



Bulletin semestriel édité par le Groupe Vauclusien des retraités de la Poste et d'Orange

Téléphone : 04 90 82 54 65 Courriel: [anr.84@orange.fr](mailto:anr.84@orange.fr)

Adresse Postale : ANR 84  
4, rue des quatre vents  
84140 MONTFAVET

Adresse du site Internet de l'ANR 84: <http://www.ANR84.fr/>

### *Le mot de la présidente*



Toute l'équipe du bureau vous souhaite de passer un agréable été.

Toutefois, n'oubliez pas de régler votre cotisation, il y a quelques retardataires.....

C'est avec nos cotisations que nous pouvons fonctionner, nous sommes tous des bénévoles.

Pour réduire nos frais de fonctionnement, vous trouverez sur ce journal les sorties programmées pour le second semestre.

**Conservez les il ne sera pas envoyé d'autres bulletins pour ces inscriptions.**

La messe « dite des truffes » à Richerenches aura lieu le Dimanche 21 janvier 2024 à 10 h.

A la fin, l'apéritif est offert et un grand repas a lieu, entièrement aux truffes (75€ environ)

Pour ceux qui envisagent d'y participer merci de m'en informer :

soit en téléphonant au 06 08 63 60 73

soit par mail: [francette9.reynes@orange.fr](mailto:francette9.reynes@orange.fr)

N'envoyez pas de chèque, je vous contacterai dès que j'aurai le prix, il faudra faire vite pour les réservations début Octobre.

Francette



Marc

Notre ami Marc MAYNEGRE nous a quittés subitement le 27 février dernier, il est allé rejoindre son épouse Françoise qui lui manquait tant.

Au cours de ses « promenades », ce passionné d'Histoire, nous a fait connaître Avignon et son passé dans les moindres détails : ses rues, ses hôtels, ses Eglises et les évènements qui l'ont façonné, sans oublier le cimetière St Véran.

Le journal qu'il avait créé « La Fontaine de Pétrarque » ne paraîtra plus  
Ses conférences nous passionnaient :

-de l'absinthe au Pastis, l'histoire de Jules Pernod

-la vie de Pierre Boule, la « Réglisse » De Florent à Haribo, le « Félibrige, sur les pas des primadies »

Nous le remercions pour tous ces bons moments passés ensemble.

Francette

## Rétrospective !!!!



Poêlée de cuisses de grenouilles

Le journal de Décembre 2022 est paru avant que nous ayions eu le temps de relater notre sortie du 10 Novembre au col de Penedis.

Le car affichait complet, dommage il n'y avait pas d'« impériale » comme au bon vieux temps pour prendre d'autres participants !

Pour nous faire digérer la dangerosité de la route : passages très étroits par endroit à vous donner des frissons, le guide du restaurant a stoppé le bus sur un promontoire d'où on dominait la région et nous a expliqué la vie de ces habitants des Cévennes, il y a quelques années.

Si la saison des châtaignes était passée, comme bons franchouillards que nous sommes, nous avons dégusté avec plaisir les grenouilles n'en plaisent à nos voisins d'outre-manche.

Le retour s'est effectué sans encombre, certains d'entre-nous ont ramené en souvenir un COVID !!!!il fallait bien en parler, mais...

c'est un vieux souvenir !!!!

Francette

## Sont venus nous rejoindre :



PRENAT Elisabeth  
ALVAREZ Denis  
DESSAUD Marie Jeanne

PARISE Marius  
ALVAREZ Colette

## RICHERENCHES :



La fameuse...

Cette année nous étions 36 à avoir fait le chemin jusqu'à Richerenches pour déguster l'omelette aux truffes. Mais gourmets oblige, il est envisagé de participer à la Messe « dites des truffes » en 2024.

André Samuel toujours fidèle au poste a accompagné la confrérie des gourmets de truffes de l'ANR pour une visite du Musée, de l'Eglise et bien sûr une ballade sur le marché. Déception cette année, les truffes étaient à prix exorbitant.

Rendez-vous l'an prochain le 3ème Dimanche de Janvier, mais attention il faudra prévoir un délai pour trouver un parking.

# ASSEMBLEE DEPARTEMENTALE 2023



Notre Assemblée Départementale s'est déroulée le 23 mars 2023, à Pernes les Fontaines en présence de 60 adhérents.

Madame Marie-Claude Vattement, secrétaire générale de l'ANR siège, nous a fait l'honneur de présider cette réunion.

Le bureau qui n'avait pas interrompu ses activités, peut maintenant se réunir en présentiel.

Les trésoriers apprécient l'augmentation du nombre d'adhérents qui ont opté pour le prélèvement automatique de la cotisation.

**Vous pouvez toujours choisir cette option il suffit de nous demander un imprimé.**

Les bénévoles, toujours aussi volontaires, ont pu distribuer les colis de Noël comme prévu. Cette année 142 de nos collègues en ont bénéficié et n'oublient pas de nous remercier.

L'organisation du bureau a peu changé, si ce n'est qu'au niveau des trésoriers :

Marie-Hélène passe trésorière principale, secondée par Michel et Martine.


Les cotisations sont toujours à envoyer à Michel au 314, rue Henri Barbusse à Avignon.

Gérard étant absent pour quelque temps, Martine Adamantiadis et Gisèle Cornille intègrent le bureau en tant que vérificateurs des comptes. Nous les remercions.

Vous trouverez l'intégralité du compte-rendu de l'AD sur notre site : [www.anr84.fr](http://www.anr84.fr)

Francette

## Anniversaires de mariage :

	SARLIN Guy et Josiane  55 ans <b>Noces d'ORCHIDEE</b>	CUCUMEL Paul et Marguerite  60 ans <b>Noces de DIAMANT</b>	DAVID Daniel et Françoise  65 ans <b>Noces de PALISSANDRE</b>
---	---	--	---

## Loto et galette du Samedi 28 Janvier 2023



*Une des nombreuses tables*



*La table gourmande*

90 inscrits 80 présents 77 participants pour 8 quines et 5 cartons pleins récompensés par :  
- des paniers de spécialités alimentaires et des colis de Noël (offerts par l'ANR)  
-1 Bon d'achat de 120 €  
-1 sortie pour 2 personnes aux Oursinades de Carry le Rouet (offert par les Transports ARNAUD).

Comme chaque année on peut observer qu'il y a d'heureux veinards qui doublent ou triplent leur réussite (c'est déjà arrivé...). On entend alors que pour encourager la chance et rester dans un esprit de convivialité tout en augmentant le nombre de parties et donc de gagnants, il serait d'un généreux sentiment de prolonger aussi cette journée, en remettant en jeu l'un des gains. L'initiative est bien sûr laissée aux desideratas de chacun.

Comme suite aux événements restrictifs relatifs au Covid des années précédentes, cette année la galette **était gratuite**. Le boulanger n'ayant pas semé de fèves, il n'y aura pas eu de Rois ni de Reines élus.

Cependant ce fût un bon moment de retrouvailles en cette première journée de reprise des activités.

JMK

## Merci est un tout petit mot, mais il faut savoir l'utiliser!



*Les bénévoles*

ON SAIT DIRE QUAND TOUT VA MAL, alors quand tout va pour le mieux, faisons le savoir.

Merci aux adhérents qui, en réglant leur cotisation, ajoutent un don pour contribuer à l'offre des colis de Noël pour leurs aînés. Vous avez été 142 à en bénéficier remis par 55 bénévoles qui ont sillonné les chemins du Vaucluse, du Gard, des Bouches du Rhône limitrophes pour venir vous rendre visite.

Comme chaque année vous êtes nombreux à nous remercier par téléphone, par courrier.

Il y a même des poètes, vous reconnaîtrez notre Brassens national!

“Merci à toi Francette  
Qui m'a donné un peu de joie  
Quand dans ma vie, il faisait froid.

Merci à toute l'équipe  
Qui m'a offert quelques friandises  
Quand dans ma vie soufflait la bise  
Ce n'était rien qu'un peu de miel,  
Mais il m'a réchauffé le Coeur.....”

Merci à toi Jean pour ton poème, des Jean il y en a beaucoup, mais tu te reconnaîtras.

Jeudi 6 avril nous nous sommes réunis pour faire le bilan en nous donnant rendez-vous pour Noël 2023.

Francette

## INNOVATION SOCIALE PERTINENTE : TRAJECTOIRE GRAND AGE

Le Vaucluse rejoint les autres régions pour mettre en place la TRAJECTOIRE GRAND AGE. Cette plateforme est proposée gratuitement par L'Agence Régionale de la Santé (ARS) et le Département de Vaucluse pour faciliter les démarches administratives d'inscription des personnes âgées dans les établissements de santé: EHPAD, MAISON DE RETRAITE.

La plateforme se nomme **ViaTrajectoire**

Tout se fait par ordinateur, si vous n'avez pas d'ordinateur ou si maîtrisez mal l'informatique, une personne de votre entourage ou votre médecin traitant pourra vous aider.

### Etape 1/// Créer mon dossier

\*Rendez-vous sur le site : <https://trajectoire.santé-ra.fr/Grandage> et laissez-vous guider

\*cliquez sur **Créer mon dossier**

\*compléter vos informations personnelles

### ETAPE 2/// Déclarer mon médecin traitant

\*renseigner son médecin traitant

\*votre dossier est transmis automatiquement à votre médecin

\*vous pouvez prendre rendez-vous avec lui pour qu'il complète la partie médicale.

### ETAPE 3/// Sélectionner les établissements

\*une fois votre dossier complété, vous pouvez rechercher parmi tous les établissements d'accueil qui s'affichent, celui ou ceux qui vous correspondent.

\*vous disposez de nombreux critères de recherche afin que les résultats proposés répondent parfaitement à vos besoins et envies.

### ETAPE 4/// Envoyer une ou plusieurs demandes

\*plusieurs établissements vous sont proposés : vous n'avez plus qu'à sélectionner ceux auxquels vous souhaitez envoyer votre dossier.

**\*une fois vos demandes envoyées, vous pouvez consulter votre dossier et l'état de vos demandes en temps réel.**

### ETAPE 5/// Consulter les réponses

\*vous avez reçu plusieurs réponses positives : il ne vous reste plus **qu'à les accepter ou les refuser en un clic**. Les établissements seront automatiquement informés.

Pour info : des collègues me font part de leur expérience dans d'autres régions et s'en sont trouvés satisfaits : *« c'est simple d'utilisation et on a une bonne visibilité des établissements »*

## Une annonce de InfoAvignon.com :

*« La chorale vauclusienne SPECTACULART devient la plus grande chorale de France »*



Billetterie sur le site  
[www.spectaculart.fr](http://www.spectaculart.fr)

ou auprès des grandes enseignes  
Fnac, Cultura, Auchan etc...

**RENDEZ VOUS** pour les spectacles des 9 ou 10 Juin 2023 au Théâtre Antique d'Orange

# SORTIE du 21 septembre 2023

## JOURNEE COCHON GRILLE EN ARDECHE

**7h45 Départ de CARPENTRAS (Place Terradou)**

**8h30 Départ d'AVIGNON (CAP SUD PORTE 4)**

Départ en direction de VOGUE

### **10H : VISITE GUIDEE DU CHATEAU DE VOGUE.**

Le château de Vogüé, situé au bord de la rivière Ardèche, domine l'un des plus beaux villages de France. Il est encore aujourd'hui la propriété d'une des grandes familles qui a marqué l'histoire du Vivarais, celle des marquis de Vogüé. La visite vous entraînera à travers l'histoire de cette bâtisse et de la famille de Vogüé, à la découverte de ses intérieurs tels que le cachot, la chapelle ou la salle des Etats de Vivarais. Depuis le jardin suspendu dit jardin de la marquise, lieu enchanteur, vous aurez une splendide vue sur le village et les monts ardéchois.

### **12H : DEJEUNER AU RESTAURANT MENU :**

**Kir ou Cocktail maison sans alcool**  
**Salade gourmande et sa Terrine Maison aux cèpes et châtaignes**  
**Cochon grillé à la broche servi à volonté**  
**Pommes de terre, crème ciboulette et poêlée de légumes**  
**Brie maison**  
**Pâtisserie du chef et sa boule de glace**  
**Vins en tonneau et Café**

### **15H : VISITE GUIDEE DU MAS DAUDET**

Voyagez dans le temps en visitant ce lieu à l'architecture et aux collections remarquables.

Dans les caves et la cour de travail, revivez les gestes et les savoir-faire de nos anciens (distiller l'alcool, battre le fer, presser les olives, décortiquer les châtaignes...) puis dans la magnanerie vivante pénétrez dans l'univers du ver à soie, de l'œuf au papillon. Ensuite dans les salons bourgeois, laissez-vous guider par Alphonse Daudet : son écriture fine, sa famille, ses frasques de jeunesse sont autant d'occasions de découvrir l'auteur des Lettres de mon Moulin (portraits, correspondances, effets personnels,...).

**Visite guidée suivie d'une dégustation de produits du terroir.**

### **16H30 : Retour Avignon pour une arrivée vers 19h.**

**L'ANR participe au coût de la sortie . Prix de la journée : 70 euros pour les adhérents**

**Vous pouvez inviter vos ami(es) : 75 euros pour les non-adhérents**

**Bulletin d'inscription à découper suivant le pointillé à transmettre avant le 4 SEPTEMBRE 2023.**

Faire parvenir ce bulletin accompagné de votre chèque libellé à l'ordre de « ANR VAUCLUSE »

A l'adresse suivante : ANR 84                      4 rue des quatre vents  
84140-MONTFAVET

.....  
**Sortie ARDECHE**

**Mme, Mr.....Numéro de téléphone portable :**

**Nombre de personnes : ..... X 70€ =                      ci-joint chèque de :**

**Nombre de personnes : ..... X 75 € =**

**Lieu de ramassage souhaité :                      cocher la case souhaitée**

<b>CARPENTRAS TERRADOU</b>	<b>à 7H45</b>	<input type="checkbox"/>
<b>Cap Sud porte 4</b>	<b>à 8H30</b>	<input type="checkbox"/>

## L'Opéra Théâtre d'Avignon a réouvert ses portes :



*La façade*



*Le Lustre*



*Le plafond*



*La salle du Public*

Nous fûmes une quinzaine de personnes curieuses de découvrir le nouvel Opéra Théâtre d'Avignon après sa restauration. Deux jeunes étudiants Manon et Hugo nous ont accueillis et agrémentés la visite depuis le sous sol jusqu'au « pigeonnier » le 4 ième niveau.

Un petit rappel : Le bâtiment de style gréco-romain date de 1822 et a demandé 3 ans pour sa construction. Il subit un incendie en 1846 mais sera rebâti au même emplacement.

La plus grande transformation fût en 1976 avec l'avancée du 1<sup>er</sup> balcon et le démontage du lustre à gaz. L'extérieur accueille les clients par sa façade ornée de figurines du roi René et de Pétrarque et les statues de Racine et Molière de part et d'autre de l'escalier d'entrée. On trouve aussi les figures du musicien Litz et du philosophe Diderot qui seraient les théoriciens de l'histoire de ce théâtre.

L'Opéra Théâtre emploie 120 personnes à l'année, possède son propre Ballet, son Chœur, sa Maitrise, sa Troupe et son propre Orchestre. La salle Daniel Sorano renferme les différents ateliers de couture, de stockage des accessoires et des costumes. Ceux-ci sont réalisés pour chaque saison artistique et entreposés in fine dans des lieux de rangement situés en ZI de Courtine : des centaines de costumes...!

Le poids des années et ses conséquences sur certaines parties de l'édifice menacées d'écroulement, ont interpellé les Pompiers chargés du contrôle sécurité. Une restauration sécuritaire s'avèrait donc nécessaire et c'est à cette occasion que plusieurs modifications furent apportées.

Les travaux ont duré 4 années car ralenties par le Covid, les crises sociales et les conditions climatiques. Coût = 22 millions d'euros.

### Parmi les transformations on notera :

- La **création et l'aménagement de la « Salle des préludes »** en entre-sol sous la scène de l'orchestre d'une capacité de 80 personnes. Elle permet aux artistes de se rassembler lors des briefing ou pour répéter.
- Les parquets naguère recouverts de moquette ont disparu au profit **d'un plancher en chêne massif**.
- Des **trappes d'aération** au sol pour une conduction naturelle rafraichissante en cas de fortes chaleurs.
- Une **amélioration de l'acoustique**, devenue excellente en tout point de la salle. Celle-ci a gardé son style théâtre italien et s'est vue **dotée d'un lustre stylisé** de 500 kilos (designer internationale Sylvie Maréchal).
- **Proscenium amovible et agrandi**.
- Accès aux **personnes à mobilité réduite**.
- Des travaux de **désamiantage**

Le nouvel espace contient 970 places augmentées de 100 places en devant de salle, suivant les occasions.

Les nouveaux sièges ont une **armature apparente en bois** qui rassure le séant enjolivé de tissu rouge comme auparavant et sont disposés **en quinconce** pour une meilleure ouverture sur la scène.

Ils permettent maintenant d'allonger plus aisément nos jambes...! Sécurité, confort et agrément assurés pour les spectateurs.

Ce fût une intéressante visite pour ce site rénové qui a ainsi recouvré ses intenses activités culturelles.

La visite dure 1h et se déroule tous les samedis de 11h30 à 12h30.

[Téléphoner pour réserver au : 04 90 14 26 40](tel:0490142640)

Les billets sont délivrés le jour même sur place.

JM Kutek

# SORTIE DU 19 OCTOBRE :

## La Grotte Cosquer et La Cité Radieuse

**7h15** Départ de CARPENTRAS (Place Terradou)

**8h00** Départ d'AVIGNON (CAP SUD PORTE 4)

*Arrivée à Marseille à 9h30*

### 10H00 VISITE AUDIOGUIDEE DE LA GROTTTE COSQUER :

Découvrez un trésor englouti à Marseille. La Grotte Cosquer est un trésor archéologique englouti dans les calanques de Marseille. Plus de 500 œuvres d'art pariétal exceptionnelles y figurent, comprenant des représentations uniques d'animaux marins tels que des pingouins ou des phoques, de nombreux chevaux, bisons, aurochs, des représentations humaines rares, des extraordinaires empreintes de mains rouges et noires et des vestiges d'activités humaines (objets abandonnés, foyers...).

**Visite audioguidée, durée : 2h00**

### 12H30 DEJEUNER SUR LE VIEUX PORT (RESTAURANT BUFFET)

**Buffet d'entrées** : salades, charcuteries italiennes et espagnoles

**Buffet de plats** : plats provençaux et traditionnels (pieds paquets, daube, moules-frites, etc.)

Buffet de fromages

Buffet de desserts

¼ de vin et café

### 14H30 VISITE GUIDEE DE LA CITE RADIEUSE DU CORBUSIER

Elle est l'œuvre de l'architecte suisse Charles-Edouard Jeanneret, plus connu sous le nom de Le Corbusier. Première Unité d'Habitation (d'une série de 5), elle est construite de 1947 à 1952. Découvrez, en exclusivité, la Cité radieuse avec votre guide. Votre groupe visitera les différents espaces hall, rue commerçante et toit terrasse et aura également accès en exclusivité à un appartement classé Monument historique. La Cité radieuse est, depuis juillet 2016, inscrite au Patrimoine mondial de l'Unesco. **Durée : 2h**

### 16H30 DEPART POUR LE RETOUR VERS 18H .

**L'ANR participe au coût de la sortie . Prix de la journée : 90 euros pour les adhérents**

**Vous pouvez inviter vos ami(es) : 95 euros pour les non-adhérents**

**Bulletin d'inscription à découper suivant le pointillé à transmettre avant le 28 septembre 2023.**

**Attention compte tenu des contraintes de guide la sortie est limitée à 40 participants**

Faire parvenir ce bulletin accompagné de votre chèque libellé à l'ordre de « ANR VAUCLUSE »

A l'adresse suivante : ANR84 4 rue des quatre vents

84140-MONTFAVET

.....  
**Sortie MARSEILLE**

Mme, Mr.....Numéro de téléphone portable :

Nombre de personnes : ..... X 90€ =                      ci-joint chèque de :

Nombre de personnes : ..... X 95 € =

Lieu de ramassage souhaité :                      cocher la case souhaitée

CARPENTRAS TERRADOU	à 7H15	<input type="checkbox"/>
Cap Sud porte 4	à 8H00	<input type="checkbox"/>