



# le **courrier**

DES AGENTS  
DES INDUSTRIES  
ÉLECTRIQUE ET  
GAZIÈRE ET DE  
LEURS BÉNÉFICIAIRES

## SOYONS SPORT



4 **LES ACTUS...**

6 **REVUE DE PRESSE**

7 **NE RATEZ SURTOUT PAS...**

12 **BASCULEMENT DES GARANTIES « ACCIDENTELLES » ET/ OU « TOUTES CAUSES » EN GARANTIE « DÉPENDANCE »**



Prévoyance complémentaire

16 **ÇA S'EST PASSÉ...**

25 **LE SAVIEZ-VOUS...**

26 **INFOS GÉNÉRALES JEUX**

27 **BULLETINS D'INSCRIPTION**

## Septembre

- 1<sup>er</sup> au 8 septembre Séjour golfique à Kaysersberg
- 8 au 15 septembre Séjour « Marche & Découverte » à Morgat
- 12 septembre Journée Lien Social à Lion s/Mer
- 14 au 19 septembre 4 jours de VTT dans les Monts du Forez
- 22 septembre Fête des 50 ans de l'étang de Pierrefitte-en-Cinglais

## Octobre

- 28 sept au 5 oct Croisière en Méditerranée
- 9 octobre Visite du GANIL à Caen
- 10 octobre Journée Lien Social à Lion s/Mer
- 12 octobre Soirée bowling à Touques
- 12 et 13 octobre Escapade parisienne

## Novembre

- 14 novembre Journée Lien Social à Lion s/Mer
- 23 novembre Soirée Cabaret « Le P'tit Bichou » à Dives-sur-Mer
- 23 et 30 novembre Téléthon : Fil de l'Energie
- 29 et 30 novembre Téléthon : Double défi Téléthon Dronnière
- 29 et 30 novembre Forum Santé

## Décembre

- 30 nov au 2 déc Course à pied : SaintéLyon
- 7 décembre Arbre de Noël
- 12 décembre Journée Lien Social à Lion s/Mer



Caisse Mutuelle Complémentaire et d'Action Sociale  
du Personnel des Industries Electrique et Gazière du Calvados  
30 avenue Montgomery - CS 65045 - 14050 CAEN CEDEX 4



Ce journal a été imprimé sur du papier recyclé,  
avec de l'encre végétale.  
Imprimerie Nii - Colombelles - 02 31 70 88 10  
2406-0057

**SITE INTERNET** Le site de la CMCAS de Caen :  
<https://caen.cmcas.com/>



# Edito

L'année dernière nous participions au festival d'Energies à SOULAC et à notre fête de CMCAS. Après de longs mois de lutte pour conserver nos acquis au droit à la retraite, ces grands événements furent l'occasion de pouvoir tous se retrouver autour d'animations, de débats et de concerts, dans des moments de convivialité et de légèreté. Encore bravo aux membres de la commission Événementiel et tous les bénévoles qui ont œuvré pour leurs réussites.

Nous ne pouvons pas faire abstraction des accords ou décisions qui mettent à mal nos Activités Sociales, comme les accords sur les moyens bénévoles applicables de 2023 à 2029, avec une clause de revoyure en 2026 sans la participation de ma Fédération qui n'a pas signé l'accord, en effet, cet accord ne facilite en rien le développement de nos Activités Sociales.

De plus, il est bon également de rappeler la décision unilatérale des employeurs pour la fermeture d'un certain nombre de restaurants méridiens, entraînant la perte de 250 emplois, ce qui a forcé la CCAS à mettre en place un Plan de Sauvegarde de l'Emploi, dispositif inédit pour nos organismes, qui a pour conséquence le gel de l'ensemble des postes vacants à la CCAS.

En conséquence, nos structures professionnelles et élus se retrouvent en difficulté pour mettre en œuvre notre projet politique et répondre aux besoins de nos bénéficiaires.

Donc un grand merci à tous ces détracteurs, qui feront de nos Activités Sociales de demain, grâce à eux, un doux souvenir de nos jours heureux.

Malheureusement, le résultat des élections Européennes ne fait que craindre le pire pour notre pays. Il y a 80 ans, les alliés débarquaient pour anéantir le fascisme, et aujourd'hui certains votent pour qu'il revienne.

Contrairement aux partis d'extrême droite, les Activités Sociales de l'énergie prônent des valeurs de vivre ensemble, de solidarité, de tolérance.

Contrairement aux partis d'extrême droite, les Activités Sociales de l'énergie soutiennent le droit à la culture pour tous, la liberté de création et d'expression et l'émancipation de chacun.

Contrairement aux partis d'extrême droite, les Activités Sociales de l'énergie défendent une égalité de droits entre les Hommes et entre les sexes, le respect des différences et luttent contre toutes formes de discrimination, et défendent l'idée selon laquelle l'Autre est une richesse.



Valérie DELAUNAY  
Présidente de la CMCAS

Contrairement aux partis d'extrême droite, les Activités Sociales de l'énergie encouragent le débat, les échanges, la démocratie, en partant du principe que c'est ensemble que nous imaginerons une société plus juste, libre et ouverte.

Rappelez-vous que sous ses discours populistes et ses promesses de vie meilleure, le Rassemblement National est porteur d'un projet antisocial, de ségrégation raciste, la destruction de la sécurité sociale, de haine du syndicalisme, d'une remise en cause des droits humains, des libertés fondamentales, des droits des femmes...

Rappelez-vous qu'en 2022 le RN a voté contre l'instauration d'un salaire minimum dans l'union européenne et qu'en 2024 ses députés étaient absents ou se sont abstenus au moment de voter une résolution appelant à inclure le droit à l'avortement dans la charte des droits fondamentaux de l'Union Européenne. Et j'en passe !

Pour tous ceux qui sont porteurs de valeurs, tous ceux qui ont la volonté de lutter pour la justice, pour l'égalité, pour la fraternité et pour la liberté de choisir son destin, donnons-nous rendez-vous toutes et tous lors des élections législatives des 30 juin et 7 juillet ! Ne laissons pas la vague brune nous envahir.

Nous fêtons également cette année les 60 ans de la reprise des Activités Sociales par le personnel ! Alors pas d'illusions si le RN était au pouvoir demain !

« Les choix que vous faites doivent être portés par vos espoirs et non vos peurs » Nelson MANDELA

Souhaitons-nous un avenir avec des jours heureux, un été estival et festif !

A noter dans vos agendas la fête anniversaire des 50 ans de l'étang qui se déroulera le 22 septembre. Pensez à vous inscrire !

## PERMANENCES DES SLVIE

SLVIE CITIS  
DE 10H00 À 12H00

- Jeudi 5 sept
- Mardi 17 sept
- Mardi 1<sup>er</sup> oct
- Jeudi 17 oct
- Jeudi 7 nov
- Mardi 19 nov
- Jeudi 5 déc
- Mardi 17 déc

BAYEUX  
DE 15H00 À 16H30

- Jeudi 5 sept
- Jeudi 19 sept
- Jeudi 3 oct
- Jeudi 17 oct
- Jeudi 7 nov
- Jeudi 21 nov
- Jeudi 5 déc
- Jeudi 19 déc

LISIEUX  
DE 08H00 À 09H30

- Jeudi 19 sept
- Mardi 1<sup>er</sup> oct
- Jeudi 14 nov
- Mardi 10 déc

CHÂTELET  
DE 16H00 À 17H00

- Jeudi 11 juil
- Jeudi 25 juil
- Jeudi 8 août
- Jeudi 22 août
- Jeudi 5 sept
- Jeudi 19 sept
- Jeudi 3 oct
- Jeudi 17 oct
- Jeudi 31 oct
- Jeudi 14 nov
- Jeudi 28 nov
- Jeudi 12 déc
- Jeudi 26 déc

CAEN CENTRE  
UN MARDI SUR DEUX  
DE 08H30 À 10H00

- Mardi 3 sept
- Mardi 17 sept
- Mardi 1<sup>er</sup> oct
- Mardi 15 oct
- Mardi 5 nov
- Mardi 19 nov
- Mardi 3 déc
- Mardi 17 déc

SERVAL  
1<sup>ER</sup> JEUDI DU MOIS  
DE 15H00 À 16H00

- Jeudi 5 sept
- Jeudi 3 oct
- Jeudi 7 nov
- Jeudi 5 déc

KOENIG

Tous les mardis matin  
de 7h45 à 11h30

GMR NORMANDIE

Tous les jeudis  
de 15h00 à 17h00

## RENÉE LEMANISSIER, L'INCONNUE DU CCOS

Elle a été la seule femme membre du CCOS (l'ancêtre de la CCAS) et on ignore tout de son histoire : qui était Renée Lemanissier, dactylo et syndicaliste CGT ? Pourquoi n'y a-t-il aucune trace d'elle dans les archives ? Quelques éléments de réponse avec Christian Langeois, ancien président de la CMCAS de Caen, qui conduit à présent des recherches en histoire sociale.



Retrouvez l'article sur la newsletter du dernier journal de la CCAS :  
<https://journal.ccas.fr/renee-lemanissier-inconnue-du-ccos/>

## LE FOOT LOISIR À L'HONNEUR À LA CMCAS DE CAEN

Le 14 mars 2024, la section foot loisir de la cmcas de Caen effectuait son grand retour en championnat du Calvados.

Après avoir recruté de nouveaux joueurs et relancé administrativement les licences « loisir », l'équipe de foot EGAS\* de la CMCAS de CAEN composée d'un tout nouveau bureau présidé par Arnaud DELILLE accompagné du coach Vincent BATAIS et Johnny LE MANACH en suppléant, a retrouvé dans la plus grande joie et motivation le chemin des demi-terrains.

Le foot loisir consiste à se retrouver autour d'une passion commune sans les obligations et contraintes de la compétition, de 16 ans à sans limite d'âge, filles et garçons, électriciens ou gaziers, le but est de s'éclater ensemble et de passer un bon moment sportif que ce soit sur l'herbe ou le synthétique.

Notre terrain est situé à Grentheville, et pour nos premiers matchs nous avons eu à cœur de défendre nos couleurs, le championnat loisir intéresse de plus en plus d'amateurs du ballon rond. En effet il y a quelque temps, il ne se composait que d'une petite dizaine d'équipes alors qu'actuellement, il y en a 20 d'engagées ! De quoi apporter une récurrence de rencontres pour le plus grand plaisir de tous !

Nous tenons à remercier tout particulièrement nos 2 sponsors ELITEL et SATO pour leur aide financière qui nous a permis d'obtenir nos nouvelles tenues réalisées par notre partenaire Deroin Sport. Nous remercions également la mairie de Grentheville pour son aimable hospitalité.

\*EGAS (Electricité Gaz Association Sportive)

Si l'aventure vous tente pour la rentrée de septembre 2024, n'hésitez pas à contacter  
Arnaud DELILLE au 06 67 94 87 15

Arnaud DELILLE



Le nouveau maillot  
réalisé par DEROIN SPORT



# SOYEZ SPORT

Des offres sportives, toute l'année, partout en France.

## Des offres de billetterie :

- **Des billets à tarif réduit** : match de foot, basket, rugby, compétitions nationales et internationales...
- **Des entrées et abonnements à tarif réduit** : salle de sport, escalade, remise en forme...

**Cours en ligne** : yoga, danse, body sculpt, pilate ou relaxation...

**Semaine de découvertes et animations sportives sur vos villages vacances** en été et en hiver.

**Accès aux activités et aux clubs de vos CMCAS.**

**Accès aux activités de l'Aéroclub National des Électriciens et Gaziers** : stage de découverte et de perfectionnement de vol moteur, planeur, parachutisme, aéromodélisme, ULM, parapente, delta et paramoteur.

En savoir plus



## LOCATION BARNUMS



Vous avez besoin d'un barnum pour une fête de famille ou entre amis ? **Il vous est possible de louer du matériel à votre CMCAS !**

Avec le barnum, vous pouvez emprunter tables, bancs et vaisselle.

### Tarifs :

- Barnum 6X8 mètres : 120 €
- Barnum 6X4 mètres : 60 €
- Barnum 4,5/3 mètres : 40 €

Caution de 400 €

Location du vendredi au lundi.

Pour réserver :

Eric LETELLIER au 06 84 37 11 96 54

### Lien social

### Les dates à retenir



Jeudi 4 juillet : Lion-sur-Mer

Jeudi 12 septembre : Lion-sur-Mer

Jeudi 10 octobre : Lion-sur-Mer

Jeudi 14 novembre : Lion-sur-Mer

Jeudi 12 décembre : Lion-sur-Mer

31 et 1<sup>er</sup> janvier 2025 : Nouvel An (à confirmer)

## ACTIVITÉ PÊCHE EN MER

Activité pêche en mer proposée par la SLVie du GMR Normandie, en convention avec l'association Trip Normand.

### SORTIES PRÉVUES POUR 2024 :

- Vendredi 5 juillet
- Lundi 22 juillet
- Mercredi 7 août
- Vendredi 6 septembre
- Vendredi 20 septembre
- Vendredi 4 octobre
- Vendredi 18 octobre



L'équipage du bateau est composé à minima d'un pilote TRIP/CMCAS (chef de bord), d'un pilote adjoint et 1 à 3 bénéficiaires âgés de plus de 12 ans.

Suivant les conditions météorologiques, la décision de sortie sera prise par le pilote (chef de bord).

**Tarif : 24 € maxi par personne (selon basse ou haute saison) + participation carburant**

**Nombre de participants maximum : 5 (y compris les 2 pilotes)**



Pour toute information complémentaire et réservation, contactez :  
Frédéric TACHER au 07 62 94 18 33 ou Gérard CONTRERAS au 06 52 60 42 54

## GRAND ÂGE : PRÈS DE 31 000 CENTENAIRES EN FRANCE EN 2024



La France dénombre près de 31 000 centenaires en 2024, soit 30 fois plus qu'il y a 50 ans. Il s'agit essentiellement de femmes. Combien d'entre eux atteindront l'âge de 105 ou 110 ans ? Éléments de réponses avec l'Institut national d'études démographiques (INED).

L'Institut national d'études démographiques (INED) a publié, en avril 2024, une étude intitulée «Vivre au-delà de 105 ans : quand l'improbable devient réalité». Elle met en lumière la forte hausse du nombre des «plus que centenaires». 31 644 centenaires en 2024

Alors que seuls 0,02% des individus nés en 1850 devenaient centenaires, cette proportion s'élève à 2% pour la génération 1920. L'augmentation du nombre de centenaires depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale est assez marquée. En France, ils sont :

- 100 en 1900 ;
- 200 en 1950 ;
- 1 122 en 1970 ;
- 8 161 en 2000 ;
- 31 644 au 1<sup>er</sup> janvier 2024.

L'Institut national de la statistique et des études économiques (Insee) prévoit plus de 200 000 centenaires en 2070 si les tendances actuelles se poursuivent.

*Direction de l'information légale et administrative*

## Franchises médicales...

Le montant des franchises médicales appliquées aux boîtes de médicaments, aux actes effectués par un auxiliaire médical et aux transports sanitaires a doublé le 31 mars 2024, à la suite d'un décret publié au Journal officiel le 17 février 2024. Une décision publiée le 24 avril 2024 prévoit, quant à elle, un doublement du montant de la participation forfaitaire sur les consultations et les actes médicaux à compter du 15 mai 2024.

Les participations forfaitaires et les franchises médicales sont des sommes qui ne sont pas remboursables par les mutuelles et qui restent, sauf exceptions, à votre charge. Elles sont désormais de :

- **1 €** sur les boîtes de médicaments (ou toute autre unité de conditionnement, comme un flacon,
  - **1 €** pour les actes effectués par un auxiliaire médical (infirmier, masseur-kinésithérapeute, orthophoniste, pédicure-podologue, séances de psychomotricité pratiquées dans des centres de soin spécialisés...),
  - **4 €** sur les transports sanitaires (qui peuvent notamment être assurés par une ambulance, un véhicule sanitaire léger ou un taxi conventionné).
- Le niveau du plafond journalier des franchises médicales évolue également ; il s'agit du montant maximum que vous êtes susceptible de payer lorsque vous êtes confronté à plusieurs actes médicaux au cours d'une même journée. Ce plafond ne concerne que les actes effectués par un auxiliaire médical et les transports sanitaires. Le plafond journalier des franchises médicales est désormais de :
- **4 €** sur les actes effectués par un ou plusieurs auxiliaires médicaux,
  - **8 €** sur les transports sanitaires (sachant qu'un aller-retour correspond à 2 trajets).
- Les plafonds annuels restent, pour leur part, inchangés. Vous n'avez pas à déboursier plus de 50 € par an pour les franchises médicales, ni pour les participations forfaitaires.

### Participation forfaitaire...

La participation forfaitaire est un montant que vous devez payer (quelle que soit la prise en charge par l'Assurance maladie et votre complémentaire santé) lors d'une consultation ou d'un acte réalisé par un médecin généraliste ou spécialiste, sauf notamment dans le cadre d'une hospitalisation complète d'une ou plusieurs journées.

Une décision du 21 mars 2024, publiée au Journal officiel le 24 avril, indique que ce montant sera de 2 € à compter du 15 mai 2024, contre 1 € jusque-là.



## DATES À NOTER DANS VOS AGENDAS !



**Du 1<sup>er</sup> au 8 septembre**  
Séjour golfique en Alsace  
(Kaysersberg)



**Samedi 12 octobre**  
Soirée bowling et restaurant  
à Touques



**Samedi 23 novembre**  
Soirée cabaret « Le P'tit Bichou »  
à Dives-sur-Mer



**Du 13 au 19 septembre**  
4 jours de VTT dans les Monts  
du Forez



**Samedi 12  
et dimanche 13 octobre**  
Escapade parisienne



**Vendredi 29  
et samedi 30 novembre**  
Forum Santé



**Dimanche 22 septembre**  
Fête pour les 50 ans de l'étang  
de Pierrefitte-en-Cinglais



**Mardi 15 octobre**  
Repas des + de 50 ans  
à Messei



**Du samedi 30 novembre  
au lundi 2 décembre**  
SaintÉlyon



**Jeu-di 26 septembre**  
Salon Créativa à Rouen : Activité  
Broderie 2024



**Jeu-di 28 novembre**  
Salon Marie-Curie Porte de  
Versailles à Paris : Activité  
Broderie 2024



**Mercredi 7 décembre**  
Arbre de Noël

## Activité broderie

Salon créativa à Rouen

Date limite d'inscription 1<sup>er</sup> septembre 2024

Tarif : 5€

Voir bulletin d'inscription page 27

## SALON CRÉATIVA À ROUEN.

JEUDI 26 SEPTEMBRE



Le départ se fera du parking de la CMCAS de Caen à 8h. Nous partirons en Trafic, pour cette journée le coût de cette sortie est de 5€ par bénéficiaire. Le repas est à la charge de chaque participant, un coin

repas sera prévu si vous apportez votre pique-nique, ou possibilité de vous restaurer sur place.

Date limite d'inscription : 1er septembre.

## Activité broderie

Salon Marie-Claire Porte de Versailles à Paris.

Date limite d'inscription 1<sup>er</sup> novembre 2024

Tarif : (voir grille de participation)

Voir bulletin d'inscription page 27

## SALON MARIE-CLAIRE PORTE DE VERSAILLES À PARIS.

JEUDI 28 NOVEMBRE

Le départ se fera du parking de la CMCAS de Caen à 6h. Nous partirons en trafic, pour cette journée le coût de cette sortie est de 33 € par bénéficiaire (voir grille coefficient social).

Date limite d'inscription : 1<sup>er</sup> novembre

Pour chaque sortie, le nombre de places est limité à 9 personnes.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter la responsable de l'activité Armelle CARNET au 06 74 22 46 45.

Prix Coûtant	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9
33 €	40%	58%	66%	74%	79%	83%	87%	90%	100%
	< 10 000 €	10 001 €	12 500 €	14 500 €	17 000 €	20 500 €	25 000 €	> 27 000 €	Extérieur
		à	à	à	à	à	à		
Prix Bénéficiaires	13 €	19 €	22 €	24 €	26 €	27 €	29 €	30 €	33 €
COÛT CMCAS	20 €	14 €	11 €	9 €	7 €	6 €	4 €	3 €	0 €

Le repas est à la charge de chaque participant, un coin repas sera prévu si vous apportez votre pique-nique, ou possibilité de vous restaurer sur place.

## Loisirs

Escapade Parisienne

Samedi 12 et dimanche 13 octobre 2024

Date limite d'inscription 9 septembre

Tarif : (voir grille de participation)

Voir bulletin d'inscription page 27

## ESCAPADE PARISIENNE

SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 OCTOBRE 2024

Envie d'une escapade parisienne le temps d'un week-end ?

Départ en bus de Giberville à 8 heures le samedi 12 octobre pour un retour à 22 heures le dimanche 13 octobre.



Hébergement (petit-déjeuner inclus) dans une auberge de jeunesse MIJE Marais dans le 4<sup>ème</sup> arrondissement de Paris, au cœur, du quartier du Marais (à 10 mn à pied de Notre-Dame ou de l'Opéra Bastille et tout près du métro pour les Champs-Élysées, la tour Eiffel ou encore le Sacré Cœur).

Programme et repas libres.

A découvrir sur ce week-end : la fête des vendanges à Montmartre (concerts gratuits).



Prix Coûtant	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9
173 €	40%	58%	66%	74%	79%	83%	87%	90%	100%
	< 10 000 €	10 001 €	12 500 €	14 500 €	17 000 €	20 500 €	25 000 €	> 27 000 €	Extérieur
		à	à	à	à	à	à		
Prix Bénéficiaires	69 €	100 €	114 €	128 €	137 €	144 €	151 €	156 €	173 €
COÛT CMCAS	104 €	73 €	59 €	45 €	36 €	29 €	22 €	17 €	0 €

*Ne ratez surtout pas...*

# PRÉPAREZ-VOUS À FÊTER LES 50 ANS DE L'ÉTANG !

**DIMANCHE 22 SEPTEMBRE 2024**

Cette année la CMCAS de Caen fête les 50 ans de l'étang de Pierrefitte-En-Cinglais !

Eh oui, c'est en 1974 que la CMCAS est devenue propriétaire de ce bel étang et depuis 50 ans, l'étang en a vu passer et grandir des bénéficiaires !

Nous souhaitons marquer le coup en fêtant cela tous ensemble lors d'une journée qui s'annonce festive, sportive, amusante et musicale.

Au programme de cette journée : marche (dès le matin), pêche, jeux gonflables, concours de pétanque, jeux pour les enfants avec lfs Energie Solidarité et barbe à papa...

Nous aurons la chance d'avoir le groupe musical Tricot Combo pour animer notre journée.

Côté restauration, nous avons tout prévu pour que vous puissiez venir vous régaler grâce à nos cuisiniers bénévoles et leurs différentes grillades. La vaisselle, on s'en charge aussi. Nous vous proposerons également au bar des softs, de la bière pression ainsi que du vin de Domaines et Villages pour accompagner votre repas.

La seule chose qu'il vous reste à faire est de bien noter cette date :

**Dimanche 22 septembre 2024**

et de remplir la fiche d'inscription jointe pour vous assurer d'être parmi nous.

Vous pouvez également vous inscrire directement sur le site de la CMCAS : <https://caen.cmcas.com/>

**La commission Événementiel**



## L'ÉTANG EST OUVERT À TOUS !

Savez-vous que vous pouvez vous y rendre pour pêcher et passer de bons moments en famille ou entre amis !? Pour cela, rien de plus simple : contactez la CMCAS en appelant Florence GREAU au 02.31.54.21.02 afin de réserver l'étang et avoir accès aux commodités (toilettes et eau).

L'étang est équipé de barbecues, d'un préau, de toilettes et lavabos. Il n'y a pas d'électricité sur place. Les coordonnées GPS sont sur le site de la CMCAS : <https://caen.cmcas.com>





# TOURNÉES CULTURELLES ÉTÉ 2024



## ▶ LES INSTANTS VOLES / MELODIES CHRONIQUES

Paroles et musiques

ASNELLES - 10 juillet

DIVES-SUR-MER - 11 juillet

PORTBAIL - 9 juillet

## ▶ CHARLOTTE GOFFETTE / ATELIER AUTOUR DE LA NATURE

Arts plastiques et arts visuels

AUBERVILLE - 17 juillet

PORTBAIL - 18 juillet

## ▶ KOHNDO / CONCERT « PLUS HAUT QUE LA TOUR EIFFEL » + échanges

Cultures urbaines

AUBERVILLE - 26 juillet

DIVES-SUR-MER - 27 juillet

PORTBAIL - 29 juillet

## ▶ CIE ZAOUIM / PASSONS A AUTRE CHOSE

Théâtre (à partir de 15 ans)

AUBERVILLE - 31 juillet

DIVES-SUR-MER - 1<sup>er</sup> août

PORTBAIL - 2 août

## ▶ CIE POINT FIXE / RYTHM'N BALLE

Arts de la rue et de la piste

ASNELLES - 7 août

DIVES-SUR-MER - 8 août

AUBERVILLE - 9 août

## ▶ KRAFT THEATRE / PESTE 4.0

Théâtre

AUBERVILLE - 21 août

DIVES-SUR-MER - 22 août



## TÉLÉTHON 2024

La 34<sup>ème</sup> Flèche du Grand Ouest du « Fil de l'Energie » au profit du Téléthon aura lieu cette année du samedi 23 au samedi 30 novembre 2024

Celles ou ceux qui souhaitent nous rejoindre pour pédaler sur la semaine, sur quelques jours, sur une journée ou une ½ journée sont invités d'ores et déjà à cocher sur leur agenda :

### LA SEMAINE DU 23 au 29 NOVEMBRE 2024

Durant 5 jours nous allons passer sur environ 30 sites de travail, pédaler environ 500 kilomètres afin de récolter des fonds au profits de l'AFM Téléthon (en 2023, la flèche du Grand Ouest a récolté plus de 18 500 €).

### Parcours de la flèche du Grand Ouest 2024 (sous réserve de modifications des parcours):

En préambule, le **samedi 23 novembre**, «La Bisonnade» un circuit dans le sud du Calvados, prologue de quelques kilomètres.

- **Lundi 25** : Sites de La Manche avec peut-être l'EPR de Flamanville.
- **Mardi 26 novembre** : Tour des SLVie de CAEN
- **Mercredi 27 novembre** : Lisieux, > Pont L'évêque > Condé sur Noireau., Flers, Alençon
- **Jeudi 28 novembre** : CCAS Mont Louis > CMCAS Blois « Mont Pré Chambord » > CNPE Saint Laurent des Eaux > CMCAS d'Orléans
- **Vendredi 29 novembre** : CMCAS d'Orléans > ENEDIS Orléans > CNPE de Dampierre > CNPE de Belleville.

Pour plus d'info une réunion sera organisée **le jeudi 26 septembre 2024 à 17h30** salle CMCAS de Giberville, venez nombreux !

Les Coordinateurs de la « Flèche du Grand Ouest »

Christian MICHAUX tél : 06 95 82 48 44

Patrick POTTIER tél : 06 80 35 40 63

Damien ESPANOCHÉ - Dominique TRIPON - Gilles LEBEY - Myriam SCHANDEVIJL

Contacts :

Christian MICHAUX 06 95 82 48 44

Patrick POTTIER 06 80 35 40 63

## ○ SLVie Koenig | Victor Hugo

Visite du Ganil  
9 octobre 2024

Voir bulletin d'inscription page 27

## VISITE DU GANIL

MERCREDI 9 OCTOBRE

Le GANIL, Grand Accélérateur National d'Ions Lourds, est aujourd'hui l'un des grands laboratoires internationaux pour la recherche avec des faisceaux d'ions : physique du noyau, de l'atome, de la matière condensée, astrophysique, radiobiologie...

La CMCAS vous propose de découvrir gratuitement ce grand laboratoire qui fait partie intégrante de l'horizon caennais depuis des années.

Que vous soyez scientifique ou non et que vous êtes curieux, cette sortie est faite pour vous !

▶ La visite est ouverte à tous à partir de 8 ans et le RDV est donné sur place à 13h45.

# GANIL

Boulevard  
Henri Becquerel  
14000 Caen

FESTIVAL

# RÉCIDIVES

Théâtre de marionnettes  
& formes animées

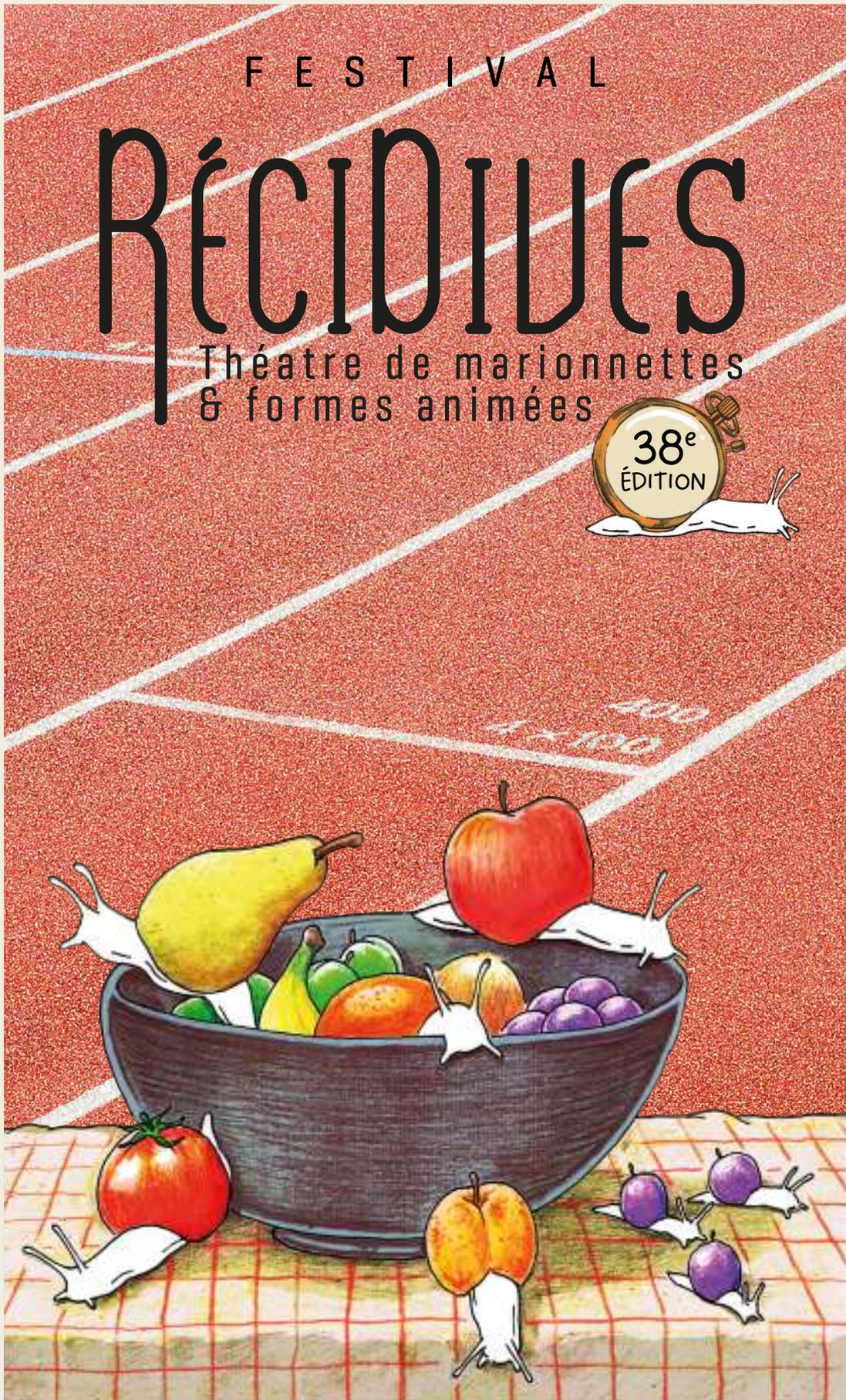


ILLUSTRATION : RONCH / CONCEPTION GRAPHIQUE : ENCORE BRAVO / LICENCES : 1-L-R-21-4118 / 2-L-R-21-4119 / 3-L-R21-4121

# 10-13 JUILLET 2024

DIVES-SUR-MER | LE-SABLIER.ORG



# À 2 SEMAINES DES J.O. DE PARIS 2024, ENFILEZ VOS BASKETS POUR 4 JOURNÉES BIEN REMPLIES !



Dans un contexte économique bien particulier pour tout le secteur culturel, mais fort de son record de fréquentation en 2023 (Merci !), Le Sablier, Centre national de la marionnette, réussit le tour de force de proposer cette année à nouveau une riche édition de RéciDives composée de 20 spectacles et 2 expositions, en salle et dans l'espace public, pour tous les âges. Au programme : 5 créations 2024, des œuvres créées en collaboration ou à partir de textes d'auteur.rice.s contemporain.e.s, des questionnements sur le devenir de l'humanité et son lien à l'ensemble des espèces vivantes, un regard sur différentes facettes du théâtre d'objets, l'impertinence de la marionnette à gaine, l'influence du cinéma d'horreur, et un clin d'œil au sport à travers différents spectacles et à l'occasion d'un coaching public inédit en marionnette à gaine.

Les rencontres, les ateliers, les projections de TV RéciDives et les DJ sets tous les soirs viendront compléter cette programmation pour toujours plus de partage, d'échanges et de temps festifs pour célébrer ensemble le théâtre de marionnettes et les formes animées.

Le Sablier remercie chaleureusement tous les partenaires qui rendent cela possible, ses indispensables bénévoles, les artistes qui font avancer le monde et grandir ce qui fait bien commun, et bien entendu les personnes curieuses et aventureuses qui composent son magnifique public.

Très belle 38<sup>e</sup> édition à toutes et à tous !

**Anne Decourt**  
Directrice du Sablier, CNMA

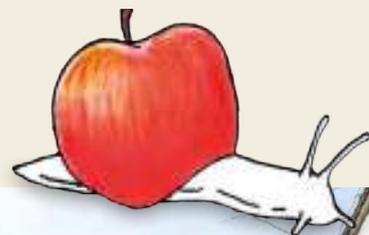
Né en 1986, le festival de la marionnette de Dives-sur-Mer a été baptisé en 2013 « *RéciDives, festival de théâtre de marionnettes et de formes animées* ». Ce temps fort de spectacle vivant est depuis 2018 organisé par Le Sablier, Centre national de la marionnette, basé à Dives-sur-Mer et à lfs (Caen la Mer).

Le festival RéciDives présente la diversité des esthétiques marionnettiques à travers des spectacles et expositions qui mettent en scène comédien.ne.s, marionnettes, objets, matières en mouvement, ombres animées, images projetées, dessin ou peinture en direct, technologies numériques et musique, à destination de tous les publics.

Aux côtés des propositions artistiques, le public est invité à rencontrer les artistes, à passer des moments festifs en musique, à participer à des ateliers enfants-parents, et parfois selon les éditions, à des projets artistiques participatifs.

## 10-13 JUILLET 2024

DIVES-SUR-MER | LE-SABLIER.ORG



**PROGRAMME COMPLET À RETROUVER EN LIGNE SUR  
WWW.LE-SABLIER.ORG**



Informations et réservations : 02 31 82 69 69 / billetterie@le-sablier.org

NOUVEAUTÉ  
2024  
POUR IDCP

## BASCULEMENT DES GARANTIES « ACCIDENTELLES » ET/ OU « TOUTES CAUSES » EN GARANTIE « DÉPENDANCE »



Prévoyance complémentaire

Jusqu'à présent, les garanties et les cotisations s'arrêtaient aux âges termes soit :

- La veille des 71 ans pour la garantie « *décès toutes causes* ».
- La veille des 80 ans pour les garanties « *décès accidentel et infirmité accidentelle* ».

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024, il est proposé aux assurés de conserver le contrat au-delà de ces âges termes et d'être couverts en cas de dépendance.

Cette nouvelle garantie prévoit le versement d'un capital en cas d'entrée en dépendance avec une reconnaissance en GIR 1, 2, 3 ou 4 au regard de la grille nationale AGGIR permettant de mesurer le degré de perte d'autonomie.

Le montant du capital correspondra à la cotisation mensuelle x 400 € pour la garantie « *toutes causes* » et à la cotisation mensuelle x 250 € pour les garanties accidentelles.



# PETITS RAPPELS POUR IDCP

## ► QU'EST-CE QUE LE CONTRAT IDCP ?

Créé en 1948, IDCP (invalidité, décès, compléments, prestations) est un contrat d'assurance prévoyance complémentaire proposé par la CCAS à tous les agents des IEG, actifs et inactifs. Facultatif, il complète le régime obligatoire de prévoyance (Ouatrem), mis en place par négociation de branche en 2009 et qui couvre les salariés en cas de décès et d'invalidité jusqu'à leur mise en inactivité. Il ne prend toutefois pas en compte l'infirmité et ne peut être souscrit par les conjoints, c'est pourquoi en 2009 la CCAS a fait évoluer ce contrat pour apporter une réponse complémentaire aux agents et à leur famille.

## ► QUELLES SONT LES CONDITIONS D'ACCÈS ?

Les agents peuvent adhérer à IDCP tant qu'ils sont actifs et durant la première année de leur mise en inactivité (idem pour les conjoints). Les enfants peuvent adhérer jusqu'à 21 ans sans conditions et de 21 à 26 ans s'ils sont étudiants et à charge fiscale.

**ATTENTION** : Il est important de mettre à jour son contrat par l'envoi régulier du bulletin de salaire pour les actifs et du bulletin de pension pour les retraités.

## ► COMMENT EST CALCULÉE LA COTISATION ?

Aucun contrat IDCP ne ressemble à un autre. Selon que vous vivez en couple ou non, avec ou sans enfants, que vous êtes salarié ou retraité, la cotisation varie. Son montant dépend aussi naturellement du niveau de couverture souhaité et de l'étendue des garanties choisies pour vous et votre famille.

## ► PLUS D'INFORMATIONS

*Votre simulateur  
de cotisation IDCP  
en ligne !*



Un simulateur de cotisation IDCP est à votre disposition en ligne sur :

<https://assurances-personnes-ccas.com/idcp>

Ce simulateur est très pratique pour ajuster le montant de sa cotisation, ou augmenter sa couverture et ajouter ses enfants qui n'y étaient pas lors de l'ouverture de votre contrat. Mais rien ne remplace le contact avec une personne référente qui pourra vous renseigner, vous guider sur ce dont vous avez besoin pour vous et votre famille.

Ce contrat IDCP est important pour nous, électriciens et gaziers, jeunes, actifs, inactifs. Nous avons des métiers dangereux avec tous les risques liés au travail (nous n'allons pas tous les énumérer car la liste serait trop longue). Mais il est important de se poser la question maintenant avant qu'il ne soit trop tard. Une fois l'accident survenu, on ne pourra que dire « si j'avais su » !





Prévoyance complémentaire

## LA PROTECTION CONTRE LES RISQUES DE LA VIE POUR MA FAMILLE ET MOI !

### ► Le contrat IDCP est complémentaire au Régime obligatoire

Pour se couvrir contre les aléas de la vie au travail comme à la maison !

⇒ Votre contrat en cas d'**Hospitalisation, Infirmité, Invalidité et/ou Décès.**

⇒ Pour vous, votre conjoint(e) et vos enfants

⇒ Un capital versé pouvant atteindre jusqu'à 8 fois votre salaire annuel brut, selon les options choisies

⇒ Contrat d'assistance en cas d'accident

⇒ Accès au conseil social spécifique d'Inter Modiale Assistance (IMA) pour accompagner sa famille dans les étapes de la vie

⇒ Garantie Capital entrée en dépendance<sup>1</sup>

**NOUVEAU**

⇒ Et - 15 % de réduction sur votre cotisation IDCP pour les moins de 40 ans<sup>2</sup>

**NOUVEAU**

## ADHÉREZ AU CONTRAT IDCP EN TOUTE SIMPLICITÉ AVEC LE PACK ADAPTÉ À VOS BESOINS

<sup>1</sup> En relais des garanties Décès, versement d'un capital en cas de reconnaissance de situation de dépendance de GIR 1 à 4 selon la grille nationale AGGIR.

<sup>2</sup> Bénéficiez de - 15 % minimum sur votre cotisation IDCP jusqu'à votre 40<sup>e</sup> anniversaire. Offre réservée aux agents IEG ouvrant-droit et ayant-droit âgés de moins de 40 ans.

<sup>3</sup> Exemple package Essentiel avec les garanties accidentelles (400 %), capital Infirmité, allocation hospitalisation et assistance famille en cas d'accident. Etude réalisée pour un agent IEG de - 40 ans, célibataire sans enfant, aux revenus mensuels de 1 827 € (NR 50, échelon 4).

Voir conditions des offres packagées IDCP sur le site [ccas.fr](http://ccas.fr) - rubrique prévoyance - idcp.

**PACK ESSENTIEL**  
À partir de  
6,41 €/mois<sup>3</sup>

# COMMENT MIEUX SE PROTÉGER ?

## L'agent et sa famille

**Avec IDCP, bénéficiez, pour vous et votre famille, de couvertures supplémentaires non proposées par votre Régime Obligatoire (RO) !**



### RÉGIME OBLIGATOIRE DES IEG

#### RISQUES

Infirmité	✓✓✓ Couvert dès 0,5 % d'infirmité
Invalidité	✓✓✓ Couvert à partir de 66 % d'invalidité <sup>1</sup>
Hospitalisation	✓✓✓ 30 jours par sinistre <sup>2</sup>
Décès	✓✓✓ De 1 à 8 fois le salaire annuel brut <sup>3</sup>

✗	Pas de garantie
✓✓	Couvert à partir de 80% d'invalidité
✗	Pas de garantie
✓	3 fois le salaire annuel brut <sup>4</sup>

#### BÉNÉFICIAIRES

Ouvrant Droit	✓✓✓ Couvert
Ayant Droit conjoint	✓✓✓ Couvert
Ayant Droit enfants	✓✓✓ Couvert

✓✓✓	Couvert
✗	Pas couvert
✗	Pas couvert

Sous réserve des conditions prévues par la Notice d'Information du contrat IDCP et de l'Accord de Branche (Régime Obligatoire) en vigueur.

## EXEMPLES DE COUVERTURE IDCP

Un salarié de 25 ans avec un salaire annuel brut de 25 102 € ayant subi une infirmité de 10 % couvert par une garantie 200 % percevra une **indemnisation de 5000 €**

**COTISATION  
MENSUELLE** 3,39 €

Un salarié de 40 ans avec un salaire annuel brut de 40 080 € ayant subi une infirmité de 10 % couvert par une garantie 200 % percevra une **indemnisation de 8 000 €**

**COTISATION  
MENSUELLE** 6,38 €

<sup>1</sup>La Garantie «Invalidité Toutes Causes» du contrat IDCP a pour objet le versement d'un capital si vous êtes mis en situation d'invalidité selon le niveau que vous avez choisi.

<sup>2</sup>Cette garantie permet le versement à l'assuré d'une indemnité forfaitaire en cas d'hospitalisation de plus de 48h à la suite d'un accident, dans la limite de 30 jours.

Cotisation prise en charge par la CCAS pour l'agent ouvrant droit. Cotisation pour ayant droit (conjoint et/ou enfant) : 0,39 € / mois / personne.

<sup>3</sup>IDCP permet le versement d'un capital en cas de décès non accidentel et accidentel de 100 à 800 % du salaire annuel brut.

<sup>4</sup>Le Contrat de branche (Régime Obligatoire) permet le versement d'un capital en cas de décès non accidentel

de 200 % du salaire annuel brut et de 300 % du salaire annuel brut en cas de décès accidentel

+ 50 % si conjoint + 80 % par enfant(s).

Vous souhaitez plus d'informations,  
[ccas.fr](http://ccas.fr)

**01 84 980 980**

Du lundi au vendredi de 9h à 17h (heures métropole)



Assureur du contrat : Solimut Mutuelle de France, Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la Mutualité et au contrôle de l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (A.C.P.R. : 4 place de Budapest, CS 92459, 75436 Paris Cedex 9). RCS 383 143 617 - Siège social : Castel Office, 7 quai de la Joliette, 13002 Marseille. Souscripteur du contrat : CCAS-RCS 775 694 748 - Immeuble René le Guen, 8 rue de Rosny, BP 629, 93104 Montreuil Cedex. Distributeur du contrat : Eosa Management, courtier en assurances - Siège social : Tour Alto - 4 place des Saisons - 92400 Courbevoie, RCS Nanterre 453 353 716 - N° Orias 07004210 vérifiable sur [www.orias.fr](http://www.orias.fr), sous le contrôle de l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution (A.C.P.R. : 4 place de Budapest - CS 92459 - 75 436 Paris Cedex 9). Création et réalisation : OptiComRH - Crédit photo : Shutterstock - Document Publicitaire. Ne pas jeter sur la voie publique.

# Ça s'est passé...

## RETOUR SUR LES AG DE SLVIE

Cette année, les Assemblées Générales de SLVie pour notre CMCAS se sont tenues entre le 16 mai et le 11 juin.

Un moment de bilan de l'année 2023 et de présentation des projets 2024, mais aussi et surtout, des moments d'échanges et de partage entre élus et bénéficiaires actifs et inactifs !



## SLVie Caen Centre / Serval

## PRISON ISLAND

Le vendredi 31 mai 2024, la SLVie Caen Centre / Serval a organisé un afterwork à PRISON ISLAND à Mondeville. Une trentaine de bénéficiaires, adultes et enfants, ont répondu présents.

Après le choix d'un nom d'équipe et le briefing... go ! Les épreuves alliant dextérité, réflexion, culture, se sont enchaînées pour le plaisir des petits et des grands.

Et peu importe le classement final, tous ont passé une soirée amusante et conviviale avant de se retrouver pour le verre de l'amitié (bien mérité après tant de dépense d'énergie).

Les membres du Bureau de la SLVie



## Course à pied

## LES COURANTS DE LA LIBERTÉ 2024

Résultats de cette 37<sup>ème</sup> édition des Courants de la Liberté (22 partants et 22 arrivants), une année exceptionnelle.

### 10 KM

Fabien Colibert : 57:55  
Mélanie Fleury : 1:03:02

### SEMI-MARATHON

Baptiste Varin : 01:36:20  
Maxime Vitrebert : 01:45:11  
Guillaume Ressencourt : 01:48:29  
Patrick Pottier : 01:54:12  
Bastien Vigne : 01:54:38  
Benoît Tapon : 01:55:29  
Noémie Troussier : 01:58:14  
Philippe le Blais : 01:59:19  
Laurent Fleury : 02:05:20  
Sebastien Lamotte : 02:18:20

### MARATHON

Florian Laville : 03:18:57  
Mohamed Anoud : 03:26:40  
Thomas Godes : 03:33:58  
Stéphane Le Puil : 03:42:56  
Jean François Lefort : 04:09:41  
Jessika Valmy : 04:20:07  
Angelique Fontaine : 04:27:16  
Bruno Guillard : 04:34:10  
Pascale Lammens : 04:51:05  
Anne Guyomart : 04:54:48

**BRAVO À TOUTES ET À TOUS !**

Guillaume RESSENCOURT  
Responsable de l'activité Course à pied



# INTER-CMCAS

20 MARS 2024

La dernière rencontre Inter-CMCAS a eu lieu le 20 septembre 2019 au golf de Garcelles. Après une interruption de 5 années (suite au Covid et diverses raisons), l'EGAS, détenteur du trophée, a donc organisé le 20 mars 2024 un nouveau challenge inter-CMCAS entre la Manche, le Calvados, l'Eure et la Seine Maritime au golf Cabourg Le Home.



Après un repas pris en commun, les 33 participants se sont engagés sur le parcours dans la bonne humeur avec une météo favorable.

## RÉSULTAT DU CLASSEMENT PAR POINTS :

- Le Gazelec Manche remporte le trophée suivi de l'Egas Calvados et la Seine Maritime.
- Bons résultats en brut de l'EGAS en individuel : Maxence MALYSZA finit 1<sup>er</sup>, Jean-Baptiste MAUGER 3<sup>ème</sup> et Sebastien ROLLAND 4<sup>ème</sup>.

## CHAMPIONNAT NORMANDIE CORPO PAR ÉQUIPES

Le 6 avril, 19 clubs d'entreprises se sont réunis au golf de Dieppe avec une météo peu favorable (terrain détrempé par les pluies de la semaine et un vent fort).

**Résultat de l'EGAS :** L'équipe 1 termine à la 16<sup>ème</sup> place et l'équipe 2 à la 8<sup>ème</sup> place.

## Sortie golfique du 1<sup>er</sup> au 8 septembre 2024 : Séjour prévu en Alsace au VV de Kayserberg en demi-pension.

Les critères pour participer à ce séjour : être licencié FFGolf (classé ou avoir la carte verte) et être membre de l'Egas.

Les parcours de golf choisis: Soufflenheim, des Bouleaux, Kempferhof et Wontzenau.

Le responsable de la section  
BOINEAU François - 06 48 75 60 58

SLVie Bessin/Citis

## THÉÂTRE DE CAEN

### « LORSQUE L'ENFANT PARAIT »



**Le 6 avril, nous étions une trentaine à se retrouver sur le parvis du théâtre de Caen pour assister à cette comédie de boulevard.**

Écrite en 1951, la pièce épingle avec une drôlerie grinçante, les hypocrisies de la grande bourgeoisie. Michel Fau et Catherine Frot étincellent dans la caricature de ce couple pris au piège de sa morale.

Et bien que cette pièce ait plus de 70 ans, certaines situations ne sont pas sans nous rappeler notre société d'aujourd'hui.

Ce fut un bon moment de plaisir où l'ensemble des bénéficiaires est reparti enchanté de cette parenthèse culturelle.

Benoit LEGER  
Président de la SLVie Bessin Citis

Cyclo

## BREVET DES HÛÎTRES

### LION-SUR-MER

La section cyclos de la CMCAS a organisé son traditionnel brevet des huîtres à Lion-sur-Mer.

Voilà, cette nouvelle édition s'est déroulée dans une bonne ambiance.

Comme d'habitude à 7h 30 tout est prêt pour accueillir les cyclos (banderoles, ravitaillement de départ ...). Malgré l'annonce d'une mauvaise météo, nous avons eu un temps clément, pour le bonheur de tous et pour une superbe journée vélo ! Une belle participation pour cette édition 2024, soit 49 participants de 8 clubs.

Au retour de tous ces cyclos, réunion autour du pot de l'amitié et ensuite direction le restaurant pour un repas en commun bien sympa. Un brevet des huîtres très réussi. Encore merci à nos épouses pour cette réussite et à l'année prochaine. A ce jour l'EGAS cyclos (licence FFCT) compte 32 licenciés (route + VTT).

Didier LACHERAY



## TOURNOI QUALIFICATIF DE PÉTANQUE

LE SAMEDI 25 JUN 2024

Samedi 25 juin, la commission Loisirs a programmé un tournoi qualificatif pour envoyer une équipe à la rencontre inter-CMCAS organisée par la CMCAS de la Rochelle du vendredi 20 au dimanche 22 septembre prochain, avec hébergement au Village Vacances André Trigano aux Mathes.

Dix-huit boulistes en triplettes formées étaient au rendez-vous, dont deux féminines.

Après quatre parties acharnées sous le soleil, tout le monde s'est retrouvé pour la proclamation des résultats :

- 1. Patrice Dubois, Serge Gilles, Jean-Claude Predhomme
- 2. Dominique Guinard, Philippe Poret, Mickael Boutry
- 3. Nicolas Bozen, Stéphane Lebel, Richard Parcel
- 4. Didier Anne, Alexandre Legrand, Jean-Luc Quemener,
- 5. Céline Mokrane, Eric Letellier, Jean-Claude Harand
- 6. Myriam Schandevijl, Christian Michaux, Eric Chevalier.



Patrice, Serge et Jean-Claude défendront donc les couleurs de la CMCAS de CAEN au mois de septembre !

Après la remise des prix à la première équipe masculine et la première équipe mixte, place au verre de l'amitié avec les membres du club de pétanque de Luc-sur-Mer. Merci à eux pour leur accueil toujours chaleureux.

Myriam SCHANDEVIJL



SLVie Koenig/Victor Hugo

## AFTERWORK PÉTANQUE PLACE DES OLIVIERS

Ambiance garantie avec les électriciens et gaziers autour d'une partie de boules !

Un bon moment de partage et de bonne humeur organisé par la SLVie Koenig/Victor Hugo et auquel ont pris part 17 agents mercredi 17 avril dernier après le travail à la Place des Oliviers à Mondeville pour partager un moment de convivialité, des parties de pétanque et autour de quelques planches apéritives.

Le mot du coach : le terrain est un peu surprenant au premier abord mais une fois apprivoisé, on apprend vite à se positionner au plus près du cochonnet. Mais surtout n'oubliez pas, un gazier peut en cacher un autre !

Alexis PADOVANI





# MINI-COLO À SAINT-LAURENT-SUR-MER

SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 AVRIL 2024

Samedi matin, 9 heures, 57 enfants âgés de 6 à 12 ans arrivent en bus ou amenés par leurs parents sur le centre jeunes de Saint-Laurent-sur-Mer pour passer le week-end en style « *mini-colo* ».

Le pique-nique du midi mis au frais, tout le monde se dirige vers les bâtiments Est et Ouest. Chacun repère sa chambre et s'installe. Pas facile de mettre la housse de couette ! Heureusement les bénévoles sont là pour donner un coup de main.

Onze heures, début des activités. Au programme cette année : percussions avec BAFF, hip-hop avec BOUBA et fil rouge magie avec BATISTO.

Les enfants sont répartis en quatre groupes avec deux bénévoles référents. Un bracelet de couleur leur permet de repérer facilement à quel groupe ils appartiennent.

Le pique-nique du midi avalé, les activités continuent toute l'après-midi. Vers 16 heures, la météo étant clémente, un groupe de bénévoles propose aux enfants qui le désirent de descendre à pied vers la plage. En route pour une belle promenade !

C'est déjà l'heure de prendre la douche. Enfin... pas pour tous car certains enfants décident de passer leur tour. Pas grave ! Papa et maman ne sont pas là et la pudeur de chacun est respectée pour une seule nuit passée loin de la maison. Les filles se mettent sur leur 31 avec robes pailletées et maquillage.

Allez, en route pour le réfectoire ! Le repas est vite expédié car les enfants sont pressés que la traditionnelle boum de fin de colo commence. DJ Céline prend les choses en main et en avant la musique ! Lumière tamisée, bonbons distribués, la fête bat son plein. Un bénévole a rejoint chaque bâtiment pour accueillir les enfants fatigués qui désirent rentrer se coucher. Déjà 23 heures, c'est l'heure de la dernière danse. Rituel du

coucher avec les doudous, les mots rassurants et les bisous.

Dimanche matin, reprise des activités après le petit-déjeuner. Ils sont doués nos loulous ! En une heure par groupe, ils apprennent à taper en rythme sur le djembé, à faire des acrobaties sur de la musique hip-hop et les secrets des tours de magie.

Les bénévoles en profitent pour faire consciencieusement le ménage dans les deux bâtiments.

Outre les activités au programme, tout ce petit monde joue au foot, fait des dessins, des jeux de société et jettent même les cerceaux sur le toit du réfectoire (hein Valérie !).

Seize heures. Les parents commencent à arriver. Les enfants sont fiers de leur présenter un spectacle improvisé de djembé et de hip-hop avec Baff et Bouba. Ambiance sous la tente d'activités !

L'après-midi se termine autour du goûter et de la table infos tenue par des professionnels du territoire qui répondent à toutes les questions, prennent les inscriptions et distribuent les flyers.

Un immense merci aux bénévoles qui ont œuvré à la réussite de ce beau week-end, les intervenants Baff (percussions), Bouba (hip hop) et Batisto (magie). Merci aux parents pour leur confiance et à tous les enfants pour leurs sourires qui sont notre plus belle récompense.

Merci à la CCAS pour le prêt du centre jeunes de Saint-Laurent-sur-Mer, à la CMCAS de Caen et à la commission Loisirs.

Rendez-vous l'année prochaine !

Myriam SCHANDEVIJL



### KARTING

LE MERCREDI 19 MAI



Après-midi découverte le mercredi 19 mai sur le circuit de Saint-Pierre-sur-Dives. Pour une découverte, nos jeunes pilotes en herbe ont été servis par une météo pluvieuse et une piste mouillée, pas facile de rester sur la piste.

Une première pour cette activité, qui a rassemblé 30 jeunes de 7 à 17 ans, une quinzaine de parents et pour l'encadrement 6 bénévoles.

Quelques ados ont déjà pratiqué, mais pour la majorité c'est une découverte totale. Piloter des engins au ras du sol bruyants et glissants, les sensations sont bien plus impressionnantes que les manèges de la foire de Pâques.

Les premiers tours s'effectuent au ralenti mais rapidement les chronos s'améliorent sous les encouragements des parents. Les yeux rivés sur les écrans affichant les temps de leur jeune pilote, on se croirait presque au grand prix de Monaco avec débriefing après les séances.

L'après-midi s'est terminé par un goûter, pour un retour à Giberville vers 17h15.

Ils veulent tous revenir, nous leur avons donné rendez-vous l'année prochaine.

Jean-Luc Quéméner



## Lien social/santé

### LA ROCHAMBELLE 2024

(ÉPREUVE FÉMININE ET SOLIDAIRE DU MARATHON DE LA LIBERTÉ).

Le samedi 1<sup>er</sup> juin, nous étions une cinquantaine de Rochambelles.

**Merci encore à l'équipe de la CMCAS de Caen pour son engagement au profit de la lutte contre le cancer !**



## SÉJOUR VTT EN ESPAGNE

**Samedi 18 mai 6 heures du mat,** 14 vététistes roulent vers l'Espagne. En France il fait encore un peu frais et le passage de la frontière n'y change rien.

L'arrivée à Villafranca se fait néanmoins sous le soleil et la messe étant dite, au son tonitruant des cloches de Santa Eufémia. Quel bel endroit ! Installation, apéro, dîner et Buenas noches !

**Dimanche 19** à quinze kilomètres de Villafranca s'étire le désert des Bardenas. Pour nous pas de difficultés majeures dans cette partie... Enfin pas encore...

Matinée de découverte sympa dans la Blanca (partie centrale et basse du désert) où l'érosion n'a pas encore eu raison du Castil de Tierra, monticule emblématique des Bardénas.



Pique-nique au soleil et sieste écourtée par un gros nuage noir qui nous incite à repartir. On accélère, la colonne s'étire. On se perd. On se retrouve. Une double chute sans trop de bobos. Il commence à pleuvoir dans ce désert de glaise et nous sommes à ce moment étirés sur environ 2 kilomètres.

Normands, nous ne craignons pas la pluie mais la piste soudainement glissante nous oblige à mettre pied à terre. L'instant d'après un deuxième phénomène s'invite au bal : La glaise vient se coller en bande sur nos pneus et en un tour de roues les vélos sont bloqués. Il nous faut alors enlever ces paquets de boues avant de repartir pour le tour de roues suivant.

Trop lourds, les vélos sont non portables. Nous progressons ainsi à plus ou moins 10 mètres/minute, glissant, trébuchant, maudissant l'univers, s'aidant et se soutenant les uns les autres.

Les téléphones ne marchent pas. L'heure tourne, il faut avancer, un mètre de fait et il faut recommencer à débourber, pousser,



porter à deux, revenir sur nos pas pour faire suivre tous les vélos...

Nous sommes dans cette bulle de boue depuis plus de 2 heures et les 500 derniers mètres sont les pires. Heureusement que François, Vincent et Lolo sont revenus à pied pour nous aider.

Les derniers font la jonction au pied du canyon, pour le coup de grâce. Le passage à gué du « Barranco Grande » se fait dans une eau chargée de boue, de VTT et de vététistes baignant jusqu'à la poitrine.

**Bilan** : 2 dérailleurs HS, une chaîne cassée et une patte de dérailleur tordue et de la boue partout... partout.

A L'hosteria de Alesves la soirée nous paraît douce et la nuit réparatrice.

**Lundi 20** nous faisons deux groupes : ceux qui roulent et ceux qui vont à Tudella pour les grosses réparations.

La partie sud du désert (la Négra) est plus technique, plus montagneuse et plus au goût du groupe des 11.

La réparation est aussi au goût du groupe des 3. Le réparateur est top et la facture modérée. Seule ombre au tableau, il semble qu'en Navarre on ne fasse pas la paëlla et là j'ai failli craquer !

**Mardi 21**, dernier jour dans le désert. Notre balade sera écourtée par l'armée de l'air qui bloque la zone de survol, des avions de chasse qui font des ronds dans l'air.

Sur la tangente nous trouvons tout de même de beaux points de vue, quelques montées et une belle terrasse propice à la dégustation de cerveza fraîche et à la contemplation méditative...

Quand t'es dans le désert depuis trop longtemps... Il faut penser à partir. Demain, nous quittons la Navarre pour l'Aragon et établissons notre camp de base à Alquezar magnifique village de montagne. Chute à l'arrière du peloton. Felipe dit grand braquet perd la plume, et la passe à petit braquet Nono.

Buenos dias comme on dit dans le Bouchonnois. Après un réveil matinal selon les manifestants et tardifs selon les forces de l'ordre (EL PRESIDENTE LUDO) nous partons pour deux heures trente de transfert entre nos deux lieux de villégiature. Logement en dortoir

dans une auberge qui accueille des groupes avec obligado de faire une activité aquatique pour être hébergé.

Nous reviendrons à cet épisode, ludique pour certains, chaotique pour d'autres...

L'après-midi rando VTT autour d'Alquezar avec un panorama fabuleux sur la rivière et les causses. 26 km de mise en jambe avec un dénivelé positif de 750 mètres. Une des premières descentes sera marquée par la lourde chute de Frederico avec quelques séquelles visibles et spectaculaire qui feront de lui un touriste pour le reste du séjour. Une sacrée frayeur pour le groupe mais rien de cassé. En VTT, le casque est indispensable pour ne pas finir loco. Sortie écourtée pour certains qui auront avec bienveillance accompagné notre cascadeur à l'auberge. Pour les autres, une fin de parcours à la découverte des gorges fabuleuses et une remontée hard escortés par les nombreux voutours qui espéraient là un mets Normand fort délicat.

Jeudi, journée canyoning. C'est là que l'on se rend compte que le vététiste n'est pas toujours à l'aise dans tous les éléments. Certains dont nous tairons les noms par respect pour leurs proches, Lucho y Domingo (LOL) se retrouvant aussi désespérés dans l'eau qu'un exhibitionniste dans un camp de naturiste.

Une découverte pour beaucoup avec des passages dans des goulets, du haut débit, des sauts à 5 mètres dans une eau limpide mais très froide. Des passages un peu à l'aveugle où nous aurons passé trois heures à patauger comme des grands enfants que nous sommes restés. Une heure trente de marche sportive pour accéder au site, une heure pour le retour. Vendredi, dernière journée VTT du séjour pour les volontaires ou valides, la fatigue se faisant sentir, nous sommes 10 à prendre le départ pour 62 km et 1400 mètres de dénivelé positif. Une journée avec des sentiers variés et des ascensions parfois dantesques qui auront épuisé l'énergie des plus vieux et comblé la fougue de la jeunesse. Pour la première fois le groupe a presque ressemblé à un album de Tintin. Pas de 7 à 77 ans mais de 23 à 68 ans, tout cela dans un climat d'entraide et de bienveillance. Une belle alchimie entre les habitués et Los nuevos, Vincente, Guillermo, Frederico, Juan-Fillipo y Germano.

Merci une nouvelle fois à Ludo y Marco pour l'organisation au top comme toujours.

Le samedi départ 6h30 pour retrouver la Normandie vers les 20h où chacun est reparti la tête pleine de souvenirs.

Viva Espana !

Merci à la CMCAS pour sa participation dans la réalisation de nos séjours au fil des années. Esta muy bien.

Hasta pronto pour la prochaine sortie dans le Forez.

Felipe y Nico  
Président : Ludovic POTERIE 07.61.73.27.88



## SÉJOUR SOLIDAIRE MORGAT 2024

Le rendez-vous à Giberville était le point de départ (70 bénéficiaires) dimanche 14 avril, pour notre séjour Solidaire à Morgat dans notre institution CCAS.

Eh bien oui les bonnes choses ont une fin, même le soleil était de la partie !!! Malgré un petit vent breton pas toujours très chaud...

Le matin chacun vaquait tranquillement à ses occupations, atelier carterie, travaux manuels, généalogie, billard pour certains, petite marche dans Morgat ou bavardage dans le salon.

Après-midi, visite du Cap de la Chèvre sous un bon crachin breton, mais qui restera un bon moment pour certaines personnes, comme Christiane quand il fallait pousser le fauteuil dans le petit chemin !!! Autres visites qui resteront de bons souvenirs, le village de Locronan, la maison des minéraux, notre balade en mer au départ de Morgat pour une visite des grottes marines aux couleurs et aux légendes incroyables Enfin la Pointe du Pen-Hir qui se trouve dans la presqu'île de Crozon et Camaret sans oublier de passer par la biscuiterie.

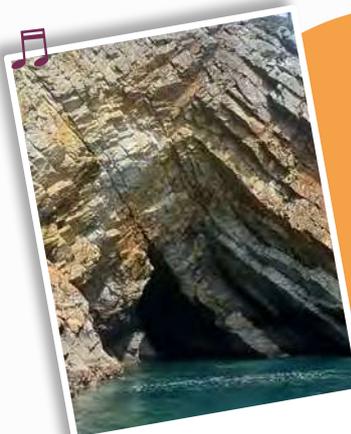
Après ces journées bien remplies, nous avons passé d'excellentes soirées dans la bonne humeur, loto, karaoké, soirée dansante avec Blanche qui nous a fait une démonstration de twist un moment mémorable, danses bretonnes avec notre grand spécialiste Pascal !!! Et enfin pour clôturer notre séjour notre « grande soirée cabaret » en présence de Valérie notre Présidente de la CMCAS de Caen qui, je crois, a passé un bon moment.

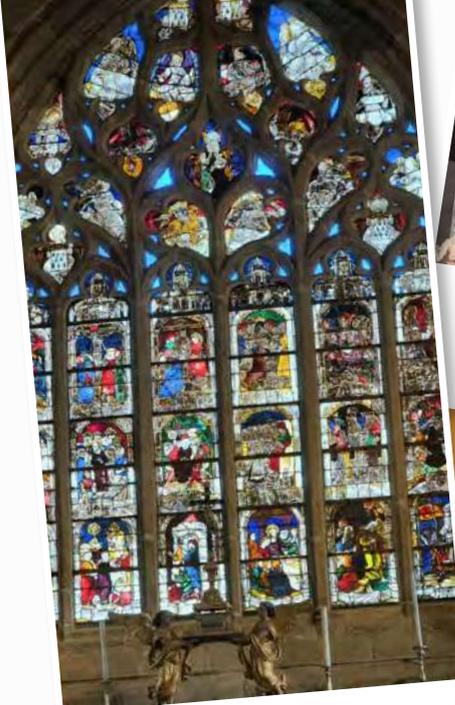
Nous arrivons vite en fin de semaine avec grand regret, et sommes fiers d'avoir partagé des moments de vies, où chacun a fait attention à l'autre et où les différences ont été une grande richesse.

Sans oublier un grand merci à Sylvie notre assistante sanitaire, qui permet à certains de nos bénéficiaires de participer à ce séjour, et à l'équipe CCAS de Morgat pour leur accueil et gentillesse.

Merci à toute l'équipe de bénévoles et à la CMCAS de Caen.

A l'année prochaine nous l'espérons pour de nouvelles aventures...





HA!!  
HA!!



HA!!  
HA!!



## À LA DÉCOUVERTE DU FIGRA FESTIVAL INTERNATIONAL GRAND REPORTAGE D'ACTUALITÉ ET DU DOCUMENTAIRE DE SOCIÉTÉ - 28 ET 29 MAI

Durant 1 journée et demie, j'ai eu l'honneur de découvrir ce festival à Douai et visionner 7 films documentaires de thèmes et de pays différents.

*Killing of journalist* qui raconte l'assassinat d'un journaliste slovaque qui a bouleversé le pays et le pouvoir en place, *Boxer les mots* et *Guet-apens des crimes invisibles* qui relatent pour l'un le parcours et le travail de 9 détenus durant des mois dans un projet de création théâtrale jusqu'à leur représentation et pour l'autre les violences faites aux homosexuels et les pièges humiliants qu'ils subissent encore aujourd'hui en France.

*Bouddhisme, la loi du silence*, qui retrace l'histoire de victimes d'abus sexuels en France, *Sous la loi des talibans* qui raconte un an après la prise de pouvoir



par les talibans, la réalité de la vie en Afghanistan et mon coup de cœur, *Russie : le prix de la vérité* qui suit Dimitri Mouratov et son équipe du seul média indépendant qui restait en Russie (Novaïa Gazeta) et qui paient au prix fort leur courage face à l'acharnement de la « justice » russe à les faire taire.

Tous ces films documentaires, vous ne les verrez pas sur les chaînes nationales, vous ne les verrez sûrement pas ailleurs qu'ici au Festival... mais il est tellement important de s'ouvrir et d'accepter de voir la réalité de la vie dans le monde, aussi dure qu'elle puisse être. Ces hommes et ces femmes qui se battent partout dans le monde, parfois au détriment de leurs vies, pour nous rapporter ce qui l'en est, ce que l'on ne voit pas, ce que l'on ne nous dit pas méritent grandement que l'on mette en avant leur travail et c'est ce que fait le FIGRA avec ces écrans de la réalité.

Alors oui, vous en sortirez sûrement bouleversés, émus, en colère voire écœurés mais vous verrez également la beauté des hommes et des femmes dans leur combat pour la liberté, la solidarité, l'amour et l'humanité.

Je vous invite grandement à découvrir ce magnifique festival qui se tiendra de nouveau l'année prochaine à Douai.

Céline MOKRANE

### Ball-trap

## CHALLENGE MARCEL PAUL DE BALL TRAP

DU 8 AU 12 MAI À BISCAROSSE

Le week-end de l'Ascension est un week-end très attendu par les tireurs de la section ball-trap de la CMCAS de Caen.

Mercredi 8 mai, nous partons une journée avant pour pouvoir nous reposer sur le camping (pas de bol, plus de 12 heures passées sur la route ; nous sommes partis à 7h30 et arrivés à 21h mais les blagues de J.B. nous ont bien fait rire). Nous prenons possession de nos hébergements, puis petit apéro avant le dîner et repos bien mérité.

Le lendemain matin après le petit-déjeuner, nous partons direction le stand pour une journée d'entraînement, l'accueil et la récupération des dossards. En fin d'après-midi, retour au camping pour un apéro suivi d'un bourguignon de sanglier cuisiné par Jean-Baptiste.

Vendredi matin, départ pour le premier jour de compétition avec 100 plateaux à tirer et de bons résultats en fin de journée. Nous passons une petite soirée tranquille et dégustons un coq au vin préparé par Julien. Sans oublier la tarte aux poireaux de Claude (avec supplément raviolis).

Samedi matin, 2<sup>ème</sup> journée de compétition pour les 50 derniers plateaux. Après le repas, les résultats suivis de la remise des prix et du repas festif. L'équipe de Caen se classe 4<sup>ème</sup> à la fosse et 10<sup>ème</sup> au classement général des 40 CMCAS



représentées, avec un podium pour la 3<sup>ème</sup> place de Julien dans sa catégorie et un podium de 1<sup>ère</sup> pour notre jeune cadette Maelle (12 ans et demi) pour sa première compétition.

Claude confirme sa place de patron avec le meilleur score de l'équipe.

Superbe organisation de la CMCAS de Bayonne. Une ambiance au top tout au long du séjour avec de bonnes rigolades et un temps magnifique (de beaux coups de soleils et Sylvain qui n'avait pas prévu de shorts...).

Retour le dimanche matin, les têtes pleines de bons souvenirs, avec une route plus agréable qu'à l'aller.

Prêts pour le prochain challenge qui sera organisé l'année prochaine par la CMCAS Languedoc.

Sylvain et Claude

## SOUTIEN SCOLAIRE

Cette aide est destinée à des bénéficiaires (OD/AD) réalisant des études et qui ont besoin de soutien scolaire.

Cette aide comprend 2 prestations distinctes, dissociables ou cumulables : le soutien scolaire à domicile et le soutien scolaire en ligne.

Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2019, la prestation a évolué afin d'aider financièrement les familles qui choisiraient un prestataire autre que Domicours répondant davantage à leurs besoins. Ainsi, cette aide, accessible quel que soit l'organisme agréé choisi, prendra en charge les dépenses engagées dans la limite :

- D'un plafond de 1000 €/an
- D'un plafond de 2000 €/enfant/an pour un soutien en ligne.

Les cours à domicile donnent droit également à un crédit d'impôt de 50% des sommes engagées.

Le montant de l'aide est calculé en fonction de votre coefficient social (se rapprocher de la filière Action Sanitaire & Sociale).

## AIDE À L'AUTONOMIE DES JEUNES

C'est une aide pour accompagner les jeunes à préparer leur avenir sereinement. Elle leur permet de poursuivre leurs études, entamer une formation dans les meilleures conditions ou pallier l'absence d'allocations chômage pendant quelques mois.

Sont concernés par cette aide, les jeunes de 20 à 26 ans (ou 18 ans pour enfant unique ou dernier enfant à charge) :

- Étudiants en études supérieures,
- En formation rémunérée par alternance (contrat de professionnalisation ou apprentissage pour une année),
- Jeunes chômeurs de moins de 25 ans, inscrits à Pôle Emploi suite à une fin de cursus scolaire et ne percevant pas d'allocation chômage pour 6 mois.

Cette aide mensuelle, variant de 20 à 180€ en fonction du coefficient social est cumulable avec les aides au logement, l'aide aux frais d'études, la bourse d'enseignement supérieur et l'aide versée par l'employeur de l'autre parent. Cette prestation vous est ouverte si votre coefficient social est inférieur ou égal à 22 500 (pas de participation pour un coefficient social supérieur à 22 501 €).

## COTISATION DE VIE ÉTUDIANTE ET DE CAMPUS

Une cotisation annuelle de 100 € a été mise en place dans le cadre de la Contribution de Vie Étudiante et de Campus, à laquelle les étudiants en études supérieures sont assujettis.

Elle est destinée à favoriser l'accueil et l'accompagnement social, sanitaire, culturel et sportif des étudiants et à conforter les actions de prévention et d'éducation à la santé réalisées à leur intention.

Si votre enfant est concerné par le paiement de la Cotisation de Vie Étudiante et de Campus (CVEC) à la rentrée prochaine, votre CMCAS vous remboursera son montant sur présentation de l'attestation de la CVEC et d'un justificatif de paiement.

Cette aide est soumise à condition de ressources (se rapprocher de la filière Action Sanitaire & Sociale).



## PERMANENCES CAMIEG

3<sup>ÈME</sup> TRIMESTRE 2024

Pour prendre rendez-vous aux dates proposées ci-dessous, merci d'appeler le **08.06.06.93.00** (touche 4) ou d'aller sur le site internet **camieg.fr** (prendre rendez-vous partout en France).



### CMCAS CAEN

**Sur rendez-vous\*  
le jeudi matin**

30 Avenue Maréchal Montgomery  
14050 CAEN CEDEX

**11 juillet  
12 septembre**

### SLVie CAEN CENTRE

**Sur rendez-vous\*  
le jeudi après-midi**

8/10 Promenade du Fort  
14000 CAEN

**11 juillet  
12 septembre**

**IMPORTANT**  
Prendre  
obligatoirement rdv  
- Sur le site [camieg.fr](http://camieg.fr)  
- Par téléphone

\*un agent vous  
recontacte dans les 48  
heures pour confirmer  
votre rdv

## RÉFÉRENTE ÉLUE SOLIMUT

**Armelle CARNET**,  
interlocutrice des inactifs  
de la CMCAS de Caen

**06 74 22 46 45**

(ce numéro est dédié uniquement à  
LA SOLIMUT)



## La grille de l'actu proposée par Jean-Pierre SAMSON

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
A	Red			Blue				Red				Blue				Red
B		Pink		W <sub>10</sub>	E <sub>1</sub>	B <sub>3</sub>				K <sub>10</sub>	I <sub>1</sub>	D <sub>2</sub>		Pink		
C			B <sub>3</sub>	O <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	Blue	A <sub>1</sub>		U <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>			
D	Blue	G <sub>2</sub>	A <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>		R <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	P <sub>3</sub>	O <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	R <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	Blue	
E	J <sub>8</sub>	A <sub>1</sub>	R <sub>1</sub>				P <sub>3</sub>				R <sub>1</sub>		C <sub>3</sub>	O <sub>1</sub>	Q <sub>10</sub>	
F	A <sub>1</sub>	Y <sub>10</sub>				Blue				Blue	E <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>		N <sub>1</sub>	U <sub>1</sub>	
G	I <sub>1</sub>		Blue	H <sub>4</sub>	A <sub>1</sub>		A <sub>1</sub>					U <sub>1</sub>	Blue		I <sub>1</sub>	
H	N <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	M <sub>2</sub>	Blue	L <sub>1</sub>		S <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>						E <sub>1</sub>	Red	
I		H <sub>4</sub>	E <sub>1</sub>	M <sub>2</sub>	E <sub>1</sub>			Blue	M <sub>2</sub>				O <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>		
J		Blue	L <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>		F <sub>4</sub>	I <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>		Blue	F <sub>4</sub>	U <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>	Blue		
K				L <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>			R <sub>1</sub>		T <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>				
L	Blue			Pink	U <sub>1</sub>	D <sub>2</sub>		G <sub>2</sub>		E <sub>1</sub>	X <sub>10</sub>	Pink			Blue	
M			Pink			E <sub>1</sub>	L <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	V <sub>4</sub>	E <sub>1</sub>				Pink		
N		Pink				Blue	U <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	Blue					Pink	
O	Red			Blue				T <sub>1</sub>				Blue				Red
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	

I <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	V <sub>4</sub>	T <sub>1</sub>	C <sub>3</sub>	..... Points
I <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	C <sub>3</sub>	S <sub>1</sub>	L <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	..... Points
L <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>		C <sub>3</sub>	I <sub>1</sub>	Z <sub>10</sub>	..... Points

## Jeux

Valeur des cases colorées :

- Red Mot x 3
- Pink Mot x 2
- Blue Lettre x 3
- Light Blue Lettre x 2
- Grey Jokers

A partir de chacun des tirages de 7 lettres, retrouvez le mot qui rapporte le plus de points. Chacune des solutions a un rapport avec un même sujet qui fait (ou a fait) l'actualité.

Attention, les tirages sont indépendants les uns des autres.

Bonus de 50 points si vous utilisez les 7 lettres du tirage.

### Solution de la grille

	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
O	Red			Blue								Blue				Red
N		Pink														
M																
L	Blue			Pink												Blue
K																
J																
I																
H	Blue															
G	Blue															
F																
E																
D																
C																
B																
A	Red			Blue				Blue								Red
	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	

ACTIVITES	F4	89 Points	I	A	T	I	V	A	T	I	C
SOCIALES	9C	80 Points	I	A	E	C	S	L	S		
SELECTEZ	H7	130 Points	L	T	E	C	I	Z			

## PARTICIPATION FINANCIÈRE BÉNÉFICIAIRE

Tranche de revenus	Montant max en € par tranche	Escapade parisienne <i>Page 7</i>	Broderie salon Créativa <i>Page 7</i>	Broderie salon Marie-Claire <i>Page 7</i>	Visite Ganil <i>Page 9</i>
T1	< 10 000 €	69 €	5 €	13 €	GRATUIT
T2	12 499 €	100 €		19 €	
T3	14 499 €	114 €		22 €	
T4	16 999 €	128 €		24 €	
T5	20 499 €	137 €		26 €	
T6	24 999 €	144 €		27 €	
T7	26 999 €	151 €		29 €	
T8	> 27 000 €	156 €		30 €	
T9	Extérieur	173 €		33 €	

### BULLETIN POUR TOUTES INSCRIPTIONS CHOISIES :

Un bulletin et un chèque à l'ordre de la CMCAS Caen par activité choisie.

#### Bulletin d'inscription

> ACTIVITÉ CHOISIE : .....

DATE : .....

NOM du bénéficiaire demandeur : .....

Prénom : .....

SLvie ..... Port./Tél : .....

Email .....

#### > AUTRES BÉNÉFICIAIRES PARTICIPANTS

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

#### > PARTICIPANTS INVITÉS-EXTÉRIEURS

(Seulement si l'activité le permet, appelez le Territoire au 09 69 36 89 72, Numéro Cristal)

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

#### > PARTICIPATIONS FINANCIÈRES

Nb bénéficiaires : ..... X ..... € = ..... €

Nb d'enfants : ..... X ..... € = ..... €

Nb d'invités-extérieurs : ..... X ..... € = ..... €

ACOMPTE : .....

..... €

TOTAL : ..... €

#### > REMARQUES PARTICULIÈRES

(Repas, chambre, date, covoiturage, lieu de ramassage de bus, etc.)

#### > AUTORISATION DE DROIT À L'IMAGE

- Autorise l'utilisation de mon image et celle de mes ayants-droit, sans limitation de durée, ni autre formalité préalable.
- N'autorise pas l'utilisation de mon image et celle de mes ayants-droit.

> POSSIBILITÉ DE RÉGLEMENT EN PLUSIEURS FOIS : ..... €

par chèque à l'ordre de la CMCAS de Caen

Bulletin à retourner à la CMCAS de Caen

#### Bulletin d'inscription

> ACTIVITÉ CHOISIE : .....

DATE : .....

NOM du bénéficiaire demandeur : .....

Prénom : .....

SLvie ..... Port./Tél : .....

Email .....

#### > AUTRES BÉNÉFICIAIRES PARTICIPANTS

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

#### > PARTICIPANTS INVITÉS-EXTÉRIEURS

(Seulement si l'activité le permet, appelez le Territoire au 09 69 36 89 72, Numéro Cristal)

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

Nom et prénom : .....

..... Date de naissance : .....

#### > PARTICIPATIONS FINANCIÈRES

Nb bénéficiaires : ..... X ..... € = ..... €

Nb d'enfants : ..... X ..... € = ..... €

Nb d'invités-extérieurs : ..... X ..... € = ..... €

ACOMPTE : .....

..... €

TOTAL : ..... €

#### > REMARQUES PARTICULIÈRES

(Repas, chambre, date, covoiturage, lieu de ramassage de bus, etc.)

#### > AUTORISATION DE DROIT À L'IMAGE

- Autorise l'utilisation de mon image et celle de mes ayants-droit, sans limitation de durée, ni autre formalité préalable.
- N'autorise pas l'utilisation de mon image et celle de mes ayants-droit.

> POSSIBILITÉ DE RÉGLEMENT EN PLUSIEURS FOIS : ..... €

par chèque à l'ordre de la CMCAS de Caen

Bulletin à retourner à la CMCAS de Caen

# NOUVEAUX SERVICES

# POUR FACILITER LES ÉCHANGES AVEC VOUS

**Solimut Mutuelle de France agit pour rendre ses services plus inclusifs et afin de faciliter les échanges avec chaque adhérent.e grâce à la solution ACCEO.**

En agence et même au téléphone, nos adhérent·es atteint·es de troubles auditifs ou non francophones pourront utiliser la solution ACCEO et **bénéficier gratuitement d'une traduction ou transcription en direct lors de leurs échanges avec un·e conseiller·e de la mutuelle.**

## DES MODES DE COMMUNICATION ADAPTÉS À VOS BESOINS



### Pour les sourd·es et malentendant·es :

- La Transcription Instantannée de la Parole (TIP)
- La Visio-Interprétation en LSF (Langue des Signes Françaises)
- Le Visio-Codage LPC (Langue Parlée Complétée)



### Pour les non-francophones :

- Un service de traduction (anglais, arabe Maghreb et arabe Moyen Orient) sur rendez-vous

Scannez-moi !

