

MUTUELLE

infos

AVRIL - MAI - JUIN 2009

N°10

MUTUELLES
GROUPE
LA DÉPÊCHE
DU MIDI

ÉDITO

Vous attendez tous de votre mutuelle des montants de cotisations au minima et les prestations les meilleures. Nous ne savons pas faire de miracle mais comme vous pouvez le constater, nous gérons du mieux possible notre institution. Ces derniers mois ont été extrêmement mouvementés au niveau financier. Malgré ces impondérables, la mutuelle du groupe La Dépêche du Midi affiche d'excellents résultats. Même les prévisions à court terme sont favorables. Notre objectif est de nous maintenir dans ces bonnes dispositions, même si le devenir de l'assurance maladie nous paraît incertain. D'autre part, nous développons, dans la mesure du possible, le relationnel et l'information à tous les niveaux. Récemment, une enquête a été diligentée vers l'optique, la nutrition, l'audio. Vous avez été nombreux à répondre à notre démarche. Nous vous remercions d'avoir bien voulu y consacrer un peu de votre temps.

Le lien qui nous unit est à ce prix.

Paul Dargein



L'acrostiche

Attendre que les nuits passent, que les jours arrivent
Tu ne t'en rends pas compte, tu n'as pas le choix
Tu crois vivre, mais tout en toi est artificiel
Entends les bonnes notes qui te guident vers la raison ...
Nous n'avons plus le choix, tout le monde nous a déjà guidé
De façon à ce que la cupidité nous emporte
Reste ici, attends que la mort vienne te chercher
Et continue de faire ce que tu sais de mieux.

Lucie: 14 ans



SOMMAIRE

Édito.....	1	Aide à la personne.....	5
Assemblée générale de la mutuelle complémentaire santé.....	2	Don d'organes.....	6
Naissances - Décès.....	3	Résolutions des conseils d'administration réalisations sociales.....	7
Résolutions des conseils d'administration complémentaires santé.....	4	Vacances / L'écho logique / Résidence Sarraut.....	8
Assemblée générale de la mutuelle réalisations sociales.....	4	Règlement de compte chez les Mérovingiens.....	8

MUTUELLE INFOS

N° de publication : ISSN 1952 997 X
Tirée à 2000 exemplaires
est une publication éditée par les mutuelles du groupe la Dépêche du Midi
Avenue Jean Baylet - 31095 Toulouse cedex 9
Directeur de publication : Paul DARGEIN
Rédaction : Michel ESCARD, Claude SAINT-ESPES
Maquette et impression : Techni Print Imprimerie

HORAIRE D'OUVERTURE DES BUREAUX

Avenue Jean Baylet - 31095 Toulouse cedex 9
Ouverture : Du lundi au vendredi : de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30
Complémentaire santé : 05 62 11 35 77
Réalizations sociales/ comptabilité : 05 62 11 95 81
Fax : 05 62 11 36 40
Courriel : mutuelle@ladepeche.fr

JEUDI 4 JUIN 2009 : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE



MADAME MARIE-FRANCE
MARCHAND BAYLET

AG DE LA COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

L'assemblée générale de la mutuelle complémentaire santé a débuté par l'observation d'une minute de silence en hommage aux adhérents mutualistes décédés pendant le courant de l'année. Après l'adoption des résolutions prises lors de l'assemblée générale de 2008, le rapport moral est dressé par le président Paul Dargein. Il en ressort que les finances sont saines, et positives, ce qui est réconfortant. Les délibérations du conseil d'administration ont lieu maintenant dans un environnement plus clair et plus adapté, grâce aux nouveaux locaux mis à la disposition de la mutuelle par la direction générale, ce qui permet aussi un meilleur bureau d'accueil où les adhérents peuvent maintenant se retrouver. Après le rapport de gestion du conseil d'administration, les faits marquants de 2008 sont présentés :

- La somme de 600 000 euros a été avancée aux réalisations sociales pour l'achat du « Pastel ».
- Un fonds de solidarité pour venir en aide aux adhérents se trouvant en situation de précarité a été mis en place. Ce fonds d'un montant de 0,50 euro par adhérent et par mois est collecté par la complémentaire santé puis transféré aux réalisations sociales qui gèrent ce fonds de solidarité.
- Deux adhérents de la mutuelle ont été radiés pour non paiement de leurs cotisations.
- Un livret de la Caisse d'Épargne est maintenant attribué à chaque nouveau né inscrit à la mutuelle. Elle y verse cent euros. La Caisse d'Épargne augmente le montant de ce livret avec le versement de trente euros supplémentaires. Puis des modifications au règlement sont présentées et soumises à l'assemblée. Le partenariat avec la mutuelle Santévie est reconduit pour 2009. Après les rapports de gestion des comptes et des comptes combinés par le trésorier Jean Degoul, assisté d'Annie Pecharroman, c'est à la commission de contrôle statutaire de faire le sien par la voix d'Éric Pujol, puis c'est au tour de Béatrice Charlas, commissaire aux comptes d'exposer les chiffres et les arguments techniques. Jean Degoul, donne lecture des comptes et conventions et de l'affectation du résultat. L'assemblée les approuve à l'unanimité. Est également votée et adoptée la confiance au conseil d'administration qui voit sa délégation reconduite pour 2009. La cooptation d'un administrateur est avalisée par l'assemblée : c'est Aïcha Boumaza, qui remplace Alain Mallet démissionnaire. Aucune question diverse n'étant posée, la séance est levée.



NAISSANCES/DÉCÈS

« Ils sont arrivés »

Jimmy MARINO	le 26 novembre 2008
Eva CARRERES	le 2 avril 2009
Charly PONS	le 29 avril 2009
Olivia SCHREPF—SANZ	le 3 mai 2009
Hugo BORIUS	le 16 mai 2009

« Ils nous ont quittés »

M. Charles MOULY	le 1 ^{er} mars
M. François MINARD	le 15 mars
M ^{me} Marcelle PASSERIEU	le 19 mars

M. Jean-Paul VIALARET	le 22 mars
M ^{me} Jacqueline MICHEL	le 27 mars
M. Claude COUMENGES	le 1 ^{er} avril
M ^{me} Julien FRACCA	le 5 avril
M. Pierre VILLEMUR	le 6 avril
M ^{me} Evelyne LATHERRADE	le 23 avril
M. Georges CARBONI	le 28 avril
M. Roger DASPET	en avril
M ^{me} Marie-Louise BAUDY	le 18 mai
M ^{me} Marie-Louise DUPUY	le 20 mai
M. Alain PENABAYRE	le 13 juin

SITE INTERNET

Le site internet mutuelle vous propose deux nouvelles pages : Liens utiles et Adresses utiles ou vous trouverez des listes de contacts pour vous aider dans vos démarches de santé. Pour vous connecter, il vous suffit de cliquer dans la page d'accueil, sur les icônes mentionnant ces pages. Le site internet est régulièrement visité chaque mois par grand nombre d'entre vous. Nous vous remercions de l'intérêt que vous y portez et de votre fidélité.

www.mutuelle-depeche.fr

7	9	6	1				
4				5	9	7	8
8		9		7			2
5	8				1		7
4				7			3
6		7				8	9
7			3		6		5
3	6	2	1				8
				9	2	3	4

Solution en page 4

RÉSOLUTIONS DES CONSEILS D'ADMINISTRATION COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 3 MARS 2009 :

- Satisfait deux demandes dans le cadre du fonds social.
- Adopte le PV de février après y avoir apporté les corrections demandées.
- Prend connaissance du résultat des placements financiers.
- Approuve la démarche auprès des filiales du groupe Dépêche pour leur mutualisation.
- Note la constante progression du nombre des visites sur le site internet.
- Note l'envoi à nos adhérents de plaquettes de la mutualité française dans certains départements.
- Prends note de la prochaine réunion pour faire le point sur l'organisation de l'assemblée générale
- Note qu'une convention réglementée sur le transfert de fonds entre les deux mutuelles est cosignée par le président de l'une et le vice président de l'autre.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 9 AVRIL 2009 :

- Donne son accord pour une demande d'aide en fonds social, sur deux cas présentés.
- Adopte le PV du 3 mars 2009.
- Arrête les comptes annuels au 31 décembre 2008 et convoque l'Assemblée Générale.
- Arrête les comptes combinés annuels au 31 décembre 2008.
- Adopte le bilan des comptes combinés de l'année 2008.
- Prend acte de la mise en place du contrôle interne.
- Adopte la mise en place d'un barème pour les personnes partant en PMS.
- Prend note de la réunion du 22 avril 2009 pour la préparation de l'assemblée générale.
- Prend note du compte rendu de la première réunion de la commission « Avenir de la Mutuelle »
- Prend note de la progression des visites sur le site internet de la mutuelle.

N°11

La rubrique Santé de la Société de Phytothérapie et Nutrition *Les probiotiques pour le confort intestinal*

Les probiotiques sont des micro-organismes qui contribuent à l'équilibre de l'écosystème naturel intestinal, évitant la pullulation de germes pathogènes comme les colibacilles.

* **Amélioration des troubles digestifs** : Dans divers articles les auteurs attribuent aux probiotiques une action régulatrice de l'immunité intestinale, une amélioration des troubles digestifs de près de 85 % après intervention ou diarrhée. Ils sont indiqués dans le syndrome du colon irritable et de la colite : les auteurs recommandent une cure de 6 mois avec l'association bifidobater et lactobacillus.

* **Action favorable sur l'estomac** : par action compétitive contre l'helicobacter pylori.

* **Allergologie** notamment dans l'eczéma. Les probiotiques protègent de l'allergie par action sur la barrière notamment digestive. L'allergie est précédée par la pénétration des allergènes. C'est donc là qu'il y a lieu d'agir.

Oemine probiotic

Formule inédite composée d'un complexe de 3 bacilles: Bifidobacter, lactobacillus acidophilus et rhamnosus.

Présentation

Boîte de 60 gélules de 350 mg contenant chacune un mélange de 5 milliards de bacilles probiotiques.

Posologie :

nourrissons : 1 gélule / jour
enfants : 2 gélules / jour
après 10 ans : 3 gélules / jour
adultes : 4 gélules / jour
grossesse : 3 gélules / jour
seniors : 3 gélules / jour



Aux adhérents
de la mutuelle Dépêche
- 30 %
sur toute
la Gamme
Oemine

NOM:.....

Prénom:.....

Adresse:.....

Code postal:.....

VILLE:.....

Email:

À adresser à: PHYTOBIOLAB:
ZA la ménude 2 - 1 rue Ampère
31830 Plaisance du Touch
05 62 18 05 86 - www.oemine.com

JEUDI 4 JUIN 2009 : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

AG DES RÉALISATIONS SOCIALES

Le président Paul Dargein ouvre la séance. Les résolutions de l'assemblée générale de 2008 sont adoptées avant que ne soit présenté le rapport moral. La vente du terrain du Grand Selve n'a pu se concrétiser cette année, il se trouve donc à nouveau sur le marché et, par voie de conséquence, l'édification de la crèche qui devait être construite sur le terrain du « Pastel » a été reportée.

Viennent ensuite le rapport de gestion des comptes de Jean Degoul, celui de la commission de contrôle statutaire par Éric Pujol et enfin celui, bien sûr très technique, de Bernard Delon, le commissaire aux comptes. Ces rapports sont aussitôt suivis par l'approbation des comptes et des conventions pour 2008. La cooptation d'un administrateur est avalisée par l'assemblée : c'est Élisabeth Pasquié, qui remplace Alain Mallet démissionnaire. Le dossier d'étude d'aide à la personne est présenté par Pierre Junyent, responsable de la commission qui expose le déroulement des choses qui aboutiront prochainement à l'établissement d'un point d'information pour orienter les adhérents vers les intervenants adéquats, quand ils en auront besoin. La gestion de la résidence Maurice-Sarraut est présentée par Claude Saint-Espes, responsable de cette commission.

Des travaux lourds sont en prévision. En effet, l'adduction d'eau ainsi que celle du gaz ont grandement besoin d'être rénovées, consolidées. Par ailleurs quinze places seront gagnées lors de la réfection du parking. En ce qui concerne les sites de vacances, la commission a décidé de réduire notablement la liste de ses locations linéaires : il s'agit d'un système où la mutuelle achète des périodes de vacances et les propose à prix réduit. Grâce à un partenariat avec l'organisme Sunélia, la commission

peut ainsi bénéficier de cette configuration pendant sept nuits en 2009. Dans le débat de clôture, l'administratrice Anne Déro, exprime ses remerciements à Alain Mallet pour le travail qu'il a réalisé au sein du conseil d'administration jusqu'à sa démission.

L'ordre du jour étant épuisé, la séance est levée.



LA BANQUE POSTALE, UN MODELE ORIGINAL DANS LA BANQUE DE DETAIL EN FRANCE

OUVERTE À TOUS, PARTICULIERS COMME ENTREPRISES AVEC UNE OFFRE DE PRODUITS ET SERVICES ACCESSIBLE, À UN TARIF RAISONNABLE AVEC DES GARANTIES UTILES.

La Banque Postale est une banque unique et simple. Elle est guidée par la relation de confiance qu'elle a avec ses clients. Elle est convaincue que ses valeurs de simplicité, de proximité, de parler vrai et de services rendus font la différence à l'avenir. www.labanquepostale.fr



LA BANQUE POSTALE. BIEN PLUS QU'UNE BANQUE



3639

Un site Internet contre les accidents de la vie courante

Comment réagir en cas d'incendie domestique ? Quels sont les numéros des centres antipoison ? Comment bien choisir un jouet pour un enfant en bas âge ? L'Institut national de la consommation (INC) et les pouvoirs publics lancent le site Internet www.stopauxaccidentsquotidiens.fr, destiné à informer et à proposer des conseils pratiques pour prévenir les incidents domestiques. Chaque année, on déplore 11 millions d'accidents de la vie courante, provoquant 19 000 décès.

Natalité : la France garde la première place en Europe

Pour la troisième année consécutive, la France est championne d'Europe de fécondité, avec plus de deux enfants par femme. Plus de 834 000 bébés sont nés en 2008, selon l'Insee, contre 807 000 en 2005. L'âge moyen des mamans continue d'augmenter : il atteint quasiment 30 ans, soit près de deux années de plus qu'il y a vingt ans. 52 % des bébés sont nés hors mariage en 2008, alors qu'ils n'étaient que 6 % en 1970.

La CMU complémentaire favorise l'accès aux soins

La couverture maladie universelle (CMU) complémentaire permet aux patients défavorisés de se soigner presque aussi bien que les autres. Chez les bénéficiaires de la CMU complémentaire, « le taux de renoncement aux soins est proche des personnes couvertes par une mutuelle », note le ministère de la Santé. Malgré tout, ces personnes continuent de renoncer aux soins optiques ou dentaires pour des raisons financières. Actuellement, 4,3 millions de personnes bénéficient de la CMU complémentaire en France, selon le Fonds de financement de la CMU. Dans 30 % des cas, il s'agit de familles monoparentales.

AIDE À LA PERSONNE



PROCHAINEMENT UN POINT-INFO

Le conseil d'administration a décidé la création d'un point info pour l'aide à la personne. L'analyse des résultats de ce qui s'apparente plus à un sondage, réalisé et déposé au début de l'année, donne toutefois une bonne indication des demandes des adhérents.

Ainsi, actifs et retraités se rejoignent pour demander la livraison de courses à domicile, l'assistance aux personnes dépendantes et handicapées et l'assistance informatique à domicile.

Les retraités ajoutent, dans l'ordre de priorité : l'aide au ménage, les prestations en petit bricolage, l'accompagnement aux courses, les petits travaux de jardinage, les soins esthétiques, la téléassistance et l'assistance administrative. A noter que, pour les retraités qui résident en Haute-Garonne, un service de téléassistance gratuit est mis à disposition par le conseil général (voir encadré).

Les actifs sont demandeurs de garde d'enfants, collecte et livraison de linge repassé et soutien scolaire.

Nous avons repris contact avec Santévie qui, comme nous vous l'avions dit alors, présentait pour nous les meilleures garanties pour construire un projet ajusté à notre demande. Le 2 juin dernier, M^{mes} Dutailly et Subarroques, pour Santévie, ont présenté devant notre commission un premier jet du projet de point info de service à la personne.

Les grandes lignes ont été communiquées aux participants à l'occasion de l'assemblée générale du 4 juin. Il s'agit d'une première rédaction appelée à être amendée et que nous ne pouvons donner ici sans que certains soient tentés de le considérer comme définitif.

Nous allons donc étudier le texte proposé et faire part de nos remarques à Santévie afin qu'il soit modifié avant de le soumettre à la décision du conseil d'administration.

D'ores et déjà un contact est pris entre l'assistante sociale et Santévie afin d'éviter tout double emploi qui nuirait à l'objectif du projet et d'examiner les complémentarités et les coordinations profitables à tous.

P. Junyent.

2	7	9	6	1	8	4	3	5
1	4	6	2	3	5	9	7	8
5	8	3	9	4	7	6	1	2
9	5	8	4	6	3	1	2	7
4	2	1	8	7	9	5	6	3
6	3	7	5	2	1	8	9	4
7	9	4	3	8	6	2	5	1
3	6	2	1	5	4	7	8	9
8	1	5	7	9	2	3	4	6



Réunion du 2 juin : M^{mes} Dutailly et Subarroques entourées des membres de la commission



HSBC au cœur de votre ville et partout dans le monde

Avec HSBC, vous choisissez la puissance d'un des plus importants groupes de services bancaires et financiers au monde.

Quels que soient vos projets et votre situation patrimoniale, HSBC vous accompagne et vous apporte des solutions sur mesure.

Pour en savoir plus :

- ▶ **HSBC Toulouse**
64, rue de Metz
Marie-Hélène ALMAYRAC
Tél. : 05 62 26 97 92
suc-toulouse@hsbc.fr

www.hsbc.fr

HSBC 
Votre banque, partout dans le monde

DON D'ORGANES

IL EST POSSIBLE DE DONNER SES ORGANES APRÈS SA MORT.

Les reins, le cœur, le foie, les poumons, le pancréas, l'intestin... d'une personne décédée peuvent être prélevés et greffés à une ou plusieurs personnes malades. La greffe est un acte médical de la dernière chance : elle est envisagée lorsque l'état d'un malade se dégrade, et que seul le remplacement du ou des organes défaillants peut permettre son amélioration. Donner ses organes est une décision personnelle, qui ne répond qu'au choix de chacun, à son propre rapport du corps, du don, de la mort...

POURQUOI FAUT-IL EN PARLER AVEC SES PROCHES?

Une décision, deux moyens d'expression : la transmission orale à ses proches et seulement pour ceux qui sont opposés au don, l'inscription au registre national des refus.

Si une personne meurt dans des conditions qui permettent le prélèvement d'organes, les médecins vérifient qu'elle n'est pas inscrite sur ce registre. Puis se tournent vers la famille pour s'assurer que la personne n'avait pas manifesté d'opposition ou avait confirmé son accord de son vivant. Si le défunt n'avait fait aucune de ces deux démarches, le doute s'installe... Les proches doivent alors décider rapidement à sa place, ce qui est une épreuve supplémentaire à la douleur. Tout le monde peut être amené à recevoir un jour une greffe d'organe.

QUI PEUT DONNER ?

Le plus souvent, les donneurs sont des personnes décédées après un traumatisme crânien ou un accident vasculaire cérébral à l'hôpital, ou après un arrêt cardiaque.

QUI VA RECEVOIR ?

Les malades pour lesquels il n'existe plus d'autre solution que de remplacer l'organe déficient par un organe sain sont inscrits, par leur médecin, sur une liste nationale d'attente. Aujourd'hui, une personne greffée peut reprendre une vie quasiment normale. Elle peut travailler, avoir des enfants, faire du sport, voyager... Elle doit cependant suivre un traitement à vie, pour éviter le rejet de l'organe greffé.

DES QUESTIONS À SE POSER...

Comment le corps du donneur est rendu à la famille ?

Le prélèvement est un acte chirurgical effectué au bloc opératoire, dans les mêmes conditions et avec le même soin que pour une personne en vie. Après l'opération, le corps est habillé et rendu à la famille, qui peut réaliser les obsèques qu'elle souhaite. Aucun frais n'est demandé à la famille du défunt.

La famille du donneur peut-elle contacter les personnes greffées ?

Non, et les personnes greffées ne peuvent pas connaître et contacter la famille du donneur. C'est la règle de l'anonymat. La famille du donneur peut uniquement savoir si la greffe a réussi.

Qu'en pensent les religions ?

Les prélèvements d'organes en vue de greffe ne rencontrent pas d'objection de principe. Toutes les religions invitent leurs fidèles à réfléchir au don d'organes et donnent leur accord dès lors qu'il s'agit de sauver des vies en péril.

Et si je change d'avis ?

On peut à tout moment changer d'avis et c'est normal. La première chose à faire est de signaler votre nouvelle décision à vos proches. Pour vous retirer du registre national des refus, un simple courrier suffit.



Mieux connaître les tarifs des consultations ou des actes dentaires

Le site internet de l'assurance maladie, www.ameli.fr, permet, grâce à un annuaire de trouver un médecin selon sa spécialité, son adresse ou son secteur d'activité. Il permet aussi de se renseigner sur les dépassements d'honoraires. Les tarifs de consultation des dentistes sont également accessibles pour les soins les plus courants comme un détartrage ou le traitement d'une carie. Vous pouvez aussi accéder aux tarifs des actes les plus fréquents : orthodontie, couronne, inlay-core....

Tarifs médicaux : devis obligatoire dès 70 euros

Depuis février, les médecins qui facturent des honoraires supérieur à 70 euros à leurs patients doivent les en informer préalablement par écrit. Cette mesure concerne uniquement les médecins libéraux de secteur 2, qui sont libres de fixer le montant de leurs tarifs, ainsi que les dentistes. Le montant et la nature des dépassements d'honoraires doivent figurer sur le devis. Des sanctions financières sont prévues pour les praticiens qui ne respecteraient pas cette obligation.

Non respect du parcours du soin

Depuis fin janvier 2009, les personnes qui n'ont pas choisi leur médecin traitant ou qui ne respectent pas le parcours de soins coordonné, ne sont remboursées qu'à hauteur de 30 % par l'assurance maladie (au lieu de 70 % dans le cadre du parcours de soins) La différence du remboursement ne peut être pris en charge par la mutuelle.

RÉSOLUTIONS DES CONSEILS D'ADMINISTRATION RÉALISATIONS SOCIALES

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 3 MARS 2009 :

- Adopte, à l'unanimité, le procès verbal de la réunion du conseil d'administration du 3 février 2009.
- Accorde une aide exceptionnelle de 1500 € dans le cadre du fonds de solidarité.
- Décide d'avancer sur le projet de création d'un point info sur les services à la personne et autorise le président à signer la convention de partenariat avec le GIE Santé Vie liée à ce partenariat.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 9 AVRIL 2009 :

- Adopte, à l'unanimité, le procès verbal de la réunion du conseil d'administration du 3 mars 2009.
- Accorde trois aides de 1066 €, 1080 € et 485 € dans le cadre du fonds de solidarité.
- Adopte à l'unanimité le rapport de gestion 2008 qui sera soumis à l'assemblée générale le 4 juin 2009.
- Décide de renommer la commission seniors commission aide à la personne.
- Enregistre la démission de Jean Degoul de la commission Sarraut.

VACANCES

Pour 2009, il a été convenu de réduire les locations linéaires. Nous travaillons en partenariat avec «Sunélia» pour les forfaits escapades à 30 € la nuitée hors juillet et août. Chaque adhérent peut bénéficier de 7 nuitées pour l'année 2009. Si vous êtes intéressé, n'hésitez pas à contacter Michelle à la mutuelle. Nous avons essayé de travailler avec «Granvalira Andorre» mais malgré la remise de 12 %, il y a peu d'engouement pour ce site. Nous allons analyser et étudier pour l'an prochain les moyens à mettre en œuvre pour booster les locations.



L'ECHO LOGIQUE

SURVEILLEZ VOTRE CONSOMMATION ÉLECTRIQUE!

- **Les appareils électriques :**
 - TV/hifi/magnétoscope/ordinateur : **ne les laissez pas en veille.**
 - Lave-vaisselle/lave-linge/sèche-linge : profitez de leur capacité maximum (ni trop, ni pas assez).
 - Utilisez les **programmes économiques** : congélateur/réfrigérateur : **dégivrez-les régulièrement** (jusqu'à 30% d'économie), **Laissez refroidir les aliments avant de les ranger**
- **L'éclairage :**
 - Pensez à éteindre la lumière en sortant d'une pièce
 - Préférez des lampes basse-consommation et évitez les halogènes.
- **Le chauffage :**
 - Inutile de surchauffer ! 1° C en plus, c'est 7 % de consommation en plus !
 - Aérez rapidement chaque matin (5 minutes suffisent, surtout en hiver !)
 - Entretenez le système de chauffage régulièrement.
 - Ne couvrez pas les radiateurs. Ce ne sont pas des sèche-linge !



Sources : ARPE Midi Pyrénées

RESIDENCE SARRAUT

Notre résidence comprend 70 logements. Nous essayons d'intervenir le plus rapidement possible lorsqu'il y a un problème au sein des appartements ou aux abords. Au fur et à mesure des changements de locataire dans notre résidence nous réhabilitons les appartements si nécessaire. Pour la plomberie nous posons toutes les tuyauteries en apparant afin d'éviter des problèmes éventuels dans le sol (fuites). Nous changeons le radiateur de la salle de bain par un radiateur sèche serviettes. De gros travaux lourds sont en prévision, en particulier le remplacement des conduites d'eau et de gaz ainsi que la réparation et la modification du parking intérieur afin de gagner environ 15 emplacements. Nous en profitons pour remercier le concierge pour la qualité et le sérieux de son travail et lui souhaitons un prompt rétablissement. Tous les appartements sont actuellement attribués.

RÈGLEMENT DE COMPTE CHEZ LES MÉROVINGIENS



Les Mérovingiens, leur nom vient de Mérovée, le grand-père de Clovis. Mais si l'ambitieuse, cynique et « serial killeuse » Frédégonde s'est paisiblement éteinte dans son lit, tout autre fut le destin de la belle, la lumineuse, l'étonnante Brunehaut, ou Brunehilde, sa rivale.

Elle possédait le charme naturel qu'ont toujours eu les princesses... mais en plus, elle était une demoiselle fille du roi d'Espagne née en 547 et avait été élevée à la cour de Tolède, ce qui ne gâtait rien. De princesse wisigothe, elle devient donc reine franque en épousant en 566 le ci-devant Sigebert Ier, roi d'Austrasie. Le frère de Sigebert qui s'appelle Chilpéric Ier et qui est roi de Neustrie, crevant de jalousie devant l'altière beauté de sa belle sœur et la magnificence du mariage de son frère épouse Galswinthe, (née en 545), la grande sœur de Brunehaut en 567. Et pour ce faire, il avait répudié Audovère, sa première épouse, et renvoyé aux cuisines d'où elle était sortie, l'esclave qui était sa favorite et qui s'appelle Frédégonde.

Tous les personnages sont donc maintenant en place, le drame peut commencer.

Sont-ce les mains crochues de Frédégonde? Toujours est-il que Chilpéric se retrouve promptement veuf l'année même de son mariage et que l'ex-favorite retrouve tout aussi promptement sa place perdue...

Brunehaut, on la comprend, veut venger sa grande sœur étranglée et les deux rois frères se font la guerre. La «faide royale» la vendetta de l'époque. La bataille fait rage pendant une trentaine d'années, mais en 575 meurt ce nouveau roi d'Austrasie et Neustrie succombera bientôt sous les coups de poignard à la lame empoisonnée téléguidés par sa belle sœur, la terrible Frédégonde, qui, avec Chilpéric, fait aussitôt emprisonner Brunehaut, avec ses enfants. Cependant, le plus jeune fiston de Sigebert et Brunehaut est extrait de prison par un fidèle et se retrouve proclamé roi d'Austrasie, le jour de Noël 575. Ce nouveau roi a tout juste cinq ans et s'appelle Childebert II. Qu'il se dépêche vite, vite de régner...

C'est céans que le romantisme vient s'immiscer dans cette orgie de tuerie, qu'un soupçon d'eau de rose vient dissimuler des flots de sang, qu'un souffle d'amour va faire oublier tant de haine. Chilpéric avait eu un fils avec Audovère, sa première femme. Ce fils, il l'envoie guerroyer dans le Poitou. Ce royal rejeton s'appelle Mérovée, comme son illustre ancêtre, et il a eu un véritable coup de foudre pour sa tante, la belle Brunehaut. Il part donc foin du Poitou! rejoindre sa belle à bride abattue, et l'épouse illico presto. Deux grammes de tendresse dans un monde de brutes. Chilpéric est fffurieux! Il parviendra à séparer les jeunes époux, à envoyer Mérovée, tondu comme un œuf, dans un monastère tandis que Brunehaut et ses filles sont exilées en Austrasie. Malgré tous ses efforts, Mérovée, qui s'est échappé du couvent, ne pourra revoir son épouse; trahi par les siens, désespéré, il demande au dernier fidèle de le poignarder.

En 584, le roi de Neustrie Chilpéric trouve la mort en rentrant de la chasse, poignardé. Frédégonde? En 595 est empoisonné Childebert II, le roi d'Austrasie, il avait tout juste vingt-cinq ans... Frédégonde? Ses ambitions s'achèvent comme déjà dit plus haut, dans son lit, en 597. C'est son dernier fils, Clotaire II, son petit chéri, qui parachèvera l'œuvre destructrice de sa maman en torturant, suppliciant, jusqu'à plus soif (pendant trois jours) l'ex-reine Brunehaut, qui pour finir, sera, à soixante-dix ans, attachée, nue, par une jambe, un bras et les cheveux à la queue d'un cheval indompté, fou.

Michel Escard

