



Association Nationale de Retraité

Groupe Haute-Garonne

Reconnue d'intérêt général

Objet : ***APPEL à COTISATION 2026***

Contact : ***ANR 31***

Cher adhérent (e)

Comme chaque année, le montant de la cotisation de notre association ANR 31 est à régler pour l'année 2026.

Adhérer et cotiser à l'ANR 31 est une nécessité, pour nous, c'est une question de survie, surtout en ces temps incertains. C'est aussi un acte de solidarité qui nous permet de mener des actions en faveur des aînés.

Sachez que vous pouvez déduire 66 % du montant de votre cotisation de vos impôts.

(Opter pour le prélèvement automatique c'est aussi vous simplifier le règlement de votre cotisation)

Nous vous invitons donc à régler votre cotisation annuelle en l'envoyant, le plus rapidement possible par chèque à l'ordre de l'ANR 31.

Si vous venez de procéder au règlement de votre cotisation et que nos courriers se sont croisés, veuillez ne pas tenir compte de cet appel.

En espérant vous compter prochainement parmi nos membres actifs, nous vous prions de croire, Madame, Monsieur, en l'assurance de nos salutations distinguées.

TOULOUSE, 6 décembre 2025

Philippe Blanc
Président de l'ANR 31

Autorisation de prélèvement → à envoyer accompagnée d'un RIB

J'autorise l'établissement teneur de mon compte à prélever sur ce dernier, si sa situation le permet, tous paiements ordonnés par le créancier désigné ci-dessus. En cas de litige sur un prélèvement, je pourrai en faire suspendre l'exécution par simple demande à l'établissement teneur de mon compte. Je réglerai le différent avec l'ANR.

N° national d'émetteur : 445392

NOM, PRENOM ET ADRESSE DE L'ADHERENT

Nom : Prénom :

Adresse :

C.P. : Ville :

Compte à débiter
Etablissement Guichet N° de compte Clé RIB
LULULU LULULU LULULU LULULU

Association nationale de retraités

13, rue des Immeubles Industriels – 75011 PARIS

Etablissement teneur du compte à débiter

Banque :
Adresse :

C.P. :
Ville :

Fait à : Le :

Signature (obligatoire) :

- n'oubliez pas de joindre votre RIB -

COTISATION 2026

Merci de compléter et retourner ce coupon à :

ANR 31, 24 rue du Général Gustave-Ferrié 31500 TOULOUSE

NOM : Prénom :

Adresse :

Téléphone : Courriel : @

Je souhaite recevoir le Bulletin départemental par mail

Nouveau ! 2 options possibles pour votre règlement

- J'opte pour le prélèvement automatique sur mon compte (joindre votre RIB et l'autorisation de prélèvement ci-après)
- Je joins un chèque de€ à l'ordre de « ANR 31 »

Bien préciser votre type de cotisation en cochant le montant dans le tableau ci-dessous

(Compte tenu de l'intérêt de la revue trimestrielle, l'adhésion avec revue est fortement conseillée)

Type d'adhésion	Individuelle	En Couple
Adhésion avec la revue	34 € <input type="checkbox"/>	48 € <input type="checkbox"/>
Adhésion simple	23 € <input type="checkbox"/>	37 € <input type="checkbox"/>
Abonnement à la revue	18 € <input type="checkbox"/>	

ASSOCIATION NATIONALE DE RETRAITÉS

LE BULLETIN

ANR 31 - 24, rue du Général Gustave-Ferrié - 31500 TOULOUSE
téléphone : 05 34 60 11 83

N° 319
Décembre 2025

Messagerie : Anr031@laposte.net

Site Internet : www.anr31.com

À LIRE

Page 2

- Amicale-Vie
- Infos diverses ANR

Page 3

- Solidarité
- Généalogie/Sophrologie
- Spectacle "Show Devant" au Robinson

Page 4

- Cercle de lecture du premier trimestre 2026
- Les marches du début d'année

Page 5

- Découvrez ce que la commission voyage vous a concoctée

Page 6

- Coupons animation et voyage

Suppléments

- Fêtes de l'ANR31 et appel à cotisation



LE MOT DU PRÉSIDENT

Chères amies, chers amis,

Nous arrivons par ce mois de décembre au terme d'une année marquée par des événements souvent inquiétants. L'an dernier en fin d'année, je disais rien ne va plus ! Eh bien, pour cette fin d'année 2025, je pourrais réitérer mes paroles. Les conflits armés sont toujours présents, cette haine entre les hommes ne mène pas vers la paix. À quelques jours des fêtes de fin d'année, verra-t-on une trêve ou la paix ? Malheureusement ce sont encore les innocents, qui paient les pots cassés. Jean-Jaurès disait à propos de la guerre : "On ne fait pas la guerre pour se débarrasser de la guerre". Face à cette situation géopolitique, notre Président suggère un retour au service militaire ! Rien ne va plus aussi, entre l'Assemblée nationale et le sénat. Quand l'un adopte un budget, l'autre chambre met son veto et vice versa. Sans grande surprise, la suspension de la réforme des retraites a été votée à l'Assemblée lors de l'examen du projet de loi de financement de la Sécurité sociale. Cependant, ils n'ont pas hésité à valider en commission

" Nous ne sommes pas dupes "

une surtaxe qui vise les complémentaires santé. Les tarifs des mutuelles vont encore augmenter. Quant aux économies espérées, c'est bien mal parti. C'est bien notre porte-monnaie qui va encore en pâtrir, avec la suppression du gel de la CSG sur les retraites et l'augmentation du taux sur le revenu du capital, sans compter la franchise sur les médicaments. Côté bonne nouvelle, la suppression de l'abattement fiscal pour les retraités a été rejetée. On peut remarquer que nos députés sont plus enclins à faire campagne pour les futures élections, plutôt que de préparer réellement un vrai budget. Dans quelques jours c'est Noël, l'heure de se retrouver en famille et de partager ensemble des moments de retrouvailles ou d'amitiés avec des amis. Le comité de l'ANR 31 se joint à moi pour vous souhaiter de bonnes fêtes de Noël et de fin d'année, et souhaitons que 2026 nous apporte santé et joie, à vous, à votre famille et à ceux qui vous sont chers, et je vous donne rendez-vous en 2026 pour notre traditionnelle fête et galette 2026, venez nombreux. partager ce moment de convivialité.

Philippe BLANC

Amicale Vie

Correspondant Haute-Garonne : Jean-Philippe PEC-QUEUR au 06 78 69 22 88, ou jppcqueur@wanadoo.fr

Alors, si vous hésitez encore, c'est le moment de franchir le pas et de venir rejoindre l'Amicale-Vie. En tant que membres de l'ANR, si vous avez moins de 76 ans, vous bénéficiez d'une offre simple, sans frais de dossier, et à des tarifs défiant toute concurrence. Votre correspondant départemental se fera un plaisir de répondre à toutes vos questions et vous adresser, si vous le souhaitez, votre dossier d'adhésion.

Contactez sans attendre l'ambassadeur ou l'ANR 31.



Le sentiment d'impréparation augmente : 54 % des répondants se disent "pas du tout préparés" et 59 % doutent de disposer de ressources suffisantes pour financer 20 à 30 ans de retraite. Bien que 74 % des retraités anticipent par l'épargne, la majorité des actifs tarde l'intérêt pour leur retraite à 40 ans ou plus, créant une fracture entre la conscience du besoin d'anticiper et le passage à l'acte. Pour Yomoni, l'enjeu est de simplifier l'accès à l'épargne. Concernant les aspirations, la retraite est perçue comme une période plus personnelle. Malgré le fait que 79 % des retraités pensent que leurs enfants comptent sur un héritage, 63 % ne sont pas prêts à réduire leur niveau de vie pour le transmettre.

Le HCFEA a rendu un avis défavorable sur le PLFSS 2026 lors de sa séance du 23 octobre, soulignant des insuffisances majeures dans les orientations proposées, notamment en matière de solidarité intergénérationnelle et de soutien aux familles et personnes âgées.

Lors de cette séance, le Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge (HCFEA) a donc émis un avis défavorable sur le projet de loi de financement de la Sécurité sociale (PLFSS) pour 2026. Cet avis s'appuie sur une analyse approfondie des dispositions du texte, jugées insuffisantes pour répondre aux enjeux sociaux actuels.

Le HCFEA déplore notamment l'absence de mesures ambitieuses pour renforcer la solidarité entre générations, améliorer les conditions de vie des familles et garantir un accompagnement digne des personnes âgées.

Le Conseil de l'âge, composante du HCFEA, a souligné que le PLFSS ne permet pas de répondre aux besoins croissants liés au vieillissement de la population. Il critique la faiblesse des moyens alloués à l'aide à domicile et aux établissements médico-sociaux, ainsi que l'absence de perspectives claires pour une réforme structurelle du financement de la perte d'autonomie.

Parmi les contributions des membres du HCFEA figure celle conjointe de la Confédération française des retraités (CFR) et de la Fédération nationale des associations de retraités (FNAR). Cette contribution insiste sur la nécessité d'une revalorisation des pensions, d'un accès équitable aux soins et d'une meilleure reconnaissance du rôle des retraités dans la société. Elle appelle à une révision profonde du PLFSS afin de garantir une protection sociale durable et solidaire.

En somme, le HCFEA et ses membres appellent à une réorientation du PLFSS 2026 pour mieux répondre aux défis démographiques et sociaux à venir.



Dépassement d'honoraires : Accélération
Le HCAAM ((Haut Conseil pour l'Avenir de l'Assurance Maladie) alerte, sur l'accélération des dépassements d'honoraires en 2025, phénomène qui s'aggrave plus vite que l'inflation et alourdit le reste à charge des patients.

Cette hausse, plus marquée que les années précédentes, touche désormais des actes médicaux courants, et non plus seulement des soins spécialisés ou complexes.

Origines du phénomène : Plusieurs facteurs expliquent cette tendance : pénurie de médecins dans certaines zones, concentration croissante de praticiens en secteur 2 (où les dépassements sont autorisés), et une demande de soins toujours élevée, surtout pour les spécialistes. Le rapport souligne aussi un déséquilibre entre l'offre et la demande, renforçant la pression sur les tarifs.

Inégalités renforcées : Les dépassements creusent les disparités territoriales et sociales : ils sont plus élevés en ville et pour certaines spécialités (ophtalmologie, gynécologie...), pénalisant davantage les patients modestes ou atteints d'affections de longue durée (ALD). L'accès aux soins devient ainsi inégal selon le lieu de résidence et le niveau de revenus.

Enjeux pour l'assurance maladie : Cette dynamique menace l'équilibre du système de santé, en augmentant les dépenses et en fragilisant la maîtrise des coûts.

Le HCAAM insiste sur l'urgence de trouver des solutions, annoncées dans un prochain rapport.

Retraite : Défiance accrue et besoin d'autonomie financière (Étude Yomoni 2025)

L'étude Yomoni 2025 révèle une défiance grandissante envers le système de retraite par répartition, les Français s'interrogeant non pas sur le "si," mais sur le "quand" de la capitalisation.

APCLD

Vous avez besoin d'une aide financière à des problèmes de santé, d'un accompagnement personnel ou encore d'un logement pour un rendez-vous médical à Paris ?

Contactez l'APCLD : L'association de solidarité dans le



domaine de la santé et du handicap. Cette association vient en aide aux personnes touchées par la maladie ou le handicap, ainsi que leurs proches aidants, à travers différentes actions concrètes.

- Visites, accompagnement moral, pour rompre l'isolement
- Aides pécuniaires suite à un déséquilibre budgétaire lié à des dépenses de santé (maladie, handicap)
- Accueil dans nos logements pour accéder à des soins
- Aide aux démarches administratives, familiales ou médicales
- Soutien aux familles, aux aidés et aux aidants
- Consultations auprès de notre Comité d'Honneur Médical
- Sensibilisation des salariés des Groupes La Poste & Orange à des thématiques de santé publique (nutrition santé, sommeil, maladies chroniques invalidantes au travail, aidants familiaux et AVC).

Les bénévoles et coordonnateurs sont présents sur l'ensemble du territoire métropolitain et dans les DOM pour vous proposer un accompagnement selon vos besoins.

Pour en savoir plus :

01 49 12 08 30 - www.apcld.fr - apcld@apcld.fr

Facebook et LinkedIn : APCLD

COMMISSION ANIMATION

Président : Claude RANC 05 61 31 85 74

La commission a relancé l'activité "Jeux de Sociétés", Vous êtes intéressés : signalez-vous auprès d'Elisabeth CABAU au 06 45 57 35 60. La reprise du premier trimestre se fera le 8 janvier 2026 - adresse : 2, rue Lafage - 31300 - TOULOUSE (Croix-de- Pierre)

Retour sur la journée à Cagnac-les-Mines

C'était le vendredi 28 novembre : Visite du musée de la mine, Choucroute et animation !

35 adhérents ont participé à cette journée festive et gastronomique ... Après un départ en bus, de Toulouse, un peu mouvementé, les participants ont pu découvrir le musée de Cagnac les Mines et déguster une Choucroute Alsacienne dans une ambiance festive et sur la route du retour pour Toulouse,

Séance de Sophrologie

L'ANR 31 vous a proposé des séances de sophrologie, sur la fréquence de deux par mois depuis septembre 2024. Devons-nous reconduire cette action ? signalez vous auprès de Nadine Ranc : 06 45 69 39 60 ou Courriel : Anr031@laposte.net

Initiation à la Généalogie

Savoir d'où vous venez, qui étaient vos ancêtres, où sont vos racines, qui ne s'est pas posé la question ?

À l'initiative de Danielle BOMBAIL, qui anime le Cercle de lecture avec Eliane FREYSENGE, nous vous proposons de vous initier à la Généalogie C'est Thierry DEWATINE, ancien formateur TGV à la SNCF.

Peut-être, d'ailleurs trouverons-nous ensemble matière à développer et à partager avec la généalogie une nouvelle activité à l'ANR 31.

Pour toute information complémentaire, contacter Danielle BOMBAIL au 05 34 25 07 41

"Show devant" Cabaret le Robinson

L'ANR 31 vous propose un déjeuner-spectacle "Show Devant" le Jeudi 19 Février 2026 à 12 h00. Au cabaret "Le Robinson" du Vernet. le transport se fera en covoiturage. Le tarif de cette sortie est de 69 Euros tous compris, repas et spectacle. Renseignements : Patrice FAURE au 07 78 38 10 33 - Coupon en fin de bulletin -



Nos deuils

Nous avons le regret de signaler le décès de : Paulette JUSTAFRE de Massat, André VIDAL de Toulouse

Que leurs familles trouvent ici, l'assurance de toute notre sympathie.

Cercle de lecture

Pilotage: Danielle BOMBAIL 05 34 25 07 41

Éliane FREYSENNE 05 61 26 14 49

Centre Culturel Soupetard, 63 chemin de Hérédia
31500 Toulouse (Bus 19 - Dinetard) (Métro - Roseraie)

Lundi 5 janvier 2026 à 14 h 30 : Le cercle de lecture fête la nouvelle année avec vous ! Tous les adhérents habitués ou pas du cercle de lecture sont invités ! Chacun s'il le désire, peut participer à son gré : Lecture d'un poème, d'un article, chanson, histoire...ou simplement écouter. Un goûter partagé est prévu à la fin de la séance. L'ANR offre les rafraîchissements.

Lundi 2 février 2026 à 14 h 00

Le livre du mois : "Son odeur sous la pluie" de Cédric SAPIN-DUFOUR, présenté par :Annie MAURECH

Résumé du livre : C'est une histoire

d'amour, de vie et de mort. Sur quel autre trépied la littérature danse-t-elle depuis des siècles ? Dans Son odeur après la pluie, ce trépied, de surcroît, est instable car il unit deux êtres n'appartenant pas à la même espèce : un homme et son chien. Un bouvier bernois qui, en même temps qu'il grandit, prend, dans tous les sens du terme, une place toujours plus essentielle dans la vie du narrateur. Au gré de treize années de vie commune, le lecteur est invité à tangier entre la conviction des uns et l'incompréhension voire la répulsion des autres ; mais nul besoin d'être un homme à chiens pour être pris par cette histoire car si pareil échange est inimita-



ble, il est tout autant universel. Certaines pages, Ubac pue le chien, les suivantes, on oublie qu'il en est un et l'on observe ces deux êtres s'aimant tout simplement. C'est bien d'amour dont il est question. Un amour incertain, sans réponse mais qui, se passant de mots, nous tient en haleine. C'est bien de vie dont il est question. Une vie intense, inquiète et rieuse où tout va plus vite et qu'il s'agit de retenir. C'est bien de mort dont il est question. Cette chose dont on ne voudrait pas mais qui donne à l'existence toute sa substance. Et ce fichu manque. Ces griffes que l'on croit entendre sur le plancher et cette odeur, malgré la pluie, à jamais disparue.

Lundi 2 mars 2026 à 14 h 00

Le livre du mois : "Lisbonne avait raison" de Claudine CANDAT présenté par elle-même, ce livre ne sortira qu'en janvier et donc pas de visuel; elle fera découvrir à cette occasion, l'ensemble de son oeuvre.

Résumé du livre : "Lisbonne avait raison" de Claudine Candat est un roman qui plonge le lecteur dans un voyage à travers le temps et l'espace, mêlant mystère, histoire et aventures. Le protagoniste, Lorenzo, 17 ans, arrive à Lisbonne avec une étrange encyclopédie et assiste à des événements fascinants, tels que la chute d'un ouvrier, qui lui rappellent des réflexions sur l'avenir. Le livre promet d'être très surprenant et offre une plume colorée qui transporte le lecteur dans un périple extravagant.

Lundi 6 avril 2026 : Il n'y aura pas de réunion au cercle de lecture, le centre Soupetard ne pouvant nous y accueillir, ce jour-là !

Promenades - Oxygénation

Pilotage : Eliane FREYSENNE - 06 72 50 41 15

Christiane LEBLOND - 07 86 05 89 71

Date	Destination	Pilote	Rendez-vous	Bus	Arrêt de bus
18/12/25	Bords de Garonne	Eliane Freyssenge 06 72 50 41 15	14h Cours Dillon	Départ à pied	Retour par Téléo
15/01/26	Argoulets	Eliane Freyssenge 06 72 50 41 15	14h Métro Argoulets	Départ à pied	
5/02/26	Amidonniers/Brienne/ Garonne	Christian Arassus 06 75 50 17 31	14h Métro St-Cyprien	Départ à pied	
19/02/26	Tournefeuille et Touch	Christian Arassus 06 75 50 17 31 Eliane Lecamus	13h45 Métro Arènes	L3 13h55	Montagné
12/03/26	Ramier/Riou Blagnac	Christian Arassus 06 75 50 17 31	13h38 Métro Jeanne d'Arc	70 à 13h48	Croix Blanche

COMMISSION VOYAGES

Présidente : Colette CAMUS DERRO - 06 81 89 61 03

Voyage 2026 : Découverte de "Prague et de la Bohême" du 17 au 24 juin 2026

*Ce voyage est en principe clos !
Vous pouvez vous mettre en liste d'attente s'il venait à y avoir des défections : Nadine Ranc est la pilote de ce voyage, contact : 06 45 69 39 60*

Séjours ANCV au Mont-Ventoux

*Le séjour ANCV 2026 se déroulera du 26 Septembre au 03 Octobre au village de vacances *** de Florans à Bédoin dans le Vaucluse.*



C'est au pied du géant de Provence où il fait bon vivre vous propose une nature généreuse idéale pour les amateurs de grands espaces. À seulement 300 m du magnifique petit village provençal de Bédoin, à proximité du mythique Mont Ventoux, "Le Mont Chauve", le village de vacances VTF Les Florans, va vous accueillir dans un joli parc de 3 ha où il fait bon vivre. De par son point de vue spectaculaire, partout dans le Vaucluse, le Mont Ventoux observe votre arrivée. Si cette région n'offre pas la mer, elle propose des paysages à couper le souffle entre champs de Lavande et petites villes typiquement provençales. Vous découvrirez de magnifiques lieux, proposant souvent de petits marchés de pays, comme L'Isle-sur-la-Sorgue, ou encore Bédoin.



Le programme :
Jour 1 : Montée au Mont Ventoux, visite d'une nougaterie. Fontaine de Vaucluse, l'Isle-sur-la-

Sorgue.

Jour 2 : Balade dans le village de Bédoin, marché provençal, après-midi, repos.

Jour 3 : Vaison-la-Romaine, Séguret.

Jour 4 : Les Baux de Provence avec repas au restaurant, Saint-Rémy de Provence.

Jour 5 : Dégustation à la cave de Bédoin,**Jour 6 :** Massif des Dentelles de Montmirail, Avignon.

Jour 7 : Retour à Toulouse.

Tarif approx 484 € /pers, non imposables 272 € /pers,
Train, Assurance, Taxe de séjour en supp. Le trajet Toulouse-Avignon se fera en train puis leur bus viendra nous récupérer.

PRÉVISIONNEL 2027

L'ANR planche déjà sur les voyages 2027, à découvrir ci-dessous.

Croisière en Méditerranée

La Compagnie Française de Croisière (CFC) propose une mini croisière "L'Escapade Impériale" à bord du



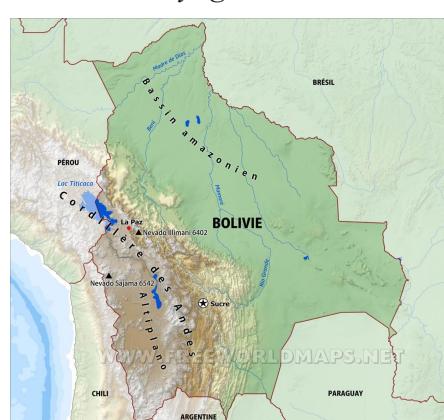
Renaissance, de 6 jours et 5 nuits, du 5 au 10 juin 2027.

Départ de Marseille, puis direction Ajaccio, Livourne (visite possible de Florence et Pise) Olbia en Sardaigne, Villefranche-sur-Mer, et retour à Marseille

Tarif : environ 500 € (hors excursions)

Voyage en Bolivie

Il est envisagé un voyage en Bolivie pour 2027, probablement à l'Automne d'un durée de 12 jours. Le coût de ce voyage, encore à l'étude, serait d'environ



3 000 € La Bolivie (ou l'État plurinational de Bolivie) est un pays du centre de l'Amérique du Sud. En espagnol, le pays se nomme Bolivia. le seul pays d'Amérique du Sud qui ne dispose pas d'accès à la mer.

Plus d'informations, sur les prochains bulletins



Séjour ANCV au pied de MONT-VENTOUX

Il se déroulera du 26 Septembre au 03 Octobre 2026
au village de vacances *** de Florans à Bédoin dans le Vaucluse

Coupon à compléter et à retourner avant le 1^{er} mai 2026 accompagné de votre chèque, à
« ANR 31 - Commission des voyages » 24 rue du Général Gustave Ferrié - 31500 TOULOUSE
Pilote : Patrice FAURE au 07 78 38 10 33 ou par Courriel à « jean.faure1@orange.fr »

Nom :

Prénom :

Téléphone portable indispensable :

Adresse :

Nombre de participants à inscrire X 200 € = € (chèque à établir à l'ordre de « ANR 31 »)
1^{er} acompte, attention les places seront forcément limitées, ne pas tarder pour confirmer votre inscription.

« Show Devant »

Au cabaret « Le Robinson », le jeudi 19 février 2026

Coupon à compléter et à retourner avant le 1^{er} février 2026 accompagné de votre chèque, à
« ANR 31 - Commission ANIMATIONS » 24 rue du Général Gustave Ferrié - 31500 TOULOUSE.
Pilote : Patrice FAURE au 07 78 38 10 33 ou par Courriel à « jean.faure1@orange.fr »

Nom :

Prénom :

Téléphone portable indispensable :

Adresse :

Nombre de participants à inscrire X 69 € = € (chèque à établir à l'ordre de « ANR 31 »)



Le fonctionnement de l'ANR 31 repose sur de bonnes volontés et notamment sur plusieurs dizaines de bénévoles, si vous disposez de quelques heures, par mois ou même par an ! rejoignez-nous !

Vous avez des envies de sorties, de voyages ou de toute autre activité à mettre en œuvre par l'ANR 31. Faites-nous le savoir en nous contactant ...



“Très inquiets et plus ou moins malheureux, nous attendons sans cesse l'heure suivante, le jour suivant, l'année suivante. Il nous faut à la fin une vie suivante ...”

Etienne Jivert de Genancourt





L'ANR 31 est en fête pour 2026

Le 29 janvier 2026
à partir de 11h30
salle Palladium de Balma
(ex salle polyvalente)

Soyez nombreux à venir
en ce début de nouvelle
année, partager ce mo-
ment de convivialité et
d'amitié autour d'un
bon repas entre amis !



Multipliez vos
chances de remporter
un des superbes lots
proposés à la tombola
cette année

AU PROGRAMME : VOEUX AUTOUR DU VERRE DE L'AMITIÉ, REPAS, DANSE ET GALETTE !

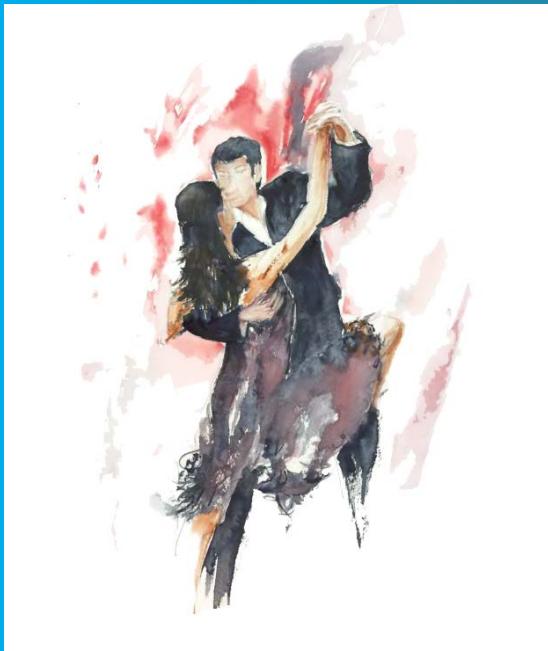
Nombreux lots à gagner par tirage au sort ! Afin de préparer au mieux, pour vous, ce grand rendez-vous annuel, nous vous invitons à nous indiquer, à l'aide du coupon ci-joint votre participation. Une souscription bénévole permet aussi de soutenir nos actions de solidarité tout au long de l'année.

**Un repas et un après-midi avec l'orchestre
EPSILON et ses danseuses qui vont vous faire
danser pour fêter la nouvelle année ...**

Comment nous rejoindre :

- **En voiture** : sortie rocade N°16, direction Balma-centre, au deuxième giratoire, prendre à gauche l'avenue des Arènes (parking)
- **Avec Tisséo** : au terminus du métro de Balma-Gramont, prendre le 72 ou 84 et descendre à l'arrêt "Aérosiers".
- **Parking disponible pour les voitures à proximité immédiate**

MENU



Apéritif

Soupe méthode champenoise
et amuses bouches

Entrée

Duo d'émincé de boeuf, façon Tataki et magret de canard, sauce soja sucrée, crispy d'oignons

Plat

Joue de Boeuf au vin de Noix, poêlée aux 2 pommes et champignons

Dessert

Galette de Limoux et sa crème anglaise

Café

Blanquette et vin inclus

Talon à compléter (laisser les billets attenants) et à adresser avant le 15 janvier 2026, accompagné de votre chèque libellé à l'ordre de l'ANR 31 à l'adresse suivante : Nicole VIEUILLE – 8, rue René LEDUC 31130 BALMA ou (Tél 06 71 67 55 08)

FÊTE de l'ANR 31 du 29 janvier 2026 à Balma

M/ Mme

Téléphone

Adresse

Participera le 29 janvier 2026, Accompagné(e) de personnes • Au repas et à l'après-midi dansante	Adhérents 25 € x Participants = € (A) Non adhérents 35 € x Participants = € (B)
Billets donnant droit au tirage de la souscription bénévole : (merci de compléter les coupons ci-après)	2,5 € x Billets = € (C)
Montant de votre chèque à l'ordre de « ANR 31 »	Total (A+B+C) = €
ANR Billet donnant droit au tirage de la souscription bénévole Du 29 janvier 2026	ANR Billet donnant droit au tirage de la souscription bénévole Du 29 janvier 2026
M/Mme (nom/prénom) Téléphone Adresse	M/Mme (nom/prénom) Téléphone Adresse