

Septembre 2021

EDITO

Ce début de commencement de retour à une vie normale nous fait du bien au moral et au physique.

Depuis cet été, nous avons pu visiter le magnifique parc botanique d'Apremont, le zoo de Thoiry. Nous avons fait, également, une sortie champêtre et une semaine de rêve sur la Côte d'Azur.

Aujourd'hui, nous pouvons retrouver la convivialité qui nous a tant manquée en participant aux diverses activités proposées, sur simple présentation du « pass sanitaire ».

Guy MARTINEZ

UN ATELIER INFORMATIQUE :

L'informatique prend une place de plus en plus grande dans la vie de tous les jours. De nouveaux besoins nous obligent à utiliser des outils qui nous sont étrangers et qui sont censés nous faciliter les choses.

Depuis longtemps, je reçois de nombreuses demandes pour mettre en place des ateliers de sensibilisation à l'informatique. Les contraintes techniques n'ont pas permis, jusqu'à ce jour, de les mettre en œuvre.

Aujourd'hui, une belle opportunité s'offre à nous pour vous proposer des modules de formation aux usages de l'informatique.

Ces ateliers, totalement gratuits pour les retraités, sont à l'initiative de la CARSAT qui a mandaté la BGE Indre pour assurer ces formations.



La prochaine session débutera le 9 décembre.

Si vous êtes intéressé(e), inscrivez-vous sans attendre en utilisant le coupon joint. Une documentation est à votre disposition à la permanence.

Guy MARTINEZ

LES SENIORS EN VACANCES SUR LA CROISSETTE :

57 adhérents ont pris la route du soleil le 28 août pour rejoindre le « Reverdi » : un centre de vacances perché au milieu des bois de chênes-lièges de l'arrière-pays de Sainte Maxime. Nous avons eu un accueil exceptionnel partout où le programme nous a conduit. De Saint Tropez à Monaco en passant par Nice, Cannes et les gorges du Verdon nous avons pleinement profité de ce séjour si longtemps attendu.

Guy MARTINEZ



DECOUVRIR :

- **SORTIES CHAMPETRES** : Le **08/10/2021 à Vendœuvres**, départ devant le Saint Sulpice à 8H 30 pour le parcours de 13 km/9H pour le parcours de 9 km/9H 30 pour le parcours de 5 km.
Repas au restaurant de Bellebouche à partir de 11H 30 au prix de **17 €**
INSCRIPTION URGENTE PAR TELEPHONE 02 54 27 62 64 ou mail anr36@orange.fr
AVANT LE 5 OCTOBRE
- **VISITE DU CNTS** (centre national du tir sportif) et **du musée de La Martinerie le 26 novembre** : rendez-vous fixé à 9h30 sur le parking « Les Amis de La Martinerie », avec visite du CNTS le matin et du musée l'après-midi. Suivant le nombre de visiteurs (au-delà de 25) deux groupes seront formés et les visites inversées. Un **déjeuner** composé d'un buffet avec vin et café est proposé à l'école St-Michel (à proximité) pour 17€.
Merci de renvoyer le **coupon réponse pour le 16 novembre au plus tard**, avec un chèque du montant du repas, libellé à l'ordre de l'ANR36, si vous souhaitez déjeuner sur place.
Coupon réponse joint. Renseignements Jean-Paul Tissier : 06.86.75.25.65 ou jean-paul.tissier0@orange.fr
- Visite de la chocolaterie **Max VAUCHE à BRACIEUX (41250)** : Visite 1 heure avec dégustation le **9 décembre à 14h00**. 3.90€/personne (paiement sur place). Covoiturage possible. **Coupon réponse avant le 25 novembre**. Renseignements Nadine Fricher : n.fricheranr@orange.fr ou 09 82 20 46 31.

VOYAGER :

LA CRETE : du **28 mai au 4 juin 2022**, départ de Châteauroux, de 1225 à 1319€, en fonction du nombre de participants.



Supplément de 150€ pour une single, 40€ d'assurance annulation (ycompris COVID) et 3€ de taxe de séjour par chambre et par nuit.

Coupon réponse inscription jusqu'au 22 octobre avec 30% du montant total soit 450€ payable en chèques vacances ou par chèque libellé à l'ordre de : **ANR36 Voyages**. Le descriptif est disponible sur le site de l'anr 36.

LE CANADA : Pour environ 2650 € en chambre double en septembre/octobre 2022

Il semblerait que l'accès des ressortissants Français soit de nouveau possible aux USA. Si la situation est rapidement débloquée le voyage pourrait se faire. Les adhérents intéressés sont invités à remplir le **coupon réponse de pré-inscription (sans chèque d'acompte)**. Ils seront contactés ultérieurement dès la confirmation du voyage et le programme sera disponible sur le site.

PARTAGER : COMPTE TENU DE L'EVOLUTION DES CONSIGNES SANITAIRES ET DES PERMISSIONS D'UTILISATION DES SALLES COMMUNALES, IL EST FORTEMENT RECOMMANDE DE CONTACTER, LA VEILLE, LES REFERENTS MENTIONNES.

- LA MARCHE :

- Du mardi 05 octobre 2021 au mardi 09 novembre 2021, départ du carrefour CHANDAIRE-BERTHOMMIERS à 14h00.

- Du mardi 16 novembre 2021 au mardi 21 décembre 2021, départ carrefour PIERY à 14h00. Renseignements auprès de **Jacques Rodier** : 06 33 13 28 62 ou jacques.rodier@orange.fr



LA BELOTE : Cette activité reprend le 7 octobre 2021, INSCRIPTION OBLIGATOIRE (pour la constitution des tables). Salle N°4 de la Maison des Associations à Châteauroux. Renseignements auprès de Jean Michel Gagnadoux au : 06 81 31 53 88 ou mail : adeline.gagnadoux@wanadoo.fr

LE SCRABBLE : Reprise depuis le 24 septembre, le dernier vendredi de chaque mois, dans la salle N°4 de la Maison des Associations à Châteauroux. Renseignements : Jacqueline Villesange : 06 32 46 86 77 ou jacqueline.villesange@orange.fr

SORTIE VTT/VTC : Le **21/10/2021** pour un parcours de 30 Kms en forêt du Poinçonnet.

Départ prévu à 8H 45 au parking La Margotière à CHATEAUROUX

Coupon à renvoyer au plus tard le 17 octobre.

Renseignements : Jean Claude Logie au 06 84 60 66 21



REPAS D'AUTOMNE : Rendez-vous le **samedi 20 novembre** à l'Escapade au Pêchereau à 12H. Repas au prix de 40€ avec animation musicale. Renseignements Jean-Claude Marquet 06 49 21 42 36 et inscription par **coupon réponse avant le 06 novembre**



S'INFORMER :

- La permanence est maintenant accessible sans rendez-vous, mais le **port du masque reste OBLIGATOIRE, ainsi que la présentation du pass sanitaire.**

SE DETENDRE :

Verrines de betterave et fromage frais

Temps : 20 min Pour 6 Personnes

300 g de betteraves cuites

150 g de fromage ail et fines herbes

2 cuillères de crème fraîche épaisse

2 cuillères de vinaigre balsamique

1 cuillère à soupe de miel liquide

Cerneaux de noix. Poivre et Sel



Réserver quelques morceaux de betteraves : les couper en petits dés puis les faire mariner dans le mélange vinaigre-miel.

Mixer le reste des betteraves avec le fromage et la crème fraîche. Saler et poivrer.

Verser la préparation dans des verrines, décorer de morceaux de betterave marinés et de cerneaux de noix. Servir frais.

HISTOIRE D'EN RIRE : La différence entre l'amour et l'argent, c'est que, si on partage son argent, il diminue, tandis que si on partage son amour, il augmente.

L'idéal étant d'arriver à partager son amour avec quelqu'un qui a du pognon.

Philippe GELUCK

MOTS CROISES

HORIZONTAL :

- I Elle est à l'aise entre pains et brioches
- II Habitant d'Arles
- III Un exercice fréquent pour le cerf. Ne sait s'il est russe ou japonais
- IV Certains vins le sont
- V Plante des dunes. Une habitation en désordre
- VI Union africaine. Pas religieux du tout
- VII Au milieu de l'eau. Fleur royale. Mesure agraire
- VIII Ne dédaignent pas le rouge. Produit cosmétique
- IX Petit cours. Attrapé
- X Relatifs à l'Elysée

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I										
II									■	
III					■					
IV		■								
V						■				■
VI			■		■					
VII				■				■		
VIII							■			
IX		■			■					
X									■	

VERTICAL :

- 1 Mal maquillé ?
- 2 Monnaie du nord. Université américaine
- 3 Docteur de la religion. Ville de l'Essonne
- 4 Dormeurs impénitents. Petites voies d'eau
- 5 Numéro 1. Vieilles coutumes. Article
- 6 Refusés. Sans vague
- 7 Hotesses japonaises. 365 jours en général
- 8 Il nous veut rarement du bien. Une « façon » de gésir.
- 9 Commune de l'Indre.
- 10 On les prend pendant la cure. Verbe impropre ?

Réponse énigme bulletin juin 2021 : Je suis la lettre N

Solution phrase à trous : L'association des Retraités de l'Indre vous souhaite de bonnes vacances.

AGENDA :



prévisionnel	OCTOBRE	NOVEMBRE	DECEMBRE
MARCHE	5/12/19/26	2/9/16/23/30	7/14/21
SCRABBLE	29	26	
BELOTE	7	4	2
SORTIE CHAMPETRE	8		
SORTIE VTT/VTC	21		
REPAS D'AUTOMNE		20	
VISITE MARTINERIE CNTS		26	
VISITE CHOCOLATERIE			9

SOUS RESERVE DES CONSIGNES SANITAIRES EN VIGUEUR