

LA FLAMME

Le Mag de l'AVRELCA



*Vous avez dit
"RETRAITE"*

?



N° 154
Janvier 2023

Billet pastoral



« Vieillissant, il fructifie encore » Ps 91, 15

Ce verset du psaume 91 vient nous rejoindre dans la situation qui est désormais la nôtre, celle de personnes en retraite professionnelle. Malgré cette situation commune, sans doute, avons-nous, en fait, beaucoup de diversités. En effet,

- Qu'y-a-t-il de comparable entre le retraité de 65 ans, en bonne santé, qui voit arriver de belles années, ouvertes à de multiples possibles et le retraité, retenu à la maison parce que les années se sont accumulées et qu'avec elles, sont arrivés les problèmes de santé, voire de dépendance ?
 - Entre ces deux extrêmes, nous sommes nombreux – j'espère – à qui la santé permet des activités multiples :
 - * Certains vont s'adonner à des centres d'intérêt, des passions que la vie active ne permettait pas d'honorer.
 - * D'autres vont se découvrir des talents laissés en sommeil et qui vont pouvoir se développer.
 - * Tous répondent avec bonheur aux sollicitations qui viennent des enfants, petits enfants.
 - * L'implication dans la vie associative, ecclésiale fait aussi partie de l'agenda de beaucoup.
- Si, parfois, nous laissons entendre que nous sommes débordés, reconnaissons, avec humour, « qu'un rien nous occupe. ».

J'imagine que, pour beaucoup, nous avons vu venir, avec bonheur, l'âge de la retraite, pour de multiples raisons : la fatigue, les contraintes du travail, l'évolution des rapports avec les élèves, avec leurs parents, les lourdeurs administratives, les évolutions pédagogiques permanentes. Etc. Même si ces évolutions constantes, ces adaptations nécessaires sont stimulantes et font partie de tout cursus professionnel, elles deviennent difficiles à vivre.

Reconnaissons cependant que cette arrivée à la retraite – même si elle était attendue, préparée et parfois, bien occupée – peut engendrer des déséquilibres lourds. Il existe des professions "totalisantes" qui laissent peu de place à des à-côtés. Nous nous identifions parfois à notre travail si bien qu'à

son arrêt, nous avons le sentiment de perdre notre identité. Nous comprenons mieux le mal-être des personnes au chômage. Au-delà des problèmes économiques qu'elles connaissent, s'y ajoute cette perte d'identité, de reconnaissance sociale.

Et pourtant, même si nous étions réduits à l'inactivité choisie ou subie, nos vies seraient-elles infécondes parce qu'inefficaces, improductives ? L'air ambiant pourrait nous le laisser croire quand nous voyons la difficulté à trouver du travail après 55 ans ou encore le nombre de personnes prises en charge bien avant l'âge légal de la retraite. Toutefois, sous de multiples aspects, les personnes âgées sont de la plus grande utilité sociale.

- Disponibles pour l'accueil, l'écoute, la confiance. Quelle bonne nouvelle dans un monde toujours pressé !
- Témoins de la fidélité, de l'engagement dans la durée. Quelle bonne nouvelle dans un monde où tant de familles connaissent l'épreuve de la séparation !
- Garants des liens familiaux. Quelle bonne nouvelle aujourd'hui avec la dispersion, la mobilité que vivent de nombreuses familles !
- Témoins de l'implication dans de nombreuses associations pour un vivre ensemble de qualité. Bonne nouvelle dans un contexte de plus en plus individualisé.
- Témoins de leur foi qui a connu bien des évolutions. Quelle bonne nouvelle dans un monde où tant de gens, tant de jeunes en particulier, sont en quête d'un sens à donner à leur vie, en quête d'intériorité ! Etc.

« Vieillissant, il fructifie encore. » Les paroles du psaume conservent toute leur pertinence. Si, à certains jours, nous pouvons penser que nous sommes une charge pour notre environnement, osons croire que nous sommes à notre place et que nous sommes les seuls à pouvoir tenir le rôle qui est désormais le nôtre.

Me viennent en mémoire les paroles d'un chant que nous prenons parfois aux sépultures :

*Il restera de toi ce que tu as donné,
Ce que tu as semé, en d'autres germes,
en d'autres, fleurira.*

Marcel BIDAUD



Sommaire n° 154

Annonces de la Journée Ressourcement et de la Journée d'Amitié	4
Retours sur notre Assemblée Générale et sur notre "Semaine de l'Amitié"	5-7
Nos amis disparus	13
"Sur le Nil"	14-15
"Jouons avec les mots"	16
"La légende de la sauge" (conte)	17
Rencontre avec notre directeur diocésain	18
"Vous avez dit RETRAITE ?"	19-21
Conseils	22-24
Témoignages	25
Courrier des lecteurs	26-27
Voyages 2022 et 2023	28
"Couleurs d'automne"	

Sur votre agenda 2023

Jeudi 9 mars
Journée Ressourcement à la Maison du Diocèse

Jeudi 11 mai
Journée d'Amitié à Mouilleron-en-Pareds

Du 30 mai au 6 juin
Voyage en Croatie (une semaine)

Fin 2023
Voyage au Vietnam-Cambodge

« Re-traiter sa vie »...

« Quand pars-tu à la retraite ? » Phrase souvent posée quand votre interlocuteur connaît à peu près votre âge ! Ou alors, « Ah bon ? Tu prends déjà ta retraite ? » Et là déjà, on entrevoit comment on aborde cette nouvelle vie !

Bien que nous soyons déjà tous, par définition, retraités et que la période de changement est derrière nous, nous avons choisi de traiter ce sujet de la **retraite « vue de l'intérieur »**.

Mais, pour commencer, la première partie de ce nouveau numéro fait le tour des activités liées à la rentrée... Présentation des **journées ressourcement** le jeudi 9 mars à la Maison du Diocèse et **journée d'amitié** le jeudi 11 mai à Mouilleron-en-Pareds.

Notre **Assemblée Générale** a réuni une petite centaine d'adhérents (compte-rendu en pages 6 et 7). Puis les pages suivantes se font l'écho des rencontres par secteurs de ce que nous appelons, maintenant, la **semaine de l'amitié**... Franc succès encore une fois !

Nous avons eu l'occasion de rencontrer, officiellement, deux fois le nouveau **Directeur Diocésain, M. Stéphane NOUVEL** : en fin de matinée de l'AG et trois semaines auparavant, le 19 octobre, lors d'un entretien qu'il nous avait accordé, à nous les trois coprésidents.

18 octobre, **soirée des nouveaux retraités**. 27 ont répondu à l'invitation sur 67 ! Faible pourcentage qui interroge.

Pour revenir au sujet traité en seconde partie de notre revue, un mot d'explication tout d'abord sur la couverture :

Que fait ce tabouret au milieu de ces photos ?

Lorsque j'ai pris ma retraite, le service de Retraite de la DDEC avait organisé une "formation" de préparation à la retraite, formation assurée par la Caisse de Retraite Complémentaire. L'un des intervenants avait comparé notre nouvelle vie à un **tabouret à trois pieds**, ces trois pieds représentant **le physique, l'intellectuel et le social**. Pour rester assis sur un tabouret à trois pieds, ceux-ci doivent être d'égale longueur. Sinon, le tabouret se casse la figure... et nous avec !

Même chose pour notre nouvelle vie, **si l'une des composantes prend trop de place par rapport aux autres... ou pire encore, si l'une est absente, le manque d'équilibre peut engendrer des soucis pour l'avenir !**

Pour étoffer ce propos, il peut être judicieux de lire les conseils prodigués par **Espace Entour'âge, un notaire et un médecin**... Il n'est jamais trop tard, même si nous sommes en retraite depuis un certain temps !

Beaucoup, parmi vous, sont engagés : Bibliothèques... Secours Catholique... Banque alimentaire... Associations sportives... Nous avons choisi de demander des témoignages à quelques **adhérents qui ont un engagement sortant de l'ordinaire**. Vous pourrez les lire pages 22 à 24. Nous vous redisons tous nos vœux de bonheur et de santé pour 2023.

« Vous avez dit "Retraite" ? »

Jean-Maurice CALLEAU chargé de coordination de la Flamme 154



ÉDITO

Directeur de la publication : Jean-Maurice CALLEAU
Siège social de l'AVRELCA (Association Vendéenne des Retraités de l'Enseignement Libre Catholique) :
l'Aubépine B.P. 59 Route de Mouilleron 85202 La Roche-sur-Yon (www.avrelca.fr)

Journée Ressourcement AVRELCa

Jeudi 9 mars à La Maison du Diocèse à La Roche-sur-Yon

Journée axée sur le thème : Rapport, sens et valeur du **TRAVAIL**.
Équilibre, choix entre vie professionnelle et mode de vie.



Nous avons invité M. **Jean MINIAC** :



- Pourquoi s'interroger sur la vie active professionnelle alors que nous sommes à la retraite ?
- Pourquoi les générations qui nous suivent n'hésitent-elles pas à changer de métier et de mode de vie ?
- Quelles valeurs, quelles places donnions-nous avant et attribuons-nous maintenant à la vie personnelle et à la vie professionnelle ?



- ancien responsable du Crifac, structure œuvrant pour la formation professionnelle
- président de Solidarités Nouvelles et de Nov'ita Territoire zéro chômeur, associations qui aident et accompagnent les personnes en recherche d'emploi.

Grâce à son expérience et à ses compétences, M. Jean MINIAC éclairera notre réflexion et notre compréhension sur le thème de notre journée.

Nous solliciterons aussi quelques **témoignages** de personnes ayant effectué des virages et changements importants au cours de leur carrière professionnelle.

En conclusion, nous réfléchirons à partir de trois pistes : - Comprendre ces mutations pour mieux accompagner et aider - La fécondité de notre vie de retraité - Le sens de nos activités et de nos engagements.

Marie-Thérèse BITEAU, responsable de la commission Ressourcement

Formulaire d'inscription joint à ce bulletin

INFO

Prochain **colloque** de l'ICES lundi 20 et mardi 21 mars.

"**Définir l'Homme**"... Thème qui semble tout à fait intéressant en ce temps d'interrogation "genrée" !

Entrée gratuite. *Brochure et programme sur le [site de l'AVRELCa](http://site.de.l'AVRELCa)*



JOURNÉE d'AMITIÉ du JEUDI 11 MAI 2023

à Mouilleron-en-Pareds

Déjà quelques informations sur le programme de cette journée :

- Visite du Donjon et jardin médiéval de Bazoges en Pareds
- Visite du musée des Sciences à Réaumur
- Visite des musées nationaux Clémenceau et De Lattre à Mouilleron-en-Pareds
- Promenade sur le Sentier des Meuniers (colline des Moulins)
- et bien-sûr Jeux de cartes dans la salle

Les compléments d'information vous seront communiqués en temps voulu et en fonction des inscriptions aux visites (cf *formulaire d'inscription joint à ce bulletin*) par la lettre "infos" en avril (déroulement de la journée, horaires...). Consultez aussi le site de l'AVRELCa.



Le Conseil d'Administration



PHOTO 24/11/22

Jean-Maurice CALLEAU	Dominique TENAILLEAU	Gabriel GILBERT	Marcel BIDAUD	Yves PERROCHEAU	Jean-Marie DIGUET	Brigitte CHARDONNEAU
Alain MILCENT	Mireille MARMION	Marie-Thérèse BITEAU	Jean-Marie POGU	Colette ODÉON	Jean-Marie BLUTEAU	
	Brigitte ROBIN	Jean-Jacques DUBÉ	Patrick MOREAU			

Manquent : Marc BITEAU et Brigitte GUITTONNEAU - Jean-Marie DIGUET intervient au niveau de la Communication

Assemblée générale du 8 novembre 2022



Le temps pluvieux de ce mardi 8 novembre n'a pas retardé les 95 adhérents présents pour assister à notre Assemblée Générale annuelle au restaurant "La Forêt" d'Aizenay.

Les membres du Conseil d'Administration ont accueilli les participants : pointage, réception des "Bons pour pouvoir", distribution des bulletins de vote et des tickets repas. Et, pendant ce temps, les trois coprésidents ont reçu ces mêmes adhérents autour du café-brioche. Nous avons compté 183 membres présents ou représentés ; l'AG pouvait donc se tenir valablement.

Et notre AG s'est déroulée comme prévu à partir de 9h 45 (nous pardonnerons ce petit quart-d'heure... AVRELCais).



Après le mot d'accueil des coprésidents, et le **temps de réflexion** proposé par Marcel, Marie-Thérèse, Jean-Maurice et Jean-Marie ont présenté respectivement les **rapports moral, d'orientation et financier**. Mireille, notre secrétaire responsable du fichier des adhérents nous a, ensuite, proposé des tableaux montrant la **répartition des adhérents 2021/2022** : nous étions exactement 399.



Quelques remarques intéressantes issues de cette présentation :

- 187 adhérents sont issus de 1^{er} degré et 143 du 2nd degré.
- Les personnels OGEC sont peu représentés : seulement 10 adhérents, ce qui nous renvoie à la question « *Comment rejoindre ces personnels et comment les intéresser à nos activités ?* ».
- La tranche d'âge la plus représentée est celle des 70 à 74 ans avec 114 adhérents.
- Quant aux nouveaux retraités de septembre 2021, seuls 6 sur 88 nous ont adressé leur fiche d'adhésion ; et cela nous renvoie à une autre question « *Comment rejoindre ces personnes qui n'ont pas adhéré la première année de leur retraite ?* ».

Le rapport moral, le rapport d'orientation et le rapport financier ont été approuvés à l'unanimité. Les 7 candidats au CA, Marc Biteau, Jean-Marie Bluteau, Gabriel Gilbert, Brigitte Guittonneau, Alain Milcent, Colette Odéon (qui constituaient le 1/3 sortant) et Brigitte Robin (nouvelle candidate) ont été élus largement. D'autres personnes ont, aussi, obtenu des voix ; aucune d'entre-elles ne souhaite, pour l'instant, rejoindre le CA.

Un **échange** entre les coprésidents et les membres présents s'est institué, et a été riche en propositions qui seront examinées en CA, en particulier les propositions relatives aux adhésions des personnels OGEC et des retraités qui n'ont pas adhéré la première année et qui sont "sortis de nos radars".

Et, à 11h 30, **monsieur Stéphane NOUVEL**, que nous avons chaleureusement remercié pour sa présence, a pris la parole (*Il avait déjà accordé un entretien aux coprésidents le 19 octobre - voir page 18-*).

Voici quelques mots extraits de son exposé :

Vous, les retraités, vous êtes importants car vous faites partie de l'histoire de l'Enseignement Catholique.

Voici les mots qui m'animent et qui guident ma Mission : Entraide, Bien commun, Humilité, Vivre l'Évangile au quotidien, Transmission.

L'Enseignement Catholique est à l'aube d'un changement ; il doit donner des repères clairs à nos jeunes, les intégrer dans le milieu économique. Il est essentiel de former les jeunes en lien avec les entreprises. Une entreprise a besoin des jeunes, voilà pourquoi je veux me tourner vers elles dans un esprit



de partenariat et en recherchant des mécénats afin d'y trouver une diversification de nos ressources.

Nous allons aussi former nos jeunes avec le regard de l'Évangile ; une parole d'Isaïe s'applique dans notre mission d'éducateurs : « Tu as du prix à nos yeux. »

Un projet éducatif "Horizon 2030" définira les moyens et les outils que nous envisageons afin de répondre à ce défi : Que souhaitons-nous faire dans notre Enseignement Catholique pour répondre aux besoins de la Vendée ?

Après le (long) repas, **l'après-midi a été consacré aux voyages** :

- la présentation du futur voyage en Croatie par Patrick, et les inscriptions.
- la présentation du futur voyage au Vietnam et Cambodge par Jean-Maurice, et les inscriptions.
- un diaporama préparé par Gaby Gilbert, Jean-Marie Bluteau et Francis Bouron sur notre récent voyage au Portugal. Ce diaporama nous a tenus en haleine grâce à la qualité des photos et la pertinence des commentaires ; bravo les artistes !

L'AG s'est achevée aux alentours de 17 heures. À l'année prochaine !

Les coprésidents

Compte de Résultat du 01-09-2021 au 31-08-2022

Charges		Produits	
La Flamme	5 530,55	Cotisations	7 097,00
Aumônerie	522,87	Subvention UDOGEC	500,00
Frais de fonctionnement	1 834,69	Dons	248,48
Fournitures de bureau	30,79		
Assurances	58,86		
Frais de PTT et Internet	149,81		
Services bancaires	99,03		
Frais de C.A.	1 065,60		
Cotisation FNAREC	174,60		
Frais d'obsèques	56,00		
Congrès AREC	200,00		
Total des charges	7 888,11	Total des produits	7 845,48
Excédent de fonctionnement (a)	-42,63		
Activités diverses			
Assemblée Générale	2 473,60	Participations AG	2 400,00
Journée amitié	2 471,76	Participations JA	2 985,00
Journée ressourcement	736,00	Participations JR	1 020,00
Semaine de l'amitié	218,57	Participations SA	226,00
Secteur sud	226,92	Secteur sud	201,00
Total des charges	6 126,85	Total des produits	6 832,00
Excédent (b)	705,15		
Excédent courant (c)=(a)+(b)	662,52		
		Intérêts CMO	127,09
Excédent financier (d)	127,09		
Total des charges	14 014,96	Total des produits	14 804,57
Excédent net (f)=(c)+(d)	789,61		
Total	14 804,57		14 804,57

Nous terminons l'exercice avec un déficit de fonctionnement de 42,63€, plus faible que prévu en raison d'événements favorables :

- baisse du nombre d'adhérents plus faible que prévu
- réduction de 50% de la cotisation à la FNAREC
- report du congrès FNAREC en septembre 2023
- ...

L'équilibre est atteint grâce aux excédents réalisés sur les activités diverses.

Pour 2022-23 nous réaliserons quelques économies en réduisant à trois le nombre de publications de "La Flamme".

Pour 2023-24 nous devons procéder à une augmentation du montant de la cotisation annuelle de deux Euros. Ce montant n'avait pas varié depuis 2018.



Journée d'Amitié secteur sud

À Réaumur, le Manoir des Sciences : Un lieu unique... Soyez curieux.

En ce jeudi 29 septembre de la Saint Michel, par un beau temps automnal, une douzaine d'Avrelcais et avrelcaises a découvert le Manoir des sciences de Réaumur pendant deux heures de visite accompagnée, guidée, commentée et passionnante.

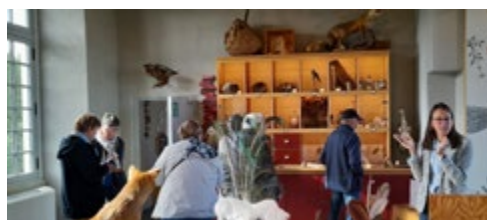
Une aventure au cœur de la science dans le logis acquis par la commune en 1990. Le site ouvre au public en 2002 ; en 2005, la Communauté de communes du Pays de Pouzauges reprend la gestion du lieu et en 2015 avec des travaux de réaménagement intérieur et extérieur...

Qui est RÉAUMUR ?

René, Antoine FERCHAUD DE RÉAUMUR (1683-1757), physicien naturaliste du XVIII^{ème} siècle, se passionne pour plusieurs sujets : botanique, zoologie, chimie, microbiologie, géologie, minéralogie, entomologie, génétique, métallurgie, technologie et mécanique, taxidermie...

Connu pour la réalisation du 1^{er} **thermomètre à données comparables**, ce curieux infatigable partage au sein d'un réseau de correspondants de nombreuses études et découvertes : métallographie, acier industriel, fours à couler, ruches vitrées, importance de la cohabitation de plusieurs espèces...

Dans plusieurs salles très bien aménagées sur deux niveaux sont présentées différentes thématiques avec de nombreux objets. Des activités ludiques et pédagogiques sont adaptées aux groupes de jeunes en classe découverte ; les adultes et les familles peuvent aussi en bénéficier.



Des expositions temporaires sont régulièrement mises en place entre juin et septembre. C'est aussi un lieu d'accueil pour des réunions ou rassemblements. Redessinés et réaménagés entre 2017 et 2020, les jardins du Manoir offrent une pause dans un écrin de verdure et invitent à un moment de détente.



À Pissote, le Domaine COIRIER : "Fiefs vendéens"

Visite de la Cave suivie d'une dégustation

Très bon accueil du propriétaire contacté par Rémi GIRARD, régional de l'étape... Infos sur le lieu : historique puis sur les cépages...



La Vendée coule au pied du vignoble familial de 24 hectares adossé à la forêt de Mervent-Vouvant.

Le sol argilo-siliceux donne aux vins de Pissote leur fraîcheur et la finesse de leurs arômes comme l'a expliqué Mathieu COIRIER lors de la visite des chais où certains vins à fermentation longue sont élevés en fûts de chêne de la forêt voisine.

La présentation des produits

- La gamme "Origine" :
 - * Blanc : assemblage de chenin, chardonnay et melon de Bourgogne.
 - * Rosé : assemblage de gamay, cabernets franc et sauvignon.
 - * Rouge : assemblage de pinot noir, cabernet franc et sauvignon.
- Blanc "la Petite Groie" : blanc de macération qui allie le chenin au chardonnay.
- Rouge "Mélusine" : marie le cabernet sauvignon au pinot noir ; vin "plein de rondeur".
- Moelleux "Mélodie" : ode à la douceur du chenin.
- Crémant "La Tonnelle" : méthode traditionnelle pour notre plaisir.

Depuis 1895, les COIRIER portent le blason viticole de Pissote. La demeure y est centenaire, la glycine y fleurit chaque printemps... La chaleur de l'accueil le dispute à la fraîcheur de ta cave.

Ici on est viticulteur de père en fils.

Les générations passent, les valeurs restent : « *tradition, équilibre, respect des choses de la vie* ».



Les Cafés Albert

Le vendredi 30 septembre, nous nous retrouvons, une quinzaine d'adhérents de l'Avrelca, aux établissements "Cafés Albert" situés près de la 4-voies La Roche/La Chaize.

Dès la porte ouverte, une bonne odeur de café et une dégustation nous donnent envie d'en savoir plus. Notre hôtesse, Martine, nous conte rapidement l'histoire de cette **entreprise née en 1948**. Marcel ALBERT tenait une alimentation à la Roche, place de la Vendée, et vendait son produit phare, du café, qu'il torréfiait lui-même. Pour satisfaire la demande croissante, il décide de construire une usine de torréfaction implantée boulevard des États-Unis. **En 1999, le groupe Tougeron rachète les "Cafés Albert"**. En 2012, l'actuel patron, Mathieu Tougeron, installe une nouvelle usine là où nous sommes en visite... Dans ce bâtiment, de grandes allées facilitent l'accès des véhicules pour le chargement des palettes commandées et préparées pour faire la tournée des distributeurs automatiques, plus de 1200 dans les entreprises, administrations et autres...



Nous apprenons que **le caféier est probablement originaire d'Éthiopie** et sa culture s'est étendue dans les pays tropicaux d'Afrique, d'Asie et plus tard d'Amérique Latine. Dans des bonbonnes de verre nous pouvons voir les différentes couleurs des cerises de café, les grains encore verts et les marrons torréfiés. Dans la salle de torréfaction, les grains de café verts sont acheminés par une vis sans fin dans une sorte de grand silo cylindrique de trois mètres de haut où ils sont chauffés et cuits comme dans un four ménager... Le mélange de cafés de plusieurs origines permet d'obtenir des "assemblages". Chaque mélange a sa signature avec sa saveur et ses parfums : les "arabica" à l'arôme plus doux et fruité et les "robusta" au goût corsé et amer.



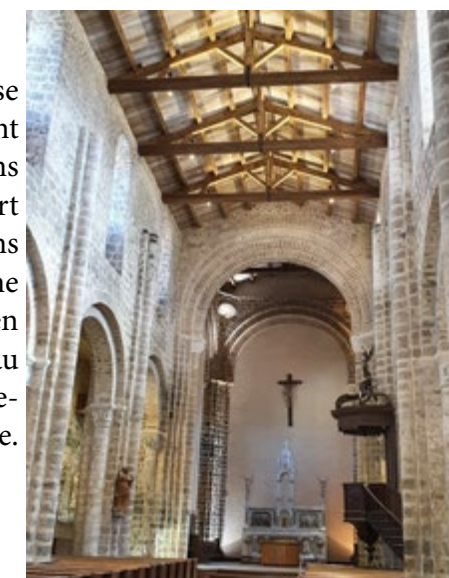
Journée d'Amitié secteur centre

L'église de la Chaize-Le-Vicomte

L'après-midi est consacrée à la visite de la belle église rénovée de La Chaize. C'est notre collègue, Francis Bouron, ancien professeur d'Histoire-Géo, passionné et passionnant, qui va nous guider dans l'histoire du site et sur le terrain. Nous sommes transportés sur les traces des Vicomtes de Thouars et nous pouvons voir les restes des remparts et tours de leur château et les traces des douves qui l'entouraient. Nous sommes plongés dans le Moyen-âge, la Renaissance, la Révolution, les guerres et l'histoire récente.

Après avoir édifié son château et sa chapelle, le vicomte Aimery IV, de retour de la bataille d'Hastings, 1066, décide de financer la construction d'une église pour le monastère qui sera construit dans les jardins de l'actuel presbytère. La construction débute en 1080 et l'église est consacrée en 1099. Elle va traverser les siècles. Minée par le temps et les infiltrations d'eau, une partie s'effondre fin XVI^{ème} début XVII^{ème}. Francis nous en fait découvrir les traces matérialisées par un tracé pierreux au sol. L'église est réparée, et complétée par une échauguette avec mâchicoulis. Notre guide nous fait remarquer, en levant les yeux dans la nef, la robuste charpente en bois qui soutient le toit au lieu des ogives et des arcades qui auraient nécessité des contreforts massifs. C'est ce qui a permis d'avoir des ouvertures plus nombreuses, avec des vitraux sur deux étages qui laissent entrer une belle lumière dans la nef d'une grande hauteur de plus de 17 m.

Belle église récemment rénovée dans les règles de l'art qui s'inscrit dans le patrimoine vendéen et joyau de la Chaize-le-Vicomte.





Journée d'Amitié secteur côte



Nous étions 15 participants à la journée du 4 octobre.

Visite de l'exposition "ESCALE-PÊCHE" à St Gilles-Croix-de-Vie

Après 15 mn du film "Des hommes, vent debout" qui retrace les témoignages d'acteurs de la filière pêche, **notre guide (fille et petite-fille de marins pêcheurs) nous détaille les différentes techniques de pêche, les principaux poissons pêchés sur la côte... de quoi étoffer et mettre à jour nos connaissances.**



Moment phare de la visite, nous avons le privilège d'assister à la vente en direct des sardines fraîchement débarquées.



Un écran "magique" permet aux acheteurs et aux mareyeurs de voir où le poisson a été pêché et de déterminer son niveau de qualité. La criée de Saint-Gilles ayant fait le choix de la "qualité" plutôt que la quantité !

La météo n'étant pas très sûre, nous nous retrouvons chez Jean-Jacques Dubé et Monique pour le pique-nique prévu sur les bords de la Vie. Merci pour l'accueil !

Visite de l'ecomusée du BOIS-JUQUAUD à Saint-Hilaire-de-Riez.

Témoins du quotidien des maraîchins, de leur savoir-faire et de leur culture : la bourrine d'Amandine Gandemer, dernière occupante jusqu'en 1967 ainsi que les bâtiments annexes, le mobilier, les ustensiles et outils. L'exposition de coiffes si finement travaillées nous rappelle les leçons de couture de jadis.



Un grand retour en arrière qui se termine en apothéose avec un peu d'huile de coude pour fabriquer une belle motte de beurre, dans la "geite" comme autrefois !



Dégustation
de saveurs
au goût
d'enfance...

Une belle journée qui nous a bien rajeunis ! Merci aux organisateurs !

Texte : Marie-Claude POUVREAU - Photos : Monique DUBÉ



Journée d'Amitié secteur Nord-Est



À cette journée Avrelcaise du 13 octobre, nous étions une vingtaine de participants le matin à **Rocheservière** pour la visite du **site Saint Sauveur**.

Nous sommes accueillis par la guide du site départemental, site dédié en priorité aux retables de VENDÉE et ouvert à des projets culturels créatifs.

Ici, le retable de la Transfiguration, peut-être du XVII^{ème} siècle, et commandité par la riche famille de Condé et restauré en 1942.



Puis l'œuvre brodée par Nicole RENARD. Une réalisation hors du commun : 48 000 heures de broderie échelonnée sur 25 ans, pour transcrire sur 140 mètres de tissus l'Évangile de Saint JEAN. Une calligraphie gothique du texte et 110 illustrations inspirées d'icônes médiévales...

L'art de la passementerie conjugué à la Foi chrétienne, avec l'évangile de Saint JEAN comme chemin de la Bonne Nouvelle. Une invitation à relire les écrits de celui qui dit autrement le message évangélique...



Gérard PICHAUD et Jean MICHENAUD nous rejoignent ensuite.

Anciens collègues (au collège de Rocheservière) et amis avrelcais, ils vont nous faire entrer au cœur de l'histoire cervierroise.

De plus, notre groupe s'étoffe pour atteindre maintenant une trentaine de participants.

ROCHESERVIÈRE "riche de son passé, tournée vers l'avenir"

Une histoire passionnante racontée par des passionnés. Jean MICHENAUD a écrit livre et fascicule pour faire vivre ce temps passé jusqu'à la modernité.

Une cité née en bord de Boulogne avec son vieux pont gallo-romain, une butte féodale du X^{ème} siècle devenue château-fort et forteresse... Puis un prieuré sous l'impulsion des bénédictins au XII ou XIII^{ème} siècle ; c'est dans ce long Moyen-Âge que l'enseignement de l'Église se précise, se transcrit, se codifie. Jean MICHENAUD a écrit : « *L'Église trace ainsi le chemin vers le Salut extrêmement balisé hors duquel le paradis ne peut-être assuré* ». (*)¹ Et enfin une Paroisse confrontée au fil du temps aux guerres religieuses et aux guerres révolutionnaires. L'historien note « *l'ivresse d'un pouvoir temporel et spirituel sur la société qu'elle ordonne et dirige dans de nombreux domaines* ». (*)

1(*) "Saint-Sauveur de Rocheservière" (Avant propos)

ROCHESERVIÈRE, Riche de son passé, tournée vers l'avenir selon sa devise. Pour Jean MICHENAUD « *L'histoire locale a participé à la grande histoire de France* ».

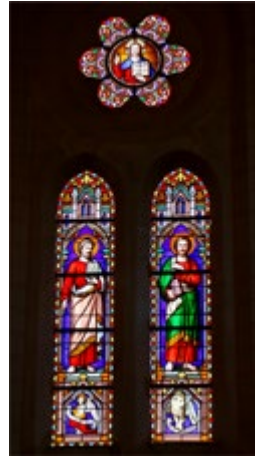
Pour nous, la visite de l'église actuelle avec ses vitraux et une "conférence" de Jean ouvrent l'envie d'en savoir plus. Temps trop court pour en faire le tour mais l'Avrelca sera le relais de vos demandes auprès de Jean pour acquérir l'un ou l'autre des documents qu'il a écrit (voir sur le site Avrelca).

Dans l'église Notre-Dame de l'Assomption, les 58 vitraux du XX^{ème} siècle sont "l'œuvre" de l'Abbé RATIER (en 1956), son "ratier-bâtitseur" comme le qualifiait son évêque Mgr CAZAUX. Initiative privée dans une orientation ecclésiale... Richesse personnelle du curé, généreux donateurs, contributions glanées auprès des paroissiens, ont permis aux maîtres-verriers



➔ de faire jaillir des scènes de la Bible ou de la vie ecclésiastique et des événements de la Guerre de Vendée. Le chœur accueille MARIE et les apôtres. Chacun des vitraux fait l'objet d'un guide de lecture que Jean MICHENAUD a mis à la disposition des visiteurs.

Chaire en chêne sculpté représentant les 4 évangélistes (1888), chemin de croix peint sur cuivre (1889), orgue à buffet néo-gothique (2000) sont aussi dignes d'intérêt et complètent la culture de celui qui entre dans ce lieu qui ouvre la voie à la méditation et à la prière.



Accueil au Collège Mère Teresa



Pour finir la journée, nous nous rendons au Collège Mère Teresa de BOUFFÉRE.

Accueil chaleureux par Christophe DURAND, chef d'établissement, et Sandrine L, son adjointe. Il est 16 h 30, les collégiens et leurs enseignants sont en cours.

C'est le moment pour une présentation du dernier-né des collèges de l'Enseignement catholique de Vendée, que Christophe DURAND a suivi dès les origines.

Un projet pensé en collaboration avec tous les acteurs de terrain, chefs d'établissement des collèges et écoles de proximité, associations de parents et OGE, et les instances et services diocésains qui prendront la décision fondatrice.

Les deux responsables actuels répondent aux nombreuses questions. Citons :

« Nous sommes dans une dynamique créative motivante ; tous les personnels du site participent aux choix qui engagent le quotidien collectif comme l'avenir. »

« La première année, ce collège a vécu "hors-contrat". C'est l'intégration au réseau de l'Enseignement catholique de Vendée qui a permis la mise en contrat dès la 2nde année. »



« Nous sommes au sein du réseau de l'Enseignement catholique, diocésain et local. Il nous faut cependant mettre à profit la part de liberté de chaque établissement pour apporter des réponses éducatives et pédagogiques adaptées aux besoins de nos élèves et aux attentes des parents, avec le dynamisme et les compétences des enseignants et personnels. »

« Les locaux sont construits. Le site est aménagé grâce à la mairie de Montaigu-Vendée. Il reste à construire la part éducative : notre projet éducatif global fait l'objet du travail de cette année. »

« On mesurera bien notre chemin parcouru quand nous aurons accueilli l'ensemble de la structure : accueil des 4^{èmes} en 2022-23, et des 3^{èmes} en 2023-24. »

Agréable sonnerie de fin de journée. Bruits dans les escaliers et couloirs.

De "vrais jeunes" se précipitent aux casiers personnels où ils vont retrouver (certains plus difficilement) les livres et cahiers à transporter pour la maison en pensant à demain !

Pour nous, c'est la visite guidée des locaux et la rencontre avec les professeurs dans "leurs" salles fonctionnelles, neuves et équipées.

Une professeur prolonge sa journée sur site (vous connaissez ? corrections, préparations)

Tout cela avec vue sur un espace de verdure, et une possibilité de "détresser" avant de rejoindre une autre vie.

Au final, un pot partagé dans la salle de convivialité du collège...

Roger BILLAUDEAU



La Cène

broderie de Nicole RENARD (au presbytère de Rocheservière)

Cet art de type médiéval s'exprime encore dans d'autres œuvres de Nicole Renard exposées près de la tapisserie : une nappe retraçant certains événements de la vie de Jésus, et une quinzaine de tableaux reproduisant des œuvres religieuses ou des textes profanes comme "La prière à Marie" chantée par Georges Brassens.

Extrait de "Saint-Sauveur de Rocheservière" de Jean MICHENAUD

NOS AMIS ET COLLÈGUES DISPARUS

M^{me} Hélène GABORIT est décédée le 13 août 2022 à l'âge de 99 ans. Sépulture le 17 août en l'église de St Gilles-Croix-de-Vie. Elle a enseigné à Ste Marie-du-Port les Sables-d'Olonne de 1947 à 1950, à Benet en 1950, à l'Ile-d'Olonne en 1951, à Jeanne-d'Arc la Roche-sur-Yon de 1951 à 1955, à St Gilles-Croix-de-Vie de 1955 à 1984.

M^{le} Cécile SARRAZIN est décédée le 3 octobre 2022 à l'âge de 93 ans. Sépulture le 6 octobre en l'église Saint Pierre des Sables-d'Olonne.

Elle a enseigné à Montaigu de 1946 à 1949, à St Pierre des Sables-d'Olonne de 1949 à 1985.

Sr Yvonne PAGOT (Agathe de l'Eucharistie) est décédée le 10 octobre 2022 dans sa 88^{ème} année. Sépulture le 12 octobre en la chapelle de la Maison-Mère de Mormaison.

Elle a enseigné à Saint-Michel-Mont-Mercure de 1954 à 1957, à Beaulieu-sous-la-Roche de 1957 à 1959, à Nieul-le-Dolent de 1959 à 1967, à la Verrie de 1967 1969, à Venansault de 1969 à 1985, aux Sables La Chaume de 1986 à 1996.

M. Jean CHAMPAIN est décédé le 1^{er} novembre 2022 à l'âge de 86 ans. Sépulture le 5 novembre en l'église de Soullans.

Il a enseigné à Cugand en 1953/54, à Chavagnes-en-Paillers de 1954 à 1956, à Saint-Denis-la-Chevassé en 1959/60 et à Soullans de 1960 à 1991.

M. Michel PAILLAT est décédé à l'âge de 90 ans. Sépulture le 7 décembre 2022 en l'église des Landes-Genusson.

Il a enseigné à Saint Gabriel St Laurent/Sèvre de 1950 à 1952 puis de 1953 à 1965. Il a été directeur d'école pendant de longues années. Adhérent de l'AVRELCa et membre du CA pendant plusieurs années.

Sr Madeleine COUGNAUD (Antoine de Jésus) est décédée le 13 décembre 2022 dans sa 101^{ème} année. Sépulture le 15 décembre en la chapelle de la Maison-Mère de Mormaison.



Elle a enseigné à Grues de 1939 à 1941, à St Philbert-de-Bouaine de 1943 à 1946, à Falleron de 1946 à 1950, à Nalliers de 1950 à 1966, à St Malo-du-Bois de 1966 à 1968, à Cheffois en 1968/69, à l'Épine de 1969 à 1974, à St Sulpice-le-Verdon de 1975 à 1987.

Sr Fernande LAIDIN (Louis-Marie de Jésus) est décédée le 14 décembre 2022 dans sa 86^{ème} année. Sépulture le 17 décembre en la chapelle de la communauté des Brouzils.

Elle a enseigné à St Joseph la Roche-sur-Yon de 1953 à 1956, à St Sauveur Ile d'Yeu de 1958 à 1967, à Bouin de 1967 à 1986, à Rocheservière de 1988 à 1994.

Sr Marie PRUNEAU (Marie Reine) est décédée le 19 décembre 2022 dans sa 96^{ème} année. Sépulture le 21 décembre en la chapelle de la Maison-Mère de Mormaison.

Elle a enseigné à Saint-Symphorien de 1944 à 1950, à La Chaume de 1950 à 1952, à Sallertaine en 1952, à Vieilleville de 1952 à 1958, à Antigny de 1958 à 1972, aux Epesses en 1972/73, à St André-13-Voies de 1973 à 1980, à la Guyonnière de 1980 à 1987.

Sr Anne-Marie BULTEAU (Agnès du Christ) est décédée le 27 décembre 2022 dans sa 100^{ème} année. Sépulture le 29 décembre en la chapelle de la Maison-Mère de Mormaison.

Elle a enseigné à l'Ile d'Yeu en 1945/46, à Coëx de 1946 à 1952, à Mouzeuil de 1952 à 1961, à Thorigny de 1961 à 1966, à la Chaize-le-Vicomte en 1966, à St Hilaire-de-Voust en 1967, à Foussais puis à St Hilaire-de-Mortagne en 1967, à St Pompain de 1967 à 1974, à St Georges-de-Montaigu de 1974 à 1983, à Bournezeau de 1983 à 1987.

M. Guy-Marie MAUDET est décédé le 3 janvier 2023 à l'âge de 69 ans. Sépulture le 7 janvier en la basilique de St Laurent-sur-Sèvre.

Il a enseigné à Saint-Gabriel St Laurent-sur-Sèvre de 1976 à 2014.



Croisement de felouques sur le Nil
le 2 décembre 2022

Les Petits PATRONYMES en croisant les mots par... Mimil

Thème : les prénoms dans les expressions populaires

Sont surlignés :

- **en bleu** les mots horizontaux
- **en vert** les mots verticaux
- **en rose** les lettres qui se lisent dans les deux sens

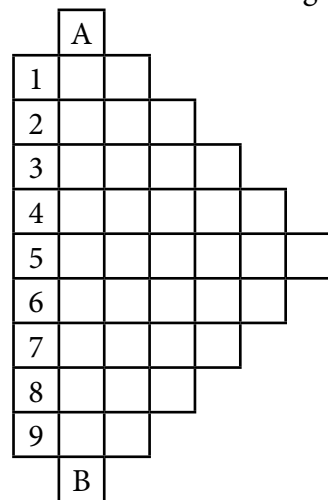
- 1> faire le ... (attendre)
- 2> à l'aise ... (être détendu)
- 3> fesse ... (gros radin)
- 4> gros ... comme devant (pas futé)
- 5> tranquille ... (restons calme)
- 6> embrasser ... (perdre la partie)
- 7> tu parles ... (cause toujours)
- 8> coiffer Ste ... (pas mariée à 25 ans)
- 9> en voiture ... (aller sans savoir où)
- 10> t'as raison ... (c'est juste)
- 11> cool ... (restons calme)
- 12> relax ... (à cran ces derniers temps)
- 13> avaler le ... (communier)
- 14> se faire appeler ... (se faire attendre)
- 15> c'est mon ... (c'est mon homme)

- | | | |
|---|--|--|
| 16v au hasard ... (au pif) | 17v le coup du père ... (trahir) | 18v t'as tort ... (tu te trompes) |
| 19v fonce ... (facile mais efficace) | 20v faire sa ... (faire sa chochette) | 21v il y a plus d'un âne qui s'appelle ... (prénom trop connu) |
| | 10v ça colle ... (tout fonctionne) | 22v pleurer comme une ... (pleurer à chaudes larmes) |
| 23v avoir la danse de St ... (avoir la bougeotte) | | 12v rendre à ... ce qui est à ... (en avoir plein les poches) |
| 24v faire sa ... - ... (se la jouer snob) | 25v à la St ... , ramasse les fruits ! | 26v à la tienne ... (à ta santé) |

1-FACQUES - 2-BLAISE - 3-MATHIEU - 4-JEAN - 5-EMILIE - 6-FANNY	16-BALTHAZAR - 17-FRANCOIS - 18-HECTOR - 19-ALPHONSE - 20-JOSE- PHINE - 21-MARTIN - 10(V)-ANATOLE - 22-MADELINE	23-CIVY - 12(V)-CESAR - 24-MARIE CHANTAL - 25-DENIS - 26-ETIENNE
7-CHARLES - 8-CATHERINE - 9-SIMONE - 10-LEON - 11-RAOUL	12-MAX - 13-GASPARD - 14-DESIREE - 15-JULES	

Les cascades de... Mimil

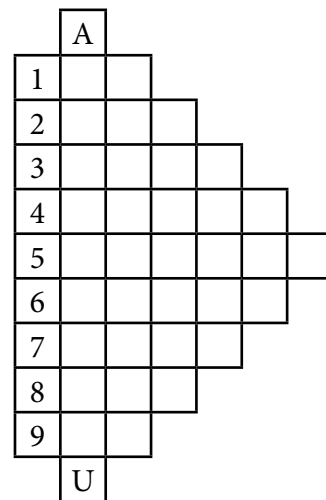
Cascade "manger bio" (AB)



article étranger
dancing
convention
159 litres environ
domestique
nez populaire
préau
surplus
bonne action

A - AL - BAL - BAIL - BARIL - LARBIN - BLAIR - ABRIL - RAB - BA - B

Cascade "or du labo" (AU)



avant midi
principe vital
eau stagnante
berbère
oreille de mer
poisson à huile
elle tourne
plante vivace
filet d'eau

A - AM - AME - MARE - MAURE - ORMEAU - MORUE - RUE - RU - U

La Légende de la sauge

Tandis que les bourreaux du roi Hérode, féroces et tout couverts de sang, fouillaient la région de Bethléém pour égorger les petits enfants, Marie se sauvait à travers les montagnes de Judée, serrant le nouveau-né sur son cœur tremblant. Joseph courait à l'avant lorsqu'ils apercevaient un village, pour y demander l'hospitalité ou même un peu d'eau pour baigner le petit. Hélas, les gens étaient ainsi faits, dans ce pays si triste, que personne ne voulait rien donner, ni eau, ni abri, pas même une bonne parole.

Or, tandis que la pauvre mère se trouvait ainsi seule, assise au bord du chemin pour allaiter le petit, tandis que son époux menait l'âne à boire à un puits communal, ne voilà-t-il pas que des cris se firent entendre à peu de distance. En même temps, le sol trembla sous le galop des chevaux approchants.



- Les soldats d'Hérode ! Où se réfugier ?
Pas la moindre grotte,
ni le plus petit palmier !

Il n'y avait, près de Marie, qu'un buisson où une rose s'ouvrait.

- Rose, belle rose, supplia la pauvre mère, épau-
nouis-toi bien et cache de tes pétales cet enfant
que l'on veut faire mourir, et sa pauvre mère à
demi morte.

La rose, en fronçant le bouton pointu qui lui servait de nez, répondit :

- Passe vite ton chemin, jeune femme, car les bourreaux en m'effleurant pourraient me ternir. Vois la giroflée, tout près d'ici. Dis-lui de t'abriter. Elle a assez de fleurs pour te dissimuler !

- Giroflée, giroflée gentille, supplia la fugitive, épanouis-toi bien pour cacher de ton massif cet enfant condamné à mort et sa maman épuisée !

La giroflée, tout en secouant les petites têtes de son bouquet, refusa sans même s'expliquer :

- Va, passe ton chemin, pauvresse. Je n'ai pas le temps de t'écouter. Je suis trop occupée à partout

me fleurir. Va voir la sauge, tout près d'ici. Elle n'a rien d'autre à faire que la charité.

- Ah ! Sauge, bonne sauge, supplia la malheureuse femme, épanouis-toi pour cacher de tes feuilles cet innocent dont on veut la vie et sa mère, à demi morte de faim, de fatigue et de peur !

Alors tant et si bien s'épanouit la bonne sauge
qu'elle couvrit tout le terrain, et de ses feuilles
de velours fit un dais où s'abritèrent l'Enfant
Dieu et sa mère.

Sur le chemin, les bourreaux passèrent sans rien voir. Au bruit de leurs pas, Marie frissonnait d'épouvante, mais le petit, caressé par les

feuilles, souriait.
Puis, comme ils
étaient venus, les sol-
dats s'en allèrent.

Quand ils furent
partis, Marie et Jésus
sortirent de leur re-
fuge vert et fleuri.

- Sauge, sauge sainte,
à toi grand merci. Je
te bénis pour ton bon
geste dont tous désor-
mais se souviendront.



Lorsque Joseph les retrouva, il avait de la peine à soutenir le train de l'âne tout ragaillardi par une vaste plâtée d'orge qu'un brave homme lui avait donnée.

Marie remonta sur la bête en serrant contre elle son enfant sauvé. Et Michel, l'archange de Dieu, descendit des hauteurs du ciel pour leur tenir compagnie et leur indiquer le plus court chemin par lequel se rendre en Égypte, tout doucement, à petites journées.

C'est depuis ce temps-là que la rose a des épines, la giroflée des fleurs malodorantes, tandis que la sauge possède tant de vertus guérissantes. Comme l'on dit en Provence :

**Celui qui n'a pas recours à la sauge
Ne se souvient pas de la Vierge.**

Texte de Joseph ROUMANILLE
repris par M. Toussaint-Samat
Légendes et récits du temps de Noël



Nous avons rencontré le nouveau directeur diocésain.

« Je suis le capitaine du navire, mais sans matelots, le bateau n'avance pas ! »

C'est par ces mots que monsieur Stéphane NOUVEL nous recevait à la DEC le 19 octobre 2022. La veille, déjà, deux d'entre nous l'avions déjà rencontré à la soirée organisée en l'honneur des nouveaux retraités.

Cette rencontre d'une heure et demie voulait être un premier contact entre l'AVRELCa et le nouveau Directeur Diocésain. Monsieur NOUVEL nous a reçus avec simplicité et nous avons pu échanger avec lui, en vérité. La première impression qu'il nous a laissée est une grande qualité d'écoute, et un accueil réel de nos propos et de nos préoccupations.

Dans un premier temps, nous avons présenté l'AVRELCa, son origine en 1984 et son organisation actuelle : nos adhérents, le conseil d'administration, l'AG, etc. Et nous avons évoqué la vie de l'association : les journées de rencontres en octobre et la journée de l'amitié du printemps, la journée de ressourcement, nos voyages, nos moyens de communication - le site, la Flamme (il nous a dit avoir lu avec intérêt la Flamme 153 d'octobre), etc. Nous lui avons redit notre attachement à l'Enseignement Catholique de Vendée, notre volonté d'être des partenaires loyaux de l'Institution et de nous y impliquer au mieux.

Monsieur NOUVEL s'est défini comme un homme de terrain. Il a, d'ailleurs, occupé de nombreuses fonctions dans l'Institution : enseignant, chef d'Établissement, Directeur Diocésain et... parent d'élève. Il souhaite connaître au mieux et au

plus vite l'EC 85, sa présence à notre AG d'octobre en est une illustration. Et il s'est donné comme objectif de « faire le tour de tous les établissements scolaires ». Il est conscient de l'ampleur de cette tâche en Vendée : à raison de 20 à 30 visites annuelles, il lui faudra... 10 ans !

Il a apprécié la cérémonie qui avait réuni, la veille de notre entretien, les retraités de l'année. Le cadeau qu'il leur a fait à cette occasion – le livre "L'Enseignement Catholique en Vendée" – voulait leur marquer la reconnaissance de l'Institution.

Il veut être un Directeur Diocésain présent et il nous l'a dit : « Il ne faut pas hésiter à m'interpeller, je peux être empêché, mais à d'autres moments, je ferai en sorte d'être là ; je vous rejoindrai lors de vos manifestations ou journées. ».

Il affirme avoir une vision entrepreneuriale de sa fonction : l'Enseignement Catholique a besoin des entreprises et à l'inverse, les entreprises, qui cherchent des jeunes qui ont un savoir-être, en plus d'un savoir-faire, ont besoin de nos établissements scolaires. Il veut faire de nos jeunes élèves des adultes qui s'engagent, qui ont une direction. Et il insiste : « Nous, dans l'Enseignement catholique, nous pouvons donner du sens aux jeunes ! ».

Quant à l'AVRELCa, elle fait partie du réseau, c'est incontestable : « Si, en plus, vous souhaitez donner un peu de temps à l'Institution, c'est très bien, à vous de voir quand, comment. Vous faites partie des matelots qui font avancer le navire, vous faites partie du réseau ; les retraités peuvent sembler décalés, mais vous, vous ne l'êtes pas. ».

Jean-Jacques DUBÉ



Les nouveaux retraités à leur fête de départ (la DEC le 18 octobre 2022)

Vous avez dit retraite ?

Dans notre contexte de société, la retraite signifie la cessation de l'activité de travail obligatoire. Comment passer d'une organisation avec des repères de temps et de lieu souvent précis à un temps vague, large, presque indéfini à défaut d'être infini ? À la retraite, n'y a-t-il plus de contraintes, plus d'horaires, plus d'occupations ?

- Non, il y a tant de choses à faire, tant d'idées et de projets qu'un(e) retraité(e) n'a jamais le temps, n'est jamais disponible !
- Non, il ou elle pense qu'il le fera demain, il ou elle commencera demain, c'est promis... et le temps passe, ce n'est toujours pas réalisé, ni même démarré.

Comment s'adapter à cette période de changement et comment faire des choix ?

Pour prendre le temps de répondre à cette question, une opportunité se présente en Vendée : **Espace Entour'âge**, service public de La Roche-sur-Yon Agglomération, espace-ressource à destination des seniors et des proches aidants. Deux fois par an, il propose aux retraités présents ou futurs de toute la Vendée, avec priorité à ceux de l'agglomération, un **stage pour "re-traiter"** leur vie nouvelle, donc pour inventer des modes de vie qui leur soient propres. Cette proposition s'adresse aussi à des personnes en retraite depuis plusieurs années qui sont amenées à vivre un changement : arrivée du conjoint à la retraite, déménagement, modifications dans la vie de couple.

Ce stage de 6 jours permet à la personne de réfléchir à la manière de vivre ce "temps où elle choisit". Grâce à l'expérience, chacun est riche de ressources et de compétences acquises tout au long de sa vie personnelle, familiale et professionnelle, chacun a des valeurs qui orientent ses actions. Si la situation change, ces acquis restent. Comment les "utiliser" pour continuer à satisfaire de manière équilibrée ses besoins vitaux : sécurité, appartenance, estime, épanouissement ? Pourquoi dire "oui" ou "non" si les sollicitations sont trop nombreuses ? Comment s'orienter vers des engagements ou des activités qui correspondent à ses envies et ses compétences, à ce qu'on veut apporter aux autres, sans oublier de nourrir sa vie intérieure, pour devenir un bon compagnon pour soi-même ?

Les **points forts de ce stage** : c'est un lieu où l'on peut **parler en confiance de ce à quoi l'on tient** ; il peut apporter un enrichissement grâce à la possibilité de **partager avec des personnes qui vivent la même situation ; confidentialité, respect, non-jugement, non-conseil en sont les principes fondamentaux.**

Bientôt ou déjà retraité(e), il est précieux de se projeter et de prendre le temps de savourer la vie.

Information sur le prochain stage "Re-traiter sa vie" :

réunion mardi 7 février à 14h 30

à Espace Entour'âge 29 rue Anatole France, La Roche/Yon

02 51 24 69 81/entourage@larochesuryon.fr

Dominique et Maryvonne TENAILLEAU

Rencontre avec une notaire...

À la retraite, il est judicieux aussi de préparer l'avenir...

En entrant dans cette période de vie, nous savons que c'est comme un dernier trimestre ! Au bout, il y a les grandes vacances ! Sachons profiter de ce dernier trimestre pour réviser : réfléchir à ne pas laisser aux autres des difficultés à gérer, notamment aux enfants et aux proches. Se renseigner, préparer et organiser pour que des affaires parfois compliquées soient gérées simplement et selon nos désirs...

J'ai demandé à une notaire de me donner les quelques précautions à prendre. Parfois il faut y penser très tôt, par exemple avant 70 ans pour des "assurances-vie", pour bénéficier de meilleures conditions fiscales...

1 – En priorité faire le point avec son notaire

Pour protéger son conjoint, gérer le patrimoine, petit ou gros, et organiser dans le temps la transmission. Pour essayer d'optimiser la fiscalité qui peut être très variable en fonction des contrats et de l'âge. Pour faciliter le partage entre les enfants et éviter les conflits.

Selon le régime matrimonial (communauté, séparation de biens...), les règles sont différentes. Mon régime est-il adapté à la situation d'aujourd'hui ? Par exemple la retraite de réversion concerne les gens mariés, pas le pacs ou le concubinage. Dans les cas de couples recomposés, avec des enfants des unions précédentes, les transmissions peuvent devenir complexes voire surprenantes. Ainsi on peut avoir la surprise de voir le patrimoine partagé avec des personnes dont on ne pensait pas qu'elles interviendraient dans cette succession, et alors les enfants et le conjoint sont lésés. À l'inverse, l'enfant de ma conjointe issue d'une première union n'a pas de lien avec moi alors que je l'ai élevée comme ma fille depuis qu'elle a quatre ans : étudier comment une adoption, même tardive peut être une solution.

2 - Gérer le patrimoine

Le patrimoine patiemment constitué au fil de la vie constitue souvent la cagnotte qui est conservée à l'abri en cas de besoin « pour ses vieux jours »... Mais il faut là-encore analyser et ré-arbitrer les priorités en fonction de la situation d'aujourd'hui et en fonction de ses capacités et de son énergie... Parfois il devient difficile à un certain âge de gérer des locatifs, subir des conflits, gérer des travaux d'entretien ou de rénovation... Oui il y a des revenus, mais le réinvestissement peut être fait dans des assurances par exemple plus faciles à transmettre, plus précises à flécher. C'est à étudier avec les spécialistes de la banque. Si le souhait est de transmettre aux enfants, il peut y avoir des modes d'imposition qui varient avec l'âge, à la souscription et à la donation, et en fonction des montants investis. Par exemple, l'imposition sur les sommes versées peut varier de l'exonération (jusqu'à 152 500 € par enfant) à une fiscalité à 60% des sommes, soit un impôt de - 0 € ou - 92 500 € ! Ne pas oublier aussi que les besoins des enfants varient selon leurs périodes de vie, pour la maison, pour créer une entreprise, pour les études des enfants... Ils ont peut-être besoin maintenant plutôt que dans 20 ou 30 ans !

3- Se protéger en cas d'incapacité, pour soi et pour les proches

Le "mandat de protection future" peut se décider bien en amont des difficultés. Établi chez un notaire, (avec un coût d'environ 400 €) il peut se faire selon ses propres désirs et permet de prévoir une personne de référence qui pourra intervenir légalement, et ne pas laisser cette responsabilité à des organismes sociaux qui font bien leur travail, mais dont les solutions peuvent être différentes de vos souhaits. En conclusion, mieux vaut prévenir que procrastiner.

Dominique TENAILLEAU
avec les conseils de Me Fabienne SICARD

Les CONSEILS d'un MÉDECIN

Le "départ en retraite" est une période sensible pouvant entraîner des bouleversements positifs comme négatifs.

Ce passage incontournable n'est jamais appréhendé de la même façon, **c'est une zone de turbulence** :

- Certains regardent en arrière et se disent qu'ils sont soulagés d'en avoir fini avec le travail. Ils présentent leur départ comme un soulagement, une délivrance, la fin de conditions de travail pénibles.
- D'autres perçoivent le départ à la retraite comme un passage délicat et se demandent comment remplacer l'intérêt de leur vie passée, leur travail, leurs collègues, leur sentiment d'utilité, leur raison de vivre ; ils craignent le désœuvrement, le déclin.
- Il y a aussi ceux qui attendent la retraite depuis un certain temps pour réaliser un projet mûrement réfléchi et ceux qui retardent le plus longtemps possible le moment d'y songer, au risque de s'y trouver brutalement confrontés lors de leur départ.

Quelques conseils médicaux avant de partir en retraite :

Pour faciliter la transition entre le départ à la retraite et la retraite elle-même, il peut être opportun de faire un bilan de santé :

- consultation médicale avec mise à jour des vaccins de base (tétanos...)
- des examens sanguins de dépistage : des maladies du métabolisme (diabète, hypercholestérolémie...), des maladies osseuses (ostéoporose...), des cancers (colon, sein, prostate...).

Le risque de la sédentarité étant la majoration des douleurs articulaires et des pathologies cardio-vasculaires, un éventuel bilan cardiologique est conseillé dans l'objectif d'un changement ou d'une augmentation de l'activité physique.

Mais **des fragilités psychologiques peuvent apparaître** :

- Le sentiment de perte : la retraite laisse parfois une impression de vide, de perte d'intérêt, un sentiment de perte d'identité, de perte de repères comme l'absence d'horaire établi pour organiser son temps. Ce sentiment peut se manifester dès les premiers mois de la retraite.
- L'image de soi fragilisée : la retraite s'accompagne parfois d'une perte de confiance en soi, d'un abandon de ses aspirations personnelles, d'un renoncement à ses envies et ses projets, d'un remplissage du temps libre par tout et n'importe quoi pour ne pas penser au désœuvrement.
- La perte de statut social : habituée à se définir par ses rôles et ses fonctions au travail, la personne retraitée ne sait plus vraiment qui elle est. Mais cette perte d'identité liée au travail permet de se percevoir et de se définir d'une toute autre manière.

Les retraités sont des personnes heureuses : environ 52 % des personnes apprécient l'idée d'être à la retraite, 40 % la trouvent moyennement agréable et seulement 8 % expriment un sentiment désagréable à son égard. Dans un autre sondage, c'est entre 55 et 69 ans que les hommes et les femmes se déclarent être les plus heureux(es) dans la vie !

Il est important de résister à la tentation de se lancer dans "tout et n'importe quoi" pour éviter de se retrouver face à soi. Ce passage est inévitable et mieux vaut le vivre au début de la retraite pour entamer la "création" d'un nouveau chapitre de sa vie. Et **qui dit "création" dit ouverture, disponibilité et temps à soi** :

Prendre le temps de goûter à de nouveaux plaisirs, sans se précipiter...

Dr Bernard MADOC
Médecin retraité et Médecin coordonnateur en EHPAD
Propos recueillis par Jean-Maurice CALLEAU

Se faire aider pour ses déplacements...

Vous avez 75 ans et plus, vous éprouvez des difficultés à vous déplacer ou craignez de sortir seul(e) ?

"Sortir +" vous propose de renouer avec les sorties, à pied ou en voiture, en étant accompagné(e) d'une personne de confiance.

Indiquez-lui votre besoin : faire des courses, visiter des parents ou amis, aller chez le médecin, le coiffeur, au restaurant, en promenade...



... Un professionnel agréé vient vous chercher au jour et à l'heure convenus. Il peut rester avec vous ou revenir vous chercher.

Combien ça coûte ?

- Le service se règle au moyen de chèques CESU.
- Vous pouvez commander jusqu'à 3 chèquiers par an, chacun d'une valeur faciale de 150 €.
- Une participation de 15 € vous sera demandée pour le 1^{er} chéquier, de 20 € pour le 2^{ème} et de 30 € pour le 3^{ème}.

Pour plus d'information, contacter : Sortir + au 09 71 09 09 71 (service et appel gratuits) Info reprise dans la revue B2V par Jean-Maurice CALLEAU

Mon engagement à l'aumônerie de l'hôpital Mazurelle

En novembre 2015, une amie m'a demandé si je voulais faire partie de l'équipe d'aumônerie de l'hôpital Mazurelle. Cette demande m'a surprise et je me suis dit que je ne serais pas à la hauteur pour assurer un tel service. Après réflexion et l'aide de cette amie, j'ai fini par accepter et je ne le regrette pas.

Nous sommes actuellement 5 bénévoles accompagnés d'un aumônier prêtre et d'une aumônière. L'accueil se fait à l'aumônerie au sein même de l'hôpital le lundi, le mercredi et le jeudi. Chaque bénévole assure une demi-journée par semaine en présence de l'aumônière qui nous soutient en cas de besoin. Elle va aussi dans les différents pavillons rencontrer les patients qui ne sortent pas et leur assurer un temps de prière. **La journée se termine à 17 h par une prière à la chapelle pour les patients qui le désirent.** Les interventions particulières (communion, sacrement des malades...) se font avec l'accord des soignants du pavillon concerné.

Les patients qui le désirent viennent pendant leur temps de sortie pour discuter, être écoutés et parfois prier. En psychiatrie, la pathologie des personnes hospitalisées ne facilite pas la communication. Nous les accueillons telles qu'elles sont dans leur maladie, leur faiblesse, les effets secondaires des médicaments. **Certaines situations nous bousculent** et nous mettent face à notre impuissance, nous devons donc faire preuve de discernement avant d'agir avec notre cœur. Nous avons à vivre ce temps d'écoute, d'échange avec humilité et en vérité afin que le patient se sente reconnu. La plupart du temps, **nos "visiteurs" ressortent heureux d'avoir pu déposer quelques-uns de leurs soucis** mais ils nous apportent beaucoup en nous faisant confiance.

Un temps de relecture en équipe, un mercredi par mois, nous permet de partager nos difficultés et nos joies vécues lors de nos permanences. Cette rencontre se termine par un temps de prière et un partage d'Évangile. De plus, deux temps forts par an nous aident dans notre mission : **une journée de ressourcement personnel et une rencontre entre les différentes aumôneries des hôpitaux de Vendée.** Au fil du temps, au

sein de notre équipe nous avons tissé des liens d'amitié et de respect qui sont primordiaux dans les moments plus difficiles. Malheureusement, deux d'entre nous vont quitter le service après de nombreuses années de présence à l'aumônerie.

Le dimanche, nous accompagnons les patients qui désirent assister à la **messe** dans la chapelle de l'hôpital. Le visuel ayant une très grande importance dans leur fonctionnement, ce lieu est toujours très fleuri et des posters autour de l'autel illustrent la Parole du jour. Certains viennent seuls, d'autres sont amenés par des soignants. Durant la célébration, chacun participe à sa manière. **Les chants ont une importance primordiale** dans leur prière et nous avons la chance d'avoir un orgue ou une guitare pour nous accompagner.



Chapelle de Mazurelle à Noël

À l'approche de Noël, des temps forts sont proposés à l'hôpital, à la MAS de la Roche-sur-Yon et à celle de Longeville. Chaque après-midi commence par une célébration avec un conte mimé, la construction de la crèche et des chants de Noël. Enfin, un temps festif rassemble les résidents, les familles et quelques soignants.

Cet engagement m'a fait prendre conscience de la fragilité de l'être humain qui peut basculer à tout moment à la suite d'événements trop difficiles à vivre. Nul n'est à l'abri et, même diminuée, **toute personne a droit au respect et à la considération** de chacun sans être jugée. Il m'arrive, sans être découragée, de me poser des questions sur mon engagement, mais la joie sur les visages quand on parvient à trouver les mots qui les rassurent, me fait oublier les moments où j'ai eu l'impression d'avoir failli.

Marie-Annick BESSEAU

Propos recueillis par Jean-Maurice CALLEAU

Mon engagement à "Handi-Espoir"



Il y a une douzaine d'années, quand j'ai pris ma retraite, des officines proposaient –et proposent peut-être encore – des stages de préparation à la retraite. **J'avais compris que ce métier nouveau était à risques**, sans bien identifier ces risques. Peut-être que l'abondance de temps libre allait être une contrainte impossible à gérer ; je me souvenais qu'en d'autres temps il y avait eu un Ministre du temps libre. Peut-être que le changement d'état pouvait déprimer puisque, quel que fut le métier antérieur, il allait falloir se fondre dans le groupe indistinct des "retraités".

Je m'étais donc fixé comme objectif d'occuper une partie de mon temps en essayant de me rendre utile au sein d'associations. Il ne m'a pas fallu attendre longtemps. Après six mois de retraite, j'avais déjà adhéré à une association et j'avais été coopté au sein des Conseils d'Administration de deux autres. Aujourd'hui, je suis encore fidèle à ces trois associations et je vais vous dire quelques mots de mon travail au sein de l'une d'entre elles : **Handi-Espoir.**

Handi-Espoir est une **association qui gère des établissements médico-sociaux.** Elle a pour objet d'accueillir, accompagner, prendre soin et venir en aide aux personnes en situation de handicap et à leurs familles ; d'améliorer par tous moyens leurs conditions d'existence ; de les accompagner dans leur parcours de vie, en fonction de leur âge, leurs souhaits et leurs besoins ; de développer un programme favorable à leur épanouissement et au respect de leur dignité. **Trois valeurs sont mises en exergue dans son nouveau projet associatif : le respect, l'entraide, la fraternité.**

Les établissements d'Handi-Espoir¹ accueillent, sur différents sites, de manière permanente ou temporaire des **adultes en situation de handicap.** Les financements sont assurés par le Conseil départemental de la Vendée et l'Agence Régionale de Santé pour le secteur médicalisé.

¹Il serait long et fastidieux d'entrer dans le détail des propositions.

Si vous êtes intéressé, vous pouvez consulter : <https://handiespoir.fr/>

Je connaissais cette association parce que l'une de mes cousines avait été à l'origine de l'association en 1990 et que le premier établissement, le Val fleuri, à Coëx, avait été ouvert en 1997. C'est par ce biais que le Conseil d'Administration cherchant à s'étoffer et à se renouveler m'avait coopté avant de m'y intégrer. Il m'a fallu un peu de temps pour comprendre les arcanes de ce secteur qui m'était étranger ; **l'ingénierie administrative est prolixe ; les sigles et acronymes abondants exigent un lexique...**

Le travail d'un Conseil d'Administration dans une association du secteur médico-social ne diffère pas fondamentalement de celui d'une autre association (fixation de la cotisation, création ou fermeture ou modification du statut d'établissements, nomination des directeurs et des cadres, choix des investissements, vote des EPRD et ERRD² et des comptes consolidés...). Les financements dépendent quasi totalement du Conseil départemental de la Vendée et de l'Agence Régionale de Santé et des cadres réglementaires s'y rapportant. Il faut juste ne pas oublier que les décisions qui sont prises concernent, in fine, directement ou indirectement, les personnes en situation de handicap dont nous avons à prendre soin. **Le danger est de l'oublier pour tomber dans une technicité intellectuellement satisfaisante et une humanité dégradée.**

Au cours de ces douze dernières années le périmètre de Handi-Espoir s'est fortement élargi. Non parce que l'association avait pour projet d'étendre à tout prix son champ d'activités mais parce que des petites structures soutenues par de petites associations n'avaient plus les moyens de faire face à la charge administrative qu'exige la gestion des établissements médico-sociaux. En accord avec le Conseil départemental de la Vendée ou à sa demande, Handi-Espoir a repris quelques établissements.



Journée institutionnelle Handi-Espoir (salariés et administrateurs) le 13 octobre 2022

²État des prévisions de recettes et de dépenses et état réalisé des recettes et des dépenses



➔ Depuis dix ans, je suis trésorier de l'association et participe à deux des nombreuses commissions qui ont été créées au sein du Conseil d'Administration : les finances et la communication. Le travail de trésorier est assez technique et éloigné des résidents et usagers. La présentation des comptes annuels me demande une bonne préparation. Je sais que cette partie de l'AG n'est pas la plus prisée. *J'essaie de ne pas être barbant sans être sûr de ne pas être rasoir.* Pédagogie oblige !

L'association s'est dotée d'un comité d'éthique auquel je participe avec deux autres administrateurs. Bien que nous croulions sous les lois, les

règlements, les normes, et les guides de bonnes pratiques, il reste des cas pour lesquels il n'y a pas de réponses adaptées toutes faites. Le comité d'éthique s'empare de ces situations-problèmes et émet un avis consultatif ; *le comité d'éthique n'a pas pour mission d'édicter de nouvelles règles. C'est sans doute l'instance que je trouve la plus intéressante parmi toutes mes activités au sein de Handi-Espoir car elle me ramène à la vie réelle et donc aux problèmes réels des personnes handicapées, de leurs familles et des personnels qui doivent soigner et prendre soin.*

Jean-Paul BESSEAU
Propos recueillis par Jean-Maurice CALLEAU

Mon engagement à la conduite des sépultures

Mon entrée dans cette mission de conduite des sépultures fait suite à une première demande de Jean BUTON il y a plus de 10 ans. Il a fallu un temps de réflexion ; puis Jean-Marie BOUNOLLEAU est revenu à la charge et là, j'ai accepté ce service.

En compagnie de Thérèse-Marie BONNEAU de Rochetrejoux, nous avons suivi une formation de plusieurs jours à la maison du diocèse à la Roche-sur-Yon. L'évêque a alors donné son accord. Quelques jours plus tard, première demande de Jean-Marie : « *Il y a un décès à Mouchamps, acceptes-tu de conduire la cérémonie ?* ». Il faut bien se lancer... mais *serai-je à la hauteur ?* Le cœur bat un peu plus vite... *On y va !* Puis, les interventions se sont succédé au rythme d'une bonne dizaine par année sur la paroisse de Mouchamps, mais aussi autour de Chantonay et même à la Roche-sur-Yon pour des membres de la famille.

Les demandes que je reçois proviennent en majorité des prêtres de la paroisse mais aussi parfois des équipes d'accompagnement des familles en deuil ou des familles elles-mêmes. Cependant il faut toujours l'accord du doyen de la paroisse. Je fais alors une visite au funérarium où je salue les proches et je les questionne sur la vie et les convictions du défunt ou de la défunte : ceci pour personnaliser la cérémonie. Il me faut aussi connaître les pré-

noms des intervenants qui peuvent parfois stresser en attendant le moment de leur intervention. Après le passage au corps, un "*bon courage !*" aux proches déclenche invariablement des "*merci*" extrêmement chaleureux.

Que retenir de ce rôle ?

Il est important d'apporter réconfort, soutien et espérance aux proches des défunts. Les cœurs sont là, ouverts soit par la blessure de la souffrance et du désarroi, soit par l'amitié et la compassion. Réconforter avec l'aide de la Parole de Dieu n'est pas un vain mot : dire et répéter que la mort n'est pas une disparition et une rupture mais un passage vers la lumière et un bonheur sans limite ; un nouveau chemin s'ouvre pour le défunt ou la défunte mais aussi pour leurs proches. **La célébration des obsèques chrétiennes est un temps privilégié d'évangélisation.** La parole doit être nourrie du message évangélique et biblique, bonne nouvelle d'espérance et de vie.

Bien sûr, cela demande un peu de conviction, de temps et d'énergie mais en échange c'est un réel bonheur pour moi de voir des visages apaisés malgré la peine toujours présente.

Témoignage d'un enseignant à la retraite
recueilli par Marcel BIDAUD

Merci pour les cartes de vœux adressées à l'AVRELCa ! (celles-ci et les autres...)



Noël 2022 - Vœux 2023

Comme chaque année, l'année civile qui se meurt est l'occasion de regarder dans le rétroviseur. Et le paysage est chargé : de l'invasion de l'Ukraine par l'autocrate poutinien à la perception enfin (presque !) unanime du changement climatique, en passant par le matraquage des médias annonçant les risques de coupures d'électricité dans un hiver tout naturellement réfrigéré... sans oublier les préavis de grève à la SNCF, véritables madeines de Proust au même titre que la bûche de Noël.



Dans cet océan médiatique qui se réchauffe, nous avons repéré quelques paquebots de **la démesure** et quelques icebergs de **la résistance**.

Pour la démesure, l'exemple suivant, bien qu'anecdotique, est suffisamment éloquent. Dans l'émission quotidienne de l'été "*Petits plats en équilibre*", les téléspectateurs étaient invités « *à jouer pour gagner 3 000 € par mois jusqu'en 2045* »... Non vous ne rêvez pas ! Nous pourrions évidemment y ajouter la démesure immobilière, énergétique et financière de la coupe du monde au Qatar. Mais le parcours de l'équipe de France et l'engouement médiatique mondial résultant des diverses qualifications et éliminations ont, comme par enchantement, largement minoré les bilans carbone et humains pointés du doigt à la veille de la compétition.

Quant à la résistance, deux figures s'imposent d'emblée :

- **Volodymyr ZELENSKY**, distingué récemment personnalité de l'année par le magazine TIME. Cet homme-président est entré en résistance galvanisant ses concitoyens ukrainiens et mobilisant les soutiens occidentaux avec une vision et une énergie toute gaullienne, la taille en moins !
- **Les intrépides Iraniennes**. Ces femmes osent défier, cheveux au vent, le régime théocratique des Mollahs au nom de "*Femme, Vie, Liberté*", n'hésitant pas à narguer la redoutable "*police des mœurs*".

Démesure et résistance en 2022, mais quelles promesses pour l'année nouvelle ?

Un ami garagiste-philosophe posait un jour la question existentielle suivante :

« *Pourquoi les rétroviseurs sont-ils beaucoup plus petits que le pare-brise ?* »

Sans se lancer dans un développement de bachelier (*vous avez 4 h !*), nous pouvons assurément en déduire, n'en déplaise aux historiens, que 2023 nous ouvre les bras et que nous sommes invités à une vision large, curieuse et réfléchie des choses et des gens, où la mesure et la raison prennent le pas sur les émotions.

Pour ce faire, un seul mot d'ordre : **AMOUR... L'amour de Dieu (...)** et **l'amour « de ton prochain comme toi-même »**, Mt 22, 37-38 ... le cœur du cœur du message de Noël !

Joyeux Noël, belle et aimante année 2023 !

Mie-Jeanne et Jacques (Jacques CHAILLOT et son épouse)

LE MUSÉE DE LA MARINE À LISBONNE

*Des Avrelcais l'ont visité
au cours du voyage au Portugal
en septembre 2022.*

Ils nous font un compte-rendu de leur visite.



Dans une partie du monastère hiéronymite de Belém et son prolongement moderne, on peut découvrir les collections du patrimoine maritime portugais.

Ce petit pays a eu un destin mondial et c'est à un voyage dans le temps et à une découverte du génie des marins lusitaniens tout autour du globe que nous convie ce musée passionnant pour le visiteur pour peu qu'il s'intéresse à l'histoire et à la géographie de l'Empire portugais à travers les siècles, en butte aux avancées des autres puissances coloniales : l'Espagne, l'Angleterre et la France.

Nous sommes accueillis par la statue du célèbre Henri le Navigateur.



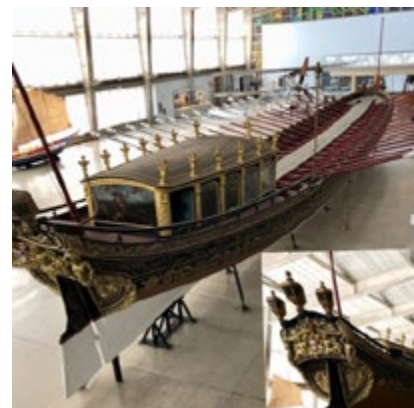
Puis nous parcourons les galeries du musée qui abritent des maquettes ou des répliques du Moyen-Âge à l'époque contemporaine : caravelles, galions, frégates, corvettes... ainsi que des instruments de navigation et des figures de proue.



Dans la partie moderne du musée, le Pavillon des Galères présente de nombreuses embarcations traditionnelles ainsi que des yachts, brigantins royaux et plusieurs galères.



Barques de pêcheurs dans l'ancien Cloître



En fin de parcours, une vaste salle regroupe les témoins de l'essor de l'aéronavale portugaise :



trois hydravions sont réunis dont le Santa Cruz qui permit la première traversée de l'Atlantique-Sud de Lisbonne à Rio de Janeiro le 17 juin 1922 par Cabral et Coutinho.

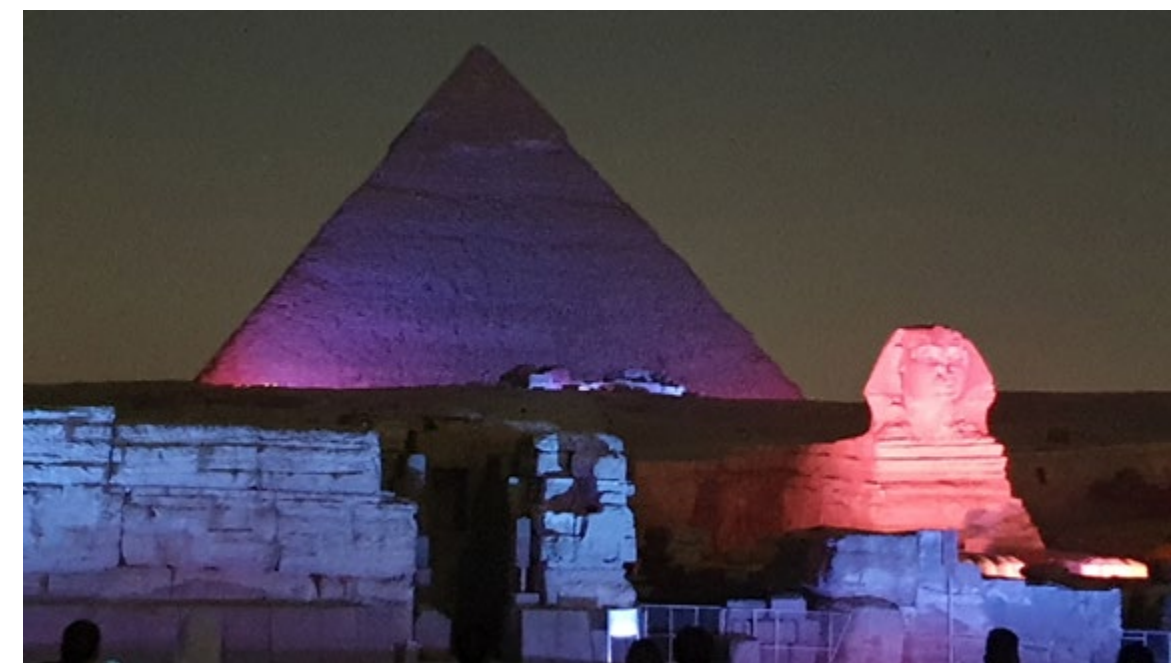
Mireille MARMION

ÉCHOS D'ÉGYPTE

Un groupe de 36 Avrelcais était en Égypte du 26 novembre au 8 décembre 2022. Voyage magnifique qui nous a replongés dans nos souvenirs de 6^{ème}-5^{ème} sur l'étude de la civilisation égyptienne !

La partie "croisière sur le Nil" a été pour nous un enchantement au fil de l'eau... Palais des Pharaons, Sépultures dans la Vallée des Rois et la Vallée des Reines, Abou Simbel !

Nous avons terminé notre voyage à Alexandrie et au Caire avec, le dernier soir, un très beau Son et Lumière sur les Pyramides et le Sphinx !



Le prochain numéro de La Flamme consacrera plusieurs pages à ce voyage.

Voyages 2023

**en Croatie-Dalmatie
du 30 mai au 6 juin**



Une semaine
sur les rives enchantées croates...

**au Vietnam-Cambodge
en novembre-décembre**



Deux semaines de rêve en Asie...

*Voyages complets (47 partants pour la Croatie, 39 partants pour le Vietnam)
Inscriptions closes (prises lors de l'AG 2022)*



À l'automne de notre vie
de belles couleurs nous laissent envisager
de doux moments à vivre encore !