

Numéro 21

Bulletin
d'Information
de l'Amicale
des Anciens
Agents Généraux
d'Allianz

Décembre

2021



Administration de MAG3 SENIORS

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION	LE BUREAU	 <p>PRÉSIDENT Bernard MOUREY 4 rue Joachim du Bellay 70300 LUXEUIL LES BAINS Tél. 03 84 40 14 66 - Port. 06 13 82 20 27 Email : bmh.mourey@gmail.com</p>	<p>SECRETARIAT ADMINISTRATIF Chez le Secrétaire 519 C rue de la Brosse 69390 CHARLY Tél. 04 78 46 03 82 - Port. 06 11 67 06 71 Email : chdegueurce@gmail.com</p>	<p>COMITÉ DE RÉDACTION D'INFO MAG3 SENIORS : Les Membres du Conseil d'Administration</p>
		 <p>PRÉSIDENT ADJOINT Serge CROUZIT 218 rue de Saint Gence 87100 LIMOGES Tél. 05 55 37 59 90 - Port. 06 77 79 90 09 Email : serge.crouzit@orange.fr</p>	 <p>SECRETARIE Christian DEGUEURCE 519 C rue de la Brosse 69390 CHARLY Tél. 04 78 46 03 82 - Port. 06 11 67 06 71 Email : chdegueurce@gmail.com</p>	
		 <p>PRÉSIDENT ADJOINT Gilbert DIXIMUS 31 rue de Châteaudun - Cloyes sur le Loir 28220 CLOYES LES TROIS RIVIÈRES Tél. 02 37 98 54 25 - Port. 06 03 11 30 00 Email : gilbert.diximus@wanadoo.fr</p>	 <p>SECRETARIE ADJOINT Didier COUSIN 8 rue de la Marne - Villas Marie 33260 LA TESTE DE BUCH Port. 06 07 15 38 82 Email : cousindi@wanadoo.fr</p>	
		 <p>VICE PRÉSIDENTE Marie Claude ALLART 290 rue de Sacy 60880 GRAND FRESNOY Port. 06 11 19 89 85 Email : marieclaude.allart@orange.fr</p>	 <p>TRÉSORIER Michel ZIMMER 21 boulevard des Alliés 70000 VESOUL Tél. 03 84 78 44 61 - Port. 06 80 73 57 33 Email : zimmer.michel@orange.fr</p>	
		 <p>VICE PRÉSIDENTE Norma NOHRA 18 rue de Deil 44110 CHATEAUBRIANT Port. 06 42 66 86 20 Email : norma.nohra@free.fr</p>	 <p>TRÉSORIER ADJOINT Michel JENNY 32 rue du Général de Gaulle 68340 RIQUEWIHR Tél. 03 89 49 01 08 - Port. 06 09 31 30 56 Email : jenny.michel@wanadoo.fr</p>	
		 <p>ADMINISTRATEUR Jean-Luc GALLOT 17 rue de la Chalaide des Moulins 55000 BAR LE DUC Tél. 03 29 45 34 23 - Port. 06 30 88 54 25 Email : j.l.gallot3@wanadoo.fr</p>	 <p>ADMINISTRATEUR Régis MARTINIER 43 place Caffé 73000 CHAMBERY Port. 06 16 17 25 74 Email : martinier@noos.fr</p>	
		 <p>ADMINISTRATEUR Jean-Bernard NOBIRON 1 rue des Brosses - Le Port Mulon 44390 NORT SUR ERDRE Port. 06 77 60 76 17 Email : jb.nobiron@gmail.com</p>	 <p>SYNDIC Yves THERIN 5 bis rue Paul Bert 58100 SAINT DIZIER Tél. 03 25 06 11 84 - Port. 06 71 17 88 16 Email : yves.therin@wanadoo.fr</p>	
		 <p>CONTRÔLEUR AUX COMPTES Jean-Marie JANOT 5 rue de la Magdeleine 16240 VILLEFAGNAN Tél. 05 45 29 57 07 Email : jeanmarie.janot@gmail.com</p>	 <p>CONTRÔLEUR AUX COMPTES Jean-Claude SUEUR 03 C Bd Edouard Herriot 56100 LORIENT Tél. 06 07 29 22 35 Email : jocjesue@wanadoo.fr</p>	
		 <p>CONSEILLER DU PRÉSIDENT Claudette CORBY 6 avenue Pierre Brossolette 91170 VIRY CHATILLON Port. 06 07 81 94 86 Email : corby.claudette@free.fr</p>	 <p>CONSEILLER DU PRÉSIDENT Annette LELU 12 rue du Dr de Tersannes 35290 SAINT MEEN LE GRAND Tél. 02 99 09 69 36 - Port. 06 76 60 84 40 Email : annette.lelu@wanadoo.fr</p>	
		 <p>CONSEILLER DU PRÉSIDENT Charles CAILLAUD 35 les Maisons Neuves - La Lande Aubrun 36330 VELLES Tél. 02 54 36 11 53 - Port. 06 08 69 28 59 Email : c6.caillaud@orange.fr</p>	 <p>CONSEILLER DU PRÉSIDENT Hubert HERIOT 9 rue de la Maladrerie 28270 BREZOLLES Tél. 02 37 48 24 94 - Port. 06 11 42 92 30 Email : hubert.heriot@wanadoo.fr</p>	

SOMMAIRE DU NUMÉRO 21

DÉCEMBRE 2021

En couverture

Arche rocheuse en bordure
de la E10 sur Ile Lofoten
entre Å et Eggun
Bernard Mourey

Organigramme

p. 2

Éditorial

p. 3

Les Vœux du Président

p. 4

Qui fait quoi ?

p. 5

Liste des présidents et suppléants des Régions

p. 6

De Namche au camp de base (HIMALAYA)

p. 7 à 12

Nouvelle des Adhérents

p. 13

La vie des régions

p. 14 à 17, fin p. 28

Assemblée Générale Mag3 Seniors

p. 18 à 23

Nous étions à La Baule

p. 24

Remerciements à Vacances Bleues

p. 24 à 25

Les 5 capitales de la Baltique

p. 25

Les Recettes de Nicole

p. 26 à 27

Appel de Cotisations

p. 28

Éditorial



Avant de me jeter à l'eau pour rédiger cet édito, à la demande de mes collègues et amis de longue date, Bernard MOUREY et Serge CROUZIT, j'ai relu les œuvres de mes prédécesseurs sur ce difficile exercice de prose.

Chacun, dans son style, dans les sujets évoqués, ces éditoriaux reflètent les préoccupations de l'instant, tantôt collectives, tantôt individuelles, mais jamais de langue de bois.

Alors je me lance, novice dans le journalisme, j'ai envie de vous communiquer le bonheur d'être vivante, le bonheur d'avoir des envies, le bonheur d'avoir des amis.

La retraite, honnêtement avant d'atteindre l'âge de celle-ci, je n'avais comme exemple, que mes parents : leur vie tranquille ce n'était pas mon truc, tellement pas mon truc, que j'ai fait l'Autruche, jusqu'au jour J. Le lendemain du jour J, j'étais persuadée que mon téléphone ne cesserait de sonner, des clients en pleurs réclamant mon retour!

Que nenni, oubliée, rayée de la carte, ce qui faisait ma raison de vivre, ma passion (en dehors de mon mari, de ma fille, et de mes petits-enfants, bien sûr!) effacée; changement de chapitre.

Je suis certaine qu'un grand nombre d'entre nous, les MAG3 SENIORIENS, ont vécu ce moment avec amertume, tristesse, dépit.

Il a fallu rebondir, alors m'investir dans notre amicale a été une évidence, retrouver des collègues, refaire, pendant des heures, les anciennes guerres de tranchées

des commissions techniques avec les compagnies, voyager ensemble, se retrouver lors de réunions, bref revivre en filigrane un peu de ce qui nous a nourri, habité, élevé.

La retraite une obligation pour nous, alors que pour les salariés, cela est souvent une délivrance.

Bizarre, serions-nous une race à part?

Je suggère de créer une école préparatoire à la retraite pour Agents Généraux, une école où nous expliquerions la dépression post «arrêté des comptes», la suppression du réveil, la perte des insomnies pour la résiliation d'un contrat, bref un centre de désintoxication, un purgatoire avant la vie heureuse d'après, la vie du RETRAITÉ.

OUI la vie du retraité est facile, heureuse, 100/100 active, si ce n'est pas le cas, adoptez la méthode Coué.

Aujourd'hui, le soleil brille, de belles heures nous sont promises, profitons de chacune de celles-ci avec tous ceux que sont notre famille, notre cercle d'amis.

CARPE DIEM

Marie Claude ALLART
Vice-présidente

LES VŒUX DU PRÉSIDENT



Mes ami(e)s,

Tournons la page sur 2021

Pour beaucoup d'entre vous, ce fut encore une année compliquée avec ce climat COVID 19. Nous devons nous faire administrer un troisième rappel pour enrayer au maximum ce FLEAU qui touche la population des retraités « mais pas que ».

Mag3 Seniors est une grande famille associative, animé par une équipe solidaire de bénévoles déterminés aux services de ses adhérents pour les faire bénéficier d'avantages et de divers services.

2021 a été marquée par un succès incontestable de notre Assemblée Générale à **MOSNES**, nous avons besoin de nous retrouver, marquée également par le travail du bureau, des commissions toujours à l'écoute pour la défense de **nos INTÉRÊTS**.

2022 ce sera une **AG en ALSACE** deuxième semaine d'octobre préparée par **Michel Jenny** avec **Daniel Simoni**. Dès à présent, préparez-vous à ce rendez-vous.

2022 c'est un voyage de printemps au Portugal validé par la commission avec **VACANCES BLEUES**.

Avec mon épouse Madeleine, nous avons une pensée toute particulière pour celles et ceux qui ont été dans la douleur suite à la disparition d'un proche.

Le Conseil National, le Conseil d'Administration, votre président, son épouse, vous souhaitent de bonnes fêtes de fin d'année. Leurs vœux les plus sincères vous accompagnent !

Mag3 Seniors **OUI à l'AVENIR, OUI à la CONFIANCE** pour la prochaine année.

Le Président
Bernard MOUREY

QUI FAIT QUOI ?

	Quoi ?	par Qui ?
PROSPECT	Réception de l'information	MOUREY Bernard - NOHRA Norma - DIXIMUS Gilbert
	Contact (envoi des documents) Conjoint survivant	NOHRA Norma
	Relance	DIXIMUS gilbert - gilbert.diximus@wanadoo.fr
ADHÉRENT	Réception du Bulletin Unique d'Adhésion & autres documents à transmettre	NOHRA Norma norma.nohra@free.fr Tél. 06 42 66 86 20
	Enregistrement (y compris contrats & RIB) & transmission pièces	
	Enregistrement Prélèv. Automat. Dans Banque Populaire	ZIMMER Michel zimmer.michel@orange.fr Tél. 06 80 73 57 33
	Réception du paiement de l'adhésion & envoi au trésorier	
ADHÉSION & Cotisations Annuelles (Contrats)	Relance de l'impayé	ZIMMER Michel zimmer.michel@orange.fr
	Appels des "non prélevés"	
	Relance des impayés	
	Encaissement des adhésions	
	Gestion des Prélèvements	
ROUTAGE	Gestion complète des rejets	
	Tout courrier	COUSIN Didier - cousindi@wanadoo.fr
Vie de l'Association	Évènements heureux (Information)	NOHRA Norma - norma.nohra@free.fr
	Évènements heureux (action)	DIXIMUS Gilbert - gilbert.diximus@wanadoo.fr
	Social	MARTINIER Régis - martinier@noos.fr
	Commission Voyages (Rapporteur)	ZIMMER Michel - zimmer.michel@orange.fr
	Gestion, Animation et accompagnement des Régions	MOUREY Bernard - DEGUEURCE Christian - LELU Annette
Assemblée Générale	Préparation	Choix Ponctuel
	Convocations	COUSIN Didier - Tél 06 07 15 38 82
	Suivi	CORBY Claudette - corby.claudette@free.fr
	Tenue de la Comptabilité Spécifique de l'A. G.	ZIMMER Michel - zimmer.michel@orange.fr
Autres Réunions	Préparation	MOUREY Bernard - bmh.mourey@gmail.com
	Convocations	DEGUEURCE christian chdegueurce@gmail.com
	Compte-Rendu	
mag3seniors.fr	Recherche des informations	MOUREY Bernard - DIXIMUS Gilbert - COUSIN Didier
	Rédaction posts et articles	
	Gestion des accès	NOHRA Norma - norma.nohra@free.fr - Tél 06 42 66 86 20
INFO MAG 3	Préparation & Coordination	COUSIN Didier - cousindi@wanadoo.fr
	Rédaction	COUSIN Didier - DIXIMUS Gilbert - Les membres du CA
	Envoi	COUSIN Didier - cousindi@wanadoo.fr
COMPTABILITÉ	Réception des notes de frais	ZIMMER Michel - zimmer.michel@orange.fr
	Règlement des notes de frais, des factures	
	Enregistrement des écritures	
	Établissement des bilans trimestriels	
Relation avec tiers	Assurances (relations avec prestataires) - Publicité	ALLART Marie-Claude - marieclaude.allart@orange.fr COUSIN Didier - CROUZIT Serge pour CFDP
	Gestion Protection Juridique et Garantie Obsèques	CROUZIT Serge - Rapporteur de la commission NOHRA Norma - norma.nohra@free.fr
	Relations avec AGEAsenior, MAG3, Cie ALLIANZ	MOUREY Bernard - DEGUEURCE Christian - ZIMMER Michel
	Fonds social	MARTINIER Régis et MOUREY Bernard
Charte d'entraide	Contacts avec Mag3 et Allianz	MOUREY Bernard et DEGUEURCE Christian
	Mise en œuvre dans les régions	
	Suivi et bilans	

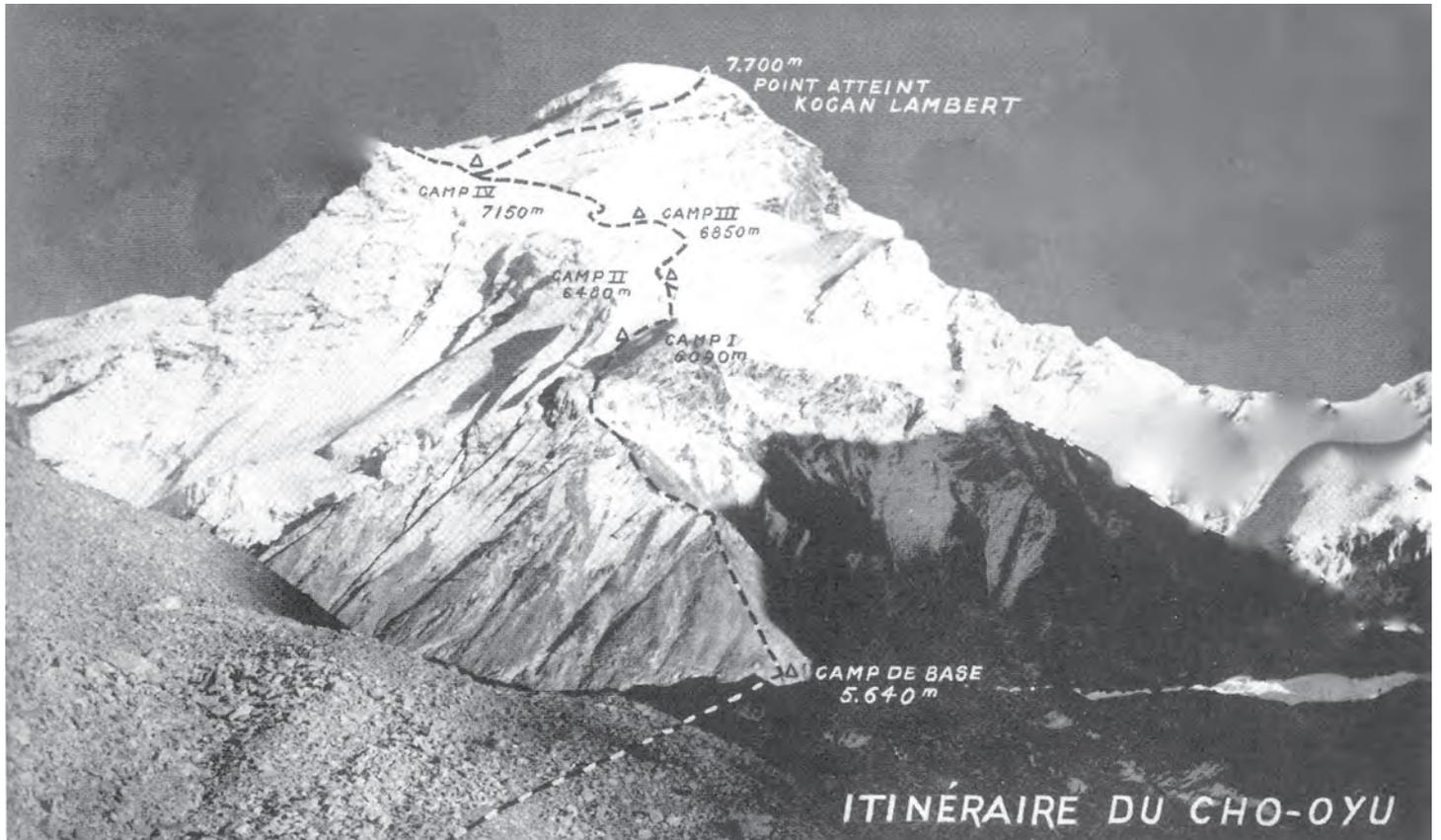
Liste des PRÉSIDENTS et SUPPLÉANTS des RÉGIONS au 1^{er} Décembre 2021

RÉGIONS	* NOM	PRÉNOM	ADRESSE	CP	VILLE	Téléphone	G.-S.M.	E-mail
Alsace-Lorraine	P	SIMONI	Daniel	81 route de St Blaise - LA ROCHE	67420	PLAINNE	06 80 25 45 52	daniel.simoni67@gmail.com
	S	GALLOT	Jean-Luc	17 rue de la Chalaïde des Moulins	55000	BAR LE DUC	06 30 88 54 25	j.l.gallot3@wanadoo.fr
	S							
Aquitaine	P	COUSIN	Didier	8 rue de la Marne	33260	LA TESTE DE BUCH	06 07 15 38 82	cousindi@wanadoo.fr
	S	FRUGION	Francis	76 avenue de la Libération	33460	MACAU	06 89 97 30 82	chantalfrugion@orange.fr
	P	SEGA	Jean-Baptiste	197 rue de Lachan	43200	SAINTE MAURICE DE LIGNON	06 86 82 05 38	roule.genevieve@orange.fr
Auvergne	S	PAQUIER	Jean-Louis	56 route de Courpière	63920	PESCHADOIRES	06 86 43 19 69	jeanlouispaq@gmail.com
	S							
	P	LE ROND	Christian	12 clos de la Huterne	14123	CORMELLES LA ROYALE	06 07 75 74 79	le-rond.christian@orange.fr
Basse-Normandie	S	GAUTIER	Lyliane	11 rte de Courseulles	01400	BAVEUX	06 72 56 88 53	
	S	DESIRE	Roland	La Coudrée	50000	SAINTE LO	06 62 63 16 41	roland.desire@orange.fr
	P	MARTIN	Maurice	11 rue des Glycines	71000	MACON	06 47 88 62 43	odimau-martin@orange.fr
Bourgogne	S	DEMONTEFAUCON	Jean-Pierre	17 rue de Varennes	71640	MERCUREY	06 80 87 24 40	jpdemontefaucon2@gmail.com
	S	BOYER	Robert	10 rue du Paradis	71140	BOURBON LANCY	03 85 89 21 77	
	P	SUEUR	Jean Claude	03 C bld Edouard Herriot	56100	LORIENT	06 07 29 22 35	jocjesue@wanadoo.fr
Bretagne	S	GRAMAIN	Jean Marie	15 impasse Ar Vran	56370	SARZEAU	06 72 42 87 78	jeanmarie256@icloud.com
	S							
	P	DIXIMUS	Gilbert	31 rue de Chateaudun	28220	CLOVES SUR LE LOIR	06 03 11 30 00	gilbert.diximus@wanadoo.fr
Centre	S	DE LA MONNERAYE	Jean Bernard	Le Coudray	41800	VILLEDIEU LE CHATEAU	06 11 63 60 79	jbdlamonnerey@gmail.com
	S	SEBILLEAUD	Claude	11 boulevard Champion	36100	ISSOUDUN	06 87 69 82 18	clauds.sebilleaud@gmail.com
	P	PARADIS	Claude	3 rue des Mésanges	10440	TORVILLIERS	06 72 87 06 63	claudeparala10@yahoo.fr
Champagne Ardennes	S	REGNIER	Jean Claude	32 bis rue Pierre Curie	52000	CHAUMONT	06 07 17 75 74	jcregn@neuf.fr
	S							
	P	ZIMMER	Michel	21 rue des Alliés	70000	VESOUL	06 80 73 57 33	zimmer.michel@orange.fr
Franche Comté	S	MASSON	Bruno	65 rue des Vosges	70200	SAINTE GERMAIN	06 72 94 46 43	bruno.masson3@wanadoo.fr
	P	GRUYER	Mireille	16 rue Greenock	76450	CANY BARVILLE	06 80 07 33 02	mireille-gruyet.old@orange.fr
	S	LECLERC	Daniel	16 rue de la Licorne	27500	PONT AUDEMER	06 77 80 23 25	daniels.leclerc@free.fr
Languedoc Roussillon	S	GROUAS	Francis	25 allée du Domaine	27180	LES BAUX SAINTE CROIX	06 25 35 02 21	fgrouas@wanadoo.fr
	P	BOURRIER	Louis	8 avenue de la Côte Vermeille	66100	PERPIGNAN	06 20 43 19 18	louisbourrier@orange.fr
	S	RODRIGUEZ	François	3 rue Duprato	30900	NIMES	06 12 28 94 26	frodriquez@cegetel.net
Limousin	P	CROUZIT	Serge	218 rue de Saint Gence	87100	LIMOGES	06 77 79 90 09	serge.crouzit@orange.fr
	S	SARDIN	Danièle	14 rue Saint Benoît	87000	LIMOGES	05 55 37 59 90	danielesardin@numericable.fr
	S	MAGNIER	Pierre	9 avenue du Général de Gaulle	87400	ST LEONARD DE NOBLAT	06 17 66 48 95	piere.magnier@orange.fr
Midi-Pyrénées	P	SOULA	Guy	2 square Villote	09000	FOIX	07 77 26 47 84	guysoula.minouche@orange.fr
	S	RIVIERE	Paulette	2 Cité Gabriel Fauré	09600	LAROCHE D'OLMES	06 80 24 03 78	
	S	VIDAL	Michel	2, Chemin Robineau	31600	MURET	06 77 47 20 39	
Nord - Pas de Calais	P	FOULON	Eric	193 rue des Bergeronnettes	59267	PROVILLE	06 62 43 85 08	mcm.vidal@orange.fr
	S	DUVIVIER	Michel	193 rue Gabriel Péri	59194	ANHIERES	06 09 62 91 67	ericfouls@gmail.com
	P	RICHARD	Yves	56 impasse des Lauriers Saucés	83520	ROQUEBRUNE sur ARGENS	06 85 10 01 01	michel.duvivier@wanadoo.fr
Paca - Corse	S	ARCHIER	Patrick	Chemin du Pasteur 145 CD 559 Les Glénertes Nord	84530	VILLELAURE	04 98 11 11 79	yves.richard83520@gmail.com
	S	de VEYRAC	Dominique	101 chemin de la Gazane - STE ANNE	13170	LES PENNES MIRABEAU	04 90 09 84 80	patrick.archier@gmail.com
	P	BRETTE	Christian	Poste non pourvu	91219	DRAVEIL	04 42 02 61 52	dominique.deveyrac@neuf.fr
Paris - Ile de France	S	NOBIRON	Jean-Bernard	5 bd des Peupliers	44390	NORT SUR ERDRE	06 07 75 33 23	c.brette@me.com
	S	PRAUD	Guy	Le Port Mulon - 1 rue des Brosses	85170	LES LUCS sur BOULOGNE	06 77 60 76 17	jb.nobiron@gmail.com
	P	ALLART	Marie Claude	13 impasse Blériot	60680	GRAND FRESNOY	02 51 31 21 86	madopro@orange.fr
Poitou-Charente	S	DEVIN	Jacky	290 rue Sacy	60130	WAVIGNIES	06 11 19 89 85	marieclauda.allart@orange.fr
	P	JANOT	Jean-Marie	63 rue Goretier	16240	VILLEFAGNAN	06 14 60 01 00	jacky.devin@yahoo.fr
	S	ROUSSEL	Jean	5 rue de la Magdeleine	86370	VIVONNE	06 70 28 06 62	jeanmarie.janot@gmail.com
Rhône-Alpes	P	MARCOUX	Jean Luc	17 rue Boutiller du Rétail	42600	MONTBRISON	06 10 34 30 34	rousseau.assur@wanadoo.fr
	S	DEGEURCE	Christian	34 avenue de la République	69390	CHARLY	04 77 58 31 67	jl.marcooux@orange.fr
	S			519 C rue de la Brosse	69390		06 11 67 06 71	chdegeurce@gmail.com

* P : Président de Région S : Suppléant

DE NAMCHE AU CAMP DE BASE / HIMALAYA

DE NAMCHE BAZAR (3400m) AU CAMP DE BASE (5600m)



Le 10 septembre 1959

Altitude 3700 m. AU CAMP DE THAME.

Départ de Namche Bazar, altitude 3400 m.

Ce matin, ça y est, nous sommes parties pour le camp de base. Hier au soir à la fin d'un jour presque sans pluie, le vent a tourné et dans la nuit, tout le ciel s'est déblayé. La mousson est partie cette nuit.

Ce matin au lever du jour, nous avons découvert, à l'exception d'un sommet resté gris, toute une chaîne immaculée. «Ce ne sont que des 7000» a dit Claude. Oui mais, que c'était beau! J'ai filmé. Quand nous sommes parties du camp, les montagnes étaient frangées de brume, à un quart d'heure au-dessus du camp, le torrent se détachait argent vif au pied d'une montagne noir violet. À droite des terrasses douces sur lesquelles étaient le camp et le village. La vallée se fermait en un grand V au fond duquel surgissait une extraordinaire aiguille, toute blanche de neige fraîche et plafonnant vers 6500 - 7000 m. C'était féérique!

L'étape était un amusement aujourd'hui. Tout au plus trois heures effectives. Un chemin sans difficultés. Une petite descente de flanc, avec quantité d'arrêts photo, puis le déjeuner et la montée vers **Tami**.

À dix minutes du village, nous nous sommes arrêtées sur un replat tout constellé de gentianes, d'edelweiss, et de petites fleurs gazonnantes, où parfois pointait le rose ou le blanc d'une inconnue. Il faisait si bon au soleil et dans l'herbe que nous nous sommes étendues là.

J'en ai profité pour filmer une séquence publicitaire pour les montres suisses, avec Claude et Loulou de bien chic filles! Elles réagissent toujours quand on a besoin d'elles pour le cinéma en particulier. Les *sherpanis* et les porteurs nous regardaient faire. Le soleil incitait vraiment au farniente. L'officier de liaison et les trois Népalaises étaient à plat ventre sur le gazon et Claude, le chapeau en bataille, croquait des fleurs. J'ai eu aussi toute une séquence de fesses au soleil, vraiment très bien.

HIMALAYA / DE NAMCHE AU CAMP DE BASE



Je vous ai dit que nous avons deux recherches à faire pour des scientifiques : d'abord des coléoptères pour un laboratoire pharmaceutique qui nous a voté un fort crédit, puis des papillons pour le publiciste qui a fait la maquette de la carte postale. Claude a donc apporté aussi un filet à papillons. Je l'ai filmée batifolant dans les fleurs, sans sac, le filet en bataille, précédée de Loulou... portant leurs deux sacs et faisant la tête!!! je ne sais pas si ce sera drôle ou si ça servira, mais en tout cas, nous nous sommes bien amusées. Claude et Loulou sont d'ailleurs les boutentrains de l'équipe. Elles ont parfois des mimiques absolument épatantes et des clowneries plein leurs poches.

Je croyais que nous n'avions pas trouvé de nouveautés parmi les papillons capturés, car étant à la fin de leur saison ils avaient des ailes toutes mitées. Par contre, vous verrez dans le film cet épisode de Colette récoltant ses bestioles. Elles se sont avérées des « nouveautés » et répondent maintenant au nom de famille de : « *Noctuinae trifinae* » et portent comme prénom : « *Diarsia Claudia* », en souvenir de Claude Kogan. Ces bestioles mesurent 42 mm

de long, et trottaient entre terre et un ras gazon... Ce sont des larves (?) de papillons dits « noctuelles ». J'ai appris cela bien longtemps après notre retour...

Nous avons aujourd'hui marché entre deux rangées de « *polygonum* », qu'on connaît bien chez nous. C'est une plante vivace, grimpante, voire envahissante et originaire de Chine, m'a dit Colette. Ici, elle produit rapidement des tiges volubiles, souples, pouvant atteindre jusqu'à quinze mètres de haut, et envahit les arbres. Sa floraison blanche, très abondante, faite de grappes de fleurs fines d'un blanc crème, s'étale de juillet jusqu'aux gelées. Il paraît qu'elle résiste jusqu'à -30 ° C. Je comprends que nous en trouvions ici une telle quantité... Elle est bien plus modeste chez nous.

Nous profitons à plein de ces moments dans une nature douce aux yeux et aux pieds. Le camp s'est installé sur les dernières plaques d'herbe à une altitude dépassant celle du Mont Blanc. L'herbe? Sa présence s'explique par une différence de latitude compensée par une différence d'altitude de deux mille mètres environ.

Plus que trois jours à évoluer dans la verdure et ce sera le glacier pour quelques cinq ou sept semaines. Le courrier ne nous joindra vraisemblablement que le 18 ou le 20 au camp de base.

Margaret

Ce soir c'est Margaret ma compagne de tente. Margaret, c'est une femme grande, peu loquace, flegmatique, très british, gentille et souriante. C'est une compagne qui parle un français meilleur que celui d'Eileen, mais avec plein de perles qui me font sourire.

Nous dissertons ce soir sur l'emploi en français et en anglais de certains mots.

Margaret, c'est la fille à qui Colette vient d'enrayer une bronchite, mais qui se baigne dans un torrent. Et l'eau fait bien 8 °.

Margaret, c'est celle qui mange ses œufs crus (alors que nous les faisons frire ou les pochons), ce qui lui a valu une intoxication terrible.

Margaret, c'est la même qui, trouvant le lait de yack à son goût, en a bu un litre d'affilée dans la ferme de Giri (la « richesse » de ce lait correspond à la crème fraîche chez nous!!!) C'est curieux, mais le lendemain elle avait une crise de foie maison!

DE NAMCHE AU CAMP DE BASE / HIMALAYA

Elle est en train de lire « *Anna Karenine* ». Eileen a apporté « *Guerre et paix* », et Dorothee un « *traité sur le bouddhisme* » et des poésies d'« *Alfred de Vigny* ». Moi, je n'ai rien apporté. Quand aurais-je le temps et le courage de lire ?

Nous avons maintenant 40 *sherpanis*. Aussi demain, dois-je partir devant, pour repérer un bon angle de prise de vue, y attendre pour filmer *m'sahbs* et *sherpanis* groupées. Nous voulons montrer à « *Son Altitude* » (le président de la FFM) que, contrairement à ses remarques aigres-douces, nous ne sommes pas exclusivement tributaires des hommes pour le portage. Et nous sommes une expédition féminine après tout. À signaler d'ailleurs que ce sont elles, les femmes, qui portent les plus lourdes charges. Machisme pas mort !



Il est 17h et je viens de donner un petit cours de photo à Jeanne Franco. Elle a un « *Focasport* » qu'elle doit laisser au retour à je ne sais qui et elle veut s'en servir d'abord.

Il fait froid ce soir. Bien que je sois sous ma tente et lovée dans mes duvets, si ça continue, je vais mettre des gants pour t'écrire.

L'enfant au muguet

Colette est en train de soigner une bande de gens pouilleux crasseux. L'autre jour, nous avons rencontré une femme qui nous attendait sur le chemin et

qui amenait son bébé à Colette. J'ai voulu filmer car je n'avais pas vu l'enfant qui était complètement recouvert de haillons. Gros plan sur la mère assise puis travelling sur le berceau ; quand j'ai fait découvrir l'enfant pour le filmer, je n'ai pas pu. Une petite tête livide grosse comme le poing (il avait un mois) une petite bouche ouverte et pleine de « muguet ». Un bébé à l'agonie. Jeanne voulait que je filme, mais j'ai refusé avec l'assentiment des autres. C'était trop horrible. Si vous aviez vu la crasse séculaire des chiffons dans lesquels il était entortillé ! Alors, raclant nos sacs, nous avons trouvé, qui le coton, qui le sucre, qui le sel et après avoir montré à la mère comment faire, lui avons laissé tout ce nécessaire et repris la route...

Néanmoins, je trouve qu'il y a beaucoup moins de gens à soigner que je ne le pensais...

Le langage sherpa.

Le langage sherpa est issu du tibétain d'après ce que j'ai appris en parlant avec nos sherpas et surtout Wangdi. Mais il ne s'écrit pas.

Le mot « merci » est peu usité ainsi que « s'il vous plaît ». Quant à « au revoir », cela n'existe pas. C'est celui que l'on quitte qui souhaite bonne route. Cela explique peut-être la manière de parler aux sherpas qu'ont les trois Népalaises.

Il est certain que ces trois gamines ont été propulsées à un pinacle pour lequel elles n'ont pas été préparées. Nées dans une humble et obscure famille sherpa, elles ont eu tout à coup un père, devenu véritable prince des sherpas. Sa photo est dans chaque maison, avec celle du Dalaï Lama et bien avant celle du roi du Népal. Elles ont l'habitude de se faire servir. Ça nous met en rogne, car bien souvent elles dérangent nos hommes pour rien. Je pense à cette nuit pendant laquelle nous campions dans un pacage plein de sangsues, et où il n'a pas été question de dormir. Mais où elles ont fait sortir un sherpa de sa tente chaque fois qu'une sangsue pénétrait dans la leur, en l'appelant et en hurlant. Il est vrai qu'elles ont 18, 20, et 22 ans. Et bien souvent on l'oublie. Loulou et Jeanne qui étaient dans la même situation les ont tuées (les sangsues !) sans bruit.

Le « *cana* » va être prêt. (Cana=repas). Que nous réserve-t-il ce soir ? La cuisine sherpa est, pour nous, une source de mystère et de feu dans la bouche.

HIMALAYA / DE NAMCHE AU CAMP DE BASE

Altitude 4280m. SCHULE le 11 septembre 1959

Nous voilà au camp après une petite étape du même genre que celle d'hier, c'est-à-dire à peu près quatre heures de marche. Nous sommes ce soir à l'altitude 4280 m. Nous pensons monter à 4400 m. Mais, je crois que les coolies, question monnaie, veulent faire le trajet en quatre jours au lieu de trois!

Puis, filant bon train, Foutordjé sur les talons, je suis allée attendre des sherpanis à un dos d'âne sur le flanc de la moraine. Wangdi les avait fait se regrouper et ainsi, j'ai pu les filmer pendant quarante-cinq minutes. J'ai pu faire des gros plans, des américains, des têtes, des effets de foule... Tout ça pour montrer à «*l'ami Lucien*» (Devies) comme on l'appelle parfois ici, «*que les femmes portent, elles aussi.*» Et, si c'est bon, ça me fera une bonne séquence dans le film...

Après, j'ai marché quelques heures, seule avec Loulou. Nous allions en silence dans un chemin gazonnant, nous arrêtant parfois pour contempler les jeux des nuages et des cimes qui surgissaient deux mille ou trois mille mètres au-dessus de la brume grise et des moraines verdoyantes. Fantastique carrousel des nuages nous cachant et nous redécouvrant tour à tour des sommets sans nom et inaccessibles. Nous nous sommes regroupées le long du torrent dans le village d'Ang Norbu. Il nous y attendait avec du tchang, fort bon ma foi. Et ce n'est pas mon seul avis, car les filles en étaient à leur nième bouteille. (Loulou est en train de se faire une belle réputation!!!). Je les ai trouvées effondrées dans l'herbe. Mais nous sommes arrivées au camp bien en avance sur les coolies qui s'étaient arrêtés tout au long du chemin pour boire.

Cette marche continue est parfois coupée d'épisodes imprévus et typiquement népalais. En France, c'est le roulier qui va au café. Au Népal, c'est le débit de boisson qui vient au voyageur. Au bord du chemin, les soûleuses sont là avec leurs bouteilles de bois cerclé de cuivre et proposent leur marchandise. Et le passant résiste peu... (cf le film).

Ce matin, Gombou et Foutorché ont eu toutes les peines du monde à se défaire d'une «*crampon*». Foutorché allait succomber quand je suis venue à la rescousse et je l'ai emmené *manu militari*. Il faut dire qu'il aime assez la chose, mais qu'au bout d'un certain nombre de bols, il ne me rend plus de services aussi efficaces que je le désire. (Pauvre garçon,



un quart d'heure après, je lui ai offert... du thé!!!). Cet alcool ne procure pas une ivresse très longue. Peut-être une heure, après 5 ou 6 bols. Mais quand les coolies commencent à ne plus savoir très bien où ils mettent les pieds, ils se couchent sur le bord du chemin et dorment deux heures. Ce qui n'avance pas nos affaires, évidemment.

Notre cuisinier vient d'acheter un bélier et un yack. Le bélier, c'est pour les deux prochains jours, le yack c'est pour le camp de base. À voir les bêtes, je me réjouis de ce que Claude ait apporté une machine à hacher.

Altitude 4780m. LOUNAC le 12 septembre

Il y a deux heures que nous sommes arrivées au camp de Lounac.

Nous avons marché sur la moraine depuis le départ du camp d'hier, Schulé (ou Arias,) les noms varient, car aucun n'est figé sur une carte. Et nos hommes nous donnent des noms en indi, en népali, ou encore en tibétain. Nous sommes ce soir à 4780 mètres, dit l'altimètre, et pour la forme, nous avons grimpé sur la moraine qui domine le camp, les vingt huit mètres nécessaires pour battre l'altitude du Mont Blanc.

DE NAMCHE AU CAMP DE BASE / HIMALAYA

Le camp est maintenant installé sur la moraine, ou plutôt au fond du glacier, sur un simple replat, qui permet d'établir toutes les tentes dans le même secteur, mais dans l'herbe rase que broute le yack (les beef steak de la semaine prochaine) lequel est en train de me regarder d'un air vache. Il est à quatre mètres de moi, et j'aime autant qu'il soit attaché. J'écris les yeux larmoyants, car avec Claude nous venons de filmer et photographier dans les cuisines des coolies. Ils sont groupés ce soir autour de nos tentes et nous n'avons plus que des porteurs du Solo- Kombu, des *sherpas*. Comme il n'y a presque plus de bois, sauf quelques rhododendrons rabougris, ils font le feu à la bouse de yack, et ça fume. Ils activent la combustion avec un soufflet. Beaucoup ont mis leurs lunettes de glacier pour ne pas pleurer! Ils se font de la soupe avec de la tsampa et du maïs grillé. Et aussi du boudin.

Dans un creux du rocher, Loulou écrit son journal, et Jeanne (pédago avant tout) ayant fini la leçon de français de Charma, l'officier de liaison, a entrepris d'apprendre à signer à son sherpa. Il faut toujours qu'elle embête quelqu'un. D'ailleurs nous la taquinons toutes à ce sujet. Mais finalement elle est bien brave.

Il va falloir que je retourne en cuisine pour apprendre à Danoo, notre *cook*, à faire de la purée. Car il fait tout frire. Avec la purée, il fait des boulettes qu'il passe à la graisse de yack... No comment...

La flore de ce glacier est extraordinairement riche. Outre nos gentianes qui, ici, sont plus claires, il y a toute une série de saxifrages et de crucifères que nous connaissons, rose, bleu, jaune. Il y a aussi des



fleurs mauves dont nous n'avons trouvé que deux habitats. Elles poussent en touffes. À mi-chemin entre les ancolies et les anémones. Les fleurs sont groupées en bouquet au bout de la tige. Les pétales sont mauves, transparents et velus, avec une espèce de pédoncule à l'arrière (qui fait penser aux ancolies). À l'intérieur des étamines marron, irisées de jaune. Splendides. Je suis heureuse de pouvoir saisir au passage comme un dernier sourire, comme un adieu au monde des vivants, la transparence d'une flaque d'eau, le velours froissé d'une fleur et la fuite du dernier oiseau.

Au camp, grosse épidémie d'écriture! Décidément, ça la démange! Jeanne est en train de faire écrire Danoo! Tous les sherpas écrivent leur nom et les coolies aussi. Finalement, Jeanne sera arrivée à un résultat! Mais, gare au dîner! Allons, la séance fumée est finie. Avec une demi-heure de cuisson supplémentaire, les pommes de terre seront peut-être cuites, à peu près...

Quant aux *msahbs*, elles se font un «bidet», à tour de rôle. Nous en avons un en plastique et toutes les dix minutes, une fille va à la cuisine chercher de l'eau chaude à la consternation et à l'amusement des cuisiniers.

Le temps à l'air de vouloir se dégager. En effet, nous sommes sous une petite nappe de brouillard qui, par moment, s'arrache et laisse voir de grandes parois toutes blanches. Il y a des vols de lagopèdes et de petits rats sans queue, avec de petites fesses toutes rondes, comme les lapins. Les *sherpans* vont se coucher à l'abri de nos tentes cette nuit. Très en retard ce soir. Il est vrai que nous sortons de table. Nous sommes allées bavarder en cuisine avec les sherpas et ensuite avec des porteurs campant à côté de ma tente. Des *sherpans* qui portent depuis Katmandou m'ont fait une place près d'elles après que je leur aie donné à défaut de cigarettes des bonbons. Ce qui m'a valu un souriant «*namasté*» (merci) de leur part. Je me couche, il est 19h20.

Altitude 5 180 mètres - SASSAMBA le 13 septembre

J'écris d'un endroit effroyable appelé «Sassamba» à 5180 m. Quelque part au milieu de montagnes à une journée de marche du Nang Pa La. Mais aussi à une journée de ces prés, qui, hier nous ont semblé «paradisiques», à Tami.

HIMALAYA 1959

Il gèle. Je suis quand même lasse de cette étape, l'altitude se fait sentir. Loulou ce matin m'a prise dans son pas en ralentissant un peu le sien. Son esprit d'équipe est une bénédiction. Quelle femme! Une vraie montagnarde! Après quatre heures de marche nous nous sommes arrêtées pour manger.



Puis Claude et moi avons attendu le yack pendant plus de trente minutes pour le filmer en un endroit épatant : une arête dominant un petit lac glaciaire, laiteux. Oui, mais il a refusé de passer là, et a préféré choisir son chemin lui-même. J'ai pu me déplacer et filmer quand même. Je suis là pour cela.

Ce fut une fin de journée de cauchemar à remonter ce glacier qui n'en finit pas, couvert de blocs de rochers de toutes tailles. Sans cesse monter sur une crête de moraine, la descendre et monter la suivante... Éviter une zone de glace, rester sur les pierres, monter et descendre sans fin ces lames de glace, comme autant de vagues énormes, pendant six heures... Un dédale invraisemblable. Seul chemin logique, et le moins pénible : la crête de la moraine centrale du glacier sur laquelle notre caravane de soixante personnes avance en file indienne.

Et toujours tout au long de la moraine, les pénitents de glace qui nous font compagnie.

Nous barrant l'horizon, une belle paroi lisse, haute, comme jaillie sur deux mille mètres, éclatante de blancheur, drapée de bas en haut par un immense rideau immaculé, aux immenses plis. Splendeur... Ici, le glacier tourne à droite, et nous amène à l'immense champ de neige en pente douce qu'est ce col du Nang Pa La. Ainsi, s'ouvre devant nous la porte du mystérieux Tibet.

Là, plus une pierre, seule la neige. Au milieu du col, un arbre à prière fiché dans la neige glacée depuis bien longtemps, et où des générations de voyageurs ont accroché de simples morceaux de tissus chargés de vœux que le vent emporte auprès de Bouddha. Ils psalmodient la phrase rituelle, prière du bouddhiste tibétain : *O mani padme hom!* (*O toi la beauté dans la fleur de lotus!*)

On a piqué à quatre-vingt-dix degrés, à droite, et tout à coup! le Cho Oyu dans sa splendeur. Mais que cette montagne est belle! Quel choc que sa découverte! Le temps de prises de vues, et l'on avance vers le site du camp de base, où nos sherpas s'affairent déjà. Un quart d'heure de marche sur la moraine, et

nous arrivons au camp de base...

La journée? Dure, dure, même avec l'habitude. Mal de tête... L'altitude est là : 5 600 mètres.

Je repense à ce texte :

« Dorénavant, la glace et la pierre seront notre domaine et peut-être, parfois, notre prison.

*Une prison, sans porte et sans borne,
faite de glaciers interminables,*

Une prison, faite de moraines gigantesques,

*Une prison, aux sommets anonymes
de sept mille mètres lancés vers le ciel,*

*Une prison de pierraille innombrable, enchâssant des
lacs de jade dormante,*

*Une prison mouvante, infiniment renouvelée, où les
géants de glace montent
leur garde éternelle.*

*C'est dans la glace et la pierre
qu'il faut maintenant creuser son gîte.*

*C'est sur la neige que va se dérouler
l'interminable procession.*

Les séracs figés vont remplacer les rivières tumultueuses.

*Les fleurs de givre et du gel :
les gentianes et les immortelles.*

*Les «mani» et les moulins ont fait place
aux arbres à prière,*

*Ces arbres paradoxaux où le voyageur accroche
sa prière au passage».*

Je suis arrivée au camp de base...

MICHELINE RAMBAUD

NOUVELLE DES ADHÉRENTS



Ils viennent de nous rejoindre

RÉGION	ADHÉRENT	C.P.	VILLE
ALSACE LORRAINE	TSCHANN André	68800	VIEUX THANN
BASSE NORMANDIE	COLLIN Jean Paul	61170	COULONGES sur SARTHE
RHONE ALPES	BREGERE Olivier	42000	ST ETIENNE

Anniversaires de mariage

 2^e semestre 2021

BASSE NORMANDIE	LERENDU Michel et Colette - 50230 AGON COUTAINVILLE	29/12/1971	OR
BOURGOGNE	MARTIN Maurice et Odile - 71000 MACON	05/09/1971	OR
BOURGOGNE	TROLLIET Dominique et Elisabeth - 21121 FONTAINE LES DIJON	01/09/1961	DIAMANT
BRETAGNE	DONTOT Jean Louis et Laurence - 22300 LANNION	18/12/1971	OR
CENTRE	BECQUART Sylvain et Annie - 37160 DESCARTES	29/10/1971	OR
FRANCHE COMTE	RIOBE Pierre et Marguerite - 25000 BESANCON	10/07/1961	DIAMANT
FRANCHE COMTE	MOREL Martial et Michèle - 25580 ETALANS	28/08/1971	OR
HAUTE NORMANDIE	MILANI Jean Pierre et Marie Jeanne - 76420 BIHOREL	10/07/1971	OR
ILE DE France	BONNEMAISON JEAN MARC ET LILIANE - 75020 PARIS	16/07/1956	PALISSANDRE
LANGUEDOC ROUSSILLON	BOURRIER Louis et Jeanine - 66100 PERPIGNAN	05/12/1961	DIAMANT
LIMOUSIN	MIGNAC Jean et Elisabeth - 19000 TULLE	03/07/1971	OR
PAYS DE LOIRE	MONDOLFO Jacques Paul et Claude - 35520 MELESSE	28/10/1961	DIAMANT
PAYS DE LOIRE	BARBE Patrick et Michelle - 44230 ST SEBASTIEN SUR LOIRE	28/08/1961	DIAMANT
PAYS DE LOIRE	QUINTIN Alain et Aline - 44600 ST NAZAIRE	29/09/1956	PALISSANDRE
POITOU CHARENTE	MOINE André et Françoise - 79200 PARTHENAY	29/09/1956	PALISSANDRE
RHONE ALPES	MARTINET Marcel et Renée - 01200 BELLEGARDE	20/10/1956	PALISSANDRE
RHONE ALPES	RICHARD Bernard et Colette - 42800 ST MARTIN LA PLAINE	19/07/1971	OR

Décès (2^e semestre 2021)

Nous présentons nos amicales condoléances à toutes ces familles dans la peine.

RÉGION	ADHÉRENT	DÉCÉDÉ	C.P.	VILLE
AQUITAINE	THOUVIGNON Gilberte	09/08/2021	40100	DAX
BOURGOGNE	GAGNERET Pierre	01/05/2021	71270	PIERRE DE BRESSE
BOURGOGNE	PEGON Jean	08/09/2021	71850	CHARNAY Les MACON
BOURGOGNE	DEVILLE DE PERIERE Germ	01/07/2021	89100	SENS
HAUTE NORMANDIE	MOREL Gérard	07/09/2021	76490	SAINTE WANDRILLE
LANGUEDOC ROUSSILLON	LAVIELLE Gérard	25/08/2021	11100	NARBONNE
NORD PAS DE CALAIS	DESBROSSE Michel	12/11/2021	62500	SAINTE OMER
PAYS DE LOIRE	MIGNOT Anne	05/08/2021	44000	NANTES
POITOU	COLOMBIER	28/08/2021	16260	CHASSENEUIL sur BONNIEURE
RHONE ALPES	COUDERC Raymond	12/07/2021	26200	MONTELMAR
RHONE ALPES	PATCH André	23/04/2021	69400	VILLEFRANCHE SUR SAONE

LA VIE DES RÉGIONS

> Compte rendu de l'assemblée Régionale **AUVERGNE**

Après ces deux années fortement perturbées, qui nous ont empêchés de nous retrouver, l'Assemblée Annuelle de la Région Auvergne s'est tenue cette année le 4 novembre 2021 à Chamalières au restaurant le Royal St Mart, bien connu des Clermontois.



Après le traditionnel pot d'accueil, Jean Louis Paquier, Président de Mag3 Seniors Auvergne, ouvre la séance : Il tient à remercier les deux invités d'honneur qui viennent animer notre Assemblée Générale :

- Bernard Mourey, notre Président National de Mag3 Seniors qui nous fait le plaisir d'être parmi nous avec son épouse.

- Manuel Peixoto, agent local en exercice Allianz Riom-Pontaurmur

Il remercie également tous les membres présents, qui se sont déplacés, et constate, malgré cette longue interruption que notre Amicale a tenu bon.

Après cette introduction il fait le point sur l'effectif : Le nombre d'adhérents se maintient à 34 membres dont

• 19 agents retraités, 22 en 2019. Gérard William Vinuesa a quitté le navire pour des raisons personnelles, et deux de nos collègues sont décédés :

Louis Bonnet et Guy Chantemesse.
• 15 épouses conjointes survivantes

10 collègues retraités participent à notre réunion : Michel Baconnet, Gabriel Beck, René Calmard, Jean Claude Coudard, Jean Claude Monneron, Jean Baptiste Segar, Hubert Gomot, Jean Paul Touzet, Jean Pierre Valeyre, Jean Louis Paquier. 3 épouses ont bien voulu accompagner leurs conjoints. 13 collègues se sont excusés : Philippe Darbeda, Bernard Bardonnnet, Bernard Doscher, Marc Durantet, Jean Goyet, Claude Lebrun, André Frery Jean Lou Garmy, Michèle Pailles, Jeanne Vallade, Colette Chantemesse, Magdeleine Delaigue, Gisèle Touzet

Il en profite pour donner des nouvelles de tous les absents, l'état de santé de quelques-uns, et la moyenne d'âge élevée (82 ans) expliquent malheureusement les absences.

Cette année un actif de notre région Auvergne a pris sa retraite, Jean Luc Micol, agent à Murat ; malgré mes efforts pour qu'il rejoigne notre Amicale, il n'a pas donné suite.

Nous déplorons malheureusement deux décès cités auparavant, ainsi que Robert Clemençon, agent en exercice, ex-associé de notre ami André Frery, agent à Monistrol.

Comme le veut la tradition, le Président demande une minute de silence en mémoire de nos amis décédés et également à nos défunts personnels.

Jean Louis Paquier revient sur ses activités durant l'année écoulée :

- Envoi à tous les membres adhérents, conjoints survivants, prospects du compte rendu de notre dernière AG de l'an dernier.

- Message de sympathie à l'occasion de la nouvelle année.

Envoi d'une lettre de sympathie auprès de Mme Renoud pour fêter ses 80 printemps. Egalement auprès de Mme Brousse pour fêter ses 90 ans.

- Témoignage d'amitié auprès de notre collègue Vernet et de son épouse à l'occasion de leurs noces d'or.

- Un de nos membres devant faire

face à de gros problèmes de santé avec une répercussion sur ses finances j'ai sollicité la commission « aide sociale » pour lui fournir une aide financière ponctuelle. La commission a répondu favorablement à notre demande.

- Participation au CA du 14/10/2020 à Vierzon.

- Fin octobre Il fait part de son intention à Bernard Mourey de ne pas se représenter à la Présidence de Mag3 Seniors Auvergne.

- 11/2020 compte tenu de la situation sanitaire, il ne m'a pas été possible d'organiser Notre AG annuelle, mais du fait que cette année était « élective » il a été organisé un vote par correspondance.

- Aucun membre ne s'est manifesté pour prendre la Présidence, et ne voulant pas laisser la région orpheline j'ai accepté d'assumer la Présidence par intérim.

- 10/2021 Participation à l'AG Nationale de Mag3 Seniors.

- J'ai été heureux de reprendre le flambeau après la présidence de Philippe Darbeda pour que notre Amicale perdure.

- J'ai essayé durant ses sept dernières années de vous accompagner au mieux dans la mesure de mes moyens, d'être la courroie de transmission entre vous et notre Amicale Nationale et d'animer chaque année notre assemblée régionale, accompagné par le Président National de MAG3 Seniors, et un agent Allianz en exercice et de trouver un lieu d'intérêt culturel en clôture de notre AG.

- La roue tourne.

Intervention Bernard Mourey

Il revient sur la nouvelle organisation du bureau National de Mag3 Seniors ; et notamment en la création des commissions :

- Voyages/Événementiels
- Avantages/Partenaires
- Communication
- Relation Externes
- Animation des Régions
- Développement

- Bernard fait le point sur le nombre d'adhérents de notre Amicale : 772 à ce jour.

LA VIE DES RÉGIONS

- Il faut anticiper les départs en s'appuyant sur la passerelle entre Mag3 des actifs et Mag3 seniors pour prendre connaissance des futurs retraités.
- Sur le contrat obsèques : compte tenu du mauvais S/P=augmentation de 10 % des cotisations
- Il revient sur les avantages de souscrire un contrat CFDP en lieu et place de nos PJ adossées à nos contrats autos et habitation. Pas d'augmentation des cotisations prévues pour 2022.
- Parle sur le futur voyage organisé par le Bureau National Mag3 Seniors au Portugal au printemps 2022.
- Aborde le brûlant dossier des Retraites et rend hommage à Gérard Lebègue Président d'Agea sénior qui par ses interventions entre autres, a permis de sauver notre régime en place et ce au moins pour les 3 ans à venir.
- Fait un exposé détaillé sur le régime Praga
- Il nous informe que la prochaine Assemblée Générale Nationale aura lieu à l'automne 2022 en Alsace avec possibilité de prolonger le séjour par une visite programmée de cette belle région

La parole est donnée à Manuel Peixoto, agent Allianz en activité à Riom/Pontaurmur.

Il nous fait part de l'ambiance actuelle Agents/Compagnie qui ne varie guère : relation très tendue avec Allianz.

- Toujours le même souci de rentabilité du côté de la Compagnie, avec conflits d'intérêt

- Soulève le grave problème de gestion dû au système informatique déplorable qui perturbe quotidiennement la gestion en agence.

- Nous fait part de l'évolution du métier d'agent d'assurances :

- Recrutement des futurs agents avec profil commercial provenant principalement du secteur bancaire, inspecteurs et cadres commerciaux.
- La Cie privilégie 2 associés par agence.
- Outils virtuels à disposition des agents (demande tarifaire via internet)
- Plateforme pour gérer les sinistres : retard accumulé =40 000 dossiers en attente.
- 85 % des agents ont le statut 97.
- La Cie s'appuie sur un réseau « rentable ».

Jean Louis Paquier reprend la parole pour aborder le sujet primordial du jour à savoir l'élection d'un nouveau Président. Il fait le tour de la table et demande à chaque participant de se prononcer sur leur choix. Aucun n'accepte de lui succéder. Il rappelle le résultat du scrutin d'octobre 2020 organisé par voie postale compte tenu de la crise sanitaire : une petite tendance se profilait, le nom de Jean Baptiste SEGA était cité 5 fois sur les 6 votes enregistrés.

Notre Ami malgré quelques réserves justifiées, sous les applaudissements unanimes, accepta de reprendre le flambeau de notre si sympathique Amicale. Je ne doute pas que Jean Baptiste sera un très bon Président de notre Région Auvergne.

Nous terminons notre Réunion par un très bon repas dans une très bonne ambiance et amicale.

Pour clôturer cette journée nous trinquons avec une coupe de champagne au nouvel élu.

JEAN LOUIS PAQUIER
PRÉSIDENT DE MAG3 SENIORS AUVERGNE

> Compte rendu de l'assemblée Régionale BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

Le 9 novembre 2021 dans le cadre de l'hôtel-restaurant du Moulin des Écorces à DOLE 39 dans le Jura s'est déroulée l'assemblée générale d'AGEA Sénior région Bourgogne Franche-Comté devant une assistance de plus de cinquante adhérents ayant répondu présent après cette longue période de crise sanitaire.



Cette assemblée s'est déroulée en présence de Marie Odile Cormier Vice-Président d'AGEA Sénior, de Bernard Mourey Président de MAG 3 Seniors, Administrateur et Trésorier Adjoint d'AGEA sénior et de Jean Paul Riboldi Président de Convergence Seniors

Nous avons souhaité réunir également en tout début de la matinée, dans les mêmes lieux les assemblées générales des amicales de compagnie des régions Bourgogne et Franche-Comté et leurs adhérents :

- D'AGAREGAN Bourgogne Franche Comté avec son Président André Delorme
- De MAG 3 Seniors Bourgogne avec son Président Maurice Martin
- De MAG 3 Seniors Franche-Comté avec son Président Michel Zimmer

Le Président Michel Zimmer a ouvert l'assemblée générale par une minute de silence en mémoire des retraité(e)s qui nous ont quittés.

Après la présentation des différents rapports statutaires qui ont été soumis aux votes, Marie Odile Cormier a pu



LA VIE DES RÉGIONS

prendre la parole pour nous parler du dossier des retraites en retraçant l'historique, la position des Compagnies, de la FFA, l'intervention des politiques et du ministère dans le débat, et surtout le travail effectué par Gérard Lebegue avec Pascal Chapelon (AGEA Actifs) pour aboutir à un accord dont la signature doit intervenir en décembre pérennisant pour 3 ans l'abondement des compagnies à hauteur de 2,5 % au lieu de 3 % auparavant. Cette journée très conviviale a pris fin autour d'une bonne table après ces deux années avec pour seuls échanges les visio-conférences...

MICHEL ZIMMER
PRÉSIDENT AGEA SÉNIOR
BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

> Compte rendu de l'assemblée Régionale BRETAGNE

Accueils des participants au restaurant l'OVNY à BENODET à 9 h 30.

Jean-Claude Sueur – notre Président – ouvre la réunion à 10 heures. Il remercie les présents et demande une minute de silence pour les personnes absentes. Il précise que sur 45 adhérents :

- 7 sont présents, accompagnés de 4 conjointes
- 2 intervenants accompagnés d'une conjointe

Il rappelle qu'il a contacté l'ensemble des adhérents via :

- 32 mails
- 13 courriers

Il constate :

- 20 se sont excusés, il profite de l'occasion pour lire quelques mots d'excuses reçus.
- 3 conjointes toujours adhérentes ont plus de 95 ans.
- 18 absences sans retour sont à déplorer.

Gilbert Diximus Président Adjoint de MAG3 SENIORS prend la parole et présente ses missions : Il envoie des fleurs pour les anniversaires de mariage. Il précise qu'il ren-

contre beaucoup de difficulté à trouver les coordonnées des personnes. Il a fait 160 envois de fleurs depuis 2020 pour les anniversaires de mariage avec très peu de remerciements la première année.

Il remercie **Norma Nohra** pour son énorme travail et son sérieux.

Il attire l'attention sur les mails reçus dans les spams qu'il faut donc consulter. Il résume l'assemblée générale de Mosnes.

Il présente l'ensemble de l'équipe et fait part des difficultés pour trouver des adhérents dans le sud de la France. Il fait une synthèse du voyage dans les pays Baltes où ils étaient 60 avec deux cars et deux équipes. Il salue la très belle organisation et le beau voyage.

Il précise que les cotisations vont augmenter de 2 euros/an à cause du déficit d'agéa.

Puis il aborde la Garantie Obsèques qui est en chute faute d'adhérents qui préfèrent utiliser l'assurance vie. Pourtant c'est très différent et immédiat comme versement.

Il mentionne que la PJ est en très forte évolution à 60 €/an, mais déficitaire (229 adhérents). Il souligne que la plupart des dossiers sont solutionnés par l'excellente médiation et que le retour des adhérents confirme les très bons résultats obtenus dans le traitement des dossiers.

Le voyage organisé au Portugal du 5 au 12 mai 2022 compte déjà 44 réservations. Le départ se fera de Paris et comporte la prise en charge de la montée dans l'avion jusqu'au retour Paris. En Alsace se tiendront le 10 octobre les réunions du Conseil d'Administration, des Commissions et du Conseil National. L'Assemblée Générale se tiendra le 11 octobre avec possibilité d'un séjour touristique de 4/5 jours ou d'une croisière sur le Rhin au départ de Strasbourg.

Il précise qu'Allianz a 1800 Agents Généraux Allianz, 2500 points de vente. L'objectif est d'ouvrir 18 points de vente par an. 88 % des agents sont en plate-forme PFI.

Mag3 Seniors a 771 adhérents. Il confirme la stabilité de la CAVAMAC

sur 3 ans. Stabilité due au combat qui a été mené. Annonce de 60 ans de provision du fond retraite CAVAMAC. Il informe que les garanties complémentaires PRAGA 100 et PRAGA 200 vont augmenter leurs tarifs.

Puis **Jean-Noël Rannou d'agéa sénior**, prend la parole pour annoncer et préciser les points suivants :

- **Changement de nom d'agéa sénior** dans un souci de simplification.
- Baisse des cotisations de 48 à 40 €?
- Création d'un bulletin d'adhésion unique créé pour 80 €/an: le BUA.
- Échanges de fichiers entre **agéa sénior et Agéa** pour mieux identifier les actifs partant à la retraite.

Il nous fait part du retour positif de la journée du 14 octobre 2021 basé sur le thème de la Sécurité Routière. Il pense et souhaite renouveler.

Il rappelle que **l'AG Bretonne d'agéa sénior aura lieu le 20 mai 2022 à Vannes.**

Jean Claude Sueur, notre président, reprend la parole

Il précise que **Raphaël Piriou Agent Général actif** n'a pu venir suite à un problème de véhicule.

Il propose un atelier pour améliorer notre connaissance des outils informatiques et numériques. Dates à définir. Il rappelle que pour la prochaine réunion **agéa sénior se fera à Vannes.** Un tour de bateau sur le Golfe sera proposé.

Le Président précise que **les réunions se feront dans chaque région de Bretagne et notre prochaine aura donc lieu en Côtes d'Armor et que la présence des conjointes y est appréciée.** Il propose de relancer l'ensemble des fichiers des retraités afin de les faire adhérer.

La réunion est close à 12 heures. Déjeuner dans la même salle du restaurant où est servi un apéritif maison suivi d'un excellent repas où la bonne humeur était présente.



LA VIE DES RÉGIONS



Nous remercions Aurore, Gaël et son équipe pour leur accueil chaleureux. Ensuite le petit groupe se dirigea vers la Cidrie Maison de Perguet malgré la pleine période de récolte et de pressage.



Le Maître des lieux Alexandre nous accueillit et était ravi de nous faire visiter ses bâtiments entièrement rénovés et nous dégustâmes plusieurs variétés de cidre et de découvrir, son Cidre en bouteille de 33 cl, tous les participants ont achetés quelques bouteilles.



Nous sommes ensuite allés à la Biscuiterie Fabrication Artisanale François Garrec où nous attendait Jennifer pour une visite de leurs produits (Crêpes, Kouign Aman, Madeleines etc.) Après quelques achats nous avons remercié Jennifer pour ses explications très intéressantes.

Enfin pour terminer cette journée, un dernier verre de l'amitié fut offert au Bar La Croisette avant de se dire au revoir et reprendre la route aux quatre coins de la Bretagne espérant se retrouver l'année prochaine dans une ambiance aussi chaleureuse.

KÉNAVO
JEAN MARIE GRAMAIN

> Compte rendu de l'assemblée Régionale BASSE ET HAUTE NORMANDIE

Mardi 5 octobre 2021
à Bagnoles-de-l'Orne

Présents : Michelle Chevalier, Jean-Pierre Couroyer, Roland Désiré, Mireille Gruyer, Daniel Leclerc, Francis Montagnier, Michel Moulette, Bernard Mourey, Jean-François Poussier, Léon Smiarowski

est chargée d'Henner et de s'occuper des fichiers SIGAR, CFDP, des anniversaires et des nouvelles adhésions. Michel Zimmer est nommé Trésorier et Didier Cousin chargé du bulletin. Bernard Mourey a désiré moderniser la page de garde de notre journal d'information, l'édito étant désormais reporté à l'intérieur. Il a également modernisé le site Internet.

Il nomme les six commissions qui ont été créées :



Excusés : Jean-Pierre Milani, Louis Pigache, Odile Pinoche, Claude Perrier, Jacques Fleury

Mireille Gruyer ouvre la séance à 10 heures et invite l'assistance à observer une minute de silence en hommage aux amies et amis décédés cette année ; une pensée particulière s'est tournée vers Gérard Morel qui devait être présent ce jour.

Cette assemblée régionale a réuni les adhérents de Haute Normandie et Basse Normandie

Bernard Mourey se présente et rappelle qu'il a été élu à l'unanimité par le conseil d'administration, lors de la visioconférence du 24 avril 2020, suite à la démission de Charles Caillaud.

Pendant le confinement dû au Covid, il a été convenu que l'assemblée générale se ferait par mails et courriers. Suite aux divers échanges, Gilbert Diximus est élu comme administrateur et Christian Degueurce secrétaire. Norma Nohra

- Evènements et voyages
- Avantages et partenariat
- Communication
- Relations internes et externes
- Animation des régions
- Communication avec Henner, CFDP et Fichier SIGAR

Il informe que le voyage dans les Pays Baltes a pu se faire et qu'un voyage au Portugal est prévu pour 2022.

Mireille Gruyer remercie Bernard Mourey de sa présence et il est procédé à l'assemblée générale de **Agéa Senior Normandie** prévue à 11 heures.

Ces deux assemblées ont été envisagées conjointement afin d'éviter des déplacements et des rassemblement trop importants à cause de la pandémie du Covid 19.

Un délicieux déjeuner a suivi ces assemblées.

MIREILLE GRUYER
LA PRÉSIDENTE DE RÉGION

(Fin de LA VIE DES RÉGIONS en dernière page)

ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021

COMPTE RENDU DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE MAG3 SENIORS À MOSNES LE 19 OCTOBRE 2021

Les adhérents de Mag3 Seniors se sont réunis en assemblée générale ordinaire dans les salons de l'hôtel le Domaine des Thômeaux à Mosnes (Indre et Loire) le mardi 19 octobre 2021.



Ouverture de l'assemblée générale par le Président Bernard Mourey, nous félicitant de notre présence : soit 62 personnes avec partenaires et invités et 205 pouvoirs. Une minute de silence pour nos collègues disparus cette année.



RAPPORT MORAL 2020/2021

L'évènement majeur de cette année 2020 a été l'annulation de notre Assemblée Générale de mars à Paris. Le COVID19 étant passé par là. Même report pour l'Assemblée d'octobre, la prudence s'impose à nous tous.

Malgré tout, l'activité de notre amicale a continué de fonctionner normalement grâce à la visio conférence.

Voici les événements qui ont découlé de cette annulation. Notre ami et Président Charles Caillaud a décidé de passer le flambeau avant l'Assemblée Générale d'octobre. Dont acte. En conséquence, et conformément à nos statuts, le Conseil d'Administration s'est réuni le 24 avril 2020 en visio conférence et a procédé à l'élection de Bernard Mourey à l'unanimité des présents et représentés.

Mireille Gruyer ne tient pas à continuer son activité de secrétaire, je me suis proposé de prendre sa suite jusqu'à la prochaine Assemblée Générale d'octobre pour exercer cette fonction.

Sur demande du Président, Norma Nohra est chargée du suivi des décès en relation avec le groupe HENNER.

Le 24 juin nous apprenons le décès brutal de François Moing qui devait postuler au poste de syndic.

Trois Conseils d'Administration : le 24 mai, 30 juin et 1 septembre 2020 toujours en visio conférence.

Décision prise d'annuler l'Assemblée Générale d'octobre. Celle-ci se fera par email et courrier avec une date butoir au 9 octobre 2020. Huit résolutions sont soumises au vote.

1) Nomination de Gilbert Diximus comme administrateur À valider par l'Assemblée Générale.

2) Rapport moral

3) Rapport financier

4) Cotisation 2021, 45 € pour les adhérents et 24 € pour veuve ou veuf.

5) Rapport des contrôleurs aux comptes

6) Élection du nouveau Conseil d'Administration

7) Élection du syndic

8) Élection des contrôleurs aux comptes

Ces résolutions ont été votées par l'Assemblée Générale par mail et courrier comme le prévoit nos statuts.

Le Conseil d'Administration et Conseil National se sont tenus à Vierzon les 14 & 15 octobre 2020. Le président donne le résultat de l'élection :

799 adhérents. Envoi de 260 courriers et 539 mails. Votants 204. 25 % des adhérents ont voté, supérieur à une AG normale.

Mise en place du bureau :

Président (à l'unanimité)	Bernard Mourey
Président Adjoint	Serge Crouzit
Président Adjoint	Gilbert Diximus
Vice-Présidente	Marie Claude Allart
Vice-Présidente	Norma Nohra
Secrétaire	Christian Degueurce
Secrétaire Adjoint	Didier Cousin
Trésorier	Michel Zimmer
Trésorier suppléant	Michel Jenny
Syndic	Yves Therin
Contrôleur aux comptes	Jean-Marie Janot
Contrôleur aux comptes	Jean-Claude Sueur

Tous élus à l'unanimité.

Conseillers du Président : Charles Caillaud, Claudette Corby, Annette Lelu, Hubert Hériot.

Six commissions sont créées :

1. Événements et voyages : Zimmer, Gallot, Nobiron, Corby
2. Avantages et partenariat : Crouzit, Allard, Jenny
3. Communication : Cousin, Diximus, Mourey
4. Relations internes et externes : Martinier, Crouzit, Allard. Développement : Nohra, Diximus
5. Animation des régions : Mourey, Degueurce
6. Développement : Nohra, Diximus

ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021

Prise de contact avec tous nos partenaires et sponsors, y compris ALLIANZ pour les informer de l'élection d'un nouveau Président.

Une commission voyage a été créée, composée de quatre membres : Mrs Zimmer, Nobiron, Gallot, Corby. Ils seront chargés des appels d'offres auprès d'organismes de leurs choix, ainsi que des destinations qui vous seront soumises. Norma Nohra sera chargée en plus d'HENNER, des fichiers SIGAR, CFDP, anniversaires et nouvelles adhésions.

Michel Zimmer fait le point sur nos finances.

Création du groupe communication, Mrs Mourey, Diximus, Cousin, chargés du site MAG3 séniors en relation avec Mr Dewas.

Rapprochement avec Christophe Caille, Président des actifs MAG3; Une réunion en visio conférence le 15 juin 2020 avec B. Mourey, M. Zimmer et Degueurce. Christophe Caille souhaite que les jeunes retraités viennent en soutien aux nouveaux agents nommés, pour compléter leurs formations et les aider dans leur départ professionnel. Nous devons nous revoir fin août, mais annulé toujours le COVID.

L'ordre du jour du Conseil National a porté sur la définition du rôle de Président de région.

Mon titre, ma fonction, ma structure, mon implication, le recrutement; l'animation, les moyens matériels et humains. Tous ces sujets ont été abordés et développés auprès des Présidents de région.

Voyage au pays Baltes reporté d'un an. M. Zimmer propose un petit voyage au Portugal pour le printemps (avril ou mai) et un autre au Canada pour l'automne.

Nous avons demandé le remboursement des places de théâtre compte tenu des deux annulations de nos Assemblées. Devant les difficultés rencontrées, nous avons transmis le dossier à CFDP. Le remboursement a été effectué.

Le Président Mourey voulait moderniser la page de garde de notre journal d'information, ce qui a été fait sur le dernier numéro, l'édition étant reporté à l'intérieur.

Sur l'impulsion du Président, également une modernisation de notre site internet. Le chantier est terminé à ce jour. Cela n'empêche pas de continuer à améliorer notre site.

Pour 2021 nous avons organisé quatre Conseil d'Administration, une réunion de bureau et une réunion de préparation à l'Assemblée Générale.

Les sujets abordés lors de ces Conseils d'Administration

Relance de la participation financière d'ALLIANZ, le point des finances, des adhésions, organisation des élections des Présidents de région, le voyage dans les pays Baltes, nous proposons d'augmenter le fond social par une somme affectée chaque année, à définir, fusion des deux fonds existants, Pub dans info MAG3 séniors pour financer l'impression et distribution, nouvelle campagne de prospection, le point



sur l'évolution des adhésions, entrée et sortie, renégociation des avantages tarifaires avec la compagnie, finalisation du site WEB, passerelle actifs retraités en discussion, aide aux nouveaux agents nommés par les jeunes retraités, remise en cause par les compagnies des 3 % de financement de nos retraites, organisation de l'Assemblée Générale d'octobre, réservation du lieu, des animations, des sorties pour les accompagnants, validation du bulletin de fin juillet, mise à jour de l'ensemble des Présidents de région, intervention lors du Conseil Syndical de Mag3 à Marseille en juin sur les désengagements des compagnies pour le financement de nos retraites, proposition de voyage pour 2021. Certains de ces sujets seront discutés sur 2021/2022.

Pour conclure et malgré tous les contretemps et tergiversations diverses, notre voyage dans les capitales Baltes a pu se réaliser. Tout s'est bien passé, et je remercie Charles Caillaud pour le travail effectué pendant six ans pour organiser l'ensemble des voyages de notre amicale.

Fait à Charly le 10 octobre 2021

CHRISTIAN DEGUEURCE

Le rapport moral est adopté à l'unanimité.

PARTICIPATION

Le Syndic, Yves Thérin, après pointage des listes d'émargement, annonce aux adhérents que l'assemblée réunit 57 adhérents à jour de cotisation détenant 205 pouvoirs, et qu'elle peut valablement délibérer.

RAPPORT FINANCIER 2020

Du fait du confinement, du peu d'activité extérieure de notre association, de l'assemblée générale réalisée en Visio-conférence le compte de résultat est largement positif : Résultat comptable +17 458,91 € (+7 903,11 € en 2019) Un exemplaire du Bilan Comptable est présent sur le blog Mag3. Il comprend le comparatif avec l'exercice 2019 et le prévisionnel 2021

Le total des capitaux propres compte courant ou placés, livrets, Comptes à terme, parts sociales BPO s'élève à 93 685,15 € (76 226,24 € au 31/12/2019)

ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021

► Recettes :

- toujours une érosion des cotisations adhérents de l'ordre de 5 %, il y a des entrants qui ne compensent toujours pas les sortants, et toujours un effet BUA/RCA.
- maintien de l'aide de la Cie Allianz qui nous accompagne aussi financièrement dans l'organisation de l'Assemblée Générale
- la rémunération de notre trésorerie par notre banque reste toujours très basse.

► Dépenses :

La baisse notable due à la conjoncture de 30 % des dépenses par rapport à 2019, quasi-absence de réunion de région en présentiel, peu ou pas de déplacement des membres conseil aux réunions de régions, nombre de CA en présentiel réduit à 2 et un seul conseil national

Stabilité sur les autres postes : bulletin d'informations, frais bureau, frais divers de gestion, frais financiers, action sociale.

► Sur les contrats gérés non rémunérateurs

- augmentation de l'encaissement reversé à Henner suite aux revalorisations du contrat +1,5 %
- augmentation de l'encaissement CFDP + 5,3 % du aux revalorisations et à quelques nouveaux contrats
- baisse du montant de la rétrocession à AGEA Séniors - 3,5 %

Le « prévisionnel » de 2021 prévoit un résultat comptable bénéficiaire de 13 326 €

Fait à Vesoul le 23 septembre 2021

Michel ZIMMER

Le rapport financier est adopté à l'unanimité.

Quitus au Trésorier

Les commissaires aux comptes ont vérifié et approuvé comme sincère et véritable la comptabilité tenue par le Trésorier. Ils demandent à l'assemblée de donner quitus au Trésorier de sa gestion au 31/12/2020. Le quitus est donné à l'unanimité.

Cotisation 2022

Proposition d'augmentation de la cotisation : +2 € compte tenu de l'augmentation de celle d'AGEA Séniors, passant de 12 à 17 € en deux ans. La cotisation MAG3 Séniors passe à 47 €, inchangée pour les conjoints survivants à 24 €. 257 votes, 2 absents. Augmentation adoptée.

Intervention du Président



Bernard Mourey présente son CV car jusqu'à ce jour tout avait été fait en visio conférence et il avait été élu en 2020 par courriers et mails.

Il développe la mise en place des six commissions qui ont été créées :

- Événementiels et voyages*
- Les avantages et partenariats*
- Communication*
- Relations internes/externes*
- Développement*
- Animations des régions*

Le S/P du groupe HENNER (garantie obsèques) est de 1,09 sur 5 ans. Il nous fait part d'une augmentation de 15 %. Nous allons négocier pour limiter cette hausse. Le responsable de la commission a, pendant l'assemblée, négocié avec Henner et Allianz et avons obtenu une hausse limitée à 10 %.

CFDP : cotisation de 60 € actuellement. Propose d'augmenter sans préciser le montant. Serge Crouzit nous fait part des modifications que CFDP veut nous proposer : mettre un seuil intervention sur chaque sinistre et limiter le nombre d'interventions annuelles. Actuellement 229 adhérents à CFDP pour 18 200 € d'encaissement.

Questions diverses

Gilbert Diximus développe ses actions sur les anniversaires et envois de fleurs.

Sur le site Agéa sénior il y a un document « information personnelle pour mes proches » très utile en cas de décès. Michel Zimmer nous informe du voyage au Portugal, déjà 44 pré-réervations. Les dates du 5 au 12 mai 2022. Notre prochaine assemblée générale aura lieu en ALSACE les 10,11 & 12 octobre 2022.

L'après-midi nous accueillons nos partenaires.

ALLIANZ



Monsieur Stéphane Ringot, directeur du Réseau des Agents Généraux d'ALLIANZ nous informe des dernières nouvelles de la compagnie.

Le nombre d'agents est de 1800 dont 560 associés avec 2500 points de vente, 1000 commerciaux, que ce réseau a une très bonne performance commerciale.

100 nouveaux agents arrivent chaque année sans difficulté à recruter. Age moyen 37 ans. Beaucoup viennent de la Banque Assurance.

ALLIANZ chiffre d'affaires 149 milliards. Dont la FRANCE : 12 milliards d'euros. Les Agents 5 Milliards, dont 3,6 IARD & 1,4 en vie, réseau santé et vie 4 Milliards, Courtier 3 Milliards.

ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021

Développement de 18 points de vente par an. Augmenter la qualité de l'implantation des agents en centre-ville. Solde positif en auto de 20 000 contrats.

Faire remonter vers les agents l'activité digital environ 200 000 contacts transformés à 18 % par les agents. ALLIANZ ne veut rien lâcher sur l'implantation territoriale. 88 % des agences sont en plateforme sinistres, mais les agents qui le désirent peuvent récupérer la main.

Depuis janvier 2021, Monsieur Fabien Wathlé a été nommé Directeur Général d'Allianz.

CARGLASS

Intervention de CARGLASS : présentation du nouveau thème ADAS.

CARGLASS répare 30 % des pare-brise. Tirage au sort de 5 personnes pour un produit anti-pluie sur le pare-brise, exécuté sur le parking de l'hôtel.

MAG3



Intervention de MAG3, Didier Duthéil agent en activité, représentant le Président Alexis de la Rupelle.

Reste vigilant vis à vis de la compagnie.

Les points politiques de MAG3 sur 3 ans.

Rendez-vous tous les deux mois avec le comité exécutif d'ALLIANZ.

Le retour aux fondamentaux : technique, commercial, communication, qualité, rapidité, fiabilité,

trouver des solutions pour l'ensemble de ces thèmes. Partenariat de compétence entre les agents et ALLIANZ.



Muriel Schmitt

VACANCES BLEUES

Présentation des sites, rénovation de certains sites; à hauteur de 9 % des bénéficiaires. Réduction pour les adhérents de MAG3 Seniors 10 % sur les hôtels en France et 5 % à l'étranger hors taxes d'aéroports. Tirage au sort de 8 jours dans un appartement résidence à Jonzac : Jean Luc Gallot est l'heureux gagnant.

AGEA SENIOR



Le Président Gérard Lebègue intervient sur le financement du régime CAVAMAC par la Fédération Française de l'Assurance.

Remerciements à tous les participants, car c'est le lobbying qui a payé. Nous avons démontré que nos actions puissantes ont abouti, mais le feuilleton n'est pas terminé. Après 2024 il faudra être encore plus efficace.

Actuellement, nous n'avons pas la structure juridique pour porter un

dossier de cette importance, nous ne pouvons en rester là. AGEA seniors va se doter de moyens juridiques propres à mieux faire entendre sa voix face au pouvoirs publics, face à des dossiers aussi techniques que ceux-là. Henri Debryne sera notre conseiller dans ce chantier.

Nous évoquons la solution pour récupérer les fichiers des futurs retraités. Une structure de prestataire de service au sein d'AGEA Seniors, en période de test actuellement, mais dont les premiers résultats sont prometteurs. Bilan complet fin février.

Pascal Robin Président de la Région Auvergne Rhône Alpes, (AURA) a fait un essai de phoning sur 200 futurs retraités qui non pas la double appartenance, avec à la clef 60 adhésions.

Pour conclure, la profession dans son ensemble, actifs comme retraités, s'est retrouvée plus soudée suite à ce bras de fer avec la FFA, et aux compagnies.

PRAGA



Jean Luc Bonnefoy retraité élu au PRAGA, nous informe de la création du nouveau site PRAGA, du nouveau logiciel suite à la séparation avec la CAVAMAC. Pas d'augmentation en 2022 pour PRAGA 100 %, 200 % & 300 %, amélioration de SUP PRAGA 300 %. Mise en place d'un réseau de soins.

Depuis le 20 janvier 2020, vous devez être titulaire d'une carte vitale par assuré. Votre conjoint s'il n'en a pas doit faire la demande auprès de la CPAM de votre département de résidence. Pour

cela utilisez le site AMELI (<https://www.ameli.fr>)

ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021

Le Président Mourey conclut cette assemblée générale par un diaporama déclinant les :

PERSPECTIVES POUR 2022

Les outils pour réussir

- ⊙ Mise à l'étude d'un flyer Mag3 Seniors
- ⊙ Mise en place d'un document A4
- ⊙ Voir éventuellement un dossier complet retraite CAVAMAC et PRAGA
- ⊙ Participation avec Mag3
- ⊙ Participation avec Agéa sénior
- ⊙ Créer un partenariat avec des annonceurs en impliquant les présidents de région
- ⊙ COMMENT FONT NOS CONFRÈRES?
- ⊙ Je me suis mis dans la peau d'un futur retraité AXA qui toute sa carrière professionnelle a adhéré à son syndicat RÉUSSIR SENIOR et Agéa sénior, soit la double appartenance.
- ⊙ Il va dans l'année qui précède sa décision prendre des renseignements pour partir dans de bonnes conditions (IC et continuité des avantages de la Cie, de la PRAGA etc.

- ⊙ Il n'y a pas de miracle, il faut s'investir
- ⊙ POURQUOI EUX ET PAS NOUS
- ⊙ Nous devons demander à la commission en charge de la communication de s'inspirer de cette présentation pour que nous ayons une présence affirmée dans chaque lieu ou événement ou nous avons répondu présent
- ⊙ Je pense à une AG avec Mag3 par exemple
- ⊙ Je mettrais à dispositions ces documents aux présidents de régions pour les accompagner sur le terrain.
- ⊙ Il serait à la main de la responsable du fichier, des secrétaires et de toute personne qui en fait la demande.
- ⊙ On doit finaliser avec Mag3 en établissant un protocole pour valider la passerelle Actifs/retraité(e)s, ce sera le travail de la commission relations internes/externes sous couvert du syndic.
- ⊙ On doit avec Agéa sénior ne pas se loucher pour la prospection du fichier établi par AGEA
- ⊙ Il faut créer un partenariat d'annonceurs pour notre bulletin en demandant à nos présidents de région de prospecter au moins une cible pour notre bulletin de fin d'année 2021.

Fin de l'assemblée à 17h15.

LE SECRÉTAIRE
CHRISTIAN DEGUEURCE

PROMENADE AU BORD DE LA LOIRE

Pendant que les adhérents siègent en assemblée générale, dès 10h les accompagnants prennent le car pour un circuit touristique au cœur de la Touraine.



Cette sortie a été rythmée par une navigation en gabare sur le Cher et une promenade pédestre du château de Chenonceau. Depuis le Domaine de Thômeaux, nous longeons la Loire et ses grands arbres aux feuillages d'automne avec toute la sérénité qu'évoque la Touraine. Laisant derrière nous Amboise, nous arrivons à Chisseaux, sur le Cher. A l'embarcadère nous

nous installons à bord de la gabare l'Ambacia.

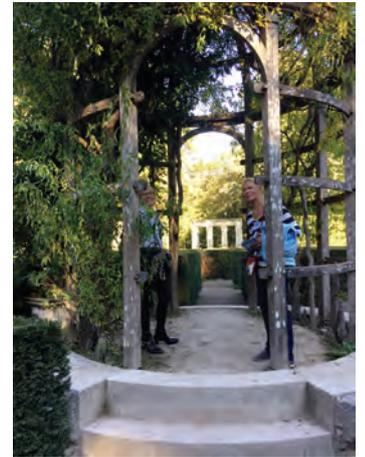
Nous découvrons les paysages de cette rivière sinueuse et romantique, le long de forêts et vignobles. Notre guide nous expose la navigation sur le Cher, le fonctionnement des barrages à aiguilles avec ses écluses, sa faune et sa flore et l'histoire du château de Chenonceau.

Ensuite nous effectuons une halte pour nous restaurer au Gâteau Breton, pâtisserie créée en 1947 devenue restaurant aujourd'hui. Nous avons déjeuné dans la plus grande convivialité.



ASSEMBLEE GENERALE MAG3 SENIORS

MOSNES, OCTOBRE 2021



L'après-midi débute par la visite du Château de Chenonceau. Le Château des Dames est édifié par Katherine Briçonnet en 1513 et enrichi par Diane de Poitiers puis agrandi par Catherine de Médicis. Il devient le lieu de recueillement de la reine blanche Louise de Lorraine puis sauvegardé par Louise Dupin au cours de la Révolution française et enfin métamorphosé par Madame Marguerite Pelouze.

Aujourd'hui le domaine privé appartient à la famille Menier (le chocolat) depuis 1913. Chenonceau est célèbre par sa galerie à deux étages qui domine le Cher. Une influence italienne et française sont clairement perceptibles. Classé au patrimoine mondial depuis le 9 juillet 2017.

On est aussi surpris de la présence de nombreuses compositions florales dans chaque salle du monument apportant une ambiance chaleureuse. Chaque semaine l'Atelier floral imaginé il y a 25 ans par Laure Menier, conservatrice du

château. Cet atelier unique en Europe est dirigé depuis 5 ans par Jean François Boucher, scénographe et meilleur ouvrier de France. Avec Aurélie Fachin et Manon Éloi, il renouvelle toutes les semaines les bouquets des 19 pièces de la demeure. Nous visitons ensuite les jardins de Chenonceau commandés par Catherine de Médicis, domaine 120 ha et 3ha jardins. C'est là que sont cultivées toutes les fleurs qui composent les magnifiques bouquets qui ornent chaque pièce. Ce jardin, conçu sur des cartons de Russell Page, jardinier et paysagiste britannique, est dirigé par Nicholas Tomlan, directeur botanique de Chenonceau, américain diplômé de l'université du Delaware.

Et il a fallu rentrer au Domaine des Thômeaux après cette bien agréable journée. Merci à Bernard Mourey et Gilbert Diximus d'avoir organisé cette promenade riche de paysages, d'histoires et de fleurs.

FABIENNE CHENEVARD

La Soirée de Gala

Pour clôturer la journée d'assemblée générale de Mag3 Seniors au Domaine des Thômeaux à Mosnes, Gilbert Diximus a organisé une superbe soirée de gala. Nous avons commencé par un apéritif au Saumur Brut blanc méthode traditionnelle du Domaine de Rocfontaine accompagné de nombreux amuses-bouches. Vers 20h00 nous passons à table, et un dîner nous a été servi. Entre les plats, l'orchestre NOSTALGIE A 3 nous a fait revivre les succès du hitparade des années 60 à 80. Ce trio dirigé par Serge Fouchet, chanteur qui a connu un sommet dans les années 1970, nous a fait passer un excellent moment, avec un réel talent, chanteurs et musiciens. Son public a été participatif et la soirée s'est terminée dans la bonne humeur.



NOUS ÉTIONS À LA BAULE

NOUS ÉTIONS PRÉSENTS À LA CONVENTION MAG3

À l'invitation de son président nous avons assisté durant deux journées à l'événement de l'année pour tous les adhérents. Succès incontestable, plus de 450 participants venus de toute la FRANCE à l'écoute des différents intervenants.



Une organisation digne d'un grand meeting avec la participation d'un nombre important de partenaires, CARGLASS en tête. Chaque exposant a eu pour chef d'orchestre Jean Baptiste Barthelemy le lorrain qui a un don d'animation remarquable. Il a rencontré chaque exposant au cours de pauses, fait un tirage tombola dans les stands pour faire d'heureux gagnants. Les orateurs ont décliné ce qui va et ne va pas avec ALLIANZ en rappelant les promesses faites, mais à ce jour inachevées. Mon mari et moi avons écouté une ARLÉSIENNE qui n'a plus d'âge : les problèmes INFORMATIQUES ; ce fut un moment chaud pour la responsable du service info et développement.

Nous avons apprécié la durée des interventions minutées par le Languedocien AZAIS qui n'a pas hésité à appuyer sur le signal sonore.

Fabien Wathlé, Directeur Général d'Allianz, a fait un discours à l'américaine en rappelant que les premiers clients sont les agents, nous allons reprendre des parts de marché aux banques. Chacun son métier a-t-il rappelé.

Ce fut une convention très dense qui se termina sur la plage par un apéro dînatoire en musique avec une météo de rêve.

Bravo les actifs, véritables PRO, c'est avec plaisir que nous vous ouvrons notre porte à l'association Mag3 Seniors c'est L'AVENIR EN TOUTE CONFIANCE

MADELEINE MOUREY



La veille, avec l'élection du nouveau président Alexis DE LA RUPELLE tout se termine par des artistes guitaristes agents généraux généraux.

REMERCIEMENTS À VACANCES BLEUES

A Madame Bouzouksi Sophie, Madame Scholefield Patricia et Monsieur Collado Philippe.

Programmé en 2019 après bien des soucis dû à la COVID, nous avons fait ce fabuleux voyage dans les capitales des pays Baltes (LITUANIE, LETTONIE, ESTONIE, FINLANDE, La SUEDE), en septembre 2021.

Je dois à la grande satisfaction des participants louer le professionnalisme de la structure Vacances bleues mais j'y reviendrais.

Cette expérience avec Vacances Bleues a commencé par le voyage dans la capitale de l'Allemagne, BERLIN. La découverte de cette ville a été un vrai bonheur

pour notre groupe, la vie entre collègues indépendants a été une riche expérience, le programme bien établi par la représentante de notre secteur, la visite du Bundestag, la découverte de Sanssouci, le château de Frédéric II de Prusse à Postdam, les petites plaques marquant les maisons des déportés JUIFS etc...

Cette réussite m'a incité à proposer un autre sortie cette fois-ci vers NAPLES. Là aussi la mayonnaise a bien pris, très bon hôtel, vue sur le Vésuve et le golfe de Naples, des moments inoubliables (la montée du Vésuve, Pompéi, la côte Amalfitaine, Capri etc.), là aussi programme bien établi.

Pour le 3^e voyage, cap sur l'Irlande avec BELFAST, les stigmates de la guerre

entre les catholiques et les protestants, la Chaussée des Géants, le Connemara, la soirée Irlandaise, visite de la production du saumon et du Whisky etc...

Le 4^e voyage a été pour moi un vrai bonheur de faire découvrir ma chère VENDEE, nous sommes reçus par le directeur des Jardins de l'Atlantique, bel hôtel idéalement placé sur l'Océan, la visite d'un producteur d'huitres, d'une Roseraie, d'un jardin japonais, de l'île de Noirmoutier, et la cerise sur le gâteau, le grand parc du Puy du Fou et sa Cinéscénie.

Le 5^e ISRAEL quelle merveilleuse destination au berceau de notre civilisation, la visite de tous les lieux parcourus par Jésus, le lac Tibériade, Jérusalem,

SUITE ►

LES 5 CAPITALES DE LA BALTIQUE VOYAGES



Ce voyage était prévu en septembre 2020 pour un groupe de 62 personnes. Il a eu lieu du 7 septembre 2021 au 14 septembre 2021, et ce dans les mêmes conditions. Nos amis ont donc visité Vilnius, Riga, Tallinn, Helsinki et Stockholm.

De retour en France, les voyageurs sont ravis et vous raconteront leurs péripéties dans notre premier numéro de 2022. En attendant leur récit, ils vous font partager la photo du groupe.

DIDIER COUSIN

Bethleem, le désert du Néguev, un grand moment 52 adultes couchant sous la tente bédouine, Tel-Aviv etc... Le 6^e est le dernier pour moi en tant qu'organisateur, celui-ci ayant comme je l'ai déjà dit un parfum particulier avec cette saloperie de COVID qui nous a donné beaucoup de fil à tordre, avec une quantité de documents à remplir qui pour la plupart n'ont servi à rien, pour la première fois deux voyageurs n'ont pas pu venir avec nous pour cause de maladie et aussi pour la première fois une blessée au moment de prendre le bateau pour rejoindre la SUEDE, elle a dû se rendre aux urgences d'HELSINKI pour la pose de 6 points de sutures, ils ont passé la nuit à l'hôtel et sont venus

nous rejoindre en SUEDE par AVION. Je dois rendre hommage à Sophie BOUZOUKSI pour son professionnalisme, sa disponibilité même à 7H30 du matin pour organiser, trouver un vol, un taxi en moins de 2 heures pour que nos amis viennent nous retrouver et rentrer avec nous, j'ai bien sûr fait ce soir-là la déclaration à Mondial Assistance. Le suivi est entre leurs mains.

En conclusion cette société Vacances Bleues, ces interlocuteurs Sophie Bouzouksi, Patricia Scholefield, Philippe Collado sont des bons professionnels à l'écoute de leurs clients. A chaque fois que j'ai eu besoin d'eux, ils ont toujours répondu présents, sans leur soutien le

voyage aux Capitales des Pays BALTES n'aurait pas eu lieu, Au cours de ces 6 voyages nous sommes 302 à avoir participé ce qui prouve que les programmes proposés convenaient aux personnes indépendantes que nous sommes.

J'ose espérer que le ou les futurs responsables des voyages de MAG3 Seniors continueront à faire confiance à cette société qui est, vous le savez, partenaire d'AGEA Senior depuis de nombreuses années.

Dans l'attente et le plaisir de vous revoir, recevez mes sincères salutations.

CHARLES CAILLAUD

LES RECETTES DE NICOLE

En Amuse Bouche

Ingrédients - pour 8 personnes

- 400 g de carottes
- 400 g de potiron (frais ou surgelé, en cubes)
- 1 L de bouillon de légumes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- Quelques tranches de pain d'épices (acheté ou fait maison, cf. «Astuce»)
- Crème végétale à doser selon les goûts
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à café de cannelle moulue
- 1,5 c. à café de coriandre moulue
- 1,5 c. à café de gingembre moulu
- 1 g de curcuma moulu
- Sel, poivre



Préparation

1. Faites chauffer l'huile d'olive dans un fait-tout. Ajoutez l'oignon ciselé et l'ail haché et faites revenir jusqu'à ce qu'ils soient translucides, mais pas brunis. Ajoutez les épices et faites-les torrifier 3 à 4 minutes à feu moyen.

Pelez et coupez les carottes en rondelles. Si vous utilisez du potiron frais, coupez-le en morceaux sans le peler. J'utilise du potiron surgelé, en cubes, c'est très pratique. Ajoutez les carottes et le potiron dans le fait-tout et faites cuire 5 minutes en remuant bien.

Ajoutez le bouillon de légumes et laissez mijoter 20 à 25 minutes jusqu'à ce que les carottes soient tendres. Salez et poivrez en fin de cuisson. Ajoutez de la crème à votre convenance et un peu d'eau chaude si le velouté vous semble trop épais.

Coupez les tranches de pain d'épices en cubes plus ou moins grossiers et faites revenir dans une poêle sans matière grasse quelques minutes (ou faites griller sur une plaque au four quelques minutes). Servez le velouté de carottes et potiron et les croûtons de pain d'épices bien chaud dans des petites cassolettes.

Coquilles Saint-Jacques grillées



Ingrédients - pour 4 personnes

- 16 noix de Saint Jacques
- 20 cl de vin blanc
- 1 carotte
- 1 citron
- 1 échalote
- quelques brins de ciboulette (selon vos goûts)
- 4 c. à soupe de crème fraîche épaisse
- 100 g de gruyère râpé
- 15 g de beurre
- 4 c. à soupe de farine
- Sel, poivre
- 4 coquilles vides (en céramique ou autre) pour le service

Préparation

Avant de démarrer la recette des coquilles Saint-Jacques gratinées, préchauffez votre four à 180 °C.

Saupoudrez les noix de Saint Jacques de farine. Chauffez le beurre dans une poêle, ajoutez-y les noix et faites-les colorer 1 à 2 min de chaque côté. Lorsque la cuisson est terminée et qu'elles sont bien dorées, sortez-les du feu et réservez-les sur du papier absorbant.

Passer ensuite à la réalisation de la sauce. Épluchez et émincez finement

l'échalote et faites-la suer dans une poêle, sans ajout de matière grasse. Une fois votre échalote légèrement colorée, ajoutez le vin blanc, la crème fraîche et la ciboulette que vous aurez finement ciselée. Ajoutez ensuite le jus de citron et laissez reposer la sauce.

Pendant ce temps, épluchez puis émincez la carotte en dés très petits. Faites-les cuire dans l'eau bouillante légèrement salée.

Passer maintenant au dressage des coquilles Saint-Jacques. Dans une coquille en céramique (ou autre), posez 4 noix et des petits dés de carotte. Assaisonnez de sel et de poivre à votre convenance et recouvrez le tout de sauce. Ajoutez enfin une petite pincée de gruyère râpé.

Passer les coquilles au four à 200 °C pendant environ 8 min et servez-les bien chaudes, bien gratinées, avec une salade dans laquelle vous pouvez ajouter quelques agrumes.

Servez chaud.

Les vins : Riesling grand cru, Pouilly Fuissé, ou Chablis premier cru.

Poularde au Champagne

Ingrédients

- 1 poularde (elles font en général 2 kg - 2,5 kg)
- 15 cl de champagne ou Riesling ou vin jaune
- 1 l de crème fraîche
- 50 g de bloc de foie gras
- 100 g de champignons de Paris frais
- 50 g de girolles (ou cèpes ou autres)
- 1 oignon
- 15 gousses d'ail
- 3 cl soit 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc ou de cidre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 150 g de beurre
- Sel poivre



LES RECETTES DE NICOLE

Préparation

1. Préchauffez le four à 200 ° (th 7).
2. Découpez les cuisses et les ailes de la poularde. Séparez le haut des pilons des cuisses.
3. Laissez les suprêmes (le blanc) sur la carcasse, on appelle cela le «bâteau» ou le «coffre».
4. Beurrez généreusement (70 g. environ de beurre) en frottant la carcasse avec vos doigts. Salez.
5. Enfourez le «bâteau» pendant 15 à 20 minutes selon la taille de la volaille.
6. À la fin de la cuisson, retirez du four, prélevez les suprêmes et réservez.
7. Épluchez et ciselez l'oignon (en tout petits morceaux).
8. Épluchez 12 gousses d'ail et faites-les revenir à feu doux 15 minutes dans du beurre afin de les confire. Réservez.
9. Émincez les champignons de Paris.
10. Dans une sauteuse ou une cocotte en fonte, faites fondre 30 g de beurre et faites revenir les morceaux de poularde (cuisses et ailes).
11. Salez, poivrez.
12. Ajoutez la cuillère à soupe de farine.
13. Ajoutez l'oignon et les champignons de Paris.
14. Faites revenir à nouveau quelques minutes.
15. Déglacez avec le vin blanc, le riesling ou le champagne et portez à ébullition 3-4 minutes.
16. Ajoutez 3 gousses d'ail en chemise (non épluchées).
17. Versez la crème fraîche.
18. Faites cuire pendant 30 minutes à feu doux.
19. Retirez les morceaux de poularde, disposez-les dans un plat allant au four, ajoutez les suprêmes et réservez.
20. Versez le vinaigre de vin blanc ou de cidre dans la sauce à la crème.
21. Si vous préparez ce plat à l'avance c'est là que s'arrête la première étape.
22. Recouvrez de papier aluminium les morceaux de poularde et enfourez dans un four à la température minimale (70-80°) afin de les réserver au chaud.
23. Ajoutez le foie gras par morceaux dans la crème et faites fondre en remuant pendant quelques minutes.
24. Juste avant de servir, faites revenir vos champignons 10 minutes : girolles ou cèpes ou autres dans 20 grammes de beurre.

25. Présentez votre plat à la cocotte en ajoutant dessus au dernier moment les girolles et les gousses d'ail confites que vous aurez fait réchauffer.

26. Vous pouvez servir avec l'accompagnement de votre choix, par exemple des pommes de terre sautées ou des rondelles de panais sautés.

Les vins : Bien évidemment du champagne, Riesling, Vin Jaune. Possible avec du vin rouge : Nuit Saint Georges, ou Saint Amour.

La pavlova à la mangue, coulis de maracujas

(maracujas = fruit de la passion)

Préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 1h30

Ingrédients

Pour la meringue :

- 4 blancs d'œufs
- 240 g de sucre blanc
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 cuillère à café de maïzena
- 1 pincée de sel

Pour le coulis de maracujas :

- 15 maracujas bien mûrs (ou plus selon qu'ils sont charnus ou pas de quoi obtenir environ 20 cl de jus)
- le jus d'un demi citron-vert
- 100 g de sucre
- 1 cac de fécule de pomme de terre ou de toman

Pour la crème Chantilly :

- 40 cl de crème liquide à 35 % de matière grasse bien froide
- 40 g de sucre glace
- 2 ou 3 mangues mûres
- le zeste et le jus d'un 1/2 citron

Préparation

Préchauffe le four à 130 ° C. Dans un saladier, fouette les blancs dans lesquels tu as ajouté la pincée de sel. Quand ils commencent à être fermes, ajoute le vinaigre et continue de fouetter. Ajoute, le sucre en trois fois et la maïzena et continue de fouetter jusqu'à ce que les blancs soient bien brillants et qu'ils forment un bec d'oiseau sur le fouet (faut arrêter le fouet avant de le sortir du saladier hein!). Couvre une plaque à pâtisser de papier cuisson et dépose la

meringue en jolies rosaces en veillant à ce qu'elles ne soient pas trop fines sinon la meringue va dessécher alors qu'elle doit rester tendre à l'intérieur. Tu peux aussi former un beau grand nid avec ta cuillère... Le centre de la meringue est plus creux que les bords, mais doit rester assez épais.

Laisser cuire 1h30. Une fois la cuisson finie, laisse refroidir ta meringue dans le four entrouvert.

Pendant la cuisson, prépare le coulis de maracujas.

Ainsi, il aura le temps de bien refroidir. Vide la pulpe des maracujas dans une passoire fine. Avec une cuillère, exprime le jus des fruits jusqu'à ce qu'il n'y ait quasiment plus de pulpe sur les graines. Tu obtiens environ 20 cl de jus de maracujas. Ajoute le jus de citron, le sucre et porte à ébullition. Dilue la fécule dans un peu de sirop et verse le tout dans la casserole et laisse cuire à feu moyen en mélangeant régulièrement jusqu'à ce que le mélange épaississe un peu.

Laisse refroidir complètement puis réserve au réfrigérateur.

Épluche les mangues et coupe-les en petits dés. Arrose-les de jus de citron d'un peu de zeste et conserve-les au réfrigérateur jusqu'au service. Juste avant de servir, prépare la Chantilly : Fouette la crème bien froide. Quand elle commence à prendre, ajoute le sucre en trois fois et continue de battre la crème jusqu'à ce qu'elle soit ferme. Réserve au frais.



C'est le moment de servir!! Ne prépare pas à l'avance, fais tes pavlovas à la minute. Sur une jolie assiette, dépose deux cuillères à soupe de Chantilly, dépose des dés de mangues (à ton goût), couvre d'une jolie meringue et arrose de coulis de maracujas. Voilà c'est prêt à servir.

LA VIE DES RÉGIONS (suite et fin)

> Compte rendu de l'assemblée Régionale RHONE ALPES

Nous nous sommes réunis le jeudi 23 septembre 2021 au restaurant l'ESSENTIEL au château de LA BATIE D'URFE dans la plaine du FOREZ. C'était ma première assemblée générale comme Président de Région, elle a été retardée du fait des problèmes sanitaires que nous connaissons.

L'assemblée est ouverte vers 10 h 30.

Je remercie les présents d'autant plus chaleureusement que l'assemblée est réduite à 5 adhérents.

J'ai été élu lors de notre dernière AG du 12 mars 2020 à laquelle je n'ai pas pu être présent du fait d'un problème de santé de mon épouse.

Je passe la parole à Christian Degueurce qui est mon prédécesseur, mais également le secrétaire national de MAG3.

Il nous a informés du déroulement du dernier conseil d'administration qui a eu lieu au mois d'avril dernier. Nous

avons eu également des nouvelles de la CAVAMAC et du litige qui oppose AGEA à la FFBB qui désire supprimer la participation de 3 % des compagnies aux cotisations retraite des actifs. Il nous rappelle que notre assemblée générale se tiendra le 19 octobre 2021 à AMBOISE.



L'assemblée est close et après une promenade dans le jardin du château nous

nous retrouvons autour d'un excellent repas.



Après celui-ci nous participons à la visite du château renaissance de LA BATIE D'URFE dont l'aménagement au XVI siècle est dû à Claude D'URFE qui fut gouverneur des enfants d'Henri II et ambassadeur au Vatican. Son petit fils Honoré D'URFE est connu pour son roman fleuve l'ASTREE qui se passe autour du château et avec les souvenirs de son amour avec Diane de Chateaufort.

JEAN-LUC MARCOUX.

APPEL DE COTISATION 2022

Les traditionnels appels de cotisation de notre association arrivent à échéance le **1^{er} janvier 2022**. Ils prennent en compte les différentes décisions prises lors des assemblées générales, tant d'**agés sénior** que de **MAG3 Seniors**.

1. Les montants des cotisations « Adhérents » seront de :
 - Ancien agent général : **47 €**
 - Conjoint survivant d'un agent général : **24 €**
 - Membre sympathisant : **47 €**
2. Les montants des cotisations de base Protection Juridique auprès de **CFDP** :
 - Pour la **Garantie protection juridique de base** la cotisation 2022 est maintenue à **60 €** et l'option « immobilier » est inchangée : **33,50 € par lot** (pour le risque propriété immobilière louée)
3. Les montants des cotisations **Garantie Obsèques A et B** évoluent après négociation avec le Groupe Henner :
 - Pour la **Garantie Obsèques (Formules A et B)** les montants des garanties et primes sont indexés sur le plafond PMSS de **3428 € au 1^{er} janvier 2022**
 - Les montants garantis sont inchangés (versement au décès de l'assuré et de celui de son conjoint) mais les cotisations appelées après hausse tarifaire de 10 % seront les suivantes :
 - Pour la garantie **A** : **Capital Garanti 2571,00 € pour une prime de 280,00 €**

- Pour la garantie **B** : **Capital Garanti 3 599,40 € pour une prime de 511,00 €**

Le plus grand nombre d'entre vous a opté pour le prélèvement bancaire de la cotisation MAG3 Seniors, celles de CFDP et de la Garantie Obsèques étant obligatoirement prélevées, nous vous avisons par cet article du ou des montants indiqués ci-dessus qui seront présentés dans la première quinzaine du mois de janvier sur le compte bancaire dont ils ont fourni les coordonnées en renvoyant leur autorisation.

Nous vous remercions de ne pas oublier de nous communiquer votre **nouvel IBAN** si vos coordonnées bancaires ont changé en 2021.

Nous invitons donc les adhérents dont la cotisation n'est pas encore prélevée, à retourner à notre trésorier : **Michel ZIMMER 21 Boulevard des Alliés 70000 VESOUL** l'autorisation de prélèvement en disponible sur le site <http://www.mag3seniors.fr> ou à réclamer à votre président de région (coordonnées en page 5 du bulletin), complétée et signée en y joignant leur RIB/IBAN. Par avance ils en sont remerciés.

Nota : Pour ceux qui procèdent par virement bancaire directement sur le compte de Mag3 Seniors nous vous informons que nos coordonnées IBAN sont désormais les suivantes :

FR 76 1380 7007 2011 1211 1064 962 BIC : CCBPFRPPNAN