



# Cers et Tramontane

CMCAS - AUDE PYRÉNÉES-ORIENTALES

N°49  
JANVIER  
2023

**HISTOIRE DES  
ACTIVITÉS SOCIALES p.10**

**RÉTROSPECTIVES**

- FÊTE DE LA CMCAS
- CIRQUE DE NOËL

**p.14**

## 3 ÉDITO

## ACTUALITÉS

L'ÉGALITÉ DES GENRES  
LE SCANDALE DES DÉSERTS SANITAIRES

# 4

## 10 DOSSIER

HISTOIRE DES ACTIVITÉS SOCIALES

## INFORMATIONS

AIDE FAMILIALE AUX FRAIS DE GARDE  
BIBLIOTHÈQUE DE CARCASSONNE  
LES JARDINS FAMILIAUX DE LA CMCAS

# 12

## 14 RÉTROSPECTIVES

FÊTE DE LA CMCAS  
CIRQUE DE NOËL

## ACTIVITÉS CMCAS ACTIVITÉS ANNUELLES

# 18

## 23 PERMANENCES

JOURNAL DE LA CMCAS DE L'AUDE ET DES PYRÉNÉES-ORIENTALES

Directeur de la publication : Julien Rabillard.

Technicien de Communication : Mickaël Delclève.

Comité de Rédaction : Julien Rabillard, Michel Mas, Nathalie Buffet, Anthony Saint-Martino, Yannick Germa, Jordan Cordesse.

Crédits Photos : photothèque CMCAS, photothèque CCAS, Pixabay, Adobe Stock.

Impression : Imprimerie RIVET Presse édition, 24 rue Claude-Henri-GORCEIX BP15577, 87022 LIMOGES CEDEX 9.

Accueil téléphonique et physique : 04 68 58 92 03 (prix d'un appel local depuis un poste fixe) de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Antenne de Carcassonne : Site Enedis ZA de Prat Mary, Boulevard Nicolas Poussin, 11000 CARCASSONNE.-

Antenne de Perpignan : 96 avenue de Prades BP 20133, 66001 PERPIGNAN Cedex.

Antenne de Narbonne : 18 avenue du Champ de Mars, 11100 NARBONNE.

E-mail : [cmcas.apo@asmeg.org](mailto:cmcas.apo@asmeg.org)

Site Internet : [www.cmcas-apo.fr](http://www.cmcas-apo.fr)





## **Chèr(e)s collègues,**

Avant de vous faire part de sujets d'actualités au sein de nos activités sociales mais aussi dans nos entreprises, le conseil d'administration de la CMCAS Aude Pyrénées Orientales vous souhaite à

toutes et tous de bonnes fêtes de fin d'année dans la joie et la bonne humeur.

Comme vous devez le savoir, des mesures salariales de branche ont été signées par l'ensemble des organisations syndicales. A la suite, des négociations par entreprise ont vu le jour. EDF a ouvert le bal suivi par GRDF, ENEDIS et RTE en bon dernier. Toutes les entreprises hormis GRDF et RTE ont obtenu 2NR pour tous. Au moment où je vous parle, les Gaziers de Perpignan entament leur 5eme semaine de grève, RTE est en grève depuis plus d'une semaine à présent afin d'obtenir également 2 NR, et non un seul accompagné de primes comme cela leur est proposé.

Nous ne sommes et ne serons jamais d'accord avec les primes ! Nous avons vu ce que cela a donné les années précédente. Les primes, bizarrement, disparaissent d'une année sur l'autre sans que nous ayons notre mot à dire.

**C'est pour cela que la CMCAS APO apporte tout son soutien à nos collègues grévistes Gaziers et agents RTE.**

À ce jour, des négociations sont en cours sur le nouvel accord « moyens bénévoles » qui permet aux activités sociales de vivre. Les nouvelles ne sont pas radieuses de ce côté là non plus.

Notre direction a un but bien précis : détruire nos activités sociales. Mais pourquoi ? Aujourd'hui le seul bien commun qu'il reste aux Electriciens et Gaziers, actifs comme inactifs, est bel et bien les Activités Sociales. Pour tous les Electriciens et Gaziers, la disparition des Activités Sociales serait un réel désastre social.

**Nous vous invitons donc tous à rejoindre les futurs mouvements qui vous seront proposés.**

Passons du côté des retraites, le gouvernement a annoncé une nouvelle réforme des retraites en début d'année 2023. Encore une fois, les Electriciens et Gaziers vont être heurtés de plein fouet par cette réforme.

Pourquoi vouloir détruire des régimes qui fonctionnent ? Je vous laisse y réfléchir. C'est pour cela que nous allons devoir encore montrer toute notre solidarité et faire preuve de courage, de détermination pour faire flancher les décisions de nos « politiques », complètement déconnectés de la réalité.

Finissons sur une bonne note... Nous tenons toutes et tous à vous remercier pour votre forte mobilisation sur les initiatives proposées cette année comme la fête de CMCAS et aussi le Noël de nos enfants.

J'espère vous retrouver nombreux sur les prochaines activités avec toujours le même sourire et la même détermination : le maintien de nos Activités Sociales.

**Julien Rabillard**  
**Président de la CMCAS**  
**Aude Pyrénées-Orientales**

## L'ÉGALITÉ DES GENRES

Selon L'UNESCO, toutes formes de discrimination fondées sur le genre sont des violations des droits humains. Les femmes et les hommes doivent jouir de l'égalité des chances, des choix, des capacités, du pouvoir et du savoir en tant que citoyens égaux. Doter les filles et les garçons, les femmes et les hommes de connaissances, de valeurs, d'attitudes et des compétences nécessaires pour s'attaquer aux disparités entre les genres est une condition préalable à la construction d'un avenir durable pour tous.

Les femmes et les filles représentent la moitié de la population mondiale et donc la moitié de son potentiel. L'égalité des sexes, en plus d'être un droit humain fondamental, est essentielle à la mise en place de sociétés pacifiques dotées d'un plein potentiel humain et d'un développement durable. De plus, il a été démontré que l'autonomisation des femmes stimule la productivité et la croissance économique.

Toutefois, il reste encore beaucoup à faire pour parvenir à la pleine égalité des droits et des chances entre les hommes et les femmes, estime ONU-Femmes, l'entité des Nations Unies chargée de promouvoir l'égalité des sexes et l'autonomisation des femmes. Il est primordial de mettre fin aux multiples formes de violences basées sur

le genre et d'assurer aux femmes et aux filles, aux hommes et aux garçons, un accès à une éducation et à une santé de qualité, à des ressources économiques et de leur garantir une participation à la vie politique. Il est également primordial d'assurer l'égalité des chances dans l'accès à l'emploi et aux postes de direction et de prise de décision à tous les niveaux.



La répartition des richesses entre les femmes et les hommes reste inégalitaire : les hommes possèdent en moyenne 50 % de plus (épargne, salaire, possession) que les femmes. La crise sanitaire du Covid-19 a aggravé les violences basées sur le genre et creusé davantage le fossé entre les plus riches et les plus pauvres dans le monde entier.



Sources :

<https://www.unesco.org/fr/gender-equality>

<https://www.un.org/fr/gender-equality/index.html>

## Le reste du monde

Seuls **58 pays** autorisent l'avortement sans condition

En **Russie**, 456 professions sont directement interdites aux femmes.

Dans au moins **16 pays**, la majorité juridique des femmes n'est pas reconnue.



## Quelques dates clés

**1946**

L'égalité entre hommes et femmes inscrite dans le Préambule de la constitution : « la loi garantit à la femme, dans tous les domaines, des droits égaux à ceux de l'homme ».

**1972**

Une loi pose le principe de l'égalité de rémunération.

**2021**

Loi visant à accélérer l'égalité économique et professionnelle : quota de 40% de femmes aux postes de grandes entreprises.

**1944**

Droit de vote et d'éligibilité des femmes.

**1965**

Les femmes peuvent gérer leurs biens propres et exercer une activité professionnelle sans le consentement de leur mari.

**1982**

Le 8 mars devient la journée pour les droits des femmes.



Une égalité forcée et imposée par des lois, des « quotas ». Est-ce réellement l'unique solution pour ouvrir les mentalités de chacun et amener vers le chemin d'une réelle égalité ?

La notion d'égalité devrait être un principe même d'éducation, il est de la responsabilité de chacun de gommer l'antagonisme femme/homme qui dure depuis bien trop longtemps.

Ce sont ces principes qui irriguent le projet éducatif de la CCAS et qui

se trouvent en bonne place dans les orientations votées par le CA de la CMCAS APO. Aussi, nous invitons toutes celles et ceux qui souhaitent co-construire un projet d'activités sur ce thème à participer à un temps d'échange et de partage convivial.

# LE SCANDALE DES DÉSERTS SANITAIRES

Dans nos départements de l'Aude et des Pyrénées Orientales, comme dans toute l'Occitanie, la fracture sanitaire touche des centaines de milliers de patients. L'accès aux soins est alarmant, notamment dès lors qu'il s'agit de trouver un spécialiste.

Une récente étude de l'UFC que choisir, révèle l'état déplorable de l'accès aux soins en France. Un Français sur 4 n'a pas accès à un médecin généraliste. L'étude porte sur l'accès direct aux soins selon 4 catégories de médecins :

**Ophthalmologistes**  
**Généralistes**  
**Gynécologues**  
**Pédiatres**



Les dérives des dépassements d'honoraires creusent la facture sanitaire :

- **8 Français sur 10** ont des difficultés pour accéder à un ophtalmologiste au tarif de la sécurité sociale.
- **3,5 milliards d'Euros** ont été payés par les usagers en dépassement d'honoraires en 2022 ! Difficile de trouver un médecin pratiquant le tarif de la sécurité sociale.
- **Dans 29% des cas** c'est le frein financier qui explique le renoncement aux soins des patients.

Lorsque l'on ne prend en compte que l'accès aux médecins ne pratiquant pas de dépassement d'honoraires, la pénurie de médecins augmente de manière affolante :

- La part des enfants vivant dans des déserts médicaux pédiatrique, passe à **46,8%**.
- Les femmes vivant dans des déserts médicaux gynécologique passe à **66,8%**.



Seules les grandes villes seraient moins impactées. L'accès à la médecine de ville est particulièrement compliqué pour les spécialistes. Cette étude montre qu'en France :

- **19%** des habitants soit 12,3 millions de personnes, résident dans un désert médical pour l'ophtalmologie ;
- **23,6%** des femmes n'ont pas accès à un gynécologue ;
- **27,5%** des enfants sont privés de pédiatre à moins de 45 minutes de chez eux.

**Nous sommes tous concernés !  
Exigeons l'égalité de traitement de tous les usagers, une véritable protection sociale et une politique de santé pour tous, et ce quels que soient nos revenus et quel que soit notre lieu de résidence !**



# LES MOTS DES SLVIE

## SLVIE 02

### Chers bénéficiaires,

Le nouveau bureau de la SLVie « la NARBONNAISE » est heureux de pouvoir vous proposer pour l'année 2023 de nouvelles activités qui nous l'espérons vous satisferont. Nous avons à cœur de maintenir et de développer une dynamique intergénérationnelle sans oublier la culture qui a notre sens est très importante pour notre émancipation ainsi que les activités physiques.

C'est pour cela que les activités que nous allons proposer tout au long de l'année

seront ouvertes et accessibles à tous. Nous souhaitons vous rencontrer le plus souvent possible pour que vous puissiez nous dire ce qu'il vous conviendra.

Nous mettrons, dans nos projets 2023, beaucoup d'énergie à réactiver et développer au mieux le réseau solidaire pour répondre à nos engagements fondamentaux d'entraides de la CMCAS.

À très vite

*Le bureau de la SLVie*

## SLVIE CARCASSONNAISE

La SLVie Carcassonnaise a cette volonté de tisser un lien direct avec vous. Elle est un véritable lieu de proximité, de démocratie et d'expressions de vos besoins. La SLVie la Carcassonnaise souhaite vous proposer des activités physiques sportives, de loisirs et culturelles. Dans ce domaine-là, le bureau de la SLVie souhaite construire avec vous de nouvelles activités qui correspondent à vos attentes tout en respectant les orientations politiques de la CCAS et du Conseil d'Administration de notre CMCAS (APO) dont nous sommes les garants. Le travail collectif est donc une règle d'or afin de partager ensemble des expériences novatrices et porteuses de valeurs humaines et sociales.

*Le bureau de la SLVie  
Carcassonnaise*





## SLVIE 05

**Chers bénéficiaires de la SLVie Aspres Roussillon, notre SLVie totalise un grand nombre de bénéficiaires actifs et pensionnés, répartis sur 68 communes.**

Les élus du bureau de la SLVie, au nombre de cinq, s'investissent dans son fonctionnement :

- Président : **Aurélien SOULFOUR** ;
- Vice-Président : **Mathieu ICART** ;
- Secrétaire : **Alain ECKERT** ;
- Correspondant : **Yann THEVENON** ;
- 2ème Vice-Président : **Rémi DIMUR**.

Cette structure a son assemblée générale. C'est un moment fort pour son fonctionnement avec son bilan et la construction collective de son futur plan d'action. Elle permet surtout de prendre connaissance de tous les aspects de la CMCAS APO, de s'informer, de débattre, de proposer, de prendre des décisions ainsi que d'exprimer des vœux collectivement.

C'est aussi le lieu pour élire les membres du bureau de la SLVie, les délégués de liste et suppléants pour l'assemblée générale de la CMCAS.

Très prochainement, un local SLVie doit être mis à notre/votre disposition par ENEDIS, sur le site de Perpignan, en attendant, pour tout contact, vous pouvez vous rapprocher de

l'antenne CMCAS de Perpignan qui prendra vos remarques et suggestions, ou de vos représentants de SLVie.

Prendre un peu de votre temps, pour continuer l'histoire de vos activités de proximité et vous rapprocher de votre SLVie, c'est agir pour faire perdurer le Par et le Pour. C'est également :

- Développer le Réseau Solidaire ;
- Convoyer les jeunes pour qu'ils puissent partir en colonies de vacances ;
- Proposer, animer des activités, y participer ;
- Créer du lien dans l'ensemble des activités liées aux actions sanitaires, sociales et de préventions.

Les Activités Sociales sont nôtres, continuons à les faire vivre.

Nous vous rappelons que votre bibliothèque de Perpignan ouvre les mardis et jeudis après-midi de 14h à 17h. Vous pouvez les contacter par téléphone (04 68 89 56 57). De nouveaux livres sont disponibles et n'attendent que vous.

A très bientôt.

***Pour le bureau de la SLVie,  
son secrétaire Alain Eckert.***



## HISTOIRE DES ACTIVITÉS SOCIALES

**L'histoire des Activités Sociales de l'énergie est indissociable de l'histoire du mouvement ouvrier, des luttes sociales et syndicales.**

**1** A la veille du Front populaire, le Comité intersyndical des services publics de la région parisienne décide en 1934 de prendre en charge les besoins sociaux des gaziers et électriciens. Ce premier réseau d'œuvre sociales est l'une des réponses du syndicalisme au paternalisme des grandes compagnies. Il préfigure ce que sera le CCOS, puis la CCAS après la nationalisation des IEG.

**3** Le 8 avril 1946, la loi de nationalisation de l'électricité et du gaz défendue par Marcel Paul, ministre communiste de la production industrielle et ancien secrétaire général de la fédération CGT de l'éclairage, est publiée au journal officiel. Deux grands établissements publics sont créés : Electricité de France et Gaz de France.



**2** À la libération, le gouvernement provisoire de la République Française met en œuvre le programme du Conseil national de la Résistance (CNR) adopté dans la clandestinité par l'ensemble des forces politiques et syndicales engagées dans la Résistance : création de la Sécurité Sociale et des Comités d'Entreprises, vague de nationalisations.



**4** Le 22 juin 1946, le statut national du personnel des industries électriques et gazières est approuvé par décret. Contrat de travail inédit prévoyant l'instauration d'œuvres sociales gérées exclusivement par les représentants actifs et inactifs, élus des salariés. Des avancées considérables sont au cœur du statut : des objectifs économiques et sociaux aux services des usagers des entreprises nationalisées comme élément du service public, au service de la reconstruction du pays, puis de son indépendance énergétique, ainsi que l'accès pour tous à l'électricité.

**5** En corollaire, le 27 janvier 1947 est créé le Conseil Central des Œuvres Sociales (CCOS). Marcel Paul en devient le Président. Son financement original est basé sur les ventes d'électricité et de gaz : 1% minimum des recettes hors taxes d'EDF GDF.

Le CCOS se structure progressivement en 9 départements distincts : jeunesse, sports, activités de plein air, arts et culture, santé, cantines, coopératives, mutuelles-solidarité et administration générale.



**6** En 1949, les 92 caisses mutuelles complémentaires et d'action sociale sont mises en place alors appelées CAS. Les CAS gèrent le régime général d'assurance maladie des Industries électriques et gazières (IEG), complémentaire au régime de la sécurité sociale, ainsi que certaines activités décentralisées telles que les associations sportives ou les arbres de Noël.

**7** Des conquêtes sociales toujours menacées  
Les lois de Nationalisation, le statut du personnel des IEG et les Activités Sociales de l'Energie sont jalonnés par une succession de mobilisations et de défense des acquis.

**8** Le 18 février 1951, un coup de force met fin à la gestion des œuvres sociales.



**9** Le gouvernement dissout le CCOS. Une « délégation provisoire » est mise en place, désignée par les directions générales de deux entreprises et par le ministère de tutelle.

**10** Le 3 février 1955 : un décret ministériel introduit la création de la CCAS et du Comité de Coordination des CMCAS. Mais le montant de la somme prélevée sur les ventes d'énergie hors taxe est ramené de « 1% minimum » à « 1% maximum ».

**11** Il comporte un certain nombre de remise en cause fondamentales de l'esprit du statut de 1946. Ses administrateurs ne sont plus élus au suffrage direct, mais désignés par le ministère de tutelle. Ses missions sont élargies, notamment à l'action sanitaire et sociale et la restauration méridienne.

**12** Le 17 janvier 1957 : première réunion du Comité de coordination des CMCAS, Marcel Paul en est élu Président.

**Vous souhaitez en savoir plus ?**

Alors rendez-vous dans le prochain Cers et Tramontane pour en apprendre plus sur l'histoire des Activités Sociales.



## AIDE FAMILIALE AUX FRAIS DE GARDE

**Vous avez des enfants âgés de 3 mois à 3 ans et vous les faites garder par une nounou agréé, en crèche, MAM, ect... Alors vous êtes concernés par cette aide :**



Ce dispositif permet de proposer une aide à la famille, quel que soit le nombre d'enfants. Le montant de cette aide annuelle varie de 150 € à 400 € par enfant selon le coefficient social de la famille et dans la limite des frais engagés. Les critères de cette aide seront réévalués chaque année.

Cette aide soumise à un coefficient social est accessible à l'ensemble des parents salariés des Industries électriques

et gazières ayant un ou plusieurs enfants âgés entre 3 mois et 3 ans (aide jusqu'à la rentrée à l'école dans l'année des 3 ans). Ce dispositif est étendu aux 7 ans de l'enfant lorsque ce dernier est en situation de handicap. L'aide est complémentaire au CESU de Branche, que les salariés peuvent solliciter auprès de leur employeur.

L'Aide familiale à la petite enfance sera versée directement aux parents, sur présentation de justificatifs : dernier avis d'imposition, factures des frais de garde d'enfant, justificatif de la MDPH pour les enfants en situation de handicap au-delà de 3 ans.

## BIBLIOTHÈQUE DE CARCASSONNE

La bibliothèque a réouvert ses portes au 38 de la rue Fédou à Carcassonne, anciennement Espace Culturel Marcel Paul. Venez vous cultiver, vous divertir, emprunter des livres gratuitement, vous aurez accès à un grand nombre d'ouvrages. N'hésitez pas à partager vos coups de cœur et vos prochains souhaits de lecture avec les bénévoles qui vous accueilleront avec beaucoup de plaisir.

**Ouverture tous les mardis après-midi de 14h à 16h30 sauf pendant la vacances.**



# LES JARDINS FAMILIAUX DE LA CMCAS

Les **jardins ouvriers** sont créés en 1896 par l'abbé Jules-Auguste Lemire à l'époque député-maire, dans le but d'améliorer le sort des ouvriers grâce à la mise à disposition d'une parcelle par les municipalités qui serait vouée aux cultures potagères.

Après la seconde guerre mondiale, les jardins ouvriers sont devenus des jardins familiaux car la mise à disposition de parcelles de terrain s'est ouverte à d'autres catégories socioprofessionnelles. L'appellation a changé mais l'objectif est resté le même à savoir disposer, moyennant une redevance annuelle, d'un jardin familial pour les loisirs, la culture de fleurs, de fruits et légumes de son choix en excluant tout usage commercial.



Aujourd'hui, avec l'attrait pour le jardinage, les légumes bio, la traçabilité des produits consommés, les circuits courts, le développement durable et la préservation de la planète, de plus en plus de villes et de communes, réinvestissent du foncier pour le consacrer à des jardins familiaux et jardins partagés, vecteurs de lien social à nouveau recherché.

La CMCAS APO dispose de plusieurs jardins familiaux mis à disposition des bénéficiaires. Moyennant une **participation annuelle de 25€** vous pourrez utiliser une parcelle tout au long de l'année.

Disposer d'un potager, c'est avoir l'assurance de manger des produits frais et naturels. C'est aussi l'occasion de partager ses connaissances et expériences en matière de jardinage. Ici, l'échange et l'entraide sont de mise.



Si vous souhaitez obtenir une parcelle dans l'un des 6 jardins gérés par la CMCAS à Castelnaudary, Carcassonne, Limoux, Lézignan, Narbonne et Sigean, contacter votre SLVie ou l'accueil de la CMCAS - 04 68 58 92 03 - [cmcas.apo@asmeg.org](mailto:cmcas.apo@asmeg.org)

Dans les villes qui ne disposent pas de jardins et en fonction des demandes, le conseil d'administration pourrait lancer une étude pour créer d'autres jardins familiaux.

## FÊTE DE LA CMCAS

Cette année encore, la fête de la CMCAS a connu un franc succès. Grâce à votre mobilisation, la question du maintien ou non de notre fête, ne se pose plus. Cette initiative reste un moment privilégié où nous avons l'occasion d'échanger, de partager sur les sujets d'actualité qui portent à réflexion.



Cette année encore, la **fête de la CMCAS** a connu un franc succès. Grâce à votre mobilisation, la question du maintien ou non de notre fête, ne se pose plus.

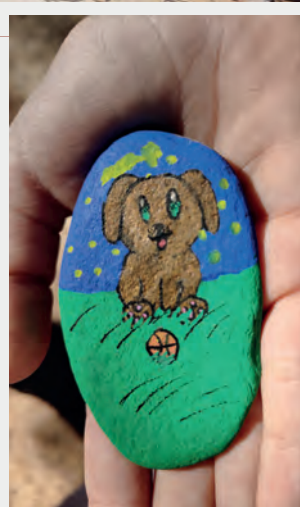
Cette initiative reste un moment privilégié où nous avons l'occasion d'échanger, de partager sur les sujets d'actualité qui portent à réflexion.

Avec une **hausse de fréquentation de plus de 150%**, nous avons dû réserver 32 gîtes supplémentaires, sur le village de vacances voisin, Azureva.

Le « **Par et le Pour** » tient une place primordiale au sein des activités sociales ; beaucoup de sections d'activités étaient présentes pour présenter et faire partager leur passion : golf, couture, chorale...

Certains bénéficiaires ont également régalé petits et grands au travers d'ateliers créatifs tels que la confection de marionnettes, la peinture sur galets ou encore lors d'un bivouac festif.

**Les électriciens et gaziers s'impliquent chaque jour pour porter les activités sociales au plus haut.**



Nous avons vécu un grand moment d'émotion, avec la présence sur notre fête des bénévoles de l'association SOS Méditerranée. Au côté de leur stand, les bénévoles de la Cmcas ont pu récolter des fonds par la vente du livre pour enfants, En Vie, financé par la CMCAS.

**Au total, ce sont 1300 euros qui vont être versés à l'association, pour financer l'achat de 32 gilets de sauvetage.**



Tous nos remerciements et une attention particulière sont adressés aux **professionnels et bénévoles** du Territoire Aude Pyrénées Orientales qui travaillent toute l'année pour que la fête se déroule dans des conditions optimales, tout comme les saisonniers et agents conventionnés du Village Vacances de Saint-Cyprien qui œuvrent au bon déroulement de cette manifestation.

Comme vous le savez certainement, nous sommes toujours en perpétuelle recherche de bénévoles pour développer le « **Par et le Pour** » si essentiel pour nos activités sociales.

Dans le contexte sanitaire que nous venons de vivre, une grande majorité d'entre nous a réalisé que le lien social avec nos familles, collègues, amis, nous est cher.

Malgré une dotation financière en constante baisse de la part des employeurs, nous nous

engageons à maintenir et développer une fête à la hauteur de vos attentes.

Pour cela, nous vous invitons à vous rapprocher de vos Sections Locales de Vie (SLVie) pour connaître vos besoins et envies, afin d'être au plus proche de vos aspirations.

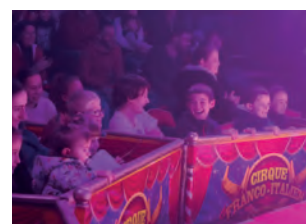
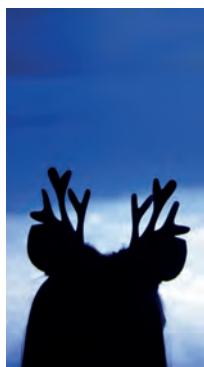
**Le souhait des élus de la CMCAS reste votre satisfaction pleine et entière. Nous espérons vous retrouver chaque année de plus en plus nombreux sur ce week-end festif, convivial, avec de larges sourires, gages de notre réussite.**



# CIRQUE DE NOËL

Quel plaisir de se retrouver une fois de plus pour ouvrir la période des festivités de Noël tous ensemble. Que d'étoiles dans les yeux des enfants face à l'immense chapiteau invitant au spectacle clownesque.

500 bénéficiaires dont 200 enfants sont venus fêter Noël avec nous et s'éblouir devant clowns, acrobates, chameaux, chevaux et autres artistes au cours de cet arbre de Noël féérique.



Le spectacle terminé, à l'aide d'une carte aux trésors, les enfants ont joué à retrouver nos lutins pour la distribution des cadeaux, le goûter et bien entendu et le tant attendu le père Noël...



Les lutins



La carte aux trésors





Du courage, des sourires, et parfois quelques larmes il aura fallu à nos enfants pour repartir avec le **Saint Graal** :

### La photo avec le papa Noël

Souvenir de cette après-midi qui, nous espérons, restera dans leur mémoire.



Le Conseil d'administration tient à remercier tous les lutins qui ont œuvré dans l'ombre pour que cette journée soit une réussite ainsi que tous les participants petits comme grands sans lesquels il n'y aurait plus d'intérêt à organiser de tels événements.

**Nous vous souhaitons encore de bonnes fêtes de fin d'année.**

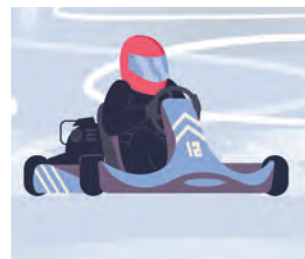
# ACTIVITÉS CMCAS

## KARTING SUR GLACE



La SLVie La Narbonnaise vous propose une soirée ludique et sensationnelle ! Venez découvrir et apprécier la conduite en kart sur glace ! Sensations garanties avec ambiance sons et lumières sur une piste de 800m<sup>2</sup>. Chaque participant pilotera sur 3 sessions de 6 minutes. De 20H30 à 23H15.

- **Lieu et horaire :** Rdv à 20H00, Patinoire Espace Liberté 11100 Narbonne.
- **Date limite d'inscription :** 1<sup>er</sup> Février 2023.
- **Transport :** Individuel.
- **À partir de :** 18 ans.
- **Tarifs : OD/AD :** de 4€ à 24€ (coef social) **Extérieur :** 35€.



## SÉJOUR SKI MONT-BLANC



Pour les passionnés de montagne et autres mordus de la poudreuse, la SLVie de Carcassonne propose un séjour à Morillon en Haute Savoie du 12 au 19 mars 2023. Cette Activité est ouverte à tous les OD et AD de la CMCAS APO, ainsi qu'aux invités dans la limite des places disponibles fixée à 35 participants.

Vous serez accueillis dans le centre CCAS de MORILLON le 12 mars en début d'après-midi. L'activité durant le séjour est axée sur le ski alpin qui pourra vous faire découvrir le domaine skiable du Grand Massif avec ses 5 stations reliées. La participation financière comprend l'hébergement, la restauration, une partie des activités ...

- **Lieu et horaire :** Morillon Les Miaux.
- **Date limite d'inscription :** 08 février 2023.
- **Transport :** Individuel, covoiturage.
- **À partir de :** 18 ans.
- **Tarifs :**



Tranche	T1	T2	T3	T4	T5	T6	Extérieur
Coefficient	< 12530	< 17000	< 21830	< 26500	< 41000	≥ 41000	
Adultes	178€	186€	193€	200€	209€	212€	215€
Monoparentaux	169,10€	176,70€	183,35€	190€	198,55€	201,40€	

*Pour les forfaits nous pourrions bénéficier d'un tarif groupe à partir de 20 participants. Forfait 6 jours Grand Massif à 230.40€ (Tarif public 321.00€)*

**Pour tous renseignements complémentaires n'hésitez pas à appeler la CMCAS, ou les responsables du séjour : Tolsa Francis au 06.07.99.93.43 et Didier Germain au 06.72.62.63.68.**

# SÉJOUR ANDALOUSIE

5 au 12  
Octobre  
2023

Nous vous proposons un voyage « tout compris » avec un acheminement en bus au départ de Perpignan, Narbonne et Carcassonne, direction Toulouse - Malaga en avion.

Au programme : Costa del Sol, Ronda, Arcos, Séville, Cordoue, Grenade, Sierra Nevada et Nerja.

Ce séjour comprend 8 journées et 7 nuits.

- **Lieu et horaire** : À définir avec le voyageur, l'info vous sera communiquée ultérieurement
- **Date limite d'inscription** : 20 janvier 2023
- **Transport** : Bus et avion
- **Tarifs : OD/AD** : 1410€ / pers. | chambre individuelle, 1680€ / pers. (4 places disponibles)

*Règlement possible en plusieurs fois sans frais (février à septembre 2023), 8 mensualités de 176,25€ ou 8 mensualités de 210€ en chambre individuelle.*

Scannez et  
découvrez !



**Pour les activités CMCAS :**  
**Inscription auprès des antennes de CMCAS au 04 68 58 92 03**  
**ou par mail : [cmcas.apo@asmeg.org](mailto:cmcas.apo@asmeg.org)**

# ACTIVITÉS ANNUELLES

## CHORALE À PERPIGNAN



Oui, chanter est une activité qui améliore la santé. Chanter favorise : l'élimination du stress, permet de chasser les idées noires, donne confiance en soi, améliore les capacités respiratoires et améliore la créativité. Alors rejoignez-nous vite !

- **Lieu et horaire :** Les mardis de 12H00 à 13H15 de Janvier à Juin et Septembre à Décembre - Salle de droite en descendant sur parking Enedis 96 Av. de Prades, Perpignan.
- **Tarifs :** OD/AD : 100€ - **Extérieur :** 125€.
- **Renseignements :** contactez votre CMCAS au 04 68 58 92 03.

## YOGA À PERPIGNAN



La section Yoga accueille actifs et inactifs à venir s'essayer à cette activité. Si vous avez envie de vous déconnecter, de passer un moment agréable ou de vous concentrer sur votre respiration et votre environnement, alors n'hésitez plus et faites partie de ceux et celles qui optent pour une activité bien être qui aide à lutter contre le stress ! Activité encadrée par un Professeur

- **Lieu et horaire :** Les jeudis de 12H00 à 13H00 de Janvier à Juin et Septembre à Décembre - Salle des maquettes, Antenne Perpignan, 96 route de Prades Perpignan.
- **Tarifs :** OD/AD de 40€ à 215€ (coef social) - **Extérieur :** 234€.
- **Renseignements :** Auprès de Mme Elise Rouquet au 06 08 92 25 24 ou contactez votre CMCAS au 04 68 58 92 03.

## RANDONNÉES PÉDESTRES



La section Rando organise des randonnées à la journée (départements 11 et 66) comprises entre 12 et 14 Km et de 300 à 500 m de dénivelé. Une fois par mois, nous organisons une randonnée plus difficile jusqu'à 800 m de dénivelé.

- **Lieu et horaire :** Les mardis à 8H00 – Place Jean Bouin Perpignan.
- **Tarifs :** Gratuit.
- **Repas :** Tiré du sac (individuel).
- **Renseignements :** Arnau José au 06 87 48 00 10.

## ATELIER PEINTURE À ST CYPRIEN

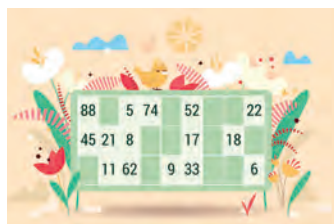


L'atelier Peinture est accessible aux personnes désireuses de s'initier ou de s'améliorer à l'art de plusieurs techniques de peinture (huile, acrylique, aquarelle, etc.). Tout cela dans une ambiance de convivialité et d'échanges, permettant à chacun(e) une évolution à son rythme. Nous espérons vous retrouver parmi nous.

- **Lieu et horaire :** Chaque semaine les mardis de 14H00 à 17H00 de Janvier à Juin et Septembre à Décembre – Village Vacances CCAS, cami de la mar, St Cyprien.
- **Tarifs : OD/AD :** 15€ - **Extérieur :** 40€.
- **Renseignements :** Auprès de Mme Labau Martine au 06 79 85 43 52 ou contactez votre CMCAS au 04 68 58 92 03.

## LOTO À SAINTE MARIE

Venez passer une après-midi conviviale autour d'un loto et d'un goûter, avec vos jetons ou sans !



- **Lieu et horaire :** Les jeudis à 14H00 de Janvier à Juin et Septembre à Décembre – Village Vacances CCAS, Av du Stade, Sainte Marie la Mer.
- **Tarifs :** Loto à prix coutant, règlement sur place.
- **Renseignements :** Petalas Georges au 06 89 35 75 18.

## BIBLIOTHÈQUE A PERPIGNAN



Cet endroit est propice au « Plaisir de Lire ». Des romans de toutes sortes, des bandes dessinées pour tout public, un département jeunesse (du petit âge à l'adolescence) et bien d'autres livres vous attendent. Bien mieux dans les mains que sur l'étagère !

- **Lieu et horaire :** Les mardis et jeudis de 14H00 à 17H00 – Bibliothèque Enedis, 96 Route de Prades Perpignan.
- **Tarifs :** Gratuit.
- **Renseignements :** auprès de la bibliothèque au 04 68 89 56 57.

## PETANQUE A SAINTE MARIE



Pétanque à la mêlée ! Venez passer un moment convivial et sportif autour d'une après-midi Pétanque une fois par semaine.

- **Lieu et horaire :** Les vendredis de Janvier à Juin et Septembre à Décembre – Village Vacances CCAS, Av du Stade, Sainte Marie la Mer.
- **Tarifs :** Gratuit.
- **Renseignements :** Varin Jean-François au 06 75 55 43 87.

## ZIG-ZAG COUTURE GAZ-ELEC



Cours de couture dispensés par une intervenante titulaire d'un diplôme d'état : création de vêtements, accompagnement dans la réalisation de vêtements ou autre « idées ». Chacun(e) amène sa machine à coudre ou surjeteuse ainsi que ses fournitures personnelles : fils, papier calque ou papier de reproduction de « patrons ».

- **Lieu et horaire :** Les jeudis de 14H00 à 17H00 de Janvier à Juin et Septembre à Décembre – Village Vacances CCAS, cami de la mar, St Cyprien.
- **Tarifs : OD/AD :** de 43€ à 253€ - **Extérieur :** 275€.
- **Renseignements :** Guinot Sylvie au 06 51 74 29 33, ou contactez votre CMCAS par téléphone 04 68 58 92 03.

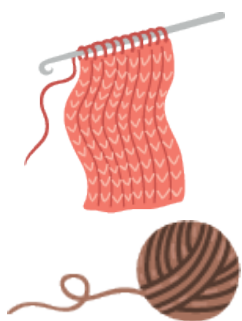
## SECTION MARCHÉ À STE MARIE



La section Marche vous propose des promenades afin de maintenir des liens de solidarité et d'amitié tout en pratiquant une activité physique.

- **Lieu et horaire :** Les mardis de Janvier à Juin et Septembre à Décembre- Village Vacances CCAS, Av du Stade, Sainte Marie la Mer.
- **Tarifs :** Gratuit
- **Renseignements :** Gallo Maurice au 06 21 99 25 46

## SECTION CROCHET À PERPIGNAN



Débutant ou confirmé, venez découvrir et pratiquer le crochet tout au long de l'année à raison d'une heure par semaine.

- **Lieu et horaire :** Les mercredis de 12H30 à 13H30 à partir du 11/01/2023 - Salle de droite en descendant sur le parking ENEDIS 96 route de Prades 66000 Perpignan.
- **Tarifs :** Gratuit.
- **Renseignements :** Auprès de votre CMCAS au 04 68 58 92.

**Inscription auprès des antennes de CMCAS au 04 68 58 92 03  
ou par mail : [cmcas.apo@asmeg.org](mailto:cmcas.apo@asmeg.org)**

# PERMANENCES

## HORAIRES ET LIEUX

Les permanences de l'Action Sanitaire et Sociale ont lieu sur les antennes sur RDV en téléphonant au 04 68 58 92 03. Découvrez le planning des permanences ci-dessous, sous réserve d'indisponibilités et/ou d'impondérables. Si tel était le cas, vous en serez informés sur le site [www.cmcas-apo.fr](http://www.cmcas-apo.fr) et sur vos antennes.

### ANTENNES

Point d'accueil	Adresse	Ouverture
Carcassonne	Site Enedis ZA de Prat Mary, Boulevard Nicolas Poussin	Le lundi et mardi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00
Perpignan	96, avenue de Prades	Le lundi, mardi et mercredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h
Narbonne	18 avenue du Champ de Mars	Le lundi, mardi et mercredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

### SLVies

Lieux des permanences	Jour et horaires
SLVie Asprès-Rousillon (Village Vacances Saint-Cyprien)	Semaine impaire, le jeudi de 13h30 à 16h00, sauf juillet et août
SLVie Agly (site de Rivesaltes)	Semaine impaire, le jeudi de 9h00 à 11h30, sauf juillet et août
Village Vacances Sainte-Marie	Semaine paire, le jeudi de 13h30 à 16h00, (sauf pendant l'ouverture du village vacances)
SLVie Haute-Vallée (Site d'Axat)	<b>Sur rendez-vous</b> contacter la CMCAS 04 68 58 92 03
SLVie Roussillon (Nouveau site à venir)	
Village Vacances Matemale	
SLVie La Carcassonnaise Antenne Castelnaudary Site de Prat Mary	

### CAMIEG

Antennes CMCAS	Horaires	Dates
Perpignan	À partir de 11h	05/01   16/03
Narbonne	À partir de 10h30	13/01   10/02   10/03

Veillez prendre RDV au moins 48h avant le jour de la permanence (jours ouvrés). **Retrouvez les nouvelles modalités de prise de rendez-vous en ligne sur le site [www.camieg.fr](http://www.camieg.fr) ou par téléphone au 05 81 91 65 10 (service gratuit + prix d'appel).**



# Séjour Ski Mont-Blanc

**Scannez et  
découvrez !**



*Informations en page 18*



## Noël des pensionnés des Pyrénées Orientales

Le Noël des pensionnés des Pyrénées Orientales a été marqué par la venue de nos collègues techniciens du gaz de perpignan.

Ces derniers ont accueilli nos pensionnés à la descente des bus par une haie d'honneur ; un moment fort dans nos Activités Sociales, et nous les en remercions.

C'est avec conviction que nous avons pris la parole, la trésorière générale de la CMCAS Aude Pyrénées Orientales et moi-même, afin d'informer nos collègues pensionnés de la situation actuelle de ces agents en lutte.



La haie d'honneur des gaziers à l'arrivée des pensionnés



Les gaziers sont venus rejoindre le Président de la CMCAS sur l'estrade, devant 300 pensionnés des IEG des Pyrénées Orientales

Par ces quelques lignes, nous voulons réaffirmer haut et fort que les Activités Sociales de l'Énergie les encouragent et les soutiennent dans leur combat. Une lutte qui dure, au moment où je vous parle, depuis 6 semaines et qui va se prolonger durant les fêtes de fin d'année. Leur revendication principale reste inchangée : 1 NR de plus pour tous (40 euros brut).

Nous tenions aussi à vous remercier pour l'élan de générosité et de solidarité dont vous avez fait preuve à leur égard. A votre demande, nous avons mis à disposition une boîte à don afin de leurs apporter tout notre soutien.

Aujourd'hui, comme nous avons pu en discuter ensemble, le seul et unique lien qu'il nous reste dans nos entreprises, est bel et bien les Activités Sociales de l'Énergie.



Soutien et venu de Sebastien Menesplier



L'ASS a passé des entretiens avec chaque Gaziers, parfois dans une voiture, afin de préserver la confidentialité

Cet article, comme vous pouvez le constater, est agrémenté de plusieurs photos de leurs luttes mais aussi de la présence des professionnels du territoire dans des conditions difficiles au vu de la période. L'important est d'être à leur côté le plus souvent possible.

Nous espérons qu'ils auront eu gain de cause lorsque le Cers et Tramontane arrivera dans vos boîtes aux lettres.

Nous tenions à remercier plus particulièrement Mireille pour son engagement sans faille, pour tout ce qu'elle peut apporter en soutien aux agents : gâteaux, présence accrue sur le piquet de grève...

Ses encouragements et sa présence sont soulignés lors de chaque intervention de nos gaziers.

Nous sommes fiers de constater qu'au sein d'une société de plus en plus individualiste, nous sommes toujours solidaires les uns envers les autres.

Vous avez déjà dû recevoir une communication, dans laquelle figure le lien vous permettant aussi de participer à une cagnotte en ligne. Merci pour eux.

Fraternellement,  
**Julien Rabillard**



Soutien et venu de Sebastien Menesplfer



Nicolas Garcia, maire communiste d'Elne, est descendu de son bureau pour venir soutenir les gaziers dans leur lutte