

# FESTIVAL D'ÉNERGIES

SOULAC 27 & 28 MAI 2023

Mouss & Hakim

Chilla

Mask Ha Gazh

Sniper

Tryo

La Cafetera Roja

Demi Portion

Tiken Jah Fakoly

La Yegros

KoHndo

Élodie Arnould

scène animée par R.Can

FIERS DE NOTRE PASSÉ  
AUTEURS DE NOTRE AVENIR





## Édito

Chers bénéficiaires,

Nous pensions que l'année 2022 se terminait sur une note positive eu égard à la victoire sur les salaires et pensions, grâce notamment à une CGT à l'offensive, mais bon nombre de points viennent noircir le tableau.

Certains sujets d'ampleur comme la guerre européenne, la baisse du pouvoir d'achat de la majorité des Français, la montée du racisme, le recul du droit des femmes, les atteintes à l'expression syndicale sont malheureusement encore bien d'actualité.

Dans la période, il serait judicieux que nos gouvernants s'affairent à trouver les bonnes solutions en ce qui concerne la flambée des prix de l'énergie (électricité, gaz, carburants...) et produits de première nécessité, plutôt que tenter de détruire des régimes spéciaux, dont le nôtre, et essayer de pousser l'âge légal de départ à la retraite à 64 ans.

Des solutions existent et sont même proposées, comme le P.P.E. pour l'énergie (Pôle Public de l'Energie), et pour les retraites: par exemple agir sur la taxation des supers-profits, le dé plafonnement des cotisations pour les hauts salaires, l'égalité salariale femmes/hommes, l'augmentation des salaires en les indexant sur l'inflation.

Plutôt que de bâtir le service public de l'énergie dont le pays a besoin, nos directions ainsi que notre gouvernement et son « Jupiter » continuent d'envisager le démantèlement de nos entreprises. Les négociations sur les moyens dits bénévoles nous ont bien réaffirmé l'objectif des directions: la fin des Activités Sociales de Proximité.

Seule la lutte permettra de combattre cette régression sociale inacceptable, de maintenir le statut national et notre régime de protection sociale, renforcer notre idéal de justice et de dignité.

Je souhaite, au nom du conseil d'administration, remercier tous les bénévoles de nos commissions et sections, tous les acteurs du quotidien de notre CMCAS sans qui nos activités sociales de proximité ne vivraient pas.

**Jean-David DAUBISSE**

**Président de la CMCAS de LIMOGES**

**Venez nombreuses et nombreux au festival de Soulac ainsi qu'au zoo de Beauval ou au marais poitevin.**



## Sommaire

Édito.....	2
Permanences assurances.....	3
Information CAMIEG.....	3
Mon espace complémentaire CAMIEG.....	3
Séjours été 2023.....	4
Vacances jeunes été 2023.....	4
Concours de pétanque.....	5
Chorale Mélodia.....	5
Section pêche.....	6
Excursion au Marais Poitevin.....	6
Section informatique.....	7
La commission jeunesse.....	7
Mercredi récréatif Nature.....	7
Soirée After Work.....	8
Lake Wakepark.....	8
Section Jardinage.....	9
Section Ball-trap.....	9
Voyages jusqu'au lieu de vacances.....	10
Soirée Limousine.....	11
Section œnologie.....	12
Sortie moto en Haute-Loire.....	12
Sortie Zoo de Beauval.....	13
Séjour Corse.....	14
Zoom sur.....	15
Partenariats et tarifs préférentiels.....	16
Précommandez vos places à tarifs préférentiels.....	17
Randonnées.....	18
Festival d'Énergie de Soulac.....	19
Bulletin Festival d'Énergie de Soulac.....	20
Bulletins inscriptions.....	21 et 23
Le circuit de vos feuilles de soins.....	22
Points d'accueil de proximité.....	24

### Numéro de téléphone et email

- **Enfance maltraitée : 119**
- **Violences conjugales-femmes infos services : 3919**
- **Energay : 01 45 08 45 01**
- **Secours populaire de Limoges : 05 55 04 20 00**
- **www.planningfamilial.org**
- **www.camieg.fr - Tél. : 08 06 06 93 00**
- **www.cnieg.fr - Tél. : 02 40 84 01 84**
- **CSM : www.energiemutuelle.fr Tél. : 09 69 32 46 46**
- **CSMR www.solimut-mutuelle.fr Tél. : 0184 980 980**

### CMCAS LIMOGES

15, rue Louis Armand - 87220 Feytiat

Tél. : 05 55 48 44 48

cmcas-215.accueil@asmeg.org

www.limoges.cmcas.com

: commission jeunes agents 87

**Jours et heures d'ouverture :**

Du lundi au vendredi

de 8 h 30 à 12 h - de 13 h à 16 h 30



## État-Civil



– **Bienvenue à :**  
– TURPIN-CHAUMOND Meli  
– MOREAU Linette

### Collègue nous ayant quittés :

– CADIC Dominique  
– DEMETS Daniele  
– GERARD Thierry  
– RIFFAUD Simone



idcp

dép

obsèq

csmr

adp

## Permanences assurances 2023

**IDCP, Obsèques, Dépendance, Protection juridique,  
Assurance Auto, Moto, Habitation, Scolaire**

**Un professionnel à votre service et à votre écoute  
Des conseils personnalisés  
Des réponses adaptées**



**Prenez rendez-vous au 05 55 48 44 48 (Nouveau numéro)**

Le professionnel de la CCAS sera présent dans les locaux de l'antenne de Limoges  
15, rue Louis Armand - Feytiat de **9 h à 12 h** et de **13 h 30 à 15 h 30**.

Mardi  
4  
avril

Mardi  
2  
mai

Mardi  
6  
juin

HABITATION

AUTO

2 ROUES

JURIDIQUE

SCOLAIRE

CHASSE

D=1  
CHIENS/CHATS

VOYAGE

## La Camieg toujours à vos côtés!

Vous souhaitez rencontrer un de nos conseillers ou prendre un rendez-vous téléphonique à la date et à l'heure de votre choix ?

**C'est simple et rapide: connectez-vous sur [www.camieg.fr](http://www.camieg.fr) cliquez sur « Prendre un rendez-vous » et laissez-vous guider.**

Notre centre d'accueil à distance reste également à votre disposition au 08 06 06 93 00 (*service gratuit + prix d'appel local*).

# Camieg

Vos rendez-vous avec votre conseiller Camieg

Les mardis  
14 mars  
4 avril  
9 mai  
13 juin 2023



Camieg

## Mon espace complémentaire Camieg

Lancé en février 2021, Mon espace complémentaire Camieg concerne les **assurés bénéficiaires de la part complémentaire seule (conjoint ou enfant(s) d'un assuré)**.

Cet espace en ligne permet notamment de télécharger et d'imprimer, depuis chez vous, une attestation de droits à la part complémentaire Camieg.

Vous n'avez pas encore ouvert de compte Mon espace complémentaire Camieg ?

Sur le site [www.camieg.fr](http://www.camieg.fr), sa création est simple, rapide et gratuite.

➤ Munissez-vous de votre carte vitale et de votre RIB puis cliquez sur **Mon espace complémentaire Camieg** et laissez-vous guider.



## LES SÉJOURS À LA RÉSERVATION DIRECTE

DESTINATIONS - France - Etranger - Outre mer (Adulte et Famille)

Mardi 14/02/2023 - 14h00

OUVERTURE A LA NUITÉE (uniquement pour les villages vacances concernés)

Mardi 14/03/2023

## LES SÉJOURS À TOUR DE RÔLE

DESTINATIONS - France (Adulte et Famille)

Ouverture	Forclusion	Résultat	Réservation directe
21/02/2023 14h00	14/03/2023	21/03/2022	05/04/2023

DESTINATIONS

Etranger - Voyages internationaux - Séjours Passion

Ouverture	Forclusion	Résultat
21/02/2023 14h00	14/03/2023	21/03/2022

activités sociales de l'énergie

## Séjours nationaux

9 - 17 ans

Ouverture le 08 mars 2023

Forclusion le 5 avril 2023

Résultat le 20 avril 2023

Tour bi-hebdomadaire 27 avril 2023

Prochainement catalogue et inscriptions pour les séjours régionaux : renseignements auprès de votre CMCAS



A l'issue des résultats, les inscriptions sont encore possibles sur les places disponibles. N'hésitez pas à consulter [www.ccas.fr](http://www.ccas.fr) ou vous rapprocher de votre CMCAS.

activités sociales de l'énergie



## Concours de pétanque le 6 mai 2023

La section Pétanque organise un « concours Interne », réservé aux Ouvrants Droit et Ayants Droit, le samedi 6 mai à la Roche au Go.

Déroulement de la journée :

9 h Accueil des équipes et petit café du matin.

9 h 30 Début des parties

12 h Apéritif, puis Repas

14 h Reprise du jeu

17 h Fin des parties

Les engagements se font par Triplettes (équipe de 3 joueurs).

Toutes les triplettes joueront le même nombre de parties, il n'y aura pas d'élimination comme dans les concours classiques.

Le but est de passer un agréable moment de convivialité mélangeant Actifs, Inactifs et Ayants droits, de tous Services, toutes Activités et toutes Sections.

Une participation d'environ 12 € (à confirmer) sera demandée pour le repas.

Gérard Jenner (07 87 31 64 15) se tient à votre disposition pour tout renseignement complémentaire ainsi que pour les inscriptions.



**Date limite d'inscription : 19 avril 2023**

## Chorale Mélodia le vendredi 9 juin 2023

**Chorale *Melodia***  
**Du Palais sur Vienne**



*Chansons  
d'hier et d'aujourd'hui  
(variétés, country, gospel...)*

**Vendredi 9 juin 2023 à 20h00**  
**A la Roche au Gô**

**Avec 45 chanteurs sur scène**  
(dont 4 agents des entreprises)

*Des boissons chaudes et pâtisseries  
seront confectionnées par notre section  
gastronomie.*



Suite au succès de cette activité en 2022 avec plus de 60 personnes présentes, nous vous proposons à nouveau de venir au concert donné par la Chorale **Mélodia**, du Palais-sur-Vienne le vendredi 9 juin à 20 h salle Marcel Paul de la Roche au Gô. Un buffet organisé par Bertrand et son équipe vous sera ensuite proposé. Réservez dès maintenant votre soirée.



## Section Pêche

Pêcheuses, pêcheurs et autres néophytes, n'oubliez pas de prendre votre carte de pêche à la CMCAS pour un moment de détente et de loisirs. L'eau ne manque pas, les poissons ont dû prendre leurs aises et leur nourriture dans tout ce « bouillon ».

**Ouverture des festivités**

**le samedi 1<sup>er</sup> avril 2023**

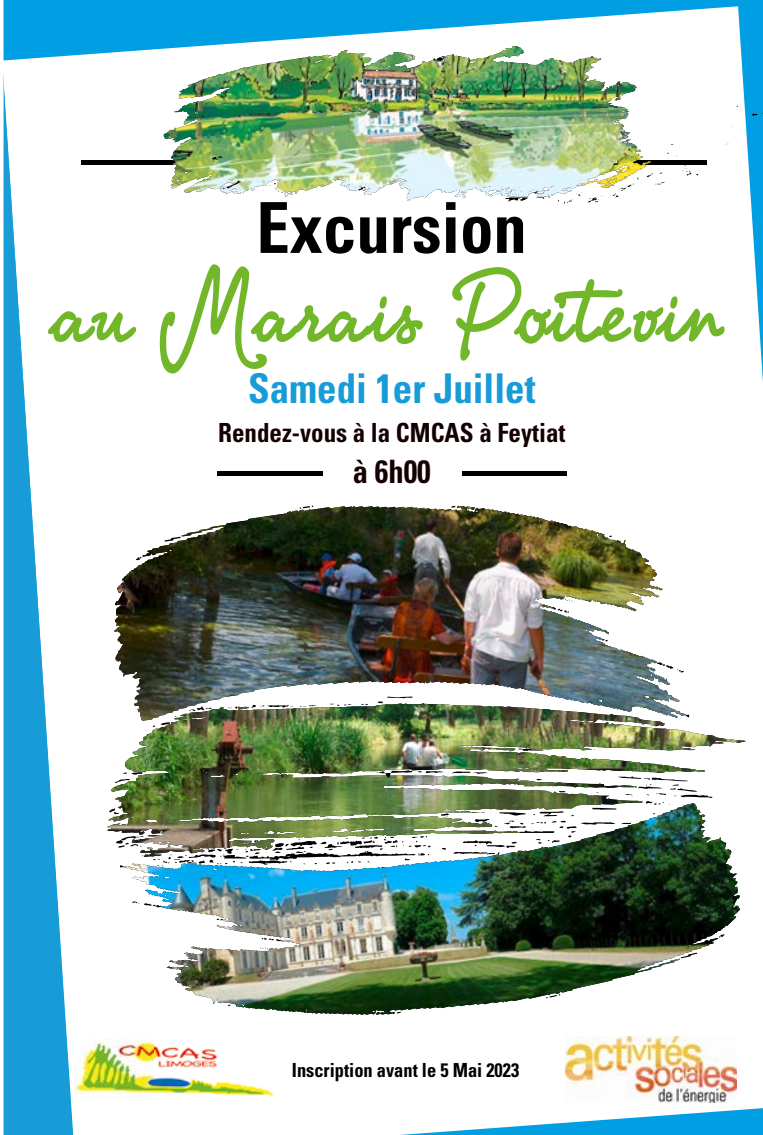
**fermeture le mercredi 1<sup>er</sup> novembre 2023**

Nous allons essayer d'organiser un concours cette année, info dans les prochains *Coup d'Œil*.

Le bungalow sur place est toujours à votre disposition, n'hésitez pas à le louer. Si des bénévoles veulent nous aider à entretenir le site rapprochez-vous de la commission!

**Contact : Jean Marie Chartier 06 86 65 40 43**

Bonne saison à tous.



**Excursion**  
*au Marais Poitevin*  
**Samedi 1er Juillet**  
Rendez-vous à la CMCAS à Feytiat  
à 6h00

CMCAS LIMOGES

Inscription avant le 5 Mai 2023

activités sociales de l'énergie

The poster features a collage of images related to the excursion: a boat on a pond, a group of people in a boat, a view of a pond with a wooden walkway, and a large stone building. The text is centered and uses a mix of bold sans-serif and cursive fonts.

## Expédition au Marais Poitevin le samedi 1<sup>er</sup> juillet

La commission des pensionnés de la CMCAS vous propose une expédition au Marais Poitevin **le samedi 1<sup>er</sup> juillet**.

La journée commencera par la visite du château Terre Neuve, demeure philosophale au décor de Chambord. Puis belle pause au restaurant le Rabelais où vous dégusterez les produits du terroir. Après le déjeuner, vous laissez porter au fil de l'eau dans une barque traditionnelle où vous apprécierez le calme et l'authenticité du Marais. Enfin, vous pousserez la porte de la brasserie « la Cibulle » où vous découvrirez l'univers d'un savoir-faire ancestral de la fabrication de la bière artisanale.

**Inscription avant le 5 mai 2023**

OD/AD  
+ 12 ans  
60 €

OD/AD  
- 12 ans  
30 €

Invités  
80 €



## Section informatique et Bibliothèque, discothèque

La section informatique vous propose dans les locaux de la CMCAS de Limoges, des initiations, perfectionnements, dépannages, tous les mardis de 14 h 30 à 18 h. Renseignements auprès du responsable de la section, Eric Fourniaud au 06 85 85 33 20 ou 05 55 48 44 48 à l'accueil de la CMCAS.

La CMCAS met à disposition des livres, des CD et des DVD dans les locaux de la bibliothèque de la CMCAS de Limoges. Vous pourrez trouver des conseils de lectures ou d'écoutes, au même horaire que la section informatique ou sinon en libre service aux horaires d'ouverture de la CMCAS. **Information : Maryline Fourniaud 06 72 07 77 25.**

## La commission Jeunesse te propose

À prévoir dans vos agendas :

- **Le samedi 1<sup>er</sup> avril** : Chasse aux œufs au Génétie
- **Le mercredi 10 mai** : Nature avec la FDC87
- **Le mercredi 7 juin** : Accrobranche à Saint-Pardoux
- **Le samedi 23 septembre** : Futuroscope
- **Le mercredi 18 octobre** : Le Moulin du Gô



## À prévoir dans vos agendas : Sortie le 7 juin à St-Pardoux au parc aventure



# Mercredi Récréatif Nature

**Mercredi 10 mai**

**Rendez-vous à 14h00 à la Maison de la Nature**  
10, Allée de la biodiversité 87280 Limoges

La commission Jeunesse propose à vos enfants âgés de plus de 6 ans un après-midi « **Nature** » organisé par la Fédération des chasseurs de la Haute Vienne : balade en forêt, ateliers axés sur l'éveil des sens, et découverte de la faune sauvage.

Un beau moment de découverte à partager avec vos enfants.

Présence d'un parent obligatoire lors de l'inscription de votre (vos) enfant(s)



Activité gratuite

**Inscription et paiement jusqu'au 3 mai 2023**



# Soirée *After Work*

**Vendredi 24 Mars**  
**Rendez-vous à la Roche au Gô**  
**à 19h00**

Let's Go pour un After Work Américain. Les États Unis viendront à vous le temps d'une soirée à la Roche au Gô organisée par la commission jeunes agents. Au programme, un repas commun et jeu de fléchettes à partager ensemble.

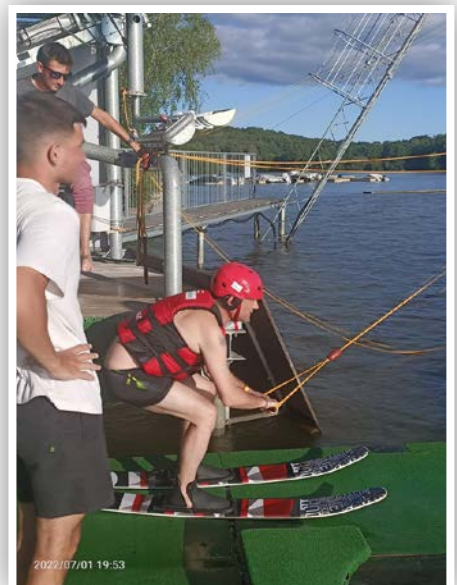


## Lake Wakepark au Lac de Saint-Pardoux le 23 juin 2023

Après le succès de cette activité l'été dernier, la commission Jeunes Agents vous donne rendez-vous au Lake Wakepark du Lac de Saint-Pardoux! Ce télési nautique, avec une vitesse modulable de 0 à 30 km/h, est un très bon outil d'apprentissage ou de perfectionnement. Les pratiquants passent les uns après les autres. Le parcours full size de 750 m avec 5 pylônes pour ce grand télési propose une boucle et offre la possibilité de tracter simultanément jusqu'à 10 pratiquants. Vous pourrez y pratiquer différents supports comme le kneeboard (planche à genoux), le bi-ski, le wakeboard ou le wakeskate. La soirée s'achèvera par un repas à partager ensemble.

**Horaires : RDV AU LAC DE SAINT-PARDOUX SITE DE FRÉAUDOURA 17 h 45**  
**Les tarifs comprennent l'activité et le repas**

**Inscription avant le Vendredi 16 juin 2023**





## Section Jardinage

Les beaux jours arrivent et avec eux l'envie de vivre dehors.

Une nouvelle activité va naître en ce début d'année au sein de la CMCAS de Limoges. Venez nous rejoindre pour bénéficier d'un potager familial solidaire et constructif.

Un travail en commun et un échange de bonnes idées pourront vous faire partager l'envie et la passion du jardinage. Adultes, jeunes, enfants et moins jeunes, nous vous accueillerons pour des notions de jardinage.

Cette activité démarre et elle nécessite des moyens humains et matériels. Pour ce faire, vous trouverez ci-dessous une liste d'appel à don pour cette activité.

C'est une première et j'encourage celles et ceux qui souhaitent contribuer à sa réussite à venir nous rejoindre.

**Ahmed El YOUBI 06 65 78 49 22**

### Appel à dons

Nous cherchons à donner pour notre future activité de jardinage au sein de la CMCAS

- Gobelets, pots ou godets
- Outils de jardinage
- Bâches ou films plastiques
- Tuteurs
- Brouettes
- Seaux
- Arrosoirs
- Tuyaux d'arrosage
- Palettes planches tasseaux chevrons
- Bidons
- Cordes ou ficelles
- Tuyaux PVC
- Cageots bois ou plastique
- Etc.

**Potager  
partagé**



## Section Ball Trap

Un grand merci à nos collègues et notre président qui ont pris le temps de venir et ceux qui se sont excusés, à la réunion préparatoire pour la saison 2023, qui a eu lieu le **20 février 2023** à 18 h salle Marcel Paul.

Lors de celle-ci ont été abordés les points suivants :

### Compte rendu de l'année 2022 :

- \* Déroulement de la saison sur le site de St-Jouvent et nos différentes rencontres, inter entreprise, Challenge Marcel Paul, petite reprise des compétitions post covid.
- \* Un point sur le nombre de planches tirées sur 2022, le matériel et le stock de plateaux.

### Prévisions pour 2023 :

- \* Présentation de la demande de budget réalisée en août 2022
- \* Information sur la forte augmentation du tarif des plateaux, ce qui nous amène (après vote) à un tarif de 2 € par planche tirée.
- \* Programmation de 2 journées le 10 et 24 mars, pour réaliser l'entretien du site et des lanceurs.
- \* Mise en place du calendrier pour la saison 2023, avec une ouverture le 25 mars et une fermeture le 26 août, le stand est ouvert de 14 h à 19 h, sauf sur les journées complètes où les heures sont de 9 h à 19 h avec une coupure méridienne.
- \* Point sur les différentes rencontres de 2023.
- inter entreprise organisé par la CMCAS Limoges le 6 mai à Rochechouart, sur inscription.
- Du 18 au 21 mai challenge Marcel Paul région de Nîmes, sur inscription avant le 15 mars.
- inter CMCAS organisé par Limoges le 17 juin, sur inscription.
- Organisation d'une journée sur un stand hors région, à définir.

Fin de la réunion à 20 h et dîner pris en commun.

Merci à tous de votre présence et participation, au plaisir de vous voir le 25 mars sur le site de St-Jouvent.

### Calendrier 2023 sur le Site de St-Jouvent

Le stand est ouvert de 14 h à 19 h et sur les journées de 9 h à 12 h et 14 h à 19 h avec l'ouverture le 25 mars 2023.	3 juin tir sur la journée avec repas
25 mars	17 juin inter CMCAS, Indre Charente, Charente Maritime sur la journée
8 - 15 et 29 avril	24 juin
6 mai INTER ENTREPRISE ENEDIS à Rochechouart	8 et 22 juillet
13 mai	12 août
19 et 20 mai Marcel Paul à Nîmes sur inscription avant le 3 avril	26 août journée avec repas de fermeture

**CASQUE ET LUNETTES SONT OBLIGATOIRES AINSI QU'UNE LICENCE FFBT,  
SONT AUTORISÉES SEULEMENT LES CARTOUCHES DE TIR.**

**Je reste à votre disposition. RICHARD VINOUR 06 48 25 23 42**

# Le voyage jusqu'au lieu de vacances

De 4 à 14 ans, le voyage est organisé par la CMCAS du lieu de rassemblement déterminé (gare des Bénédictins, CMCAS, ou domicile des parents) jusqu'au centre de vacances, et inversement pour le retour.

Pour cet été, la CCAS met tout en œuvre pour assurer les vacances des jeunes. Comme tous les ans, la CMCAS demande aux parents de s'impliquer au maximum pour garantir les convoys. Nous rappelons que les agents bénéficient d'un détachement pour accompagner les enfants.

La réussite des vacances de nos jeunes, est réalisable surtout cette année, par l'investissement de chacun. Parents, collègues actifs, conjoints d'agents, vous pouvez tous être bénévoles pour effectuer des convoys. Les professionnels de la CMCAS sont à votre écoute.

**Une réunion convoi se déroulera à la Roche au Gô le lundi 15 mai à 16h 30**

## Dates des sessions jeunes séjours nationaux:

- SESSION N° 1 Aller: jeudi 13-07 Retour: mercredi 26-07
- SESSION N° 2 Aller: mardi 11-07 Retour: vendredi 28-07
- SESSION N° 4 Aller: mardi 01-08 Retour: lundi 14-08
- SESSION N° 5 Aller: mardi 01-08 Retour: lundi 21-08
- SESSION N° 6 Aller: mercredi 16-08 Retour: vendredi 25-08

## Dates des sessions jeunes séjours régionaux:

- SESSION ET1 Aller: jeudi 13-07 Retour: mercredi 19-07
- SESSION ET4 Aller: mardi 01-08 Retour: samedi 05-08
- SESSION ET6 Aller: mercredi 16-08 Retour: mardi 22-08



## Inscription convoys et accueil en gare été 2023

Adresse mail pour envoi disponibilités:

[anne.gruber@asmeg.org](mailto:anne.gruber@asmeg.org)

[catherine.lemaur@asmeg.org](mailto:catherine.lemaur@asmeg.org)

Ouvrant droit – Nom ..... Prénom .....

Adresse de l'Unité pour la demande de détachement

.....

Travail ..... Portable .....

Disponibilités dates .....

Ayant droit (conjoint) – Nom ..... Prénom .....

Portable .....

Obligation de fournir un extrait de casier judiciaire bulletin N° 3 de moins de 3 mois

Disponibilités dates .....





# SOIRÉE LIMOUSINE

**Vendredi 31 MARS**

**à 19h00**

**à La Roche au Gô**

*Nous vous donnons rendez-vous à la Roche au Gô pour partager une soirée Limousine. La commission des pensionnés de la CMCAS, aidée de Bertrand notre cuisinier, vous a concocté un menu aux saveurs limousines, le tout accompagné par le groupe TORNAREM qui vous proposera de la musique traditionnelle.*

*Si vous le souhaitez, vous pouvez venir en habits folkloriques Limousin.*

## Au Menu

Kir châtaigne  
Galetou ( rillettes de canard et fromage)  
Pâté de pommes de terre viande limousin  
Salade  
fromage  
Clafoutis



## Participation :

**OD/AD + 12 ANS : 20 €**  
**Gratuit -12 ans**  
**Extérieur : 30 €**



*Si vous avez des difficultés pour vous déplacer,  
n'hésitez pas à contacter la CMCAS du covoiturage est possible.*



**Inscription avant le 27 mars 2023**

**activités  
sociales**  
de l'énergie

## Section œnologie



Le 1<sup>er</sup> cours de 2023 a eu lieu jeudi 2 février sur le thème Vin du Nord/Sud, nous étions 14 participants. La Section œnologie pour 2023 vous permettra d'acquérir les connaissances complémentaires qui mettront en valeur vos préparations culinaires.

Il en reste 2 pour 2023. Généralement ces cours se déroulent le jeudi, salle Marcel PAUL à la Roche au Gô de Limoges. Début des cours à 17 h 30.

Ces cours sont assurés par Monsieur Didier DELAGE, œnologue et se déroulent comme suit :

- Remise, d'un document traitant le thème du jour
- Exposé et explications par l'animateur sur le thème et débat pendant environ 1 h 30
- Dégustation de quelques vins venant en illustration du thème traité avec repérage sur un document de leurs caractéristiques.

**Le coût des 2 heures de cours est de 18 € par personne. (prix variable selon le prix du vin et le nombre de participants).**

**Rappel : Ces cours sont soumis aux règles de cotisations habituelles.**

**Inscription : une semaine avant la date de cours  
auprès du Secrétaire de la section Fred PRECIGOUT,  
Tel : 07 63 23 71 12 – Messagerie : papillon87@orange.fr**

### Païement :

Par chèque à l'ordre de la CMCAS de Limoges le jour du cours.

### Thèmes retenus pour l'année 2023

- Le 16 mars 2023 : Les vins du Sud-Ouest
- Le 11 mai 2023 : Vins insolites

**Un repas en commun a été prévu pour le jeudi 1<sup>er</sup> juin 2023.**

## Sortie moto en Haute-Loire du 27 au 29 mai 2023

Pour ce week-end de Pentecôte, la section moto de la CMCAS vous propose de poser nos valises à l'institution du Monastier en Gazeille en Haute-Loire.

Nous irons à la découverte de la région du Puy en Velay mais également des monts et gorges de l'Ardèche. Tout est compris hormis les différents carburants.



**Date limite d'inscription 28 avril 2023**



OD/AD  
132 €

Extérieurs  
176 €





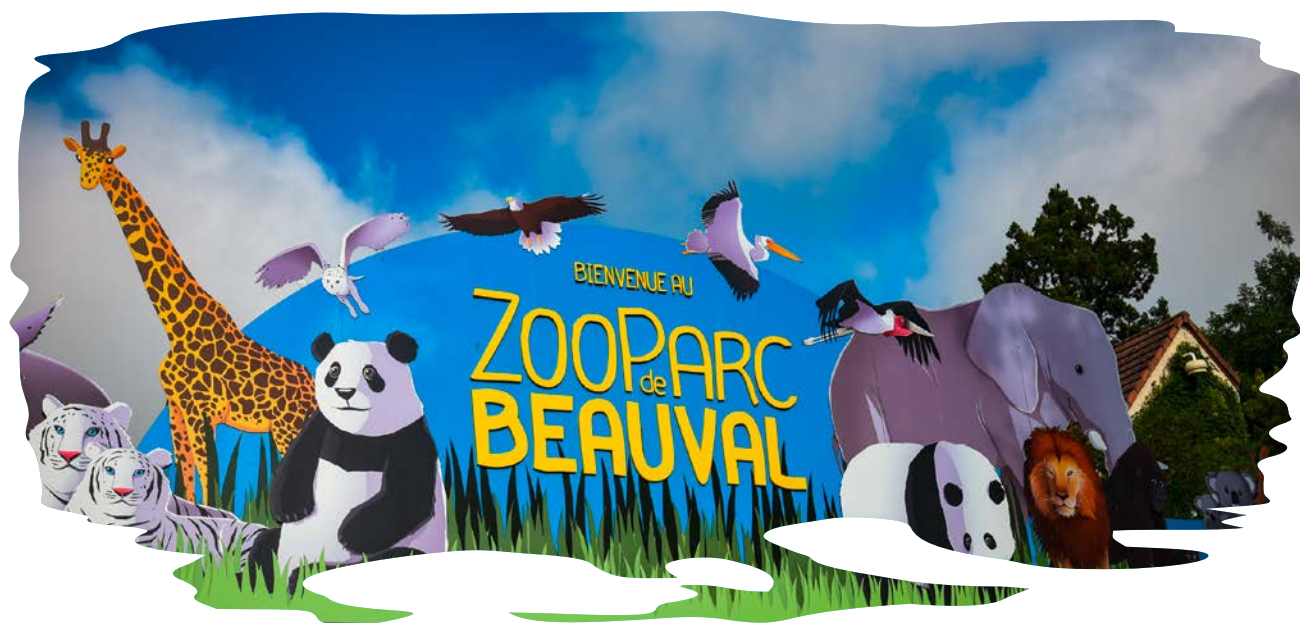
# Sortie

## au ZooParc de Beauval

**Samedi 15 Avril**

**Rendez-vous à la CMCAS**

**à 7h30**



**Venez partager la passion animale au ZooParc de Beauval  
le Samedi 15 avril.**

Elu 4<sup>e</sup> plus beau Zoo du monde, Beauval est un lieu de découverte des animaux les plus fascinants du globe dans lequel chaque visiteur passe un moment inoubliable.

Dans un cadre magnifique et arboré, le parc préserve plus de 35 000 animaux répartis sur une vingtaine de territoires spécifiques.

Au détour des allées et des bassins, vous embarquerez pour un voyage dépaystant à la rencontre de 800 espèces dont certaines sont uniques en France : pandas géants, koalas, diables de Tasmanie, harpies féroces\*, langurs de Douc... Le tarif comprend le transport et le billet d'entrée. Le repas du midi est à la charge des inscrits (possibilité de restauration sur place, et espace pique-nique dans le parc).

**Inscription et paiement jusqu'au**

**31 mars 2023**

**Paiement au comptant lors de votre inscription**

AD  
- 3 ans  
**13 €**

AD  
de 3 à 10 ans  
**34 €**

OD/AD  
+ 11 ans  
**39 €**

Extérieurs  
- 3 ans  
**17 €**

Extérieurs  
de 3 à 10 ans  
**45 €**

Extérieurs  
+ 11 ans  
**52 €**

# Séjour « Les Régions Proposent »

## Les incontournables du Nord au Sud de la Corse du Sud du dimanche 24 septembre au dimanche 1<sup>er</sup> octobre 2023

Du Nord au Sud partez à la découverte de l'île de Beauté.

Au Sud vous succomberez au charme d'Ajaccio, ville pittoresque et berceau natal de Napoléon Bonaparte.

À l'extrême Sud vous tomberez sous le charme de Bonifacio, et de ses falaises calcaires, qualifiée de Capitale pittoresque par l'écrivain Valéry.

Au Nord vous découvrirez Bastia, la cité génoise et son ambiance méditerranéenne à travers ses ruelles et son vieux port.

Dans le Cap Corse vous voyagerez au cœur d'une région préservée. Préparez-vous à un voyage unique qui ne vous laissera pas indifférent !

### Hébergement en pension complète :

CENTRE DE VACANCES CCAS MARINCA PORTICCIO  
20166 PORTICCIO

### 24 septembre :

Départ de la CMCAS à 1 h du matin en bus

Aéroport de Bordeaux : 6 h – aéroport Ajaccio 7 h 30

### 1<sup>er</sup> octobre :

Aéroport Ajaccio 11 h 20 – Aéroport de Bordeaux : 13 h

Retour à la CMCAS en bus à 17 h

Les annulations après l'inscription, sans présentation d'un justificatif, entraînent le règlement de la totalité du séjour. Les justificatifs acceptés sont les suivants : certificat d'hospitalisation, certificat de décès, destruction des locaux professionnels et/ou privés. Merci de nous communiquer le téléphone d'un tiers lors de votre inscription.

**Inscription avant le vendredi 25 août 2023**

OD/AD  
Adulte  
845 €

Extérieurs  
990 €





# ZOOM sur...

nouveau

## Le livret d'accueil numérique



En un clic,  
retrouvez toutes  
les infos utiles  
à votre séjour  
sur votre Village  
vacances  
et ses environs.



Retrouvez les différents livrets d'accueil numériques sur <https://vu.fr/0D2U>

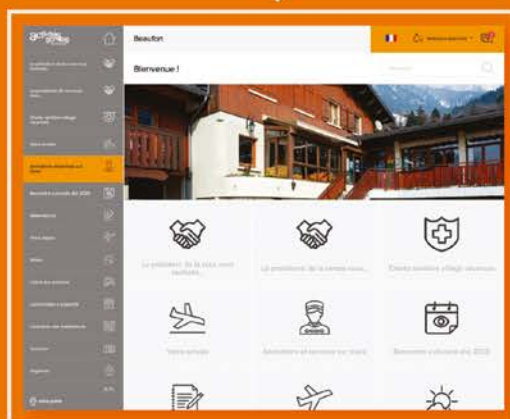


## Tout savoir sur l'actualité de votre Village vacances CCAS

Finis lutins, brochures, classeurs... Les Activités Sociales ont fait le choix du livret d'accueil numérique dans les Villages vacances CCAS depuis l'été dernier. Cette démarche s'inscrit dans la continuité de l'évolution de l'offre, de la modernisation des outils et de la politique environnementale qui est menée par les Activités Sociales.

Le livret d'accueil numérique de votre lieu de séjour vous sera transmis 5 jours avant votre arrivée sur votre adresse électronique renseignée dans votre espace Activ. Il est également consultable sur le site [ccas.fr](https://ccas.fr) dans la fiche des Villages vacances CCAS.

Besoin d'infos pour préparer vos vacances ?  
Allez consulter le livret d'accueil numérique



## vacances & séjours adultes et familles

réservez  
votre séjour \* >

\* en tenant compte des disponibilités



## NOUVEAUTÉ sur [ccas.fr](https://ccas.fr)...

trouvez  
votre Village  
vacances >



Trouvez votre  
villages vacances  
en cliquant sur la carte



# Partenariats & Tarifs préférentiels 2023

**Commandez vos places de spectacles, cinémas, piscines, et autres auprès de La CMCAS de LIMOGES.**



Musée de la résistance  
Musée des beaux-arts  
Service ville d'art et d'histoire



**Retrouvez toutes  
les offres de la CCAS**

**Pour connaître les modalités de ces partenariats,  
veuillez contacter la CMCAS au 05 55 48 44 48  
En complément, vous trouverez les informations sur le site de la CMCAS**

 [limoges.cmcas.com](http://limoges.cmcas.com)



# Précommandez vos places à tarifs préférentiels

avant le 30 juin 2023



## Réouverture le 9 avril 2023

Passez une journée inoubliable en famille dans un parc d'attractions fun et conçu pour les enfants et les adultes! Manèges et attractions à volonté (hors karting). Billets valables pour 2 saisons à partir de la date d'achat.

**Adultes et enfants à partir de 3 ans.**



20 pistes de bowling, 14 billards, des flippers et jeux d'arcade, un bar-brasserie. Le **Bowling Club Limousin** est l'espace idéal pour passer une après-midi de détente et des soirées festives en famille ou entre amis. Vérifier périodes et horaires sur le site (tarif CMCAS intéressant sur les périodes « bleu » et « rouge »)



Chez **The Jump Limoges** nous vous proposons de vous amuser tout en faisant du sport! Venez bondir sur nos trampolines, sauter dans un grand bac à mousse ou encore vous laisser tomber dans un big air! Vous pourrez aussi vous affronter dans un grand laser game, ou encore vous creuser la tête dans un escape game! The Jump Limoges, du fun pour tous! C'est ouvert à tous, dès l'âge de 7 ans.

**25 % de réduction achat billets sans date de limite ni nombre.**



## CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER

Les bienfaits de la Cryothérapie corps entier: agit sur la récupération musculaire, sur l'état de forme psychologique et physique ainsi que sur la santé (accompagnement des pathologies comme les tendinites, les lombalgies, l'arthrose, la polyarthrite, la spondylarthrite... toutes les pathologies à douleurs chroniques ou inflammatoires)

## LA CRYOLIPOLYSE

Les effets de la Cryolipolyse: amincissement d'une zone ciblée de manière naturelle et non invasive. Élimination des cellules graisseuses et pertes de 30 à 40 % de l'amas graisseux traité en une seule séance, résultat définitif en 6 semaines.

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_ de l'agent

NOM	Prix	Quantité	Total
PARC BELLEVUE	10 €		€
BOWLING CLUB LIMOUSIN	7 €		€
THE JUMP	9 €		€
CRYOTERA - CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER	25 €		
CRYOTERA - LA CRYOLIPOLYSE	150 €/séance		
TOTAL TTC			€

« Tarifs soumis à un minimum de commandes réalisées par l'ensemble des agents avant le 30 juin 2023 »



# Les randonnées

Dates	Communes	Nom du circuit	Longueur (km)	Dénivelé	RDV et départ sur place à 14 h sur les lieux ci-dessous
13/03/2023	ISLE	Le Génétie	9		Parking CCAS le Génétie
20/03/2023	FEYTIAT	Etang de Chatenet	8	145 m	Parking de l'Église
27/03/2023	BERSAC-SUR-RIVALIER	Beubiat Le Moulin	10		Carrefour à 1 km après Maillaufargueix
03/04/2023	RANCON	Sentier de La Gartempe	10	115 m	Parking Place de la Lanterne des Morts
11/04/2023	LES CARS - <b>Mardi à 13 h 30</b>	Circuit du dolmen de la Goupillère	10	70 m	Parking de la Mairie
17/04/2023	SAINT-BRICE-SUR-VIENNE	Circuit Bois et Villages	10	72 m	Parking du Stade de Chambéry
24/04/2023	NEXON	Sentier des Étangs et promenade des Pêcheurs	10	46 m	Parking Étang de La Lande
<b>Mardi</b> 2/05/2023	LE PALAIS-SUR-VIENNE	Sentier du Ruisseau	10		Parking Carrefour Contact, av. J. Giraudoux
<b>Mardi</b> 09/05/2023	SAINT-LÉONARD-DE-NOBLAT	Le Prieuré de l'Artige	8	135 m	Parking route des Mineurs
15/05/2023	BLOND	Sentier des Cîmes	9	110 m	Parking Centre Equestre La Bachellerie
22/05/2023	BURGNAC	Circuit des Landes	9	48 m	Parking Eglise
<b>Mardi</b> 30/05/2023	SAINT-JOUVENT	Sentier de la Forêt	9	90 m	Parking Salle Polyvalente
05/06/2023	CIEUX	Circuit des Mégalithes	10		Parking Ceitunrat D9
12/06/2023	MONTROL-SÉNARD	Ducs et Moines de Mortemart	9	150 m	Place de l'Eglise
19/06/2023	PEYRILHAC	Circuit des Étangs	9		Parking de la Mairie
26/06/2023	SAINT-LÉONARD-DE-NOBLAT	Entre Vienne et Tard	10	102 m	Parking de la Mairie



# Festival d'Énergie de Soulac

## 27 au 28 mai 2023

« Fiers de notre passé, auteurs de notre avenir » sera le fil rouge de l'édition 2023 du Festival d'Énergies.

Les 27 et 28 mai, deux jours intenses de concerts, de débats et de rencontres pour permettre aux jeunes agents des Industries électriques et gazières de se retrouver, de faire la fête et de découvrir leurs Activités Sociales.

**Un bus le 27 Mai au départ de la CMCAS de LIMOGES (Feytiat) à 7 h**  
**Retour le 28 Mai à la CMCAS de LIMOGES à 21 h**  
**pour les bénéficiaires qui le souhaitent**

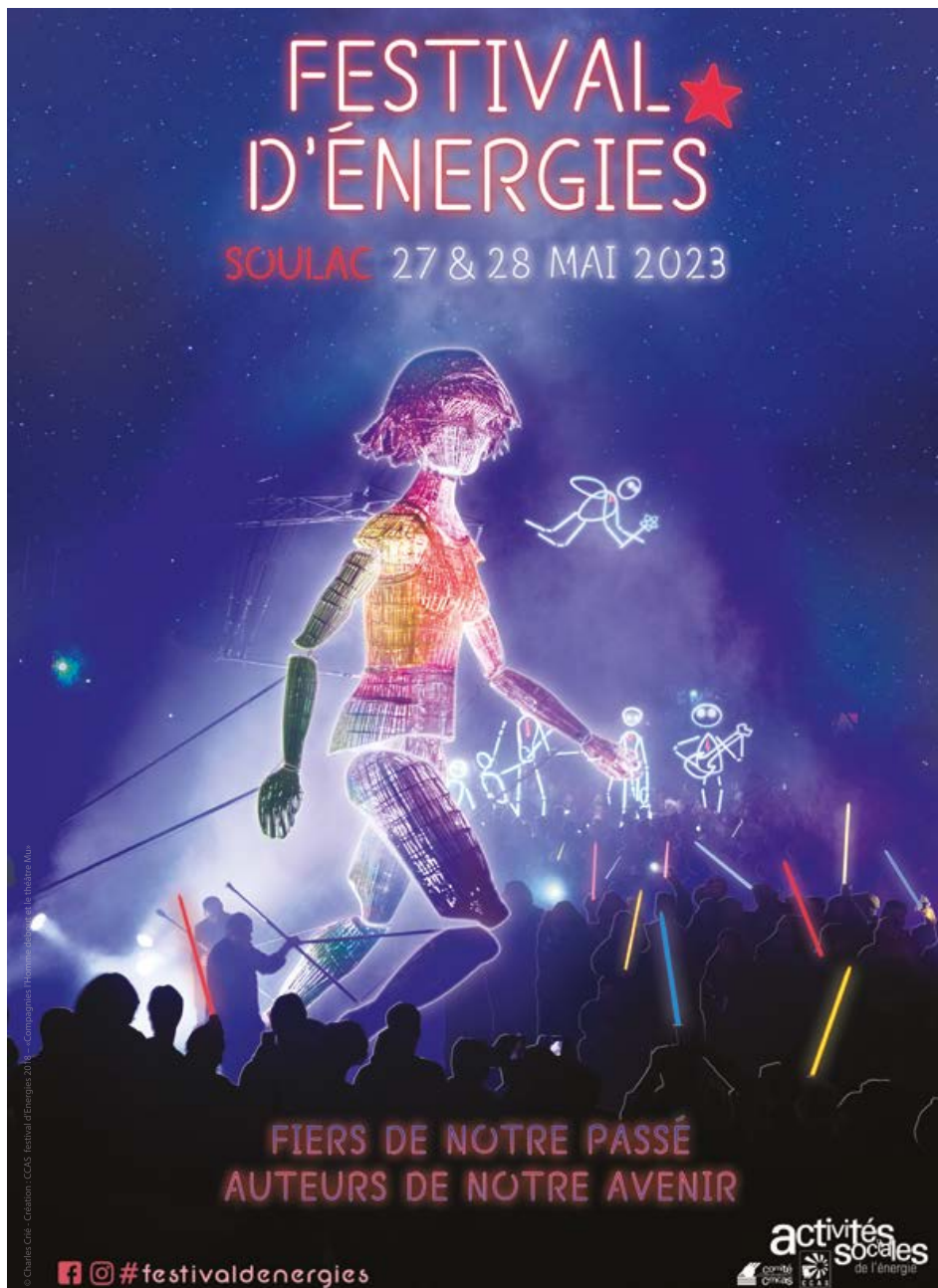
Sur place pour l'hébergement, pensez à prendre votre matériel (toile de tente et duvet) emplacements prévus. La programmation est encore une fois très dense, en avant goût voici les « tête » d'affiche  
Voir la liste sur l'affiche

### Inscription et paiement jusqu'au 20 avril 2023

**Conditions pour inscription :**

Bulletin d'inscription à retourner avec votre règlement et la charte signée par participant.

Intérimaire : justificatif de contrat



# Bulletin d'inscription Festival d'Énergies



## Bulletin d'inscriptions

A retourner avec votre règlement  
et la charte signée\* à votre CMCAS  
avant le 20 avril 2023

	Nom et prénom	Date de naissance	Coef > 7500 & intérimaire	Coef ** ≤ à 7500	Total
Agent (ouvrant-droit)			40 €	35 €	
Conjoint (ayant-droit)			40 €	35 €	
Enfant de + de 15 ans (ayant-droit)			40 €	35 €	
Enfant de + de 15 ans (ayant-droit)			40 €	35 €	
Enfant de + de 15 ans (ayant-droit)			40 €	35 €	
Enfant de - de 15 ans (ayant-droit)			Gratuit	Gratuit	
Enfant de - de 15 ans (ayant-droit)			Gratuit	Gratuit	
Enfant de - de 15 ans (ayant-droit)			Gratuit	Gratuit	
Un invité par ouvrant-droit			75 €	75 €	
Vous avez la possibilité de faire un don à l'association «SOS Méditerranée»			2 €		
			<b>Total</b>		

### Mode de transport :

La CCAS met en place un transport au départ des CMCAS, dans le prix des bracelets vous bénéficiez du transport pour accéder à Soulac et l'accès au Festival.

- Véhicule Personnel (pensez au covoiturage !)       Moto  
 Bus

Choisissez votre lieu de départ\*\*\* :

- Aurillac       Brioude       Brive la Gaillarde       Clermont-Ferrand  
 Guéret       Issoire       Feytiat       Brives-Charensac  
 Montluçon       Fromenteau       Tulle       Vichy

- J'autorise les Activités Sociales de l'Énergie (CCAS et CMCAS) à publier les photographies sur lesquelles j'apparais ainsi que mes ayants-droits et mon invité sur tous les supports de diffusion relatifs aux Activités Sociales de l'Énergie : édition papier, réseaux sociaux ou multimédia pour une période de 5 ans.

**Profitez-en !!! Vivez le festival à fond privilégiez le bus !**

**Les horaires vous seront communiqués ultérieurement par mail ou par courrier**

### Hébergement :

Sous toile, emplacements prévus.  
Pensez à prendre votre matériel (toile de tente et duvet)

### Inscriptions ouvertes

\*Charte signée par tous les participants du bulletin  
\*\*Pour connaître votre coef rendez-vous sur CCAS.FR  
\*\*\*lieu de départ = lieu de retour. un seul lieu par bulletin

FESTIVAL  
D'ÉNERGIES  
SOULAC 27 & 28 MAI 2023





# Bulletin d'inscription à renvoyer à la CMCAS

## Soirée limousine le 31 mars 2023

**Tarifs : OD/AD +12 ans : 20 € – Gratuit -12 ans – Extérieur : 30 €**

Nom-Prénom : ..... = €  
Nom-Prénom : ..... = €  
Nom-Prénom : ..... = €  
TOTAL : €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 27 mars 2023



## After Work 24 mars 2023

**Tarifs : OD/AD +12 ans : 15 € – Gratuit -12 ans – Extérieur : 23 €**

Nom-Prénom : ..... = €  
Nom-Prénom : ..... = €  
Nom-Prénom : ..... = €  
TOTAL : €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 23 mars 2023



## Inscription au concours de pétanque du 6 mai 2023

Nom-Prénom : .....  
Nom-Prénom : .....  
Nom-Prénom : .....

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 19 avril 2023



## Bulletin d'inscription pour la sortie au ZooParc Beauval le 15 avril

**Tarifs : AD -3 ans : 13 € – AD de 3 à 10 ans : 34 € – OD/AD +11 ans : 39 € – Extérieur -3 ans : 17 €  
Extérieur de 3 à 10 ans : 45 Extérieur +11 ans : 52**

AD : Nom-Prénom : ..... AD : Nom-Prénom : .....  
OD : Nom-Prénom : ..... OD : Nom-Prénom : .....  
Extérieurs : Nom-Prénom : ..... Extérieurs : Nom-Prénom : .....  
Total : ..... €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 31 mars 2023

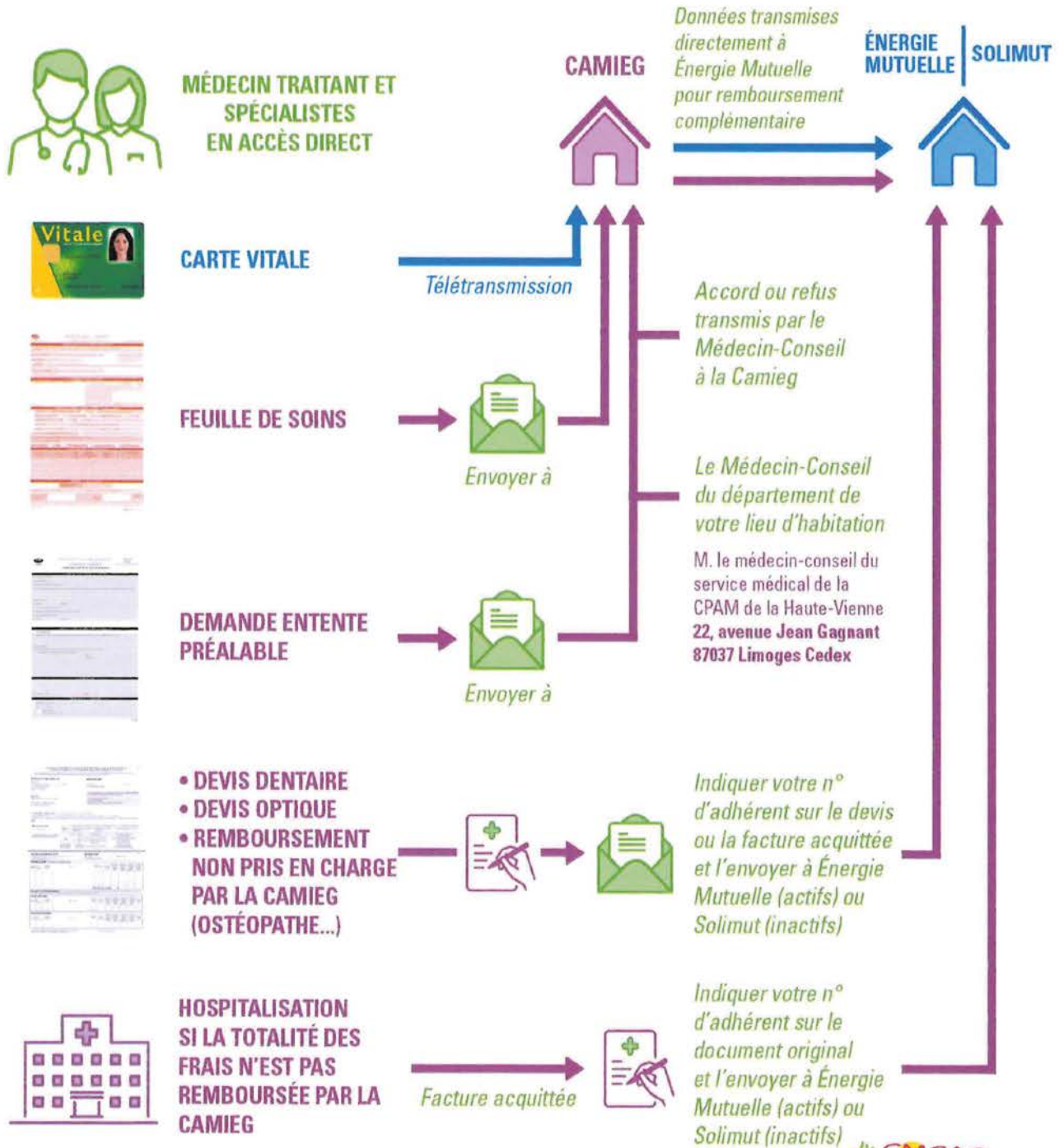


## Mercredi récréatif Nature le 10 mai 2023

Nom-Prénom : .....  
Nom-Prénom : .....  
Nom-Prénom : .....

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 3 mai 2023

# LE CIRCUIT DE VOS FEUILLES DE SOINS



**INFORMATIONS**



**CAMIEG**  
92011 NANTERRE CEDEX  
☎ 08 06 06 93 33



**Energie Mutuelle**  
47 rue Godot de Mauroy 75009 PARIS  
**CSM (Actifs)**  
☎ 09 69 32 46 46



**Solimut Mutuelle de France**  
06709 ST-LAURENT DES VAR CEDEX  
**CSM (Retraités)**  
☎ 08 00 00 50 45



# Bulletin d'inscription à renvoyer à la CMCAS

## Sortie moto en Haute-Loire du 27 au 29 mai 2023

**Tarifs : OD/AD : 132 € – Extérieur : 176 €**

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

**TOTAL :** €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 28 avril 2023



## Chorale Mélodia le Vendredi 9 Juin 2023

**(Tarifs : à volonté au chapeau)**

Nom-Prénom : .....

Nom-Prénom : .....

Nom-Prénom : .....

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 2 juin 2023



## Lake Wakepark au Lac de Saint-Pardoux le 23 juin 2023

**Tarifs : OD/AD +18 ans : 22 € – AD -18 ans : 20 € – Extérieur : 33 €. Les tarifs comprennent l'activité et le repas**

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

**TOTAL :** €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 16 juin 2023



## Excursion les Marais Poitevin le 1<sup>er</sup> juillet 2023

**Tarifs : OD/AD +12 ans : 60 € – AD -12 ans : 30 € – Invité : 80 €**

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

**TOTAL :** €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le 5 mai 2023



## Région propose la Corse du Nord au Sud du 24 septembre au 1<sup>er</sup> octobre 2023

**Tarifs : OD/AD : 845 € – Extérieur : 990 € – Paiement en trois fois avec les échéance suivante : le 5/06 : 300 € – Le 5/07 : 300 € – le 5 /09 : 243 €**

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

Nom-Prénom : ..... = €

**TOTAL :** €

Inscriptions auprès de la CMCAS avant le vendredi 5 août 2023



# Points d'accueil de proximité

## Vous avez des questions sur :

- ✓ Les vacances ✓ Les vacances jeunes ✓ Les activités ponctuelles
- ✓ Les informations de base des assurances ✓ Vos changements de situation ✓ Les activités sportives
- ✓ Les activités culturelles ✓ Les aides à la personne ✓ etc.

## Un professionnel de la CMCAS sera présent pour vous répondre

**Calendriers des points d'accueil** (ouvert à tous les bénéficiaires)

### Permanences Promotion Conseil de la CMCAS de Limoges

**Accueil CMCAS à Feytiat du Lundi au vendredi 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30**

LIEU	PÉRIODICITÉ	FRÉQUENCE	HORAIRE	DATES
Agence de Bellac	Mensuelle	1 <sup>er</sup> Mardi	8 h à 9 h 30	- 07/03/23 - 04/04/23 - 02/05/23 - 06/06/23
Plateau du Roussillon	Bimensuelle	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>e</sup> Mardi	14 h à 16 h	- 07/03/23 et 21/03/23 - 04/04/23 et 18/04/23 - 02/05/23 et 16/05/23 - 06/06/23 et 20/06/23
Agence de Saint-Junien	Mensuelle	2 <sup>e</sup> Mardi	8 h à 9 h 30	- 14/03/23 - 11/04/23 - 09/05/23 - 13/06/23
Agence de Saint-Yrieix	Mensuelle	3 <sup>e</sup> Mardi	8 h à 9 h 30	- 21/03/2023 - 18/04/23 - 16/05/23 - 20/06/23
UPC Centre Ester Technopole	Bimensuelle	1 <sup>er</sup> Lundi	Lundi de 13 h 30 à 15 h 30	- 03/04/23 - 05/06/23
		3 <sup>e</sup> ou 4 <sup>e</sup> mardi	Mardi de 8 h 30 à 10 h 30	- 28/03/23 - 25/04/23 - 23/05/23 - 27/06/23
ENEDIS ESTER 8 rue Théophile Gramme Limoges	Bimensuelle	2 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> Jeudi	14 h à 16 h	- 09/03/23 et 23/03/23 - 13/04/23 et 27/04/23 - 11/05/23 et 25/05/23 - 08/06/23 et 22/06/23
GRDF ESTER 3 rue Théophile Gramme – Limoges	Bimensuelle	2 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> Jeudi	16 h à 17 h	- 09/03/23 et 23/03/23 - 13/04/23 et 27/04/23 - 11/05/23 et 25/05/23 - 08/06/23 et 22/06/23
Exploitation Électricité Limoges Les Vergnes de Crochat Limoges	Mensuelle		7 h 45 à 9 h 30	- 30/03/23 - 20/04/23 - 25/05/23 - 22/06/23
Atelier EDF Ambazac	4 fois par an	Février – Juin Septembre – Novembre	Lundi 8 h	Contactez votre CMCAS
PEYRAT-LE-CHÂTEAU Usine Le Mazet	4 fois par an	Février – Juin Septembre – Novembre	Jeudi 15 h 30 17 h	Contactez votre CMCAS
Agence de CHÂTEAUNEUF	4 fois par an	Février – Juin Septembre – Novembre	Jeudi de 11 h à 12 h et de 13 h à 15 h	Contactez votre CMCAS
Régie de ST-LÉONARD-DE-NOBLAT	4 fois par an	Février – Juin Septembre – Novembre	Jeudi de 8 h à 10 h	Contactez votre CMCAS

**Compte tenu du contexte sanitaire, avant tous déplacements sur les points de proximité, veuillez appeler la CMCAS au 05 55 48 44 48.**

