



UNSa

VOTRE ALLIÉE DU QUOTIDIEN !



**VIE
SYNDICALE**

« Affamer la bête »...
et faire payer les retraités



ACTUALITÉ

Fin de vie
Une avancée déterminante



**VIE
ASSOCIATIVE**

Retour vers le passé en
photographies

SOMMAIRE

VIE SYNDICALE



ACTUALITÉ



LOISIRS



- 8 JEAN DUBUFFET (1901-1985) LE DÉFI AU QUOTIDIEN
- 9 JEUNES, PARTEZ EN VACANCES GRÂCE À LA JPA 43

VIE ASSOCIATIVE



- 10 EXPOSITION DE PHOTOGRAPHIES DU 29 MAI AU 31 OCTOBRE 2025

SANTÉ



LES LIENS QUI VOUS INTÉRESSENT

Rester au courant de l'actualité des retraités :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Connaitre la fiche de route de l'UNSA :

[CLIQUEZ POUR TÉLÉCHARGER](#)

Renforcer son autonomie grâce à la carte inclusion-mobilité - Puy-de-Dôme :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Renforcer son autonomie grâce à la carte inclusion-mobilité - Allier :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Renforcer son autonomie grâce à la carte inclusion-mobilité - Cantal :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Renforcer son autonomie grâce à la carte inclusion-mobilité - Haute-Loire :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Accéder à une séance d'ostéopathie :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Connaitre ses droits pour des frais engagés pour une association :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Accéder à ses droits et se faire aider au plus près de chez soi :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

S'héberger ou héberger sur Clermont-Ferrand :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Partager un toit :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

Faire un don :

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

[CLIQUEZ POUR PLUS D'INFORMATION](#)

UNSA Retraites 63
CPPAP 0927 S 06195
ISSN n°2648-2207
Bulletin n°103 - Juin 2025
www.unsa.org

SE-UNSA 63
29 rue Gabriel Péri
63000 CLERMONT-FERRAND

Directeur de publication :
JM BRUN

63 Auvergne PIC
P4
LA POSTE
DISPENSE DE TIMBRAGE

[CLIQUEZ POUR EN SAVOIR PLUS](#)

Dans cette version numérique vous trouverez des liens directs pour des compléments d'informations sur internet.

L'UNSA en Auvergne :

UD UNSA de l'Allier :
5 rue de la Vigerie
03500 SAINT-POURÇAIN
04 70 98 55 59
ud-03@unsa.org

UD UNSA de la Haute-Loire :
Maison des syndicats
4 rue de la passerelle
43000 LE PUY EN VELAY
04 71 09 28 43
ud-43@unsa.org

UD UNSA du Cantal :
Centre Laïque Antonin Lac
Rue du 139ème RI
15012 AURILLAC
04 71 48 72 25
ud-15@unsa.org

UD UNSA du Puy-de-Dôme :
Maison du Peuple
29 rue Gabriel-Péri
63000 CLERMONT-FERRAND
04 73 19 83 83
ud-63@unsa.org

ACCES AUX SOINS : DANGER

L'insuffisance notoire de médecins généralistes et spécialistes, leur inégale répartition sur le territoire national et au sein de notre région génèrent des discriminations dont souffrent les populations les moins favorisées. Elles entraînent des pertes de chances inacceptables : impossibilité de trouver un médecin traitant, absence de suivi médical régulier et de mesures de prévention, rendez-vous très différés, retard de diagnostic et progression des maladies évolutives.

Le recours aux personnels paramédicaux relève souvent d'un parcours complexe et difficile.

Les événements récents mettant en cause de jeunes collégiens et le mal-être de nombreux jeunes montrent pourtant l'urgence d'une politique psychologique et psychiatrique de prévention et de soins urgente et indispensable. Impossible vu l'état de déliquescence de ces services.

Les difficultés d'accès à l'hôpital public sont hélas une réalité pénalisante.

Les gouvernements successifs des dernières années n'ont tenu aucun compte des alertes formulées par les organisations syndicales et les associations de malades ou de personnes en situation de handicap.

Des mesures fortes, pérennes et concertées s'imposent d'urgence.

Garantir l'égalité des droits aux soins de qualité et à l'accompagnement médico-social pour tous les citoyens est une nécessité démocratique.

Quelques idées-force :

- **Recrutement et formation de professionnels en plus grand nombre avec une attention particulière aux personnes ayant des besoins spécifiques (personnes âgées ou en situation de handicap, personnes présentant des maladies chroniques, troubles psychiques ou psychiatriques...)**
- **Bonne couverture territoriale pour tous les professionnels de santé**
- **Recrutement de médecins hospitaliers et des services d'urgence**
- **Accroissement des capacités d'accueil des services de soins et d'aide à domicile**
- **Accessibilité des locaux et des équipements, avec des professionnels formés pour l'accueil des personnes sourdes, malentendantes, malvoyantes, aveugles, des personnes ayant des troubles cognitifs, des personnes non francophones**
- **Meilleure prise en charge des frais médicaux par la Sécurité Sociale**
- **Représentation des usagers dans les instances des établissements de santé et de soins**
- **Contrôle régulier et sérieux des établissements d'hébergement publics et privés par l'ARS et les Conseils Départementaux.**

Des progrès sont urgents pour améliorer l'accès aux soins et le suivi médical de toutes les personnes malades ou devant bénéficier des soins bucco-dentaires dès le plus jeune âge. Ne négligeons aucun moyen de pression en direction des pouvoirs publics et des parlementaires qui votent lois et budgets.

Cournon, le 16 Juin 2025
Jean-Claude MONTAGNE

Dans notre bulletin de fin septembre 2025, vous découvrirez entre autres :

- un dossier de présentation des restaurants pédagogiques présents dans les établissements scolaires de l'académie
- une nouvelle page associative : rubrique dans laquelle nous relayons les engagements associatifs de nos adhérents

« AFFAMER LA BÊTE »... ET FAIRE PAYER LES RETRAITÉS



« Affamer la bête », en version originale « Starve the beast », c'est une théorie élaborée par les conservateurs américains, qui consiste à diminuer les ressources fléchées vers la protection sociale et les budgets publics, pour faire apparaître des déficits et ensuite réduire les services publics et le périmètre de la protection sociale.

C'est la politique mise en œuvre depuis le premier mandat d'Emmanuel Macron, celle qui a consisté en cadeaux fiscaux aux plus riches, exonérations de cotisations patronales, plafonnement de la fiscalité des dividendes, baisse de l'impôt sur les bénéfices des entreprises. Affamer la bête donc !

Les budgets publics sont dans le rouge, les comptes de la Sécurité sociale revêtent la même couleur et il faut, nous dit-on, trouver dans l'urgence 40 milliards d'euros.

Face à cette demande pressante, les organisations patronales ont fait assaut d'imagination, non pour apporter leur obole, mais pour mettre à contribution... les retraités, réputés nombreux, riches et oisifs...

Depuis janvier, elles ont, soit au sein du colloque des retraites, soit à sa marge, multiplié les attaques contre les retraités et leur pouvoir d'achat, histoire de trouver quelques subsides pour abonder les 40 milliards d'euros réclamés par le premier ministre.

C'est le MEDEF qui a ouvert le feu, en janvier, avec la proposition de supprimer l'abattement fiscal des retraités et de favoriser la retraite par capitalisation.

L'offensive s'est poursuivie avec la CPME et M. Reza-Tofighi qui préconise aussi la suppression de l'abattement fiscal, mais ajoute au catalogue le gel des pensions et estime que par rapport à la moyenne européenne les retraités français sont trop bien traités. Il faudrait donc tendre vers les standards européens moyens et par là même faire passer sous le seuil de pauvreté 700 000 ou 800 000 retraités supplémentaires, afin que leur proportion atteigne 15%. C'est indécent, nous n'avons que 1.8 millions de retraités pauvres !

Dernier coup et pas des moindres, le 6 mai, la conférence de presse de l'U2P, les artisans, professions indépendantes et professions libérales, dont les propositions sont assez directement inspirées par Antoine Foucher, ex conseiller de Muriel Pénicaud et auteur de l'ouvrage « Sortir du travail qui ne paie pas ». Pour rendre 100 milliards d'euros aux gens qui travaillent, on cible une série de mesures fléchées contre la rente et les revenus de remplacement. Donc, contre les retraités.

On propose de supprimer la CSG et la CRDS pour l'ensemble des actifs. On les remplace par une taxe calibrée à 8% affectant uniquement les retraités, mais tous les retraités y compris ceux qui sont exonérés de CSG. On gèle les pensions pour trois à cinq ans.

On l'a bien compris, le patronat, bien aidé dans cette voie par Mme Amélie de Monchalin, considère que les retraités constituent dans leur majorité, sinon dans leur totalité, une catégorie privilégiée, notamment parce qu'ils sont

détenteurs de patrimoine.

C'est vrai, 70% des 65-69 ans sont propriétaires de leur maison. Mais 28% de la même classe d'âge sont locataires et 2% usagers non propriétaires. A l'inverse, 28% sont multi-proprétaires. C'est bien la preuve que ce que nous avançons, à l'appui de notre Baromètre des retraités, se vérifie dans les données de l'INSEE : tout le monde ne vit pas la même retraite et les retraités constituent une population hétérogène.

Supprimer l'abattement fiscal de 10% dont ils bénéficient sur

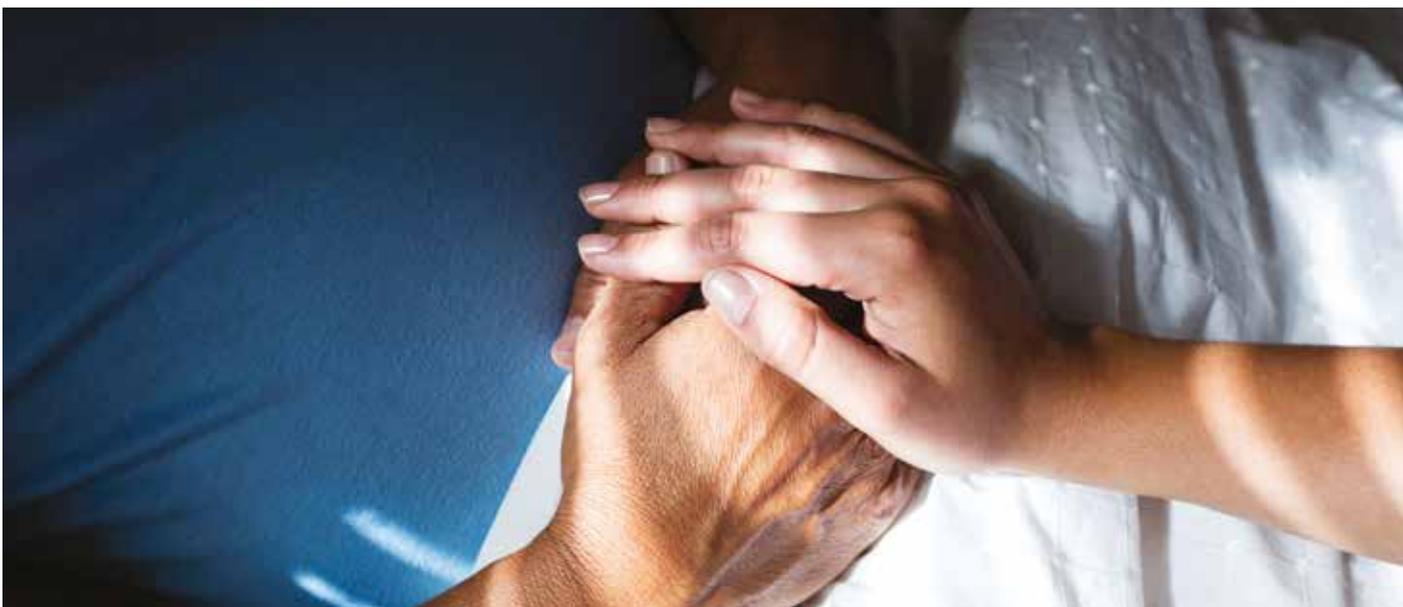
le montant de leur pension, consiste à établir un impôt supplémentaire sur les pensions. Si l'on veut taxer les retraités les plus riches, ce sont les revenus du patrimoine qu'il faut d'abord cibler, pas les pensions.

Preuve que la suppression de l'abattement fiscal de 10% est un mauvais outil fiscal pour mettre à contribution les retraités riches, avec cette mesure, du fait de son plafonnement à 4300 euros, les 5% les plus riches seraient moins pénalisés que les retraités de la classe moyenne supérieure dont les revenus se situent entre 40 000 et 50 000 euros. Les premiers perdraient 0.9% de pouvoir d'achat, les autres 1.5%.

Avant de lancer cette idée, aussi fumeuse que démagogique, la ministre des comptes publics eut été bien inspirée de demander à ses services une étude d'impact. Elle aurait pu vérifier qu'elle risquait de rendre imposables 500 000 retraités et d'en appauvrir d'autres. Particulièrement ceux que cette mesure ferait changer de tranche de CSG.

Autant de bonnes raisons de signer la pétition de l'UNSA Retraités refusant la suppression de l'abattement fiscal des retraités.





FIN DE VIE UNE AVANCÉE DÉTERMINANTE

Le 26 mai, l'Assemblée Nationale a adopté en première lecture deux propositions de loi déterminante pour améliorer la fin de vie de nos concitoyens :

- Une proposition de loi sur les soins palliatifs.
- Une proposition de loi sur l'aide à mourir.

La proposition de loi sur l'accompagnement et les soins palliatifs a été adoptée à l'unanimité des 560 votes exprimés.

La proposition de loi sur l'aide à mourir a reçu 305 voix pour et 199 contre, elle a donc également été adoptée.

Le vote du texte sur l'aide à mourir constitue une avancée majeure. Le pacte progressiste pour la fin de vie, dont l'UNSA Retraités est membre, restera mobilisé car le parcours législatif va se poursuivre au Sénat. Et la majorité conservatrice qui domine la Haute Assemblée risque d'être beaucoup plus réticente quant à l'adoption du texte sur l'aide à mourir. L'article 17, qui prévoit des sanctions à l'encontre de toute personne ou association se livrant à une entrave ou une obstruction délibérée contre l'information sur l'aide à mourir ou sa mise en œuvre, soulève l'opposition des parlementaires les plus conservateurs.

Pour l'UNSA Retraités, l'adoption en première lecture de ces deux projets de loi par l'Assemblée Nationale répond largement aux attentes que nous avons exprimées dans nos résolutions de congrès.

D'abord en 2018, quand nous nous étions donnés le mandat suivant :

«L'UNSA Retraités demande :

Le développement de services de soins palliatifs sur l'ensemble du territoire, en établissement ou à domicile, avec des personnels formés en nombre suffisant.

Des campagnes d'information pour faire connaître le dispositif des directives anticipées.

Le respect, par l'équipe médicale, de la volonté du malade précédemment exprimée dans ces directives.

L'application du droit à la sédation profonde jusqu'au décès.

Compte tenu des évolutions constantes chez nos voisins européens, la loi doit progresser afin que toute personne en phase avancée ou terminale puisse, conformément à ses souhaits exprimés dans les directives anticipées, bénéficier d'une assistance médicalisée active à mourir.»

Puis en janvier 2023, lors de notre VIIe congrès, nous ajoutions à notre résolution le paragraphe suivant :

«Il convient d'inscrire dans le droit français, le suicide assisté d'une part et l'euthanasie d'autre part. Un cadre juridique rigoureux doit être finalisé pour permettre d'humaniser les circonstances de fin de vie. La loi devra rechercher la juste articulation des principes de liberté, de dignité, d'équité, de solidarité et d'autonomie. Elle devra aborder le sujet de la formation et de la recherche développant une culture palliative solide et approfondie.»

Enregistrons ce moment déterminant comme une étape dans l'évolution vers une société plus respectueuse de la liberté de choix de la dignité et du libre arbitre de ses citoyens.

POUR ALLER PLUS LOIN, VOICI LES TEXTES ADOPTÉS PAR L'ASSEMBLÉE NATIONALE :



CLIQUEZ POUR
DÉCOUVRIR LE PROJET DE LOI SUR
LE DROIT À L'AIDE À MOURIR



CLIQUEZ DÉCOUVRIR LE PROJET
DE LOI SUR L'ACCÈS AUX
SOINS PALLIATIFS



CLIQUEZ POUR
POUR ACCÉDER
AU SITE PRÉAU

PRÉAU, COMITÉ D'ENTREPRISE NUMÉRIQUE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ACCESSIBLE AUX RETRAITÉS

« Préau » est un espace associatif réservé aux personnels de l'Éducation nationale, mis en place par le ministère de l'Éducation nationale.

Pour nos lecteurs, « préau » est un mot qui évoque les bottes en caoutchouc, les imperméables raides (les Kway n'existaient pas encore quand on était gamin), des bousculades, une espace très bruyant et une vague odeur de chien mouillé... Pas les souvenirs les plus réjouissants de la communale.

Les communicants de l'Éducation nationale ont utilisé ce vocable (s'il s'agit d'un acronyme, le sens en reste obscur) pour désigner une nouveauté, un comité d'entreprise destiné aux personnels de l'Éducation Nationale, sous la forme d'une plateforme numérique. Et qui plus est, accessible aux retraités !

Explications :

Préau : qu'est-ce que c'est ?

Préau est un espace associatif réservé aux personnels de l'Éducation nationale, mis en place par le ministère de l'Éducation nationale. Il s'agit d'une association nationale loi 1901, créée pour améliorer le bien-être et la qualité de vie des agents de l'Éducation nationale (enseignants, personnels administratifs, etc.), qu'ils soient actifs ou retraités.

A quoi ça sert ?

Cette plate-forme numérique offre des services, avantages et réductions sur de nombreux domaines : culture, sport, loisirs, voyages, billetterie, etc.

Vous pouvez disposer de réductions sur des locations de vacances, des billets de cinéma, accéder gratuitement à des sites numériques de journaux...

Comment ça marche ?

Il suffit de s'inscrire sur le site Préau.

La démarche est très simple :

Il faut renseigner son identité, sa date de naissance, une adresse mail, créer un mot de passe, et, le plus compliqué, scanner la première page de son titre de pension. Vous savez, le papier bleu que vous avez reçu deux mois avant votre départ à la retraite, et dont vous vous demandez dans quel dossier vous avez bien pu le ranger !



CLIQUEZ POUR
POUR ACCÉDER À LA
CRÉATION DE COMPTE

Quand vous avez fait tout ça, classiquement vous recevez un mail de confirmation, vous cliquez et vous êtes inscrit.

Les limites

Il s'agit d'un espace numérique, uniquement accessible par internet. Les victimes de la fracture numérique, et il en existe parmi les plus âgés de nos retraités, sont exclues de fait.

Mais c'est quand même un plus dans un champ professionnel où la notion de comité d'entreprise est demeurée très longtemps totalement inexistante. Et pour une fois que l'Éducation Nationale n'oublie pas ses retraités, ne boudons pas notre plaisir !



LES ŒUVRES DE L'ÉDITION 2025

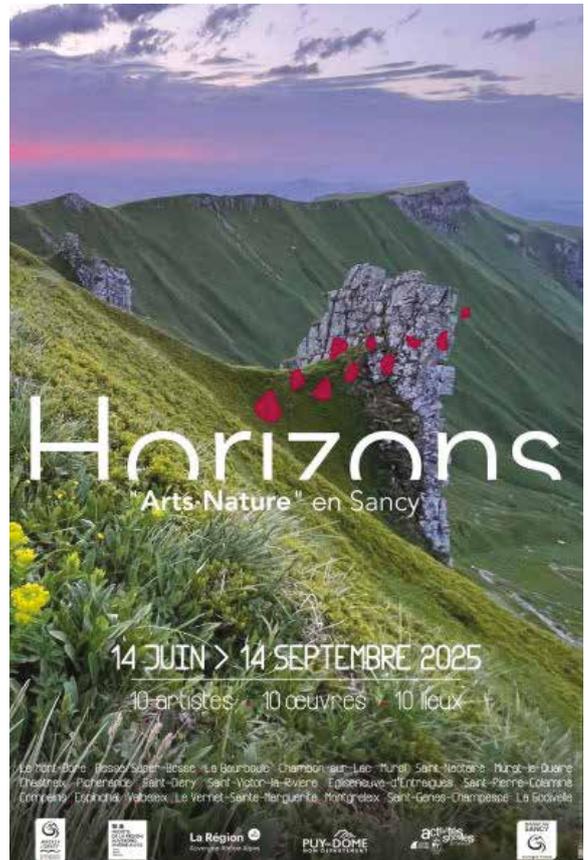
DU 14 JUIN AU 14 SEPTEMBRE 2025

DANS LE MASSIF DU SANCY, AUVERGNE

Pour cette 19^{ème} édition, les artistes nous promettent d'entrer dans une communion profonde avec la nature à travers leurs œuvres. Comme pour recréer le lien indispensable qui existe entre les êtres humains et le reste de la nature, les artistes nous interpellent sur cette relation homme-nature parfois devenue abstraite. La magie et le rêve sont également à l'honneur de cette édition.

Accès aux œuvres 2025 :

La localisation précise des œuvres Horizons 2025 est disponible. Depuis le 12 juin 2025, vous pouvez obtenir la carte Horizons 2025 sur simple demande dans les Offices de Tourisme du Sancy et de Clermont-Ferrand. En attendant, vous pouvez consulter la pré-carte des œuvres avec l'emplacement des œuvres par commune.



HORIZONS LISTENERS

Horizons Listeners est une installation artistique représentant deux créatures mythiques des montagnes qui se tiennent par la main et regardent vers l'horizon.



MEGANEURIDAE

Cette sculpture intitulée Meganeuridae, du nom d'une catégorie de libellule préhistorique géante, capture la majesté de ces insectes anciens.



En 2025, c'est au tour des enfants des écoles élémentaires du Mont-Dore et de Saint-Diery/Cotteuges de réaliser leurs œuvres monumentales, éphémères et respectueuses de l'environnement. Chaque école crée son projet avec la contribution de deux artistes ayant déjà participé aux précédentes éditions d'Horizons « Arts-Nature » en Sancy : Tamara Ivanda et Fabienne Cinquin.

Projet multidisciplinaire piloté par les enseignants Lydie Marcilloux et Cécile Guillaume (Le Mont-Dore); Sophie Potier et Cécile Pradier-Valez (Saint-Diery) et accompagné par Pascale Desvilettes, conseillère pédagogique en arts plastiques, Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale du Puy-de-Dôme.



Téléchargez gratuitement l'application mobile Sancy Explorer et retrouvez les balades Horizons.

Parcours géolocalisés avec guidage vocal, présentation des points d'intérêts, lecture de paysage, anecdotes... N'oubliez pas de télécharger vos parcours à l'avance, puis sur place, plus besoin de connexion Wifi ou 3G pour pouvoir réaliser votre itinéraire, seulement d'un signal GPS.

JEAN DUBUFFET (1901-1985) LE DÉFI AU QUOTIDIEN

DU 28 JUIN
2 NOV 2025



Le Doyenné
ESPACE D'ART MODERNE
ET CONTEMPORAIN



CLIQUEZ POUR
POUR ACCÉDER AU SITE
DE L'ÉVÉNEMENT

INFOS PRATIQUES 2025

Ouverture

Du 28 juin au 2 novembre 2025
Ouvert tous les jours sauf le lundi matin

Horaires

Juillet – Août
Lundi : 14h – 18h30
Du mardi au Dimanche : 10h – 18h30

Septembre – Novembre
Lundi : 14h – 18h
Du Mardi au Dimanche : 10h – 18h

Adresse

Le Doyenné
place Lafayette
43100 Brioude
Tél. : +33 (0)4 71 74 51 34

Artiste majeur de la seconde moitié du XX^{ème} siècle, Jean Dubuffet (1901-1985) échappe à toutes les tendances de l'art moderne et contemporain. Individualiste acharné, rebelle aux beaux-arts et aux institutions, il mènera tout au long de sa vie un combat contre « l'asphyxiante culture ». Rétif à toute catégorie, Jean Dubuffet est tout à la fois écrivain, peintre, dessinateur, graveur, sculpteur, architecte et musicien. Son œuvre, d'une étonnante inventivité, est jalonnée d'expérimentations multiples.

Quarante ans après l'exposition rétrospective à la Fondation Maeght, nous vous invitons à (re)découvrir l'œuvre de cet artiste hors normes qui, de 1942 à 1985, n'a jamais cessé de se lancer des défis pour produire une œuvre profondément originale. À travers une riche sélection de peintures, de sculptures, de gravures et de livres illustrés, l'exposition intitulée *Jean Dubuffet, Le défi au quotidien*, du 28 juin au 2 novembre 2025 témoigne de la vitalité et de la modernité de cette œuvre inclassable qui parvient encore aujourd'hui à nous surprendre.

Jean-Louis Prat, Commissaire de l'exposition
Thomas Wierziński, Directeur-Conservateur du Doyenné

Visite guidée : réservation au +33 (0)4 71 74 51 34



CLIQUEZ POUR
POUR ACCÉDER À
LA BILLETTERIE

JEUNES, PARTEZ EN VACANCES GRÂCE À LA JPA 43



Une constatation : Les jeunes de notre département à connotation rurale partent peu en séjours courts de vacances avec nuitées, encore moins en séjours supérieurs à 1 semaine.

- 90% de nos communes ont moins de 2000 habitants
- Aucune commune supérieure à 20 000 habitants
- Notre département, dans son entier, classé en Zone de Revitalisation Rurale...

Alors, persuadé du bienfait des séjours de vacances pour les jeunes, véritable coupure avec le milieu de vie habituel, vrais moments de vacances et de loisirs constituant un temps éducatif essentiel dans la vie de l'enfant et de développement de sa personnalité, permettant la découverte des autres et de soi-même, de l'autonomie, du vivre-ensemble... le Comité Départemental JPA de Haute-Loire a décidé d'axer la plupart de ses forces sur le départ des jeunes en vacances collectives

Ainsi, la JPA 43, forte de sa petite équipe de bénévoles réunie autour de son Président Jean-Michel BARREYRE, mène principalement 2 projets ayant pour objectif de dynamiser l'autonomie des jeunes de Haute-Loire.

1. La JPA Haute-Loire se veut tout d'abord **interlocutrice des établissements scolaires pour leurs projets de classes de découverte ou de voyages scolaires** comme informatique et en prodiguant, si demande, renseignements, conseils... Nos réponses sont immédiates et permettent ainsi, en rassurant et aidant les enseignants, à des familles de bénéficier d'aides financières pour les séjours éducatifs de leur enfant, sans lesquelles certains n'auraient pu accompagner les copains de leur classe. Chaque année, une vingtaine de projets proposés par les écoles arrivent à être grandement aidés par la JPA en collaboration avec l'ANCV.
2. Mais son projet principal reste l'ensemble des **aides financières octroyées aux familles pour le départ de leur enfant en vacances collectives** durant les périodes scolaires. Un système simple et facilement compréhensible pour les familles:



12€ par nuitée passée par leur enfant en séjour collectif en Haute-Loire (ou département limitrophe). Pour intermédiaires, les accueils collectifs de mineurs (ALSH...) Pour partenaires, le Conseil Départemental, la CAF, la MSA et Jeunesse et Sports. Chacun apporte, comme la JPA, une subvention et participe activement à la vie de ce projet, dont la JPA 43 reste gestionnaire.

Ainsi en 2024, à la satisfaction générale des organisateurs de vacances et des familles, plus de 19 000€ étaient prévus pour aider aux vacances des jeunes de Haute-Loire.

Au-delà des bourses distribuées aux familles, deux résultantes constatées :

- La dynamisation des Centres de Loisirs de notre département en les sortant de leur relatif isolement.
- L'aide à la survie de petits bourgs altiglériens, du fait de la priorité donnée aux séjours de vacances en Haute-Loire. Le Centre de Vacances y est souvent un des principaux employeurs de la commune.

2025 s'annonce bien :

Encouragés par notre projet partenarial, les accueils collectifs ont déjà organisé des vacances de jeunes en février et les projets s'annoncent nombreux et divers pour cet été.

En novembre, nous nous retrouverons tous, responsables de centres de vacances, partenaires autour de la JPA pour faire le bilan du projet et distribuer à chacun leurs chèques.

Quoi de plus stimulant, pour les bénévoles de la JPA 43 que ces séjours collectifs nombreux qui lèvent toute forme d'inégalité et qui sont une source de nouvelles expériences et de découvertes enrichissantes qui renforcent toujours ensuite les résultats scolaires par une meilleure socialisation.

POUR LA HAUTE-LOIRE

Jean-Michel BARREYRE et Claude FRANCOIS
jpa.asso.fr/etablisements/jpa-43-haute-loire/

Autonome Solidarité
 Le Liberté IV
 14 rue Jean Barthélémy
 43000 LE PUY
 06 71 83 45 80
claudette.francois054@gmail.com



RETOUR VERS LE PASSÉ EN PHOTOGRAPHIES

La chapelle du château de Val accueille une exposition de photos anciennes racontant la vie en haute Dordogne avant la construction du barrage.

À quoi ressemblaient les paysages et villages qui ont été noyés sous l'eau du barrage de Bort-les-Orgues ? Une exposition photographique le rappelle à la chapelle Saint-Blaise du château de Val.

C'est une belle exposition sur la haute vallée de la Dordogne qui débute ce jeudi au château de Val. Une plongée un brin nostalgique dans la vallée avant que le barrage de Bort ne soit érigé. L'Association de défense de la nature et de l'environnement de Labessette (ADEL) a eu l'idée de ce retour dans le temps via l'exposition baptisée «Mémoire des villages engloutis et construction du barrage de Bort».

L'association ADEL a pour mission principale de participer à la préservation



MÉMOIRE DE LA VALLÉE ENGLOUTIE. La vallée en amont du futur site du barrage de Bort-les-Orgues.

de l'environnement et de la nature, notamment dans la vallée de la Dordogne classée au patrimoine de l'Unesco. L'exposition de photographies, sur le thème de la mémoire des villages engloutis par la mise en eau du barrage de Bort-les-Orgues en 1951, est l'une des actions mises en valeur par l'association. «Déjà installée en ce lieu en février 2020, mais ajournée pour cause de pandémie, cette exposition présente la vallée avant son ennoisement et la création de la retenue, consécutive à l'édification du barrage de Bort-les-Orgues», souligne Thierry Barlet, le vice-président d'ADEL. Riche d'une centaine de documents anciens, cette

exposition fait revivre ces lieux avant 1951, à travers des clichés du photographe bortoï Georges Sully, mais aussi grâce à des épreuves confiées à l'association par des familles riveraines ou encore issues des Archives départementales».

Photos du quotidien

Lieux de vie et habitat, mais aussi transports et édification du barrage sont évoqués dans cette exposition. « Notre but est de restaurer la mémoire de la vallée et de son patrimoine », poursuit Thierry Barlet. « C'est en quelque sorte une renaissance de ce secteur de la haute Dordogne ».

On y trouve notamment des

souvenirs du train qui circulait au fond de la vallée et qui rythmait la vie des habitants. Ou encore un cliché du hameau de Ladérierie, sur lequel on retrouve le pont sur la Dordogne qui permettait de rejoindre Le Monestier ; on y aperçoit la maison du sabotier Gay et celle de chez Conort sur la commune de Labessette.

Souvenirs douloureux pour certains, mais devoir de mémoire important pour les générations futures, cette exposition offre un retour vers une histoire ancienne, mais finalement pas si éloignée !

> **Pratique.** À voir gratuitement du 29 mai au 31 octobre. Informations complémentaires au 04.71.40.30.20 (château de Val) ou au 05.55.46.17.60 (mairie de Bort-les-Orgues).

Article paru dans *La Montagne* Édition Corrèze 29 mai 2025 avec l'autorisation du journal



«C'est en quelque sorte une renaissance de secteur de la haute Dordogne.»

CHÂTEAU DE VAL



EXPOSITION DE PHOTOGRAPHIES
DU 29 MAI AU 31 OCTOBRE 2025




IL ÉTAIT UNE FOIS UNE VALLÉE...
Mémoire des villages engloutis et construction du barrage de Bort

Exposition présentée à la chapelle Saint-Blaise (ENTRÉE GRATUITE)
Exposition de l'Association de Défense de la nature et de l'Environnement de Labessette (ADEL)




Tél.: 04 71 40 30 20
www.chateau-de-val.com



Une exposition à la rencontre de trois départements : Cantal - Corrèze - Puy-de-Dôme.
L'association ADEL (commune de Labessette dans le Puy-de-Dôme) vous propose de voyager dans le temps avec plusieurs dizaines de photos et de témoignages en allant à la découverte de la vallée de la Dordogne en amont de Bort-les-Orgues avant que l'eau ne la noie (1950).
Thierry et Dominique Barlet, nos collègues, sont les piliers de cette association. Nous relayons ces engagements associatifs qui contribuent à renforcer les liens sociaux.

LES APPLICATIONS DE RUNNING : BIEN PLUS QUE DES OUTILS POUR SUIVRE SES PERFORMANCES

Nous avons demandé à Christopher, le concepteur de notre journal *unsa retraités*, de nous présenter les principales applications dédiées à la course à pied, aux randonnées, aux parcours à vélo ...
Merci à lui.

À mes yeux, la course à pied est l'une des activités sportives les plus accessibles et les moins coûteuses. Il suffit d'une tenue confortable, d'une bonne paire de chaussures (indispensables, vraiment !), et c'est parti. Aucun abonnement à gérer, aucun horaire imposé : on court seul, en groupe, quand on veut, où on veut, en ville, en forêt, sur une piste ou même dans un gymnase.

C'est également l'occasion de faire la connaissance d'autres pratiquants, que l'on rencontre occasionnellement ou régulièrement.

Ce que j'aime dans cette activité, c'est sa simplicité. Elle me permet de rester en forme, de me vider la tête et de me reconnecter à moi-même. Et si je ne pars jamais courir sans

mon smartphone, ce n'est pas uniquement pour écouter de la musique : il est aussi devenu un véritable allié pour suivre mes progrès, me motiver et planifier mes entraînements, surtout quand je me prépare à participer à une course plus longue (semi-marathon, marathon...).

En effet, les applications de course à pied proposent de nombreux programmes permettant de planifier des semaines, voire des mois d'entraînement, afin que le jour de l'événement tout se passe dans les meilleures conditions.

Quelle application de running choisir ?

Il existe aujourd'hui une multitude d'applications dédiées

à la course à pied. Certaines fonctionnent simplement avec le GPS du smartphone, d'autres sont associées à des montres ou des capteurs connectés. Elles permettent de fixer des objectifs, d'analyser ses performances, de suivre sa progression en temps réel ou encore de partager ses résultats avec des amis ou une communauté.

Faut-il pour autant chercher la meilleure application ?

Pas forcément. Tout dépend de ses besoins, de son niveau, et de ce que l'on recherche : un coach virtuel, une interface ludique, un suivi ultra-précis ou un aspect social fort.

Voici quelques-unes des applications que j'utilise et que je recommande.

Runkeeper

Simple, complète et gratuite

Runkeeper est une application gratuite idéale pour les coureurs, les marcheurs ou les cyclistes.

Très facile à prendre en main, elle permet de se fixer des objectifs (distance, durée, perte de poids...) et de les atteindre grâce à des programmes personnalisés.

L'application permet de suivre sa vitesse, sa distance, les calories dépensées et d'afficher sa progression au fil des séances.

Il est également possible de partager ses performances avec ses proches ou de se lancer des défis entre amis.

Le suivi de l'état des chaussures est un atout non négligeable, que l'on retrouve désormais dans d'autres applications.

Runkeeper propose une version gratuite et une version payante qui offre davantage de fonctionnalités de suivi.

Garmin Connect

Pour les amateurs de données et d'objets connectés

Garmin Connect est l'application associée aux montres et capteurs

Garmin. Une fois la session lancée sur la montre, tout est enregistré : rythme, fréquence cardiaque, distance, dénivelé, etc. Les données sont ensuite transférées sur l'application mobile et la version web, où vous pouvez analyser vos performances en détail, et même suivre l'usure de votre équipement.

Contrairement aux applications qui se reposent uniquement sur le smartphone, l'utilisation d'objets connectés permet un suivi plus précis, y compris pour d'autres sports comme la natation sans avoir à renseigner manuellement les données.

Vous pouvez également relever des défis mensuels ou créer des séances d'entraînement personnalisées. Les programmes d'entraînement peuvent être synchronisés avec votre agenda Google pour un meilleur suivi.

L'application propose depuis peu un mode premium, que je n'ai pas encore testé.

Decathlon Coach

Le coaching à portée de main

Decathlon propose deux applications complémentaires :

- Decathlon Outdoor, pour

découvrir des itinéraires de randonnée, trail ou course à pied en pleine nature. Application idéale pour découvrir son environnement.

- Decat'Coach qui est une vraie application de coaching. Elle offre la possibilité de créer des plans d'entraînement personnalisés en fonction de votre forme et de vos objectifs (10 km, VMA, marathon, etc.).

Le tout dans une interface accessible et bien pensée.

Ce qui est appréciable avec cette application est qu'une fois qu'elle est liée à l'application Decathlon, elle permet d'obtenir des points pouvant débloquent des cartes de réductions, des offres promotionnelles... utilisables chez Decathlon et ses partenaires.

Je trouve la proposition de Decathlon très intéressante. Elle encourage à faire du sport et le récompense.

Strava

L'appli pour se dépasser

Strava est sans doute l'application de running la plus connue. Elle offre gratuitement un large éventail de fonctionnalités pour la course à pied, le vélo, la randonnée

ou même la natation.

Sa grande force réside dans son aspect communautaire : vous pouvez suivre vos amis, relever des défis mensuels, et parfois bénéficier de réductions sur des événements sportifs grâce à votre participation à certains challenges.

L'une des fonctionnalités emblématiques de Strava, ce sont les segments : des portions de parcours identifiées par d'autres utilisateurs. À chaque passage sur un segment, vous pouvez comparer votre performance à celle des autres – idéal pour se dépasser.

Strava propose également des contenus exclusifs, des parcours, des courses officielles et des plans d'entraînement. Toutefois, certaines analyses avancées sont réservées à la version payante.

Que vous couriez pour le plaisir, pour la forme, ou pour préparer une course, une application de running peut vous motiver, vous guider et vous aider à mesurer vos progrès.

Il ne vous reste plus qu'à trouver celle qui vous convient le mieux... et à enfilez vos baskets !

L'UNSA INFORME SES ADHÉRENTS RETRAITÉS



N°103 | Juin 2025
Allier - Cantal - Haute-Loire
- Puy-de-Dôme



N°102 | Avril 2025
Allier - Cantal - Haute-Loire - Puy-de-Dôme



N°101 | Janvier 2025
Allier - Cantal - Haute-Loire - Puy-de-Dôme



N°100 | Octobre 2024
Allier - Cantal - Haute-Loire - Puy-de-Dôme



N°99 | Juin 2024
Allier - Cantal - Haute-Loire - Puy-de-Dôme

DIFFUSÉS EN VERSION PAPIER AVEC QR CODES ET EN VERSION NUMÉRIQUE AVEC LIENS INTERNET, ILS SONT À PARTAGER AUTOUR DE VOUS SANS MODÉRATION !