

Mode de fonctionnement

Envoyez vos textes à l'adresse mail suivante : gazette@arso85.fr. S'ils sont retenus, ils seront publiés dans le numéro suivant.

Edito

Cette gazette, instrument de liaison entre nous tous est la vôtre, il faut la faire vivre. Pour être publiés, les textes doivent avoir un contenu correct et ne pas être anonymes. Les réponses au courrier des lecteurs seront publiées dans le numéro suivant.

Il en est de même pour les petites annonces. Une fois celles-ci satisfaites, n'oubliez pas de nous l'indiquer afin de les retirer.

Mesdames et Messieurs les animateurs, merci de préciser pour quelle discipline vous vous exprimez.

Envoyez-moi de courtes histoires drôles.

Merci à tous pour votre collaboration.

Voici le numéro 3 de la gazette de l'ARSO. N'hésitez pas à vous manifester, je compte sur vous.

Le mot du Président

Bonjour à toutes et tous

En fonction des salles qui nous sont attribuées, de la sécurité, de la disponibilité de nos animatrices et animateurs, nous avons limité comme l'année passée à 950 le nombre d'adhérent à l'ARSO.

Un certain nombre d'amicalistes de l'ARSO se sont inscrits en début de saison à plusieurs animations qu'ils n'ont pas ou peu pratiquées. C'est regrettable car nous avons refusé entre 80 et 100 demandes d'adhésion !!!

C'est pourquoi avec le Comité Directeur, nous réfléchissons à une nouvelle cotisation en fonction du nombre d'activités pratiquées (vos réflexions sont les bienvenues).

Nous vous informerons lors du pique nique de fin d'année le 25 juin 2020.

En attendant sportez-vous bien avec l'ARSO Amicalement à toutes et tous.

Jean-Luc Poupart
Président ARSO

Le coin des animateurs

Le 06 décembre dernier une randonnée de 6 km s'est élancée du stade Marcel Guilbaud à l'occasion du Téléthon. Une urne a permis de recueillir les dons des participants.



Alain Fournier (Rando pédestre et MAC)

Balade du 20 janvier, pause au belvédère de Talmont sous un soleil radieux



Alain Fournier (Rando pédestre et MAC)

Le courrier des lecteurs

Petite astuce pouvant être bien utile :

En cas de départ de feu dans la cuisine, on n'a pas toujours un extincteur sous la main. Une bouteille de coca cola dans le réfrigérateur peut permettre de réagir presque immédiatement afin d'éviter que le feu ne se propage. On enlève le bouchon, on secoue, et en bouchant l'ouverture avec son pouce on

dirige le jet de soda sur les flammes et voilà le feu éteint. Ouf !!

Lili Frison (danse traditionnelle)

Pour ceux qui ne la connaissent pas encore, je vous recommande l'excellente application « Les Sables d'Olonne en poche ». Vous y trouverez plusieurs rubriques très pratiques

Alain Fournier (Rando pédestre et MAC)

A la demande d'un de nos adhérents, je vous livre un magnifique poème écrit par une québécoise née en 1932, Ghyslaine Delisle.

Vieillir en beauté c'est vieillir avec son cœur
 Sans remord sans regret sans regarder l'heure

Aller de l'avant arrêter d'avoir peur
 Car a chaque âge se rattache un bonheur

Vieillir en beauté c'est vieillir avec son corps
 Le garder sain en dedans beau en dehors
 Ne jamais abdiquer devant un effort
 L'âge n'a rien a voir avec la mort

Vieillir en beauté c'est donner un coup de pouce

A ceux qui se sentent perdus dans la brousse
 Qui ne croient plus que la vie peut être douce
 Et qu'il y a toujours quelqu'un a la rescousse

Vieillir en beauté c'est vieillir positivement
 Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan
 Être fier d'avoir les cheveux blancs
 Car pour être heureux on a encore le temps

Vieillir en beauté c'est vieillir avec amour
 Savoir donner sans rien attendre en retour
 Car ou que l'on soit a l'aube du jour
 Il y a quelqu'un a qui dire bonjour

Vieillir en beauté c'est vieillir avec espoir
 Être content de soi en se couchant le soir
 Et lorsque viendras le point de non recevoir
 Se dire qu'au fond ce n'est qu'un au revoir

Réponses au courrier des lecteurs

Petites annonces

L'ARSO recherche un animateur bénévole pour un atelier chant. Si vous êtes intéressé, merci de vous manifester auprès du secrétariat de l'ARSO.

Jean-Luc Poupart
Président ARSO

Qui aurait dans son garage ou son grenier un solex, je suis prête à l'adopter. Envoyer votre réponse sur le mail de la gazette qui transmettra.

Une petite histoire

Alors qu'elle fait ses courses à Super U, une dame reçoit ce SMS :

- SO6

-De deux choses l'une se dit-elle: ou la maison flambe et mon mari (qui a dû boire tout le coca qui était dans le frigo !!!!) a dans son affolement mal tapé SOS, ou il me rappelle que je dois lui acheter des saucisses.

Lili Frison (danse traditionnelle)

Un couple marche et tombe soudainement sur un puits. Le mari se penche au dessus, fait un souhait et jette une pièce. La femme se penche à son tour mais elle se penche trop, tombe au fond du puits et se noie. Le mari est abasourdi quelques secondes, puis il murmure :

- Ça alors !!! Ca marche vraiment !

Mots croisés

| | A | B | C | D | E | F | G | H | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | | | | | 1) dégénérescence de la vieillesse |
| 2 | | | | | | | | | 2) égaliseras |
| 3 | | | | | | | | | 3) manière habituelle de faire- exercices fiscaux |
| 4 | | | | | | | | | 4) touchées doucement |
| 5 | | | | | | | | | 5) un anglais- giganeuton |
| 6 | | | | | | | | | 6) réunion d'états- sert à couvrir les dépenses de l'état |
| 7 | | | | | | | | | 7) orné de fleurs |
| 8 | | | | | | | | | 8) abominé- déesse personnifiant la victoire |
| 9 | | | | | | | | | 9) précipitation de neige et de glace |
| 10 | | | | | | | | | 10) qui à l'aspect du suède |

A) douilles plus balles
B) son fil est célèbre
C) fruit d'un palmier- pétrifié
D) marquée par le travail- avant nous- fin d'un accord
E) cérium- emportée avec soi
F) gagneras- tiré de l'eau
G) écorce de chêne- écrivain russe (Maxime)
H) importants

Sudoku

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

Solution des mots croisés du n° 2

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1) abeilles | A) abominable |
| 2) brumeuse | B) braisa |
| 3) oasien | C) eus - érodai |
| 4) mi - ENA | D) imiter - AM |
| 5) Isée - tu | E) Lee - assis |
| 6) narratif | F) lunettes |
| 7) Sète | G) es - nuitées |
| 8) bidasses | H) sera - fesse |
| 9) ami - es | |
| 10) épi - sise | |

Solution du sudoku du n° 2

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