

# L CROCANT

# DAU PÉRIGORD



N°106 MARS 2023

BIMESTRIEL 1€

**FESTIVAL D'ÉNERGIES** ★  
SOULAC 27 & 28 MAI 2023

FIERS DE NOTRE PASSÉ  
AUTEURS DE NOTRE AVENIR

© Charles Gide - Création C.C.A.S. Festival d'Énergies 2018 - Compagnie l'Homme debout et le bicarbonate

[f](#) [i](#) [#festivaldenergies](#)

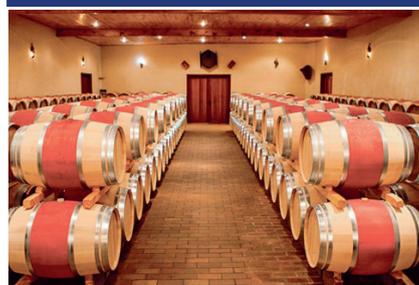
comité **CMCAS** **activités sociales** de l'énergie

## SÉJOUR



P.7: Le nord et ses merveilles architecturales et écologiques

## CULTURE



P.9: L'oenologie et ses secrets

## LOISIRS



P.11 : Pour ne plus être dépassé(e)



Suite à de multiples périodes difficiles du fait du COVID et de la géopolitique mondiale, ainsi qu'une longue réflexion au sein de la CCAS, la CMCAS Périgord est ravie de vous annoncer le retour en grande pompe du

## FESTIVAL DES ENERGIES

### A SOULAC SUR MER

Dans l'esprit de fraternité et de camaraderie, la CMCAS Périgord s'inscrit pleinement dans cette nouvelle aventure, au sein d'un chapiteau circassien regroupant les CMCAS d'Agen, de Gironde et du Périgord, pour vous proposer une thématique plus que pertinente :

### BACK TO EDF GDF !

Vous pourrez venir vous restaurer et vous désaltérer, dans une ambiance que vous n'êtes pas prêt(e) d'oublier, en famille, entre amis et surtout entre collègues, longtemps perdus de vue et que vous avez sûrement hâte de revoir.

Les bracelets sont en vente auprès de la CMCAS.  
Le tarif du bracelet est de :

**Festivalier** : 40€ (ouvrant et ayant droit)  
Chaque ouvrant droit donne l'accès à 1 extérieur au tarif de 75€

**Bâtisseur** : 25€  
**Régulateur** : 20€

Votre participation à cet évènement historique est plus que indispensable, revenons à nos racines et crions haut et fort que nous sommes fières de notre entreprise EDF

GDF ! Rassemblons-nous pour que nos enfants marchent sur les traces de nos luttes, pour pérenniser nos conquises sociales.

### FIÈRE DE NOTRE PASSÉ, ACTEUR DE NOTRE FUTUR

#### AU PROGRAMME :

Mouss & Hakim  
Chilla  
Mask Ha Gazh  
Sniper  
Tryo  
La Cagetera Roja  
Demi Portion  
Tiken Jah Fakoly  
La Yegros  
KoHndo  
Elodie Arnould

TIC-TAC TIC-TAC

#### A VOS BRACELETS JEUNESSE !

### APPEL À BÉNÉVOLES

Avis à tous ceux qui veulent s'investir, il est encore temps !

Nous cherchons :

**4 BÂTISSEURS** qui interviennent avant, pendant et après le festival : préparation de la programmation des stands de CMCAS, transport du matériel, électrification du site, montage des stands, services aux festivaliers (bar, restauration...), démontage des structures.

Renseignement auprès de Benoit LESMARIE au 07 61 36 38 79

**DE NOMBREUX RÉGULATEURS** qui sont présents sur le festival et gèrent principalement la sécurité et l'orientation des festivaliers.

Renseignement auprès de Philippe TOUPEREAU au 06 72 49 06 79

# ÉDITORIAL



## **LESMARIE Benoît**

33 ans  
Agent GRDF  
Basé à Créavallée,  
Coulounieix Chamiers  
Entrée dans les IEG 2014

Récemment élu en ce contexte particulier, je commence ce mandat avec curiosité et optimisme.

Ce mandat qui m'a été confié, est à mon sens, un solide outil pour la mise en œuvre de vos activités et œuvres sociales.

L'ensemble des élu(e)s et des fonctionnel(le)s de la CMCAS Périgord sont également là pour mener à bien l'organisation et l'aboutissement de l'intégralité des activités tous ensemble.

Fin d'année 2022, ayant menés un combat d'ampleur, les agents des IEG, peuvent se sentir dignes de cette victoire « 2 NR POUR TOUS », face à des directions terrées dans le mutisme et le mépris.

La lutte paie, soyons fiers de cette bataille qui vient améliorer notre reste à vivre, tant bien que mal.

2023 débute dans la lutte face aux serviles pantins du capital et leurs idéologies individualistes, dans un contexte d'inflation toujours plus brutal, injustifiable et pervers.

Plus que jamais, nous devons combattre le capitalisme qui ne sème que la régression sociale, paupérise les peuples par une inflation galopante et génère la guerre aux portes de l'Europe !

Il est temps de sortir du carcan libéral européen imposé par des gouvernants aux mains des financiers et du grand patronat !

Malgré cela, il y a des sourires, des regards, des échanges, des envies de s'unir et de se réunir, une volonté de battre le pavé, à tout âge, de tout horizon, pour le bien commun.

Cette année 2023 va être riche en activités, pas de promesses hâtives, davantage d'inclusivité et d'engagement, mais surtout de la solidarité.

Le 1% vous appartient, à nous de le mettre en œuvre !

LESMARIE Benoît  
Président de la CMCAS

## SOMMAIRE

Festival des énergies	Page 2
Edito	Page 3
Organisations syndicales*	Pages 4 et 5
Les activités CMCAS	Pages 6 et 10
Coin lecture	Page 8 à 15

\*Le thème retenu pour l'expression des organisations syndicales est : *La réforme des retraites*

## VOTRE CMCAS

55 allée du Port  
24 000 PÉRIGUEUX  
Tél. : 05 53 06 50 48  
@ : CMCAS-290.activites@asmeg.org  
<https://perigord.cmcas.com/>

**ACCUEIL PHYSIQUE À LA CMCAS :** Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 8h à 12h

**ACCUEIL TÉLÉPHONIQUE :** Les professionnels sont à votre écoute du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 16h45

### **CAMIEG** - 92011 NANTERRE CEDEX

Prenez rendez-vous en ligne sur le site [camieg.fr](http://camieg.fr) ou contactez le **05 24 57 25 10** et indiquez vos nom, prénom, numéro de sécurité sociale, votre numéro de téléphone et le lieu de la permanence concernée, soit CMCAS Périgueux. Un conseiller Camieg vous recontactera, dans les 48 heures par téléphone, afin de fixer avec vous une heure de rendez-vous.

### **PROCHAINES PERMANENCES :**

De 9h30 à 12h à la CMCAS

- 9 mars 2023

- 27 avril 2023

- 11 mai 2023

- 8 juin 2023

### **RENOUVELLEMENT BUREAU :**

Président de la CMCAS : LESMARIE Benoît

Secrétaire Général : POIROT Frédéric

Secrétaire Général Adjoint : QUEVAL Gérard

1er Vice-Président : DUBRAYS Sylvain

2e Vice-Président : ESPITALIER Thomas

3e Vice-Président : BORIE Alain

4e Vice-Président : VANNSON Gérard

5e Vice-Président : Pas de candidat

Trésorier Général : TOUPEREAU Philippe

Trésorier général Adjoint : CASSE William



## RÉFORME DES RÉTRAITES

Le gouvernement avance dans sa volonté d'imposer son projet de loi de réforme des retraites et la suppression d'une grande partie des régimes spéciaux dont le nôtre.

Pour le régime général, à compter du 1er septembre 2023, l'âge légal serait progressivement relevé pour atteindre 64 ans en 2030 à raison de 3 mois par année de naissance (1ère génération impactée : née à partir du 1er septembre 1961). L'augmentation du nombre d'annuités pour atteindre 43 annuités (réforme TOURAINE) serait accélérée pour s'achever en 2027 au rythme d'un trimestre supplémentaire par année.

**Cette modification du régime général s'appliquerait à tous les salariés actuels des IEG, avec un délai de mise en œuvre qui reste à confirmer et qui serait de deux ans.**

Comme il a été dit dans le dernier rapport du COR, il n'y a pas de dynamique incontrôlée des dépenses de retraite. L'argument financier avancé par le gouvernement n'est qu'un prétexte pour réduire encore les dépenses publiques et répondre au pacte de stabilité européen ! Cette réforme n'est ni nécessaire, ni pensée dans l'intérêt des salariés et des retraités. C'est en fait un choix de priorité qui induit un vrai choix de société. Le choix de FO est donc résolument de combattre tout projet d'allongement de la durée de cotisation et de report de l'âge de départ à la retraite. 62 ans, c'est déjà beaucoup.

Concernant la suppression du régime spécial des Électriciens et Gaziers, FO ne peut que contester les arguments avancés par le gouvernement, car notre régime par construction est équilibré, la CNIEG ayant même pu faire des réserves. Concernant le niveau de nos retraites, s'il est plus favorable il y a plusieurs raisons. La principale à retenir est que nous cotisons plus (12,78 % salariés et 29,7 % employeurs) pour notre retraite de base, contre 7,3 % salariés et 10,45 % employeurs pour le régime général. Notre retraite on se la paie, le régime génère des excédents, sa suppression n'est donc nullement justifiée financièrement.

Pour FO, le gouvernement doit retirer son projet archaïque d'allongement de la durée de travail et de cotisation. La France a besoin au contraire d'un grand projet collectif permettant de relancer son économie pour reconquérir sa souveraineté alimentaire, industrielle, énergétique... C'est primordial pour l'emploi et les retraites, c'est vital pour la planète et les générations futures.

Le Secrétaire du syndicat,  
W. CASSÉ



## RÉFORME DES RÉTRAITES

Le Gouvernement affirme que les retraites sont financièrement en danger et que la seule solution est le recul de l'âge légal à la retraite à 64 ans. La **CFDT** récuse cette ana-

lyse et rejette tout recul de l'âge légal de départ. Des alternatives existent pour une réforme du système des retraites juste et solidaire. Le Conseil d'Orientation des Retraites (COR) démontre que les dépenses du système de retraite sont actuellement maîtrisées et que les caisses de retraites ont, au fil des années, constitué des réserves qui s'élèvent à ce jour à 170 milliards d'euros nets. Or, le gouvernement retient sur une des douzaines hypothèses déclinées par le COR, celle de réduire sa participation au système de retraite : choix purement politique !! Pour la **CFDT**, il y a bien un sujet financier mais qui est loin d'être catastrophique comme l'indique prestement le gouvernement. Le recul de l'âge d'ouverture des droits à 64 ans aurait des effets très négatifs sur les finances de la Sécurité Sociale comme par exemple l'allongement des versements d'indemnités de chômage, d'arrêt de travail ou de maladie. De même, une telle réforme entraînerait un surcroît de main d'œuvre et par conséquent une hausse du chômage et un frein aux augmentations salariales. Cela conduirait automatiquement à une baisse des cotisations et recettes fiscales finançant le système de retraite. La **CFDT** rejette tout recul de l'âge légal qui, en plus d'être une mesure socialement injuste, va pénaliser les travailleurs les plus modestes ; en premier lieu pour les personnes qui atteindront la durée requise pour le taux plein avant l'âge légal. Le COR démontre aussi qu'une augmentation de 0,7 point du taux moyen de cotisation permettrait de combler le besoin de financement pour les 25 prochaines années. Pour la **CFDT**, l'augmentation des cotisations, notamment patronales, doit être imposées en cas de refus d'engagement des employeurs sur l'emploi des séniors et notamment la restauration de la cotisation patronale supprimée en 2017 pour financer une prise en compte de la pénibilité. Pour la **CFDT**, La participation de l'Etat au financement du système de retraite est une clé du débat, qu'il doit obligatoirement maintenir en tant qu'employeur. Pour la **CFDT**, la solidarité doit être aussi financée par la fiscalité des revenus du patrimoine qui n'est toujours pas alignée sur celle des revenus du travail. Loin de tout fatalisme, le besoin de financement du système de retraite dépend essentiellement de choix politiques. Dans tous les cas, l'augmentation de l'âge légal est une mauvaise stratégie pour les travailleurs et les travailleuses. L'efficacité budgétaire d'une telle mesure n'est pas démontrée tout en étant une mesure injuste qui accentue les inégalités.

**La CFDT le dit haut et fort : 64 ans, c'est NON !**  
Gérard VANNON : Elu CFDT CMCAS PERIGORD



## A LA RECONQUÊTE SOCIALE !

Il n'y a peut être que sur un point que le projet de casse du régime de retraite voulu par le président Macron aura été bénéfique, c'est celui d'avoir remis le modèle social Français au cœur du débat.

Par là même, ce coup de projecteur

permet à chaque citoyen, jeune et moins jeune, de mesurer toute la modernité d'un système protecteur tel que la sécurité sociale.

Chacun, en se projetant dans l'injonction mortifère de ce gouvernement antisocial, a pu apercevoir toute la richesse que constitue cet héritage du Conseil National de la Résistance.

Le statut des IEG en est un exemple plus que jamais d'actualité, quoiqu'en dise la bande à BORNE en le décrivant comme archaïque ! Quel mépris !

La vérité est que le statut des IEG est protecteur et cadre réellement la reconnaissance de la pénibilité. Point très peu évoqué dans la réforme et que Macron a tout simplement réduit en mettant en place la C2P, tout en ayant supprimé 4 facteurs de risques sur 10, en 2017.

Bien sûr, depuis des décennies, les gouvernements successifs à la solde du capital, ont consacré la plupart de leurs programmes politiques à la destruction de toutes les branches de la sécurité sociale, que ce soit la maladie, le chômage, et bien entendu la retraite.

Beaucoup de ces réformes ont été larvées, nous n'en mesurons malheureusement les effets délétères que tardivement. Parfois elles ont fait l'objet de luttes importantes, mais parfois nous nous sommes contentés de subir.

Mais cette fois, s'il y a deux éléments plus tangibles, de plus palpables, de plus concrets qui se sont invités au débat : la mortalité et l'espérance de vie en bonne santé... 64 ans, exactement l'âge de départ à la retraite voulu par le gouvernement Borne.

Et voilà que très clairement la perspective d'une vie de travail sans autre issue que la mort ou la maladie s'impose à tous !

C'est un choc évident, la vision d'un retour au 19ème siècle charbonneux de Zola !

C'est aussi l'évidence de l'injustice flagrante d'un système où le ruissellement promis s'est transformé en pompe à fric des plus pauvres vers les plus aisés avec des chiffres vertigineux : 80 Milliards d'€ pour les actionnaires, plus de 150 Milliards d'€ d'aides aux entreprises, un PIB de 2900 Milliards € ! Et rien pour les salariés et privés d'emploi !

Alors avec un tel électrochoc, une grande majorité de la population s'est levée, et pourrait bien réclamer un peu plus que le retraite à 60 ans !

2023 vers la reconquête sociale ?

**De l'argent, il y en a, les richesses ce sont les salariés qui les produisent : reprenons notre dû !**

Le syndicat CGT énergie 24



## RÉFORME DES RETRAITES

L'argumentaire développé pour le gouvernement pour expliquer la réforme des retraites est truffée de mensonges (ou plutôt de « contre-vérités » comme on se plaît à dire dans la nov-langue macroniste).

- « L'âge de l'espérance de vie augmente en France » : c'est faux, il n'évolue plus depuis 2014.

- « Le système de retraite actuel est voué à la faillite » : c'est faux, il y a des réserves à hauteur de 180 milliards. La Loi contraint d'ailleurs les organisations syndicales qui gèrent les dispositifs de retraites complémentaires à les maintenir à l'équilibre avec des réserves suffisantes à 15 ans.

- « Il faut sauver le système par répartition » : c'est faux, en 2019, la Macronie voulait le faire disparaître au profit d'un système par points.

En revanche, aucun ministre ne communique sur la manière dont l'État s'est privé des moyens nécessaires à sa Politique Publique en les allouant à des subventions aux entreprises.

Ces 2 dernières années, 47 milliards provenant de ces subventions se sont finalement transformés en versement de dividendes et en rachat d'actions. C'est insultant de constater que les impôts du contribuable partent dans ce jackpot !

Le seul moyen que le gouvernement a trouvé pour compenser ce gâchis est de faire travailler les gens encore plus longtemps, jusqu'à 64 ans, qui correspond bizarrement à l'âge de l'espérance de vie et en bonne santé. On voudrait nous essorer jusqu'au bout qu'on ne s'y prendrait pas autrement.

Mais ça ne sera pas fini et les libéraux ne sont jamais à court d'idées.

L'État, dans sa position d'actionnaire prédateur, affaiblit notre système énergétique et donc la souveraineté du pays au profit du Marché tout-puissant.

Il faudra bientôt défendre notre Statut, sans lequel nous n'aurons

plus de tarif Agent,  
plus de couverture complémentaire maladie,  
plus d'avantages familiaux,  
plus de dispositif de prévoyance,  
plus d'Activités Sociales.

Pour le syndicat CFE CGC  
Gael HAMON



## DES RANDONNÉES AU COEUR DE LA BRETAGNE

DU 25 MAI AU 1ER JUIN 2023

Dans le cadre des sorties sportives et culturelles, le groupe des randonneurs de la CMCAS Périgord vous propose une semaine en Bretagne Nord à Trébeurden.

TREBEURDEN et sa maison familiale, havre de paix niché dans un charmant port de la côte de Granit rose, vous attendent pour de belles randonnées sur les plages de sable et pour partir sur les traces des contes et légendes bretons entre vieilles pierres et prés salés.

Au programme, nous vous proposerons de prendre le GR34 bordé par la Manche. On l'appelle "Aod ar vein ruz" en langue bretonne, ce qui se traduit par "la côte des pierres rouges" car son littoral est composé d'immenses pierres de granit rose façonnées par les vagues. Vous pourrez admirer le vol des macareux moines, des fous de Bassan ou des cormorans, particulièrement présents sur les îles.

Vous irez faire un tour sur l'île de Bréhat appelée à juste titre l'île aux fleurs ! Le paradis se trouve seulement à quelques encablures du continent au départ de la pointe de l'Arcouest ! Ici la magie opère instantanément.

Vous serez charmés par le tableau coloré et fleuri des différents panoramas de l'île : agapanthes, eucalyptus, camélias ou mimosas ... Baigné d'une lumière incomparable qui

sublime le granite rose, vous aurez plaisir à la découvrir au travers d'une belle randonnée !

Vous découvrirez aussi l'arrière pays riche en trésors architecturaux qui ne vous laissera pas insensible à ses charmes.

**Les randonnées quotidiennes de 12 à 18 km nécessiteront une bonne forme physique** mais seront pleines de convivialité !

### Modalités du séjour :

- Rendez-vous le jeudi 25 mai à 6 heures au centre Marcel PAUL, situé au 139 rue Alphée mazieras à Périgueux.
- Prévoyez un pique nique pour le midi.
- Le retour le 1er juin est prévu avec une arrivée à Périgueux en fin d'après midi.
- La maison familiale fournit les draps mais pas les serviettes de toilette.

Le ciré s'impose en Bretagne mais comme le dit Alexandre Muller « Derrière chaque nuage se cache le ciel bleu. »

N'attendez plus, rejoignez le groupe pour une semaine de randonnées de quoi faire le plein d'iode et de nature.

**Sur le bulletin d'inscription, vous trouverez le montant à régler pour la pension complète en maison familiale. Cette somme vous sera demandée pour bloquer votre participation.**

**A la clôture des inscriptions soit le 10 avril 2023, nous calculerons la participation au transport (fonction du nombre de randonneurs) et cette somme sera à nous régler en complément pour valider votre inscription (comprise entre 100 et 144€/personne).**



## DE L'ANGLETERRE À BRUGES DÉCOUVERTE DU NORD PAS DE CALAIS

Du 11 au 18 juin 2023

La région Nord Pas de Calais recèle des trésors. Promeneurs, vacanciers, amoureux de randonnées pédestres, visiteurs d'un jour, sont souvent « bluffés » par tant d'inattendus : panoramas, explosions de couleurs, espaces préservés, richesses patrimoniales, musées...

Les occasions d'apprécier la région sont nombreuses !

Il faut voir : les plages de sable fin, les dunes à perte de vue, écouter les mouettes et le vent qui chantent, voir le site des deux caps et en avoir le souffle coupé, découvrir faune et flore exceptionnelles des parcs naturels régionaux, se trouver dans un claquement de doigts en **Angleterre ou en Belgique**, visiter les musées, les beffrois, les villes fortifiées, les phares et les ports. De quoi avoir envie de venir, revenir, comprendre cette région Nord-Pas de Calais.

Une région, et ses habitants, capables d'accueillir tous les touristes, qu'ils soient flâneurs, marcheurs, spectateurs avisés, ou simples curieux.

### PROGRAMME

**1er jour :** Départ de Marcel Paul – Arrivée dans l'après-midi à la maison familiale de Merlimont, accueil et installation. Suivant l'heure d'arrivée, promenade en bord de mer...

**2e jour :** Découverte du bassin minier. Visite de la cité des Electriciens, dans les pas de l'histoire du bassin minier. Re-

pas au restaurant Visite du musée de la mine d'Auchel, à la rencontre d'anciens mineurs qui vous parleront de leur univers.

**3e jour :** Journée à Canterbury. Visite guidée de Canterbury et de la cathédrale, via le tunnel sous la manche. Repas sur place.

**4e jour :** Lille à travers les siècles. Visite de Lille à la rencontre de Jeanne de Flandre, Vauban, D'Artagnan et du p'tit Quinquin. Repas sur Lille.

**5e jour :** Découverte de la Côte d'Opale. Visite guidée théâtralisée de Boulogne. Repas sur Boulogne. Visite du site des deux Caps : Cap Blanc Nez et Cap Gris Nez.

**6e jour :** La petite Venise du Nord : Bruges. Visite guidée de la ville et flânerie sur les canaux ... Repas au restaurant.

**7e jour :** La Baie de Somme. Découverte de la Baie de Somme. Visite guidée pédestre de Saint Valéry sur somme. Repas au restaurant. Retour sur la côte.

**8e jour :** Ce n'est qu'un au revoir ... Départ après le petit déjeuner.

### Nota :

Hébergement en chambre de deux personnes- Pension complète- Prévoir un pique nique le jour 1  
Les horaires de départ vous seront communiqués ultérieurement.

### Attention : Passeport obligatoire

N'attendez plus pour vous inscrire, la date de clôture des inscriptions est fixée au 28/04/23.



## LA RENAISSANCE EN PÉRIGORD REPAS DE PRINTEMPS

LE 12 MAI 2023

Nous entamerons la matinée par une magnifique visite. Surplombant la Vézère, le Château de Losse est une splendide demeure de plaisance construite au XVI<sup>ème</sup> siècle sur la base de la forteresse médiévale.

Le château vous propose de découvrir le grand logis (MH) meublé d'époque et ses jardins entièrement reconstitués à la mode renaissance (Jardin Remarquable), mais aussi ses tours de défense, ses douves, ses souterrains, son parc et de bien d'autres endroits insolites ou grandioses.

Ensuite, direction le restaurant "le Bareil" situé sur la commune de la Chapelle Aubareil pour un déjeuner convivial où les bénéficiaires de toutes les SLVie confondues auront plaisir à se revoir.

Au menu :

Apéritif

Foie gras mi-cuit sur toast et ses confitures

Parmentier de canard

Dessert

café et vin rouge de pays compris

Votre inscription est attendue à la CMCAS avant le 30/04/23 accompagnée de votre règlement.



## REPAS DE PRINTEMPS À MARCEL PAUL

LE 27 AVRIL 2023

Se retrouver pour certains, faire de nouvelles connaissances pour d'autres, voilà ce que nous vous proposons pour ce repas de printemps à la salle Marcel Paul.

Quel que soit le nom qui leur sont donnés, "Repas de printemps", "Repas de la galette" ou encore "Repas Pensionnés", ces traditionnelles rencontres sont vraiment vecteur de lien social attendues par beaucoup d'entres vous.

Les retrouvailles et les nouvelles des uns et des autres qu'elles soient porteuses de rires et quelque fois de tristesse sont la vie de nos activités sociales.

Nous sommes toujours heureux de vous retrouver chaque année et il est important de maintenir ce lien de solidarité qui nous anime.

### **MENU :**

Velouté crème de champignons

Roulé de saumon aux asperges

Vol au vent aux ris de veau et blanc de volailles

Pavé de boeuf sauce aux cèpes

Gratin de petits légumes

Profiteroles

Votre inscription est attendue à la CMCAS avant le 14/04/23 accompagnée de votre règlement. Si vous avez besoin d'un covoiturage, contactez la CMCAS.



## LES ROUTES DES CHATEAUX EN MÉDOC

LE 14 AVRIL 2023

La Route des Châteaux qui traverse le Médoc est assurément l'une des plus belles routes des vins au monde.

Nous vous proposons un départ devant le centre ENEDIS à **6h45** en direction de Bordeaux, Lustrac-Médoc avec une arrivée au Château Cap Léon Veyrin.

Nous débuterons par une visite commentée de la route des Châteaux : le vignoble avec explications des crus, les classements, des anecdotes sur les différents villages traversés : Lustrac, Moulis, Margaux, Cussac-Fort-médoc, St Julien, Pauillac, etc. Puis visite des chais et des cuiviers commentés par les propriétaires du Château Cap Léon Veyrin. La dégustation de différents vins du vignoble du château sera accompagnée de pain et de fromages.

Le déjeuner sera Médocain avec :

**Omelette aux Cèpes** accompagnée de la Fleur Bibian 2018 Sélection de jeunes vignes du Château Bibian AOC Lustrac Médoc

**Roti de boeuf sur les sarments de vigne et sa garniture** accompagnés du Château Julien 2018 AOC Haut Médoc

**Plateau de fromages** accompagné du Château Cap Léon Veyrin 2016 -Cru Bourgeois Supérieur AOC Lustrac Médoc

**Dessert maison**

**Café**

Départ du Château en direction de Margaux, accueil à la Boutique de « Mademoiselle Margaux », célèbre pour ses chocolats notamment les sarments du Médoc et la Guinette. Explication sur la fabrication des chocolats et dégustation.

Retour sur Périgueux vers 20h

**N'attendez plus pour vous inscrire, la date de forclusion le 14/03/23 arrive très vite.**

## FÊTE DE LA CMCAS

SAMEDI 24 JUIN 2023

OYEZ OYEZ !!!

PRENEZ DATE !

La CMCAS Périgord renoue avec ses traditions en organisant La FÊTE de La CMCAS PERIGORD sur l'espace MARCEL PAUL à Périgueux.

Au programme de cette journée de rassemblement conviviale :

- Activités pour petits et grands.
- Spectacles.
- Musique.
- Restauration midi et soir sur place.

Plus d'informations sur votre prochain journal.



## CETTE ANNÉE LÀ COMÉDIE MUSICALE

LE 30 MAI 2023 À 15H

La Nouvelle comédie musicale de la Compagnie Trabucco sera un hymne à l'avènement du Disco et du Rock'n'roll en France.

Un vaste programme de Chansons Françaises mais aussi de tubes internationaux puisés dans la mémoire collective pour revivre ces années d'euphorie musicale. Une époque où les goûts musicaux divergent où les générations s'affrontent. Les parents ont peur de ces nouveaux genres et les jeunes ont soif de nouveauté ; au cœur d'un village français, une histoire pleine de fraîcheur et d'humour vous fera revivre ces grands moments de notre histoire culturelle.

Le spectacle se jouera au centre Joséphine Baker à Périgueux. Date Limite d'Inscription au 14/04/23



## ECO RANDO

À CASTELNAUD-LA-CHAPELLE

LE 10 JUIN 2023

La SLVie de Sarlat vous propose 1h30 de randonnée tout chemin à bord de véhicules de deux et quatre roues électriques afin de découvrir un bout du Périgord et son patrimoine naturel.

**Pour cela trois types de véhicules** sont mis à votre disposition :

Le TRORX trottinette électrique (à partir de 12 ans), le Swincar simple véhicule pendulaire à 4 roue (1 conducteur permis B) ou swincar double (le conducteur permis B + 1 passager à partir de 3 ans) qui vous permettront de profiter des chemins de randonnées en toute simplicité à bord de ces véhicules écologiques et non dégradants, le tout encadré par un animateur diplômé.

**Rendez-vous sur le site, lieu dit Les champs de la Treille à Castelnau la Chapelle à 13h45**

Date Limite d'Inscription le 22/05/23



## BALL TRAP

42e CHALLENGE MARCEL PAUL

DU 19 AU 20 MAI 2023

Cette rencontre sera organisée par la CMCAS Languedoc sur le stand de Nîmes.

Pour tout renseignement et règlementation, contactez Laurent LUCAS au 06 63 66 08 87

10- LO CROCANT DAU PERIGÖRD

# COMMANDES GROUPÉES

## AVIS AUX GOURMANDS

### MADELEINES BIJOU



La CMCAS Perigord vous propose **une commande groupée de madeleines BIJOU**.

C'est en 1845 que naît la pâtisserie confiserie biscuiterie de détail au cœur de Saint-Yrieix-La-Perche. Cette entreprise à caractère familial "La Maison Bijou", tire son nom de celui de sa spécialité : les madeleinettes (petites madeleines de couleur dorée, le « bijou » de Saint-Yrieix). **Les pâtisseries Bijou sont fabriquées sans conservateur et l'emballage individuel permet ainsi de garantir une qualité optimale du produit, d'où des dates de conservation courtes.**

Vous trouverez en page volante un bon de commande a nous retourner au plus tard le **lundi 20 mars 2023**, accompagné du règlement par chèque a l'ordre de « madeleine BIJOU ».

Vous pouvez retrouver plus de détails sur les produits sur le site de [www.bijou.com](http://www.bijou.com) et nous tenons à votre disposition un catalogue à la CMCAS. Les commandes seront à retirer a la CMCAS de Périgueux a partir du **lundi 3 Avril 2023**. Nous mettrons tout en oeuvre pour rapatrier sur les sites de Bergerac et Sarlat les commandes passées.



## LES CATALOGUES Vin, Offre en lot Bière & Spiritueux

Vos recevrez prochainement les catalogues et vos commandes seront à passer

DU 7/04/23 AU 07/05/23

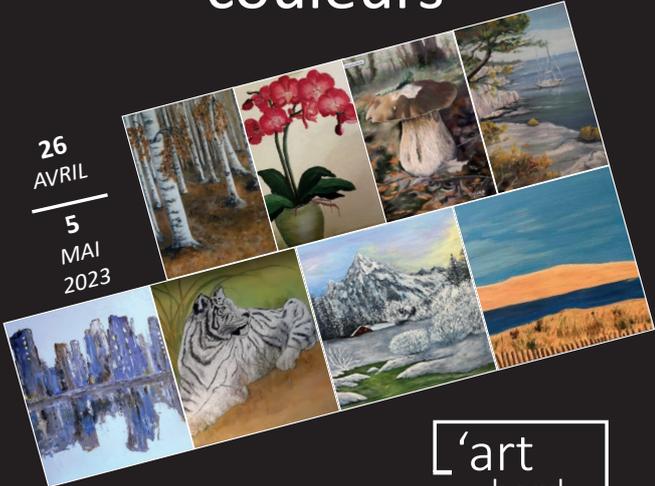
Les livraisons se feront sur les sites de Périgueux, Sarlat et Bergerac

## CLUB PEINTURE

VENEZ NOMBREUX

EXPOSITION  
“La vie en couleurs”

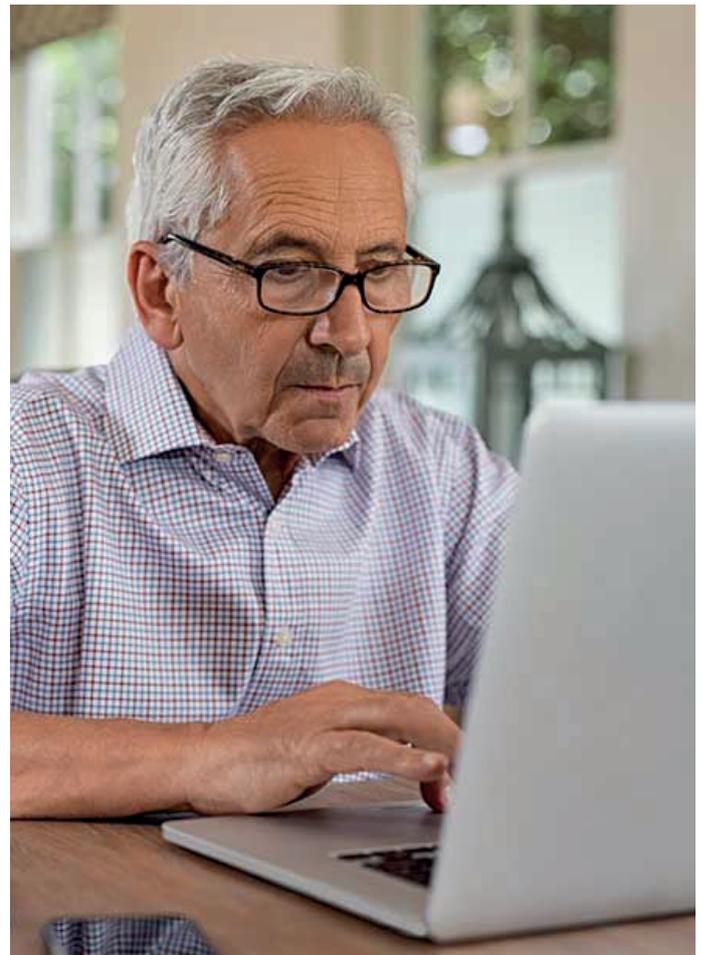
26  
AVRIL  
—  
5  
MAI  
2023



DU MARDI AU SAMEDI  
9H30-12H / 14H-17H30

**Entrée libre**  
Centre culturel Michel Manet-Bergerac

L'art  
au bord  
du Barrage


AIDE INFORMATIQUE  
À TUILIÈRES

La SLVie de Bergerac propose de mettre en place une activité d'aide à l'informatique qui permettrait de vous aider dans les difficultés que vous rencontrez avec les différents logiciels de bureautique (*Microsoft Office, LibreOffice, etc...*) mais aussi comment accéder à internet, aux réseaux sociaux, envoyer un mail, comment y joindre un fichier, pourquoi votre ordinateur ne fonctionne pas et tenter de débloquer la situation et plus globalement vous aider avec tous les logiciels qui vous posent problème (*il n'y aura pas de réparation ou remplacement de pièces défectueuses*).

L'objectif de cette activité est de vous permettre d'appréhender l'informatique de façon beaucoup plus simple et ludique, que cela ne soit pas pour vous une contrainte mais plutôt un outil de communication, une aide au quotidien et une fenêtre sur le monde.

Nous avons à notre disposition deux ordinateurs avec imprimantes mais il est plus pratique d'utiliser votre matériel si cela est possible bien évidemment.

La réunion se passe à Tuilières par session de 1 à 6 personnes.

Si vous êtes intéressé(e), faites vous connaître auprès de la CMCAS 05 53 06 50 48

## CLUB PHOTO

## À TUILIÈRES

24 MARS 2023 À 17H

Vous êtes passionné(e) par la photo et vous souhaitez partager et échanger vos prises de vues, vous aimeriez apprendre où vous perfectionner sur les différentes techniques photographiques ou bien nous faire partager votre propre retour d'expérience, c'est avec plaisir que nous vous accueillons au club Photo de la SLVie de Bergerac. Venez sans complexe, il n'y a pas de professeur, notre apprentissage se base simplement sur nos échanges et retours d'expériences en abordant tous les sujets qui nous paraissent judicieux dans l'évolution et la maîtrise de notre hobby.

La prochaine réunion aura lieu le 24 Mars 17h à la salle P. RIEM au Barrage de Tuilières, Sainte Cyprien de Lalinde.

Contacts : A.MAGNE 06 52 56 70 09 ou F.POIROT 07 69 98 14 81

# Invitation à la lecture

La CCAS MET À VOTRE SERVICE

## LALIBRAIRIE.COM

En nous appuyant sur ce réseau de plus de 2500 librairies indépendantes, qui sont des lieux de rencontres et de conseils, nous souhaitons vous proposer des lectures de qualité à tarif préférentiel, mais également protéger l'existence des commerces de proximité.

Pour le lancement de cette nouvelle offre culturelle, les Activités Sociales participent à hauteur de 25% du prix des ouvrages référencés dans les catégories suivantes : Arts, Bandes Dessinées, Education, connaissances, Littérature et Jeunesse

Par ailleurs, aucun frais de port si vous retirez votre livre dans la librairie près de chez vous. Vous souhaitez plutôt vous faire livrer à domicile ? Prise en charge 2 euros des frais de livraison : un prix de livraison de 3 euros au lieu de 5 euros.

**Accès au lien** <https://ccas.lalibrairie.com> avec vos identifiants : NIA + Mot De Passe

**Bonne lecture**

LES DIFFÉRENTS ONGLETS QUE VOUS RETROUVEREZ SUR LE SITE :

### Livres en français

- Littérature
- BD, mangas
- Jeunesse
- Vie pratique, bien-être
- Loisirs, nature, voyages
- Science
- Scolaire et apprentissage
- Arts
- Sciences humaines
- Economie, gestion, droit

### Sélection CCAS

Faites votre choix parmi les sélections adulte et pour la jeunesse, les livres sont classés par tranche d'âge.

### Livres en langues étrangères

Allemand, Anglais, Néerlandais Flamand, Italien, Espagnol, Portugais, Latin, Russe, Turc et Japonais

### Conseil de libraires

### Sélections thématiques

Semaine après semaine, vous retrouvez des recommandations qui vont assouvir votre appétit de lecture et permettre d'enrichir pertinemment votre bibliothèque...ou celle de vos enfants !

