

A.R.A.L

Amicale des Retraités et préretraités de l'A.P.A.V.E Lyonnaise
 177 Route de Sain Bel - 69160 TASSIN LA DEMI-LUNE

Bulletin n° 29 – Mars 2016

Sommaire

- 1 - ARAL et vous
- 2 - Assemblée Générale
- 3 - Escapades en 2016
- 4 - Séjour 2017
- 5 - Conclusions
- 6 - Quelques infos

- Changement d'horaire
- Les clochettes du 1^{er} mai
- Petit beurre « Lu »
- Arnaque e.mail
- Minimum ayant droit
- Opposition démarchage tel.
- Les jeux sont faits
- Prendre de la hauteur
- L'âne au fond du puits

1 – ARAL ET VOUS

Un hiver rigoureux annonce en principe un bel été. Mais avant tout, le printemps ne va pas tarder à nous montrer le bout de son nez, avec les bourgeons en fleurs et les petites fleurs vont éclore.

C'est aussi l'approche du départ de notre séjour en Italie pour les 52 personnes qui se sont inscrites pour visiter la Toscane, avec la découverte des 5 Terres, Pise, Siene, Florence, et l'île d'Elbe. Espérons que le temps soit clément afin de mieux apprécier les sites à visiter.

2 – ASSEMBLEE GÉNÉRALE

L'assemblée générale de notre association s'est déroulée le mardi 8 mars 2016 à 10 h à l'APAVESUD EUROPE à TASSIN, suivie comme à l'accoutumée d'un repas.

Nous étions 50 à partager ce repas au Domaine St Joseph à Ste Foy les Lyon. Cette réunion a permis de nous retrouver, car pour certains, c'est le seul moment d'échanger et de mémoriser quelques souvenirs communs de l'APAVE. Nous ne manquerons pas de vous adresser le compte rendu de cette réunion.

3 – PLUSIEURS ESCAPADES SONT PREVUES EN 2016

Comme déjà évoqué, les membres de l'ARAL ont proposé deux sorties d'une journée et qui ont été retenues par les adhérents lors de l'AGle, à savoir : ANNECY le 23/06/16 et la visite de la Grotte CHAUVET le 12/10/16. Les programmes seront transmis par courrier séparé.

4 – SEJOUR 2017

Lors de l'assemblée générale, deux destinations ont été présentées : l'Espagne (dont l'Andalousie) et le Portugal. Après présentation des deux séjours, les adhérents ont élu majoritairement le Portugal comme circuit 2017. Nous ne manquerons de vous donner plus de détails après finalisation avec l'agence de voyages.

5 – DEPART DE JEAN CLERGEAT

C'est avec une grande tristesse que nous vous informons du décès de Jean CLERGEAT qui œuvrait en qualité de contrôleur de gestion au siège de l'APAVE à TASSIN. Il était également adhérent de l'ARAL.

Nous adressons à ses proches nos plus sincères condoléances.

5 – CONCLUSIONS

Nous vous souhaitons beaucoup de bonheur, dans ce monde qui bouge parfois trop vite. N'oubliez pas que le 27 mars, c'est le passage à l'heure d'été : à 2 heures, il sera 3 heures.

Les membres du Conseil d'Administration

6 – QUELQUES INFOS

1/ CHANGEMENT D'HORAIRE

N'oubliez pas que le 27 mars, c'est le passage à l'heure d'été : à 2 heures, il sera 3 heures. Un peu d'histoire sur ce changement d'heure.

C'est le choc pétrolier de 1973 qui a engendré le changement d'heure en France dans un souci d'économies d'énergie. Il a été mis en place en 1976 et existe aujourd'hui à travers le monde dans 70 pays. Le principe : chaque année, on change d'heure en reculant sa montre le dernier dimanche du mois de mars pour l'été et en l'avancant le dernier du mois d'octobre pour l'hiver. **Le changement d'heure 2016** se fera le 27 mars pour le passage à l'heure d'été et le 30 octobre pour l'heure d'hiver.

Le prochain changement d'heure, qui marquera le retour à l'heure d'été, aura lieu dans la nuit du 26 au 27 mars 2016. Dans le tableau ci-dessous, vous trouverez la date du changement d'heure 2016. Mais aussi la date du passage à l'heure d'été et à l'heure d'hiver pour les années 2017, 2018, 2019 et 2020.

Dates des changements d'heure 2016 et suivants :

Année	Passage à l'heure d'été	Passage à l'heure d'hiver
Changement d'heure 2016	dimanche 27 mars à 2 heures	dimanche 30 octobre à 3 heures
Changement d'heure 2017	dimanche 26 mars à 2 heures	dimanche 29 octobre à 3 heures
Changement d'heure 2018	dimanche 25 mars à 2 heures	dimanche 28 octobre à 3 heures
Changement d'heure 2019	dimanche 31 mars à 2 heures	dimanche 27 octobre à 3 heures
Changement d'heure 2020	dimanche 29 mars à 2 heures	dimanche 25 octobre à 3 heures

Règles du changement d'heure : avancer ou reculer ?

Chaque année, ce sont les derniers week-ends des mois de mars et octobre qui ont été retenus par les autorités françaises et européennes pour faire cette transition. La **période de l'heure d'été s'étale sur 7 mois, contre 5 seulement pour l'heure d'hiver**. Chaque année, le fonctionnement des deux changements d'heure demeure le même, en fonction du moment de l'année :

Pour le passage à l'heure d'été (changement d'heure du printemps) : à 2 heures du matin, il sera 3 heures. Il faut avancer sa montre, soit une perte d'une heure de sommeil.

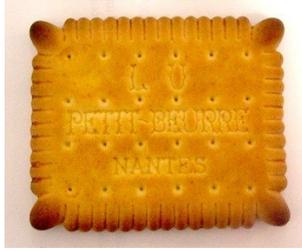
Pour le passage à l'heure d'hiver (changement d'heure de l'automne) : à 3 heures du matin, il sera 2 heures. Il faut retarder sa montre, soit un gain d'une heure de sommeil.

Source : Ministère de l'Écologie

2/ Le sillage des jolies clochettes de mai

Depuis 1886, le 1^{er} mai est la fête du travail. C'est aussi le seul jour où chacun peut, sans autorisation, vendre du muguet sur la voie publique. La région de Nantes fournit 80% du muguet vendu en France. Ce « lys des vallées », symbole de l'arrivée du printemps et du bonheur, est réputé rendre amoureux celui ou celle à qui il est offert. Une raison de plus d'aimer ces graciles clochettes au délicieux parfum.

3/ Savez-vous pourquoi le Petit beurre "LU" possède 52 dents ????



Lorsque, à NANTES, en 1886, Louis LEFEVRE UTILE, fils des fondateurs de la Société LU imagine ce biscuit, son but est de créer un gâteau qui puisse être mangé tous les jours. D'où son idée originale de représenter le "temps".

Les 52 dents représentent les semaines de l'année

- Les quatre coins représentent les saisons
- Ce biscuit qui mesure 7 cm fait référence aux 7 jours de la semaine
- et les 24 petits points s'identifient aux 24 heures de la journée

Pour la forme et le lettrage, il s'est inspiré d'un napperon de sa grand-mère.

La recette à bien fonctionné puisque 6 400 tonnes de véritables « Petit Beurre LU » se vendent chaque année !

Vous ne dégusterez plus jamais un petit-beurre comme avant !

4 – Comment repérer un mail dangereux (phishing) et le signaler.

Si vous recevez un mail de votre opérateur, de votre banque, d'un magasin en ligne ou tout autre organisme **qui menace de supprimer votre compte, soyez vigilants**. Ils vous demandent en général de vous connecter à votre compte en cliquant sur un lien où vous devrez ensuite entrer vos coordonnées bancaires, parfois même votre code. Il s'agit d'arnaque appelée phishing.

Il ne faut évidemment pas cliquer sur le lien. **Vous pouvez en revanche signaler le mail frauduleux sur ce site: www.phishing-initiative.com**

Sous Gmail, vous pouvez aussi le signaler directement depuis votre email.

- Cliquez sur le triangle en haut à droite de votre mail, puis cliquez sur **Signaler comme phishing**. Le mail disparaît puis est signalé aux services Gmail. Souvenez-vous que les mails menaçants sont suspects et que jamais l'un de vos fournisseurs ne vous demandera de vérifier votre compte de cette façon.

Source : Notre temps février 2016

5/ LE MINIMUM AUQUEL VOUS AVEZ DROIT

Même en ayant peu cotisé, vous pouvez prétendre à un revenu minimum une fois à la retraite. Mais les conditions pour en bénéficier varient en fonction de votre situation passée et présente.

- **Le minimum contributif: si vous avez cotisé sur des petits salaires**

Depuis le 1^{er} octobre 2015, le montant entier du minimum majoré de la retraite de base est fixé à **688€/mois**. Mais pour bénéficier de cette somme, encore faut-il remplir toutes les conditions, notamment plus de 120 trimestres de cotisation.

- **L'Aspa: une garantie pour tous**

Tout retraité a droit à un minimum de ressources pour vivre. Par le passé, ce minimum était atteint par le cumul de plusieurs prestations. Désormais, le dispositif a été simplifié et prend la forme d'une allocation unique et différentielle: l'allocation de solidarité aux personnes âgées (Aspa).

- **Pension de réversion: le montant plancher** Le conjoint d'un assuré décédé a droit, en fonction de ses ressources, à une pension de réversion versée par le régime général. Sous certaines conditions, cette pension ne peut descendre au-dessous de 283,87€/mois depuis le 1^{er} octobre 2015.

Source : Notre temps du 27/02/16

6/ OPPOSITION AU DEMARCHAGE TELEPHONIQUE

Attendue depuis plusieurs mois, la liste d'opposition au démarchage téléphonique sera effective avant l'été.

Les consommateurs, exaspérés d'être dérangés chez eux ou sur leur mobile, l'attendaient à l'automne 2015. La liste d'opposition au démarchage téléphonique, votée dans le cadre de la loi consommation du 17 mars 2014, sera finalement **mise en place le 1er juin 2016**. Martine PINVILLE, secrétaire d'État en charge du commerce, de l'artisanat, de la consommation et de l'économie sociale et solidaire, a annoncé la désignation de la Sté Opposetel comme gestionnaire de cette liste : "Dès l'été 2016, le gouvernement pourra garantir la protection effective des consommateurs qui ne souhaitent pas être démarchés téléphoniquement en instituant **un service simple, gratuit et accessible**".

Désormais, les professionnels ayant recours au démarchage téléphonique pour de la prospection commerciale **ne pourront pas, sous peine d'amendes, appeler les numéros figurant sur cette liste**. Ces derniers devront s'assurer systématiquement auprès de l'organisme Opposetel que leurs fichiers clients sont bien expurgés des numéros de téléphone y figurant.

En septembre 2015, une enquête de 60 Millions de consommateurs révélait que les démarcheurs les plus insistants étaient ceux proposant des **travaux de rénovation dans la maison (82%)** ou vantant les mérites des **énergies renouvelables (75%)**. Des appels survenant principalement le samedi, en numéro masqué.

Comment s'inscrire ?

À partir du **1er juin 2016**, les consommateurs pourront s'inscrire en communiquant leurs numéros de téléphone :

- soit par courrier
- soit **sur le site internet dédié** qui sera mis en place une fois la procédure de dépôt de marque achevée.

Un récépissé qui leur précisera la durée de l'inscription ainsi que la date à laquelle elle deviendra effective, au plus tard dans les trente jours de la délivrance du récépissé. Ainsi, les inscrits au 1^{er} juin retrouveront la tranquillité le 1^{er} juillet 2016.

7/ Le saviez-vous ? Les jeux sont faits, mais l'Etat a une idée...

Si en 1550, avec ses 72 cartiers, Lyon était le premier centre de production de cartes, une longue récession s'ensuivit. L'introduction de l'impôt par Henri III en 1581-83 incita les cartiers à s'exiler en Savoie, Lorraine, Espagne, Suisse. Il ne restait que 8 maîtres en 1780. L'impôt fut perçu par intermittence jusqu'en 1791.

En 1623, les manifestations violentes des cartiers obtinrent du roi, la suppression très provisoire de l'impôt à Lyon. En 1798, réapparition de la taxe jusqu'en 1945, avec un timbre humide sur l'as de trèfle à partir de 1890.



Avec les progrès de l'imprimerie, l'édition des cartes demanda un matériel onéreux et sera le fait de grosses entreprises. Après 1946, les jeux de fantaisie se sont multipliés, avec des figures dessinées par des artistes. Tel fut à Lyon le jeu dessiné par Touchagues pour Rhodiacéta.

Les cartes étaient un jeu, mais dès le début censées apporter un message. D'abord par leurs enseignes. Pour le Lyonnais Claude Ménestrier, les cœurs représentaient les ecclésiastiques, les piques la noblesse militaire, les trèfles les gens de la campagne, les carreaux les bourgeois (à cause des pavés de leurs maisons). Une autre hypothèse attribue aux cœurs les sentiments nobles et généreux, le trèfle fleuron à trois branches représente le nombre ternaire, mystérieux, révéral, le carreau dérive du cube symbole de la sagesse et de la constance, et le pique est l'emblème de la force militante, auxiliaire de la force morale.



Si le jeu de cartes apporte sinon la fortune, du moins l'émotion, l'homme a voulu aussi qu'il dévoile l'avenir qui fait peur. Tandis que certains bâtissent de fragiles châteaux, d'autres réussissent ou non des patiences. Et les cartomanciens nous révèlent la bonne aventure.



8/ Prendre de la hauteur dans un géant d'acier.

L'hôtel-grue Havenkraan joue la singularité avec une seule chambre dotée d'une vue inouïe. Surplombant le port de Harlingen, aux Pays-Bas, à 17 mètres au-dessus du niveau de la mer, la « Tête bleue » – c'est le surnom de cette cabine de grue transformée en habitacle high-tech – favorise la prise de distance.

Les 60 m² de la salle des machines ont été transformés en chambre tout confort avec salle de bain. Vous avez quand même envie de changer l'orientation du lit ? En empruntant une petite échelle, vous accèderez à l'ancienne cabine du grutier. D'un simple geste de la main, vous ferez pivoter les 56 000 kilos d'acier. Enfantin.

Au Pays-Bas, faites tourner votre chambre d'Hôtel en 360 degrés !



Si vous êtes déjà demandé ce que cela doit être l'envie de passer la nuit dans une grue portuaire industrielle, il y a un [hôtel](#) unique à Harlingen, [Pays-Bas](#), que vous devez absolument visiter. L'Hôtel Crane « One-room » bien qu'elle ne soit pas très grande, elle permet aux touristes de faire fonctionner la grue géante et tourner sur 360 degrés pour des vues incroyables sur leur environnement. Situé dans la ville balnéaire de Harlingen, à une heure de route d'Amsterdam, l'Hôtel Crane offre une escapade luxueuse pour deux personnes. La grue portuaire authentique

utilisée pour déplacer les conteneurs dans les années 1960 a été convertie en un hôtel unique entre 2001 et 2003. Bien qu'il conserve son aspect industriel à l'extérieur, l'intérieur a été radicalement modifié pour fournir le même degré de confort que les autres hôtels haut de gamme.

Ils ont ajouté des décorations de bon goût, la dernière technologie audio-vidéo, un lit double confortable, et une cabine de douche pour 2 personnes en chambre double, mais aussi conservé quelques-uns des éléments qui font que cet endroit soit unique, comme le pont d'observation et les fenêtres d'origine.

Perché à environ 17 pieds au-dessus des pairs Harlingen, l'hôtel Crane n'est plus accessible via son échelle en acier vieux, mais par un ascenseur moderne interne. La grue est encore fonctionnelle, et vous pouvez faire pivoter de 360 degrés pour attraper quelques belles vues de la ville ancienne de pêche néerlandais.

Les opérateurs de l'Hôtel vous conseillent de ne préparer qu'une valise ou un sac souple si vous tenez à votre espace. En outre, pour des raisons de sécurité, seules deux personnes sont autorisées sur les lieux en même temps. Un séjour à l'Hôtel Crane à Harlingen vous coûtera 400 \$ (308€) la nuit. Ce n'est certainement pas le moins cher hôtel, vous pouvez trouver, mais c'est le seul qui vous permettra de jouer avec votre chambre en la faisant pivoter.

Le plus FOU ? Se faire livrer son petit déjeuner par ascenseur tubulaire au lever du jour ! Le Rêve....

Alors qu'attendez-vous ? Réservez dès maintenant – réservation 1 an à l'avance ! Pour 308 € la nuit.

L'âne au fond du puits

Un jour, l'âne d'un fermier est tombé dans un puits.

L'animal gémissait pitoyablement pendant des heures, et le fermier se demandait quoi faire.

Finalement, il a décidé que l'animal était vieux et le puits devait disparaître de toute façon, ce n'était pas rentable pour lui de récupérer l'âne.

Il a invité tous ses voisins à venir et à l'aider.

Ils ont tous saisi une pelle et ont commencé à enterrer l'âne dans le puits.

Au début, l'âne a réalisé ce qui se produisait et se mit à crier terriblement.

Puis à la stupéfaction de chacun, il s'est tu.

Quelques pelletées plus tard, le fermier a finalement regardé dans le fond du puits.

Et il a été étonné de ce qu'il a vu.

Avec chaque pelletée de terre qui tombait sur lui, l'âne faisait quelque chose de stupéfiant. Il se secouait pour enlever la terre de son dos et montait dessus.

Pendant que les voisins du fermier continuaient à pelleter sur l'animal, il se secouait et montait dessus.

Bientôt, chacun a été stupéfié que l'âne soit hors du puits et se mit à trotter !

La vie va essayer de t'engloutir de toutes sortes d'ordures.

Le truc pour se sortir du trou est de se secouer pour avancer..

Chacun de tes ennuis est une pierre qui permet de progresser.

Nous pouvons sortir des puits les plus profonds en n'arrétant jamais.

Il ne faut jamais abandonner !

Secoue-toi et fonce!

Rappelle-toi, les cinq règles simples !

À ne jamais oublier, surtout dans les moments les plus sombres.

Pour être heureux :

1. Libère ton cœur de la haine.
2. Libère ton esprit des inquiétudes.
3. Vis simplement.
4. Donne plus.
5. Attends moins.
