secrétaire Général Adjoint : Stéphane MONCET (CGT)

Trésorier Général : Lionel FRAYSSINET (CGT)

Trésorier Général Adjoint : Raphaël DUSSUTOUR (CGT)

L'ensemble des membres du bureau sont élus à l'unanimité

### Délégations de signatures :

Président de la CMCAS : Michel ARGUEL

Vice-Président Délégué : Valentin COUVERT

Trésorier Général : Lionel FRAYSSINET

Trésorier Général Adjoint : Raphaël DUSSUTOUR

Exercice 2022 : Point sur le suivi budgétaire

### Approbation du transfert de crédit n°1

#### Approbation à la majorité :

POUR : CGT (10) - CFE/CGC (1)

ABSTENTION : FO (3)

### ACTIVITES SOCIALES DECENTRALISEES :

• Validation du devis d'expertise du cabinet STRATEGIA sur l'analyse des opportunités de contestation d'un accord de branches sur les moyens mis à disposition des activités sociales des IEG par la CMCAS de Rodez

#### Approbation à la majorité :

POUR : CGT (10) - FO (3)

ABSTENTION : CFE/CGC (1)

• Bilan des Arbres de Noël dans les SLVie de : Rodez, Saint Affrique et Millau et le Nord Aveyron.

• Point Séjour Glisse : 38 enfants inscrits, date du séjour du 19 au 25 février 2023.

### QUESTION DE PERSONNEL :

Aucun taux n'étant connu à ce jour, les avancements aux choix au 1<sup>er</sup> janvier 2023 seront validés au prochain CA.

Michel ARGUEL informe les membres du CA qu'un agent de la CMCAS de Rodez ne s'est pas vu attribuer les 2 NR au 1<sup>er</sup> janvier 2023 suivant l'accord de branche 2022 à Enedis.

L'ensemble des membres du CA de la CMCAS de Rodez apporte un soutien unanime à l'agent en espérant un dénouement rapide de sa situation.

### QUESTIONS DIVERSES :

Information sur le tarif des bracelets du Festival d'Energie à Soulac, fixé à 75€, 40€ pour les OD/AD et à 35€ pour les plus bas salaires.

La ventilation des heures des Moyens Bénévoles sera abordée au prochain CA.

Prochain Bureau le 22 Mars 2023

Prochain Conseil d'Administration le 27 Mars 2023

(Suite à l'ampleur du mouvement social dans les IEG, contre la réforme des retraites, les deux réunions ont été ajournées)

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE de la CMCAS : Jeudi 15 Juin 2023 à 14h30

Maison des associations - 15 Avenue Tarayre - 12000 Rodez

### Article 20 : Election de la Commission de Contrôle Financier :

“ Une commission de contrôle financier, dont le nombre de membres est fixé par le Conseil d'Administration de la CMCAS et qui ne peut être inférieur à 5 est élue chaque année par l'Assemblée Générale de la CMCAS.

Le pluralisme sera recherché lors de l'élection des membres de cette commission afin de tendre à la représentation de l'ensemble des organisations syndicales élues au Conseil d'Administration.

L'ensemble des ouvriers peut se porter candidat.

Les candidatures devront parvenir par écrit au Président de la CMCAS, quinze jours avant la date de l'As-

semblée Générale qui aura sur son ordre du jour l'élection des membres de ladite Commission.

Les candidats ne doivent pas être membres du Conseil d'Administration, ni occuper une quelconque fonction représentative ou administrative dans la CMCAS.

L'ensemble des candidats remplissant les conditions ci-dessus et composant une liste unique est présenté au suffrage des délégués réunis en Assemblée Générale.

Sur scrutin à un seul tour, les délégués doivent choisir, sur la liste qui leur est présentée, un nombre de candidats égal au nombre de membres de la Commission.

Sont élus, les candidats ayant obtenus

le plus de voix.”

Si vous souhaitez vous porter candidat, merci d'envoyer votre candidature :

à l'attention de Michel ARGUEL

Président de la CMCAS de Rodez

Commission de Contrôle Financier

2 rue du Gaz - BP 3113

12031 RODEZ Cedex 9

### Article 40 : Présence des bénéficiaires à l'Assemblée Générale de la CMCAS

“ Les bénéficiaires de la CMCAS peuvent assister à l'Assemblée Générale à titre auditif.”

A l'issue de l'Assemblée Générale, un verre de l'amitié sera servi aux personnes présentes.

### Robert Constans fête ses 100 ans avec le sourire

## La SLVie de Rodez fête un nouveau centenaire



Robert accompagné de son fils Jean-Marie, Solange, Jean-Paul, Michel et Audrey

Le 7 février, Robert Constans fêtait son centième anniversaire. Un jour, évidemment mémorable d'abord fêté en famille, avant un sympathique moment partagé avec les amis de la CMCAS. Natif d'Aubin, Robert commence sa vie professionnelle, il n'avait pas encore 18 ans, au service comptable du département électrique de l'usine de Viviez de la société Vieille Montagne, où travaillait déjà son père Joseph, ouvrier de maintenance. L'usine de Viviez, spécialisée dans le laminage de zinc possédait en effet un département de production et de distribution électrique, nécessaire à la production du zinc par électrolyse. Un département intégré, à l'instar de toutes les sociétés privées de production et de distribution, au

nouvel établissement public créé lors de la nationalisation de 1946. Et c'est ainsi que Robert rejoignit en toute logique la grande famille d'EDF, avec peu de temps après cette création, un poste à Saint Affrique, alors centre névralgique régional de la nouvelle entité avec le développement des grands équipements hydroélectriques du Lézérou et de la vallée du Tarn. Il y restera un peu plus

d'une année, qui lui aura permis de découvrir, rappelle-t-il, la beauté des paysages du sud-Aveyron, avant de rallier la subdivision de Decazeville. Une nouvelle affectation qui lui permet de rencontrer sa future épouse, Gilette, alors secrétaire du chef de subdivision.

En 1964, Robert et Gilette avec leurs trois enfants, Brigitte, Gilles et Jean-Marie, « montent » à Rodez. Robert, avec un poste toujours au service de comptabilité où il effectuera toute sa carrière du centre EDF-GDF ; Gilette, au service commercial. Ils s'installeront en 1965 dans leur maison nouvellement construite aux Quatre-Saisons, sur la commune d'Onet-le-Château.

La retraite venue, le temps s'écoule

entre jardinage, pêche à la ligne (que Robert pratique en ayant soin de ne pas épuiser la ressource), de longues marches quotidiennes en compagnie de Gilette « parfois plus de 10 kms », la visite des enfants, des petits-enfants, des amis, des balades dans la région et des voyages au plus long cours...

Depuis la disparition de Gilette en 2014, qu'il aura accompagnée jusqu'au bout avec un dévouement de tous les instants, Robert, qui demeure relativement autonome, occupe toujours la maison familiale. S'il a raccroché les cannes à pêche, sans oublier les coins propices au bord de l'Aveyron ou d'ailleurs, il demeure toujours partant pour une petite balade à pied, l'occasion de croiser des visages connus ou pas, avec lesquels il a toujours plaisir à engager la conversation, ou des virées automobiles un peu plus lointaines.

Son secret reste confidentiel, s'amuse-t-il, mais il réside sans nul doute dans un optimisme, une convivialité, une ouverture d'esprit, une curiosité permanente, et certainement cette pratique de la marche, du vélo dans sa jeunesse, qui représentent certainement une véritable source de jouvence.

J-M.C.

### Un week-end très attendu chaque début d'année

## Week-end Neige à Super Besse du 21 au 22 janvier



Promotion 2023



« Le centre est génial ! L'appartement, la piscine, le restaurant, le bar au top ! De la neige à gogo, on a bien profité des pistes. Le groupe super-sympa, jeunes et moins jeunes confondus.

Malgré un froid de canard, c'est un week-end toujours aussi chaleureux et un vrai plaisir de profiter tous ensemble de ce beau site »





## 58 colis gourmands distribués avant les fêtes de fin d'année

### La SLVie de Saint Affrique



Mardi 6 décembre 2022, la CMCAS de Rodez a convié les aînés de 80 ans et plus, à participer à un moment convivial autour d'un goûter organisé par les bénévoles et qui a été très apprécié par la vingtaine de participants présents. Une initiative de rencontre dans la bonne humeur, en toute simplicité, qui ne laissera que de bons souvenirs.

Durant les jours qui ont suivi, par binôme, une équipe d'une dizaine de bénévoles du Réseau Solidaire de notre SLVie a donc fait du porte à porte au domicile ou dans les EHPAD du Saint Af-

fricain, pour leur apporter ces cadeaux gourmands forts appréciés. C'est l'occasion aussi d'échanger avec ces seniors souvent isolés, à deux semaines des fêtes de fin d'année. Un contact d'autant plus important envers les plus fragiles pour maintenir du lien de proximité, les accompagner dans leurs diverses démarches, et voir s'ils ont des besoins particuliers. Les Activités Sociales ont un rôle de bienveillance et aller à leurs rencontres et échanger est très enrichissant.

M.O.

## Nos aînés à l'honneur

### La SLVie de Rodez



Nos aînés étaient plus de 60 à se retrouver à la maison des associations de Rodez, lundi 5 décembre, pour une après-midi de rencontre organisée, comme tous les ans, par les bénévoles du Réseau Solidaire de la SLVie. Après un message de bienvenue, le Président de la CMCAS, Michel Arguel, accompagné de l'Assistante « Action Sanitaire et Sociale », Audrey Valls, a fait le point sur la situation sociale dans nos entreprises et sur les menaces pesant sur l'avenir de notre CMCAS de proximité en cette fin d'année 2022. Les échanges et les discussions se sont poursuivis autour d'un verre et d'un goûter. Les participants sont tous repartis avec un petit cadeau gourmand de fin d'année offert par la CMCAS.

J-P.C.

## Retour à une pratique sportive adaptée par l'acquisition d'un fauteuil tout terrain électrique

### René COT ou la rage de vivre malgré le handicap



Nadine et René bien équipés

Amoureux des grands espaces et des grandes traversées notamment en VTT, je pratiquais celui-ci de façon régulière... et puis l'accident au détour d'un sentier pyrénéen... et la tétraplégie...

Trouver la motivation pour ne pas rester seulement en vie et avoir l'envie de « bouger » est un combat de chaque jour.

Soutenu par ma famille, j'ai pu grâce au Comité Handisport de Rodez, expérimenter la pratique du Fauteuil Tout Terrain et renouer, alors que je ne croyais pas cela possible, avec la fréquentation des sentiers de VTT... un pur bonheur !

Dès lors, avoir mon propre « engin » a constitué un objectif. Deux sociétés savoyardes produisent ce type de fauteuil. Mon choix s'est porté sur le QUADRIX Watt's 3, conçu par l'entreprise MBM, dont un des fondateurs et concepteurs est en situation de handicap moteur.

Ce fauteuil me permet avec certaines adaptations, choisies lors des tests préalables à domicile, de piloter de façon autonome, tout en étant toujours accompagné par ma famille ou les copains. Je retrouve petit à petit les sensations de ma pratique antérieure du VTT.

La pratique régulière de ce sport me permet de maintenir les quelques possibilités motrices acquises de haute lutte par la rééducation et de reculer

les effets de l'âge sur mon handicap en entretenant ma santé physique et psychique par l'exercice de cette activité pleine nature.

Merci une nouvelle fois à l'équipe de la CMCAS de Rodez d'avoir accompagné mon projet. Au plaisir de vous rencontrer sur les chemins ou de vous faire partager mon expérience...

R.C.



René retrouve ses sensations tout terrain



*Un succès qui ne se dément pas d'année en année !*

## Le séjour Glisse du 19 au 25 Février 2023



*L'important c'est le planté de bâton*



*Doucement en chasse neige*



*Toujours un plaisir avec les chiens*

Une fois de plus, c'est sous l'égide du Conseil d'Administration de la CMCAS de Rodez et grâce, entre autres, à une belle équipe homogène, une météo presque clémente et surtout 38 dynamiques enfants, que nous avons réalisé une très belle colo.

Ski, luge, cani-rando, jeux extérieurs et intérieurs, animations proposées et souvent animées par les enfants, repas toujours au sommet ont fait glisser ce séjour vers une belle réussite.

La maturité du personnel (encadrants, pro, élus) a même permis de surfer tout en souplesse sur et avec les règles de la DDSPP dont nous avons eu des félicitations pour notre gestion.

C'est donc avec un plaisir renouvelé d'année en année que je reviendrai sur ces beaux séjours.

Pour terminer cette petite palabre, une parole d'enfant présent sur le séjour qui résume bien le PAR et le POUR, pour aujourd'hui et pour demain.

*« Je retournerai dans cette colo parce qu'elle est particulière. D'abord, en tant que polyvalent, quand Adrien aura passé son BAFa et après en tant qu'animateur. Cette colo, c'est un roulement. Les enfants qui y vont, ont envie de devenir animateur pour encadrer d'autres enfants qui auront aussi envie d'être animateurs. Il n'y a que cette colo qui fait ça ! »* Maël.

Et à part la perche en haut du remonte pente, ON NE LÂCHE RIEN !

H.F.



*Visite de Laguiole sous la pluie*



*Repos des guerriers*



*On a faim ! On a faim !*

*Des enfants toujours ravis de pouvoir profiter de la poudreuse*

## Mercredis de neige



*Une pause très appréciée*

Cette année, les pistes du Bouyssou ont revêtu leurs manteaux blancs fin janvier. Les mercredis de neige ont pu démarrer sur les chapeaux de roues tant la neige était belle. Nos chers bénévoles ont pu, une fois de plus, assurer les sorties Ô combien importantes aux yeux de nos jeunes skieurs. La météo était également au rendez-vous, permettant à tout ce beau monde de profiter pleinement des pistes ! A l'heure de la pause « goûter », le chalet Marcel Paul a accueilli petits et grands pour se réchauffer autour d'un chocolat chaud tout en grignotant du pain brioché et autres sucreries.

Nous vous donnons déjà rendez-vous début 2024 pour réitérer ces sorties.

T.M.



*Vive le ski par tous les temps !*



## Festival d'Énergies de Soulac : 27 & 28 mai 2023.

Deux jours de concerts, spectacles, animations, théâtre de rue, expositions et débats proposés par les jeunes agents de France et d'Outre-Mer.

### Soulac, le Festival des Jeunes Agents

C'est avant tout une grande fête organisée POUR et PAR les agents des entreprises électrique et gazière.

Les CMCAS seront présentes sur des espaces construits et animés par leurs bâtisseuses et bâtisseurs.

Le festival est placé cette année sous un slogan particulièrement lourd de sens, au vu du contexte économique et industriel dans la branche :

« **Fiers de notre passé**

**Auteurs de notre avenir** »

Le festival trentenaire des jeunes travailleurs, a toujours été porté par des élus des Activités Sociales et des agents bénévoles qui bénéficient d'heures de détachement, mais a toujours aussi compté sur leur temps personnel. Cet engagement bénévole est au cœur des Activités Sociales, et le festival d'Énergies n'y échappe pas, avec de belles rencontres, voire des amitiés en perspective.

#### Côté pratique

##### Droit d'entrée

Signature de la Charte du festivalier. Le bracelet comprenant l'entrée au Festival, l'accès au camping.

**Prix unique:** 40€ (la CMCAS prend en charge 35€ du prix total de 75€)

**1 ouvrant droit = 1 invité (75€)**

##### Transport

Le bus partira de Mur de Barrez et passera par Entraygues puis Rodez. Les horaires vous seront communiqués ultérieurement.

##### Info hébergement

Hébergement sous tente dans un des

campings environnants (prévoir votre toile de tente et votre duvet).

**Les animaux (sauf chiens d'assistance) ne seront pas admis sur le festival.**

Cette année encore, les CMCAS de Rodez et Cahors ont choisi de partager leur espace.

##### L'espace Rodez / Cahors

Nos bâtisseurs assureront l'offre de restauration du dimanche matin avec les Tripoux et dimanche midi avec le traditionnel Aligot/Saucisse géant, prévu pour 600 festivaliers.

La CMCAS de Cahors proposera le samedi midi : Cassoulet, Cabécou et un verre de vin.

##### Inscriptions

Pour commander vos bracelets, retourner le bulletin ci-dessous à la CMCAS, accompagné du chèque correspondant, à l'ordre de la CMCAS

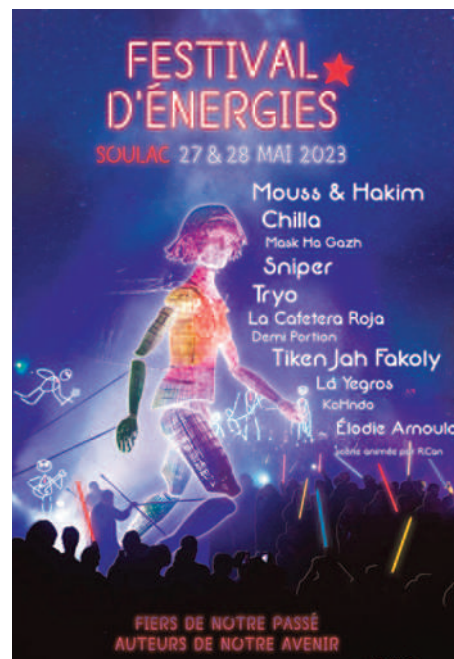
**Avant le 7 Avril 2023**



Mask Ha Gazh



La Cafetera Roja



Chilla



Demi Portion



Mouss & Hakim



Commande de Bracelets d'accès au Festival d'énergies					BUS	
	NOM	Prénom	Tél. (portable de préférence)	Mail	Oui ou Non	Lieu départ Mur de Barrez, Entraygues ou Rodez
<b>OD (40€)</b>						
<b>Invité (75€)</b>						
<b>AD (40€)</b> (Mineurs accompagnés de l'OD / gratuit pour < 15 ans)						

J'autorise les Activités Sociales de l'Énergie (CCAS et CMCAS) à publier les photographies sur lesquelles j'apparais ainsi que mes AD et mon invité sur tous les supports de diffusion relatifs aux Activités Sociales de l'énergie : édition papier, réseaux sociaux ou multimédia pour une période de 5 ans.

## Les Arbres de Noël dans nos SLVie

### Rodez, Espalion, Villefranche, Decazeville



*Brelock s'invite sans gêne*

L'Arbre de Noël des SLVie de Rodez, Espalion, Villefranche et Decazeville

s'est tenu le 9 décembre dans la belle salle de la Doline à Sébazac. Finis virus et barrière, c'est avec un réel plaisir qu'enfants et parents se sont retrouvés nombreux autour du spectacle « *Le Noël de Brelock* » pour suivre les facéties de Brelock. Le Père Noël, fidèle au rendez-vous, avait investi cette année dans un beau fauteuil rouge pour immortaliser l'instant avec les enfants sages. La soirée s'est poursuivie autour du pot de l'amitié offert à tous par la CMCAS. Un grand merci aux



*Heureux de se retrouver*

bénévoles fidèles, très attachés à la réussite de cette soirée.

J.P.B.

### Nord Aveyron



*Le Père Noël bien entouré*

Le 13 décembre 2022, la SLVie Nord Aveyron (anciennement de Ste Geneviève) organisait son Arbre de Noël avec les actifs et leurs enfants, ainsi

qu'avec les inactifs, autour d'une soirée festive : un spectacle pour petits et grands avec « *Récré Magic* » et la remise des cadeaux par le Père Noël, suivi d'un apéro et du repas. Pour nous, il était important d'organiser cet événement, pour garder un lien social entre jeunes et anciens. Nous étions environ 90 personnes, tout âge confondu. Une soirée réussie, un moment très convivial et festif que tout le monde attend pour attaquer la fin d'année. Je tiens à remercier toute l'équipe qui s'est démenée pour l'organiser dignement. A très



*Nombreux autour d'un repas festif*

bientôt pour de nouvelles aventures et en attendant, prenez soin de vous et de vos familles.

J.B.

### Saint Affrique et Millau



*Distribution des cadeaux par le Père Noël*

Samedi 10 décembre à midi, les bénéficiaires (actifs, enfants et inactifs) étaient invités aux festivités de Noël. Une cinquantaine de convives ont répondu présent et c'est dans une excellente ambiance que s'est déroulée la fête. Repas festif à midi, concocté par le Restaurant « *Les Coopérateurs* » de l'entrée au dessert, à Millau. Le caricaturiste DAF, bien connu du Sud-Aveyron, a croqué petits et grands durant les agapes.

Vers 16h, tout ce petit monde s'est retrouvé au théâtre « *La Fabrick* » pour assister au spectacle « *La Robe Rouge de Nonna* ». C'est le titre d'un texte de

Michel Piquemal et son adaptation à la scène a été présentée par la Compagnie Ephémère. Ce spectacle nous parle de notre époque contemporaine, étayée sur ces deux piliers opposés que furent d'un côté le « noir » des chemises de la dictature fasciste et d'un autre côté « le rouge » du cœur des humanistes. « *Nonna ! Pourquoi tu chantes toujours en italien ?* » demande une petite fille à sa grand-mère. Nonna lui raconte alors l'histoire de la famille... Enfant, Nonna vivait en Italie. Son père, ouvrier communiste et athée, veut croire en une société plus équitable et chante souvent des chants révolutionnaires. Quand Mussolini arrive au pouvoir, en 1922, la famille devient la cible des chemises noires. Le jour où, c'est à Nonna qu'ils s'en prennent, parce qu'elle porte une robe rouge, ses parents décident d'émigrer en France...

Nonna va transmettre à sa petite-fille les origines de son existence : l'amour, l'exil, le Fascisme, la soif de liberté. Une grande importance est accordée à la musique et au chant. Nonna se remémore ses souvenirs d'enfance à travers

des chansons italiennes comme « *Bella ciao* » qu'elle ne cesse de fredonner. Lorsque l'on est contraint de quitter précipitamment son pays d'origine, il reste en mémoire et en souvenir, des sons, des musiques, des odeurs, des images. On ne quitte jamais véritablement son pays. Ces souvenirs restent gravés comme preuve de notre existence. Savoir d'où l'on vient pour savoir où l'on va. Après la représentation, bien sûr, le Père Noël était lui aussi invité et a distribué à tous les enfants présents cadeaux et friandises. Des étincelles dans les yeux, tous étaient contents de l'accueillir et de prendre une photo avant qu'il ne reparte vers d'autres cieux car des journées fatigantes l'attendaient... S'en est suivi un goûter agrémenté de fouace, de jus de fruits et de vin blanc à la liqueur de châtaignes pour clôturer cette journée réussie, festive et intergénérationnelle. Les absents ont eu tort de rater ces moments car des bénévoles très engagés, œuvrent pour créer et conserver ces liens de proximité. Bravo à vous tous !

M.O.



Entre vœux et randonnée, toutes les occasions sont bonnes pour partager la galette

## La SLVie de Saint Affrique



Meilleurs vœux autour de bonnes galettes

S'il est une tradition très agréable en ce début d'année, c'est bien la galette des rois. Le 24 janvier 2023, la SLVie de SAINT AFFRIQUE avait convié les bénéficiaires à partager cette douceur. Les 40 participants l'ont dégustée et ont passé un après-midi particulièrement agréable et convivial et ont trin-

qué à la nouvelle année. Ce moment de partage et de bonne humeur a été apprécié de tous et au fil de la joyeuse dégustation des galettes, quelques fèves ont été trouvées ici et là et les reines et rois du jour ont été coiffés des précieuses couronnes.

M.O.



On recharge les batteries

Jeudi 12 janvier 2023, 12 randonneurs de la SLVie de St Affrique, accompagnés d'une vingtaine de randonneurs des Cardabelles et Randonneurs du Vabrais, ont parcouru 10 kms au départ de Lauras via St-Privat Soulsou et Canissac. Randonnée suivie de la dégustation de la traditionnelle galette des rois dans la bonne humeur.

Y.S.

## SLVie de Villefranche



Des retrouvailles attendues

Le jeudi 5 janvier 2023, la SLVie de Villefranche a convié tous ses Ouvrant Droits / Ayant Droits pour partager la galette des rois, un rendez-vous désormais habituel en ce début d'année. Dès le milieu de l'après-midi, sont arrivés les premiers retraités, très vite au nombre d'une bonne trentaine. L'assemblée a essayé de patienter un peu

pour attendre les actifs jusqu'à 17h30... Mais la tentation a été la plus forte. Heureusement, la part de nos jeunes travailleurs avait été « mise à l'abri » et en fin de journée, nous étions tout juste quarante gourmands à lever nos coupes de cidre en se souhaitant « uno bouno annado ». A signaler la bonne participation remarquée de nos collègues actifs... Une assistance nombreuse qui a fait bien plaisir aux organisateurs ainsi qu'à Brice, notre Président de SLVie. C'est à la nuit tombée, que chacun est retourné chez soi en se promettant de revenir bientôt chemin du Radel pour un autre moment de partage...

JM.V.

## SLVie de Lozère



Le 20 janvier, la SLVie de la Lozère fêtait les rois. Une nombreuse assemblée s'est retrouvée pour une chaleureuse soirée au-

tour d'une raclette qui s'est achevée par la dégustation des galettes des rois concoctées par nos soins et grandement appréciées. Un grand merci aux petites mains qui nous ont aidé à la réussite de cette soirée. J'espère que nos futures activités soient aussi suivies et chaleureuses pour que perdure notre SLVie.

B.J.

Un voyage à travers les étoiles d'Holiday on Ice au Zénith de Montpellier

## SLVie de Saint Affrique et Millau fêtent ses femmes



Dans le cadre de la journée Internationale des droits de la Femme, les SLVie de Millau et de St Affrique ont participé au spectacle sur glace : SUPERNOVA.

Ce 8 mars 2023, 37 participantes Sud-Aveyronnaises ont regagné en bus le Zénith de Montpellier pour assister à cette comédie haute en couleur, costumes fabuleux, décors flashy et images 3D éblouissantes. Après 3 ans d'absence, SUPERNOVA, c'est une histoire sur l'amour et la vie, qui rend hommage à la beauté de notre Terre et nous embarque pour un autre monde. Il nous rappelle que le partage, l'amitié et l'amour ne connaissent pas de frontières terrestres. Des images spectaculaires qui mettent en valeur le patinage

artistique de haut niveau et les arts aériens à couper le souffle. La championne multimédaillée, Sarah Abitbol, y interprète deux numéros sous le signe de l'espérance où elle raconte son incroyable histoire de championne et de femme, qui, a su renaître de ses cendres. La féerie sur glace a charmé les participantes qui ont oublié cette triste Terre, le temps du spectacle, à la découverte de planètes insolites, d'êtres magiques dans une grande aventure cosmique où l'amour rime avec toujours.

M.O.

## “ La Trilogie ”

Claude MICHELET



### *Des grives aux loups*

Saint-Libéral, petit village de Corrèze, début du XX<sup>e</sup> siècle. Dans la neige crissent trois paires de sabots. Les enfants relèvent les collets. Sept grives. C'est un beau butin. Qu'à l'approche des loups il faudra leur abandonner. Ce qu'il faut laisser derrière soi, déjà, pour survivre ! Plus tard, faute de grives, ils sacrifieront les coutumes d'antan, un savoir-faire dépassé, un père, une mère, une terre. Nous sommes en 1914, et les loups ont passé les Vosges...

### *Les palombes ne passeront plus*

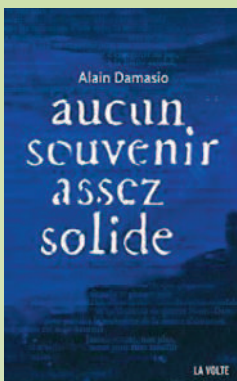
Si l'orage de la Grande Guerre est passé loin de Saint-Libéral, le sillon qu'elle a laissé n'en est pas moins profond. Le vieux monde a disparu. Les paysans n'en sont plus. Jean-Edouard Vialhe lui-même, le têtù patriarche, en convient. C'est à son fils, et à ses petits-enfants, de composer avec la modernité. Une modernité faite de nouvelles saignées, de nouveaux défis, de nouvelles misères.

### *L'appel des engoulevents*

1974. Comme une nichée d'oiseaux, les Vialhe se sont éparpillés. Certains sont tombés, loin des terres corréziennes, d'autres poursuivent encore ailleurs leur vol. Seule une poignée d'entre eux tâche de maintenir le domaine. Bon an mal an, Saint-Libéral est déserté. La toute nouvelle génération hésite à revenir, comme les engoulevents, au nid qui les a vus naître. Les engoulevents, dit-on, chantent aussi la mort... En ces heures d'exode, le glas du village a-t-il vraiment sonné ?

## “ Aucun souvenir assez solide ”

Alain DAMASIO



Une cité de phares noyée par des marées d'asphalte où la lumière est un langage. Une ville saturée de capteurs qui dématérialise les enfants qui la traversent. Un monde où la totalité du lexique a été privatisée. Un amant qui marche sur sa mémoire comme dans une rue. En dix nouvelles ciselées dans une langue poétique et neuve, Alain Damasio donne corps à cet enjeu crucial : libérer la vie partout là où on la délave, la technicise ou l'emprisonne.

Redonner aux trajectoires humaines le sens de l'écart et du lien. Face aux hydres gestionnaires qui lyophilisent nos cours, l'imaginaire de Damasio subvertit, perfore les normes et laisse à désirer.

C'est un, appel d'air précieux dans un présent suturé qui sature.

## Îles Flottantes



### Ingrédients pour 4 personnes

- 60 g de sucre
- 30 cl de lait
- 2 c à café d'extrait de vanille
- 2 pincées de sel
- 2 œufs
- Caramel, amandes effilées

### Crème anglaise :

Faire bouillir le lait avec la vanille.

Pendant ce temps, mélanger le jaune d'œuf (réserver le blanc d'œuf pour la suite) avec 15 g de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter le lait chaud à la préparation et remettre sur le feu jusqu'à ce que le mélange épaississe.

Agiter sans arrêt à l'aide d'une cuillère en bois, ne pas faire bouillir la crème. La crème est prise lorsqu'elle nappe la cuillère.

Réserver au réfrigérateur.

### Les îles :

Monter les blancs en neige avec la pincée de sel. Au fur et à mesure, ajouter 15 g de sucre.

Une fois les blancs bien fermes, les mettre dans un récipient, les faire cuire 1 minute au micro-ondes à basse température.

Verser la crème anglaise dans un plat et déposer des morceaux de blancs en neige dessus.

Arroser les îles de caramel et d'amandes effilées selon votre convenance.

Déguster, bon appétit !