



Association Loi 1901  
N° W133000912  
site internet : <https://asral7.fr>

**Association des Retraités Allocataires  
de la CARMF  
De la 7ème région  
(PACA – Corse – Ile de la Réunion)**

**PRESIDENT D'HONNEUR : Dr HUBERT AOUIZERATE**  
Gestion site Internet et consultant  
Tél : 06 77 18 15 40



Fédération Associations Régionales  
Allocataires de la C.A.R.M.F.

**TRÉSORIER RÉGIONAL  
Dr ALBERT GRONDIN**  
Terrasses d'Orlane - bâtiment A  
55 rue Gabriel Péri  
13400 AUBAGNE Tel : 06 42 75 57 24

**PRÉSIDENT RÉGIONAL  
Dr JEAN PHILIPPE COLIEZ**  
5 rue Fragonard  
06800 CAGNES SUR MER  
Tel : 06 60 78 81 11

**CO-PRESIDENTE REGIONALE  
MME RENÉE BRISSY**  
Déléguée au Secrétariat général  
Canto Souléou 364 Bd Amiral de Grasse  
83200 – TOULON Tel : 06 12 56 99 17

## **BULLETIN N° 124**

**7ème RÉGION : PACA-CORSE et ILE DE LA REUNION.**

### **LE MOT DU PRÉSIDENT**

En ce début d'année 2022 l'allègement progressif des contraintes sanitaires nous a permis peu à peu de reprendre nos projets présentsiels

Autres temps, autres mœurs - nos séances présentesiels seront associés à des options de Visio séances dans la mesure des possibilités techniques sur place.

Nous allons en plus prévoir régulièrement des Visio séances pour échanges d'information selon l'actualité en cours.

Merci à tous pour votre soutien confraternel et amical dans notre combat pour la défense de nos retraites. Bien amicalement. Dr J Philippe Coliez

### **ACTIVITES ASRAL7 PREVUES**

#### **06 – ALPES MARITIMES**

Animateurs : Dr Alain BERNI Tel : 06 12 69 78 05 ; Dr Coliez 06 60 78 81 11

#### **LE VENDREDI 16 SEPTEMBRE 2022**

Association Art Science et Pensée

32è colloque au château de Mouans Sartoux

Le Dr Jean Pierre POLYDOR, neurologue à Cannes est devenu membre de notre association,

Il nous propose une invitation à l'ouverture du Week end- 32 -ème colloque Art Science et pensée au château de Mouans Sartoux,

En tant que co-organisateur il nous propose un accès Tarif réduit pour ASRAL 7 à 5 €/p pour la séance d'ouverture du vendredi

#### **VENDREDI 23 SEPTEMBRE 2022 A CANNES : ILE STE MARGUERITE**

Sortie Organisée par Madame le Dr Michèle Brun membre de notre bureau : tel 06 61 76 04 02

Départ matin 9h30 de Cannes quai Laubeuf pour navette traversée (durée 15 minutes)

Matinée : visite guidée du fort et avec conférence historique (1h) en salle

Ensuite déjeuner en terrasse adjacente puis dans l'après-midi promenade dans l'île avant

retour libre vers Cannes par le service navette

Capacité 30 à 40 personnes Tarif 40 €/p incluant déjeuner et traversée AR

Réservation à confirmer à Mme Dr Brun avant le 10 septembre (avec chèque acompte de 40 €)

#### **DEBUT NOVEMBRE : VISITE DU MUSEE BONNARD AU CANNET**

RV à Cannes place de la mairie à 10 H (parking Pantiero)

Bus vers musée Bonnard (1€50/p)

Entrée musée 10€ Visite guidée jusqu'à 12 h

Retour en bus vers Place de la mairie à Cannes et à 12h 30 déjeuner au caveau provençal 30€/p

S'inscrire auprès de Mme Dr Michèle Brun tel 06 61 76 04 02

Ou Dr Alain Berni tel ou sms 06 12 69 78 05

## **VENDREDI 13 JANVIER 2023 A 15 H**

au salon russe de l'hôtel West End à Nice : séance de vœux avec galette des rois à 15h -  
Accès libre et ouvert sur réservation à tous nos amis adhérents ASRAL 7  
Un Déjeuner libre à la charge de chacun serait préalablement possible, à 12h au restaurant  
adjacent « Le Siècle » : Réserver auprès de Dr Alain BERNI tel ou sms 06 12 69 78 05  
ou à Dr J Ph COLIEZ tel ou sms 06 60 78 81 11 reservation indispensable

## **13 -- BOUCHES DU RHÔNE**

Pas d'Animateur départemental : en intérim provisoire Les Drs GRONDIN et AOUIZERATE  
Les activités organisées par notre association au niveau des départements et de la région ont pour objectif  
*d'entretenir les liens d'amitié entre ses adhérents, de faciliter leurs relations, et de pallier leur solitude  
éventuelle.*  
*À la suite de la très faible participation des dernières conférences programmées ,les responsables  
animation du département vous informent que la tenue de nouvelles conférences est momentanément  
suspendue.*  
*La longue période de confinement due au covid ayant entraîné une interruption de nos activités est  
probablement à l'origine de cette perte de participation et d'intérêt à la reprise de nos animations  
départementales.*  
*En conséquence nous ne reprendrons une programmation d'activité qu'à la demande des adhérents  
du département.*  
*Les activités organisées au niveau régional seront accessibles selon possibilité par Visio réunion.*  
*Nous sommes à l'écoute des adhérents de notre département pour exprimer quel mode d'activités leur  
serait plus attractif et susciterait d'avantage leur participation et leur soutien aux animateurs bénévoles qui  
se mobilisent pour maintenir un lien amical , relationnel et confraternel au sein de notre association.*

### **LA CONFERENCE DU JEUDI 08 SEPTEMBRE 2022 à 14h30 EST MAINTENUE**

Aux Arcenaux, 25 Cours d'Estienne d'Orves - 13001 Marseille ;

Le Dr Claude DIAZ nous fera une très intéressante conférence

**« L'AUDACE DE VIEILLIR AU XXI IEME SIÈCLE »**

***Nous vous espérons nombreux à participer à cette très intéressante conférence  
et pour accueillir notre conférencier.***

Il est recommandé d'avertir l'organisateur Dr GRONDIN Tel : 06 42 75 57 24

*Cette conférence sera suivie d'un buffet de douceurs offert par ASRAL7-13*

### **VISITE DE LA GROTTTE COSQUER A MARSEILLE**

**LE 08 NOVEMBRE 2022**

Récemment ouverte au public au MUCÉM VILLA MÉDITERRANÉE

Une visite de la grotte Cosquer est finalisée

Le nombre de place est restreint et sera réservé aux 20 premiers inscrits :

Inscription préalable nécessaire auprès de Mme Danielle GRONDIN (Tel : 06 76 03 07 66)  
pour permettre de réserver cette visite de groupe auprès des prestataires de service.

**PRIX VISITE PLUS REPAS A MIDI : 40 €.**

***Début de la visite à 10h devant l'entrée de la grotte.***

***Cette activité s'adresse à tous les adhérents de la région.***

***Les détails de cette activité seront adressés aux inscrits***

**84 – VAUCLUSE** Animateur départemental : Dr Edgard SEROPIAN Tél : 04 90 06 12 65

Portable : 06 07 86 46 13 Adresse : 864, avenue des vergers 84300 – CAVAILLON

. Courriel : edgard.seropian@orange.fr

### **SEJOUR EN CAMARGUE DU MERCREDI 12 ET DU JEUDI 13 OCTOBRE 2022**

***Mercredi 12/10/22 :***

A 9h, départ de Cavaillon en bus du 864 Avenue des Vergers (Parking chez E. Séropian)

Marais du Vigueirat : Promenade en calèche (2h) suivie d'un repas au Café de l'Avenir.

L'après-midi, musée de la Crau puis direction Les Saintes-Maries de la mer.

Le soir, repas avec animation musicale et nuitée au Dauphin Bleu

**Jeudi 13/10/22 :**

Départ à 10h30 pour une promenade sur le Petit Rhône avec Le Camargue.

Ensuite, direction Saint-Gilles : petite promenade dans les petites rues de la vieille ville.

A midi, repas au restaurant Le Cours. L'après-midi, visite de l'Abbatiale

**Prix du séjour : 290€ pour une personne seule 490€ pour un couple transport en Bus inclus.**

Une réponse rapide est souhaitable pour faire les réservations durant les 2 jours (Repas, nuitée, visites).

Le nombre de places est limité. Pour S'inscrire tel : Tél : 04 90 06 12 65 Portable : 06 07 86 46 13

Amicalement D. Séropian

## **PROJET DE CROISIERE FLUVIALE DU 25 OCTOBRE AU 01 NOVEMBRE 2023**

### **LE DOURO, L'ÂME PORTUGAISE**

**Croisière fluviale 8 jours/ 7 nuits du 25/10/23 au 01/11/23 soit dans 1 an.**

Programme : PORTO, REGUA, PINHAO, VEGA DE TERRON et excursion à SALAMANQUE, BARCA D'ALVA, route des vins, PORTO. Les soirées sont avec animations (Flamenco , Fado , Folklorique et soirée de Gala ).

**Prix par personne**

**Cabine double en Pont Principal (P.P.)**

**1562 EUROS/ PERSONNE**

**POUR UN COUPLE : 3124 €**

**Cabine double en Pont Intermédiaire (P.I.)**

**1742 EUROS/ PERSONNE**

**POUR UN COUPLE 3484 €**

**Cabine individuelle en P.P. : 2102 Euros**

**Cabine individuelle en P.I. : 2282 Euros**

**Ces prix comprennent le transport, l'assurance annulation, la pension complète, les excursions, les soirées animées et l'assistance/rapatriement.**

**Ces prix mentionnés sont des montants estimés à ce jour**

**Un acompte de 30% est versé à la confirmation.**

**Le solde soit 70% est versé à 60 jours du départ.**

**Le fond d'action sociale et de solidarité de l'ASRAL7 participera au financement de ce projet , pour faciliter les inscriptions de certains de nos adhérents à jour de leur cotisation ASRAL7. Une réduction de 15% sera ainsi appliquée pour les inscriptions faites avant le 10 septembre 2022**

**Le nombre de place est limité**

**POSSIBILITE D'ANNULATION 90 JOURS AVANT LE DEPART**

**INSCRIPTION NECESSAIRE AVANT LE 20 SEPTEMBRE 2022**

**MERCI DE CONFIRMER RAPIDEMENT VOTRE INTERET POUR CETTE CROISIERE FLUVIALE**

**Toutes précisions vous seront données auprès des Docteurs Séropian.**

**Coordonnées Tel : 04 90 06 10 65 - 06 07 86 46 13**

**edgard.seropian@orange.fr et danielle.seropian@orange.fr.**

**20 La CORSE –** Animateur départemental : Dr Jean Marc CRESP tel 06 81 45 02 28

– 4 rue Henri Dunan – 20000 AJACCIO Courriel : dr.jm.cresp@gmail.com

**Pas de programme annoncé pour le moment**

**04 – ALPES de HAUTE PROVENCE ET 05 --HAUTES ALPES**

**Animateur Dr Roger MARTZ Tel.: 04 92 31 03 80 ou 06 16 98 26 44 E-Mail : roger.martz@orange.fr 54 av du colonel Noël- 04000 DIGNE les bains.**

**Pas de programme annoncé pour le moment**

**83 –VAR**

**97 - ILE DE LA RÉUNION**

**Pas d'animateurs pour le moment en attente de candidatures**

**AVEZ-VOUS PENSE A PAYER VOTRE COTISATION ?**

### **A MEDITER**

Révérant Père BRUCKBERGER: C'est nous qui sommes naïfs de croire que la terre ou une quelconque société humaine puisse devenir un paradis, c'est déjà beau de l'empêcher de devenir un enfer.

Responsable de la publication : Dr J Ph COLIEZ coliez@orange.fr tel 06 60 78 81 11, avec l'aide du Dr Hubert AOUIZERATE, Président d'honneur  
Routé par le CENTRE PROVENÇAL pour la MUCOVISIDOSE - HYÈRES Tél : 04 94 57 75 7