

LIEN SOCIAL

**LE LIEN SOCIAL DE LA
DIRECTION NATIONALE DES
ACTIVITÉS SOCIALES**

POUR LES POSTIERS RETRAITÉS



#4

Avril 2023

Pour vous postiers retraités, La Poste et les acteurs du Conseil d'Orientation et de Gestion des Activités Sociales (Cogas) rassemblent dans ce flash infos des informations utiles et concrètes. Ce lien social est à partager largement.

S'ÉVADER

**— Les journées
d'étude de la FNARH**



La FNARH, la Fédération nationale des associations de personnel de La Poste et d'Orange pour la Recherche Historique, vous convie à ses 9^e journées d'étude sur la télégraphie Chappe à Flée, en Côte d'Or, du 6 au 9 septembre 2023.

Les lignes de télégraphe aérien utilisées en France à partir de 1793 ont formé le premier réseau de télécommunications au monde.

Depuis 2006, la FNARH organise des journées d'étude pour faire le point sur les travaux de recherches et de restauration en cours.

+ Postiers : Remise de 5 % pour les retraités de La Poste sur leur frais de séjour et sur justificatif.

**— Poussant les
portes des musées
de chez soi ! Avec la
Société artistique**



Et si la culture s'invitait chez vous ?

Expositions

La Société artistique et ses adhérents chroniqueurs vous proposent de découvrir ou redécouvrir les œuvres de plasticiens lors d'expositions qui ont lieu sur le territoire français : Musée Basque à Bayonne, Musée Paul Valéry à Sète, FHÉL à Landerneau, Musée Maillol à Banyuls-sur-Mer, Musée Fabre à Montpellier, Musée de l'Orangerie à Paris... et les dernières expositions du Musée de La Poste : « Transmissions », « À la pointe de l'art », « Rêver l'univers », « Art postal » et « Jouez, Postez » qui est accessible **jusqu'au 14 mai 2023.**

Un petit clic pour une visite en entrée libre :

En savoir plus

— Actualités artistiques, visites d'ateliers



Vous retrouvez également sur le Blog Post'Art de la Société artistique des brèves d'actualités artistiques, des visites d'ateliers de plasticiens de la Société artistique (Daniel Bigaré, Roger Pendariès, Yves Degorre...) et quelques interviews d'artistes reconnus (C215, Georg Hallensleben, Speedy Graphito, Coline Fabre...).

Quelques minutes d'immersion dans ces galeries et ces ateliers vous permettront en plongeant dans l'univers des artistes de vous évader ! Découvrez notre Blog Post'Art : <https://bit.ly/40DDkco>

N'hésitez pas à partager nos chroniques et interviews avec amis, voisins, famille ou collègues postiers, et prenez soin de vous !

En savoir plus

En savoir plus

— Découvrir ou retrouver les plaisirs de la scène avec la Compagnie du Message



Comme chaque année, la Compagnie du message est en répétition et met la touche finale aux deux spectacles. Le premier spectacle, **Funérailles d'hiver de Hanokh Levin, comédie satirique** a été joué du 16 au 19 mars. Le second spectacle, **Comédies tragiques de Catherine Anne, comédie sociale** est prévu du 11 au 14 mai.

C'est parfois à l'occasion de ces spectacles que des spectateurs sautent le pas et se décident à s'inscrire à une des activités proposées par la Compagnie du message : théâtre pour tous les âges, clown, chant. Pour découvrir à leur tour les frissons de la scène !

Spectateurs ou acteurs, les tarifs de la Compagnie sont très attractifs pour les postiers.

Retrouvez toutes les informations sur le site : <http://www.compagniedumessage.fr/> ou par tél. : 01 42 16 90 00

En savoir plus

— Inscrivez-vous dans un club ASPTT et bénéficiez gratuitement de la licence ASPTT PREMIUM !



Vous souhaitez pratiquer un sport adapté pour vous, reprendre une activité sportive ou culturelle, en découvrir une autre ? Seul, entre amis ou en famille ? Les clubs ASPTT sont faits pour vous !

En effet, **230 clubs omnisports** vous accueillent partout en France et vous proposent **plus de 200 activités** pour tous les âges, de 1 à 101 ans. Des sports collectifs, individuels, de la compétition, du loisir, du bien-être, du sport-santé..., il y en a pour toutes les envies !

J'MACTIV Séniors by ASPTT

Destiné aux séniors de 65 à 101 ans, J'MACTIV Séniors by ASPTT est une réponse aux besoins du mieux vieillir. Nous proposons des moments d'échanges et de sensibilisation sur les risques liés à l'âge pour toutes les personnes en quête de préservation de leur corps et de leur esprit. Travail d'équilibre, coordination, renforcement musculaire, relaxation... il existe différentes thématiques.

Par ailleurs, adhérer à un club ASPTT, c'est aussi accéder à de nombreux avantages :

- **La licence ASPTT PREMIUM**, la meilleure licence multisports du marché pour pratiquer en toute sécurité, gratuite pour les postiers actifs, retraités et ayants droit, avec votre identifiant RH.
- **Le DIGICLUB PREMIUM by ASPTT**, l'offre sportive digitale qui vous permet de suivre en direct ou en replay 7 activités sportives, quand vous le souhaitez et où que vous soyez.
- **Le CLUB PREMIUM**, le club avantages en ligne regroupant 180 000 bons plans et réductions tout au long de l'année.

Retrouvez l'association sur asptt.com et sur nos réseaux sociaux.

[En savoir plus](#)

S'ENGAGER

— Appel aux dons pour les 100 ans du Foyer de Cachan



Le Foyer de Cachan a 100 ans ! Ils étaient 102, en ce 1er octobre 1923, à intégrer le Foyer. 102 gamins, fils de parents morts à la guerre ou de la grippe espagnole qui, hélas, a succédé au désastre humain de 14-18. En 1923, il s'agissait d'orphelins d'agents de la Poste et des Télécommunications.

Vidéo « Joie de vivre à Cachan » : <https://www.youtube.com/watch?v=Mp53xyPiN6o>

— Echanges avec Eric Gelig, nouveau Président de l'ATHA

Grâce à la générosité de nos aînés, notre Foyer a vu le jour et n'a cessé de croître jusqu'à aujourd'hui. Depuis, il reste un soutien aux jeunes en difficulté. Pour mener sa mission, le Foyer de Cachan compte sur la générosité du public.

En consentant un legs au Foyer de Cachan, vous pérennisez notre action au service de l'enfance en difficulté, vous offrez à nos jeunes une deuxième chance : celle d'une vie meilleure, d'une insertion dans la vie professionnelle, d'une réconciliation avec la vie sociale. C'est un véritable pari sur l'avenir. Votre legs est leur avenir !

[En savoir plus](#)

— Devenez bénévole à l'UNASS et aidez-nous à faire de chaque citoyen un sauveteur !



L'ATHA, Association des travailleurs en situation d'handicap, est une association qui historiquement a pour objectif le maintien dans l'emploi des personnes en situation d'handicap au sein d'Orange et de La Poste.

« Cette année est une année charnière pour l'association. **Nous construisons notre avenir par la création d'un organisme de formation, qui dispensera des formations dans les entreprises et auprès des élus.** Il pourra également proposer des actions de formations et d'information aux personnes en situation d'handicap. »

La sensibilisation de tous sur le sujet du handicap est primordiale. En effet, 2 % des personnes sont en fauteuil roulant et 80 % sont des handicaps invisibles.

Témoignage : « Mon handicap n'est pas visible, alors personne ne pense que je suis handicapée à 80%, que ce soient les collègues ou ma supérieure. Je dois pour ma santé être dans un environnement non stressé. C'est tout le contraire ! (...) Mon handicap est générateur d'une grande fatigue et mon supérieur n'en tient jamais compte ! Bien au contraire... Je suis mal et épuisée. J'en suis à regretter de ne pas avoir un handicap plus visible, et le rappeler à tout le monde me renfermerait encore plus dans ce handicap. »

L'ATHA a besoin de toute bonne volonté et de toutes les compétences. La tâche est ardue mais rien n'est impossible à cœur vaillant !

En savoir plus

Devenez bénévole à l'Unass et aidez-nous à faire de chaque citoyen un sauveteur !

Animée par des valeurs d'entraide et de citoyenneté, l'Unass (Union nationale des associations de secouristes et sauveteurs) est une association qui agit au quotidien à la construction d'une société plus solidaire où chaque citoyen est un sauveteur en puissance.

Ses missions : former, sensibiliser à la prévention des risques et aux gestes qui sauvent, et s'engager aux côtés des secours publics pour des missions de sécurité civile.

L'Unass s'appuie sur des équipes de bénévoles présents sur l'ensemble du territoire.

Et vous pouvez les aider en devenant, vous aussi, bénévole à l'Unass !

Gouvernance associative, communication, pédagogie, développement des activités, comptabilité/trésorerie, logistique, secrétariat, organisation et bien sûr secourisme... Toutes les compétences sont les bienvenues. Pour plus de renseignements, contactez l'association Unass la plus proche de chez vous : www.unass.fr rubrique réseau territorial ou contact@unass.fr

En savoir plus

S'INFORMER

— Les logements d'accueil de l'APCLD

Ces logements sont destinés aux adhérents de l'APCLD, salariés et retraités de La Poste et Orange, ou à leurs proches suivant un parcours de soins à Paris ou en Île-de-France. A proximité des transports et des lieux de soins, ces logements vous permettront d'avoir un accès facilité aux établissements médicaux pour une participation de 15€ par nuitée



(tarif 2023).

Pour bénéficier des logements d'accueil :

- Contactez le siège de l'APCLD au **01 49 12 08 30**
- Précisez les dates de votre séjour
- Confirmez avec une lettre, un certificat médical et un justificatif du lien avec La Poste.

[En savoir plus](#)

Vous vivez en province, en Outre-mer, et vous avez un examen médical dans la capitale ? Vous accompagnez un parent ou un enfant hospitalisé ?

Vous pouvez faire appel à l'APCLD afin d'être logé dans l'un de nos **11 logements à Paris et en proche banlieue**.

— Des services pour faciliter le quotidien des seniors



Les besoins évoluent tout au long de la vie et notamment avec l'âge. Afin de **préserver l'autonomie des seniors**, La Poste et ses partenaires proposent de nombreux services, essentiels à une bonne qualité de vie.

Santé, confort, assistance, vie connectée ou encore vacances, des solutions existent pour **se simplifier la vie au quotidien** :

- Services de proximité et de sécurité
- Santé, alimentation et vie quotidienne
- Vie connectée
- Vacances.

Bon à savoir :

Bénéficiez d'**avantages exclusifs pour postiers retraités** sur de nombreuses offres !

[En savoir plus](#)

— Tentez de gagner un Iphone 14 et une tablette Ardoiz !



[Je joue](#)

S'informer sur les activités sociales



0 800 000 505
> choix 2

(Service & appel gratuit)



E-MAIL

offre.sociale@laposte.fr



PORTAIL MALIN

Site des activités
sociales

www.portail-malin.com

Nom d'utilisateur : offre

Mot de passe : sociale

LE GUICHET DES
POSTIERS RETRAITÉS
(accueil téléphonique
postiers)

Horaires : du lundi au
vendredi, de 9h à 17h
(heures locales de
métropole)

Consulter les mentions RGPD : <https://www.portail-malin.com/rgpd.html>

S'abonner au Lien social pour les postiers retraités :

<https://www.portail-malin.com/catalogue/au-quotidien/abonnez-vous-au-lien-social-retraites.html>

Crédits photos : La Poste - Adobe stock : APCLD, FNARH, UNASS, Artem Varnitsin, JackF, Jonás Torres, Kozlik_mozlik, Rene/La peopleimages.com, shurkin_son, M Einero/peopleimages.com, oneinchpunch



La Poste SA au capital de 5 620 325 816 euros 356 000 000 RCS Paris. Siège social : 9
RUE DU COLONEL PIERRE AVIA 75015 PARIS. Tél : 01 55 44 00 00

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)