



LE GALOCH ' ART



LES COPAINS D'ABORD.

2012 n'a pas épargné notre communauté de randonneurs.
 Ce fut Patrick le mari de Mireille, notre animatrice de Nangis qui nous a quittés.
 Ce fut aussi Patrick, époux de Monique passionné de vélo mais toujours fidèle à nos Assemblées Générales.
 Ce fut encore Alain, mari de Maryse, ce sylvain randonneur émule de Denecourt et Colinet pour lequel la forêt de Fontainebleau n'avait plus de secret.
 Ce fut une fois encore, Colette randonneuse du jeudi partie vers d'autres cieux.
 Ce fut enfin Michel, le mari de Denise notre trésorière.
 Que l'on me permette de m'arrêter quelques instants à ses côtés. Il a été l'un des fondateurs des « Galoches Briardes ». Toujours présent : animateur, baliseur, organisateur de séjours. Une des chevilles ouvrières de ce club et puis, lorsque la maladie insidieusement a pris possession de ton corps Michel...et de ton esprit, toi qui avais fait le GR20 bien avant nous, tu continuais à nous servir :
 Qui faisait, lors de nos séjours rando, les questionnaires toujours empreints de culture et d'humour? c'était toi.
 Qui après une rando « éreintante » nous tendait le verre de l'amitié un certain jeudi de novembre ? c'était toi.
 Qui donnait un coup de main à la préparation des A.G. ? c'était encore toi.
 Je me souviens de ces merveilleux massages aux abords d'un champ de lin bleu.....
 Merci les amis d'avoir enrichi notre communauté.
 C'est évident nous nous reverrons aux détours d'un chemin.....de randonnée bien sûr.

Louis

Randonnées du dimanche

(décision du Comité d'animation du 14 décembre 2012)

Les départs de Brie se feront impérativement à 8 h 45

A chacun de prendre ses dispositions.

Composition du nouveau comité Directeur

Président:	Louis REYNIER
Vice-présidente:	Nathalie FANTI
Vice-Président:	Jacques PRUVOST
Gestion site Internet:	Gilbert BESNIER
Trésorière:	Denise JARDIN
Secrétaire:	Gisèle LACAZE
Secrétaire adjointe:	Odile COMPAGNON
Formation:	Dominique MICHEL
Le Galoch'Art - Communication:	Jean-Pierre TRARIEUX
Commission Sentiers:	Gaston ROCHETEAU

Sommaire

Page 2 : - Compte-rendu AG 2012 (résumé)

Page 3 : - Compostelle par Nanou & Albert
- Responsabilité

Page 4 : - Le truc de mon rhumato
- Un peu de culture...

Page 5 : - Séjour à Ramatuelle

Page 6 : - Micro trottoir de Ramatuelle

Compte - rendu de l'AG 2012 (résumé)

L'Assemblée Générale Ordinaire s'est tenue le samedi 24 novembre 2012 au Safran de Brie Comte Robert. 139 adhérents étaient présents ou représentés, le quorum étant atteint, l'Assemblée Générale pouvait donc commencer.

RAPPORT MORAL ET D'ACTIVITES

L'association compte 195 adhérents pour la saison 2011-2012. Nos programmes proposent des randonnées les mardis, jeudis et dimanches, des sorties « marche nordique » en général le mardi et des randos « bien-être » le jeudi.

Participation à d'autres évènements

- Avec le *Codérando 77* : Sortie à Sancerre le dimanche 29 avril 2012, Journée Départementale de la randonnée pédestre à Provins le 24 novembre 2012
- Avec le « *Mille Pattes Servonnais* » : rando Galettes le dimanche 8 janvier 2012
- Avec la *Mairie de Brie-Comte-Robert* : Rando automnale sur le chemin des roses le dimanche 16 septembre 2012, Téléthon le 7 décembre 2012

Voyages

- Du 17 au 20 mai 2012 : découverte du Cotentin ; du 17 au 23 septembre 2012 : Ramatuelle

Formation

- Formations au secourisme et remises à niveau ; formation « cartes et boussoles » pour 3 animateurs

Projets 2013

- Jeux de Seine-et-Marne, Voyages en Mayenne et à Valloire, Téléthon.

Le rapport moral et d'activités est adopté à l'unanimité

RAPPORT FINANCIER

Le montant des recettes s'élève à 47 496 €, les dépenses à 48 368 € soit un mali d'exploitation de 873€

Ce mali est la photo des comptes au 30 septembre 2012. Il faut prendre en compte la subvention du Conseil Général de 336 €, le versement pour la Mayenne de 210 € et les frais de fonctionnement de 120 € soit un déficit réel de 207€.

Le rapport financier est adopté à l'unanimité

BUDGET PREVISIONNEL 2013

Estimé à 35 750 €, il est en diminution par rapport à 2012

Le budget prévisionnel est adopté à l'unanimité

COTISATIONS 2012-2013

Le Comité Directeur a décidé d'augmenter les cotisations, soit :

- individuelle 15,50 €
- familiale 28 €
- mono parentale 21 €

Le tarif des cotisations est adopté à l'unanimité

ELECTION DU NOUVEAU COMITE DIRECTEUR

Comme prévu par les statuts, le Comité directeur est renouvelable par quart. Tous les candidats qui se sont présentés ont été élus : Nathalie, Louis, Jacques, Gilbert.

Notre chemin de Saint-Jacques de Compostelle



"Partis le 04 mars de Champigny (89), nous sommes arrivés à Santiago le 29 mai soit 80 jours de marche effective pour 1.860 km (moyenne journalière de 23 km, la plus longue 37 km et la plus courte 5 km).

Question de poids, Nanou est restée à son poids initial et, pour moi, de 72 kg je suis descendu à 68,5 kg. Pour en terminer avec les chiffres, le coût global s'est élevé à 5 100 euros (nuitées, repas, rafraîchissements quotidiens, train retour et cadeaux), ce qui représente par personne et par jour une dépense d'un peu moins de 31 euros

Certes, en regardant le parcours accompli cela peut paraître énorme, voire impressionnant mais, je vous rassure, il n'y a rien d'exceptionnel. Effectivement nous avons marché tous les jours, à notre rythme, en écoutant notre corps et, finalement, de façon naturelle ... en prenant du plaisir, en vivant notre rêve, en partageant les joies et peines des pèlerins, en découvrant des paysages variés mais aussi monotones, de solitude profonde, avec des régions riches ou pauvres, où le pèlerin est toujours considéré par une population rurale bienveillante et donc, la rencontre des autres, et quelque part de soi-même.

Toutefois, si les punaises de lit sont restées indifférentes sur notre passage nous avons, par contre, attrapé un virus, dont nous ressentons plus que jamais les effets aujourd'hui. S'étant propagé dans tout notre être, il est difficile d'en guérir seul, un traitement approprié à long terme, ponctué de cures salvatrices, pourra lutter contre cette maladie, ou du moins l'atténuer ...

Nous prévoyons, l'année prochaine, pour notre première cure de suivre comme thérapie les "Via Gebennensis et Via Podiensis". Cette médecine douce aux noms bizarres n'est autre que le GR 65 de Genève à Saint-Jean Pied-de-Port.

Allez, Ultraia..... En Avant !...

Nanou et Albert

RESPONSABILITE

Lors de la journée départementale à Provins, un participant est décédé. Pour l'enquête de police, il a été demandé au président de l'association concernée le certificat médical. Il est donc important de nous fournir un **certificat médical**, de l'année en cours, pour être en règle légalement.

Concernant la RESPONSABILITE des Galoches Briardes en règle générale, elle n'est engagée que pour les activités prévues au programme diffusé ou à celles annoncées sur notre site web.

Toutes autres activités, randonnées en journée ou séjours, n'engagent que leur organisateur ou animateur, mais en rien l'Association « Les Galoches Briardes ».

Didier

Solution de la grille de mots croisés

| Eternuement

Verticalement: B Railla. Barbu - C Unie. Cadrer - D Ostentatoire - E Séniors - F Garantit. Sal - G Inné. Bel. OM - H Crét. EO. Aria

11 Ber. Loin - 12 Jurer. Mat

Horizontalement: 2 Faussaire - 3 Internet - 4 Aliénante - 5 Lenine - 6 Fa. Tôt. En - 7 Caribou - 8 Abats - 9 Ado. Slam - 10 Arrisa. Ré

Le truc de mon rhumatologue

En visite chez mon rhumatologue à qui je faisais part de mes douleurs articulaires il me conseilla ce remède naturel auquel je me suis empressée d'adhérer . Je vous livre ici sa recette que je teste depuis plusieurs jours . Il va sans dire que pour être efficace , il faut miser sur le long terme ...



Mélanger ensemble :

- 5 cuillères à soupe de Curcuma
- 1 cuillère à soupe de poivre fraîchement moulu

Verser progressivement dans un pot de miel liquide

Bien mélanger et consommer chaque jour 2 ou 3 cuillères à café .

Le miel est un trésor de la nature et cette association conjugue tous les atouts et le potentiel de chaque composant !

Et c'est délicieux , parole de gourmande !

Vous pouvez aussi utiliser le mélange sec (curcuma poivre)

En cuisine dans les soupes , les légumes etc ...

De plus il a une action désinfectante et antalgique . Il stimulerait la libido , mais le plus important est que le poivre est efficace pour les douleurs articulaires , mais aussi musculaires et les maux de tête .

Ne pas abuser de poivre en cas d'ulcère à l'estomac .

Sandra

RECEVEZ TOUS NOS VOEUX POUR LA NOUVELLE ANNÉE .



Un peu de culture

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	■		■		■		■		■
2									
3	■								
4									
5	■							■	
6			■				■		
7	■	■							
8						■		■	
9	■				■				
10							■		
11	■				■				
12						■			

Horizontalement :

- 2 : Adroit imitateur
- 3 : C'est le web
- 4 : Qui rend esclave
- 5 : Ancien politicien russe
- 6 : Note. Au petit jour. Pendant
- 7 : Renne du Canada
- 8 : Du cœur et des tripes
- 9 : Junior. Poésie urbaine
- 10 : Diminua la voile. Coin Charentais
- 11 : Support de navire. A distance
- 12 : Prêter serment. Constat d'échec

Verticalement:

- B : Moqua. Homme au collier
- C : Sans motif. Placer l'image
- D : Qui se voit trop
- E : Quinquagénaires
- F : Assuré. Grand arbre en Inde
- G : Naturel. Beau avant l'été. Onze phocéens
- H : Sommet dans le Jura. Points opposés. Se chante en solo
- I : Réaction bruyante

SEJOUR A RAMATUELLE DU 17 AU 23 SEPTEMBRE 2012

Lundi 17

Tous matinaux, les yeux encore pleins de sommeil mais le sourire aux lèvres, les Galochards prennent d'assaut le car de Joël.

La route file et les paysages défilent, 13 heures plus tard, nous arrivons à Ramatuelle où nous recevons un accueil chaleureux.



Mardi 18

Roger et Suzon nous guideront sur les chemins varois qu'ils connaissent bien.

Les choses sérieuses commencent par la plage de Pampelonne. Sous un soleil radieux, nous abordons les chemins côtiers en direction du cap Camarat. Cheminant parmi les pins, nous admirons le paysage, attentifs cependant à nos pas car le chemin est tortueux.

La pause déjeuner sur la plage de Lescalet, en compagnie de randonneurs locaux menés par Martine Marot, une ancienne galocharde, est fort appréciée, de même que notre première baignade.

Nous terminons notre rando par une petite ascension au Cap Taillat. La vue mérite le détour !

Première journée réussie

Mercredi 19

Au réveil, nos muscles se souviennent de nos exploits de la veille.

Aujourd'hui, c'est la montagne : le lac et la Chartreuse de la Verne dans le massif des Maures.

Matinée « grimpette » parmi les chênes verts, les pins et les châtaigniers. Arrivés à la Chartreuse de la Verne, les sœurs embauchent quelques galochards qui, de bonne grâce, transportent tables et chaises et deviennent ainsi « les anges descendus du ciel » de la Mère Supérieure !

L'après-midi, descente avec vue sur toutes les montagnes environnantes et le barrage.

De retour au centre, nous avons le plaisir de retrouver nos 2 expatriés Ted et Marie qui viennent passer 2 jours avec nous.

Jeudi 20

Nous retrouvons le bord de mer de la plage de Tahiti jusqu'au port de Saint-Tropez. Aujourd'hui, le vent s'est levé et la mer est un peu agitée. Le paysage est somptueux avec des variations de couleur en fonction des fonds marins. Les pins, les figuiers de barbarie, les baies roses et la menthe sauvage jalonnent notre parcours.

Saint-Tropez est bientôt en vue avec son clocher jaune et rose, ses ruelles typiques et son célèbre port.

Notre après-midi se termine par la visite du charmant village de Ramatuelle.

Vendredi 21

Depuis l'embarcadère du Lavandou, une vedette nous emmène sur l'île de Port-Cros.

La traversée est un peu agitée, pour certains, vagues coquines et douches gratuites.

Dès notre arrivée, nous sommes conquis par la beauté de l'île. Par un chemin ombragé, nous montons vers le point culminant d'où nous apercevons les îles du Levant à l'est et de Porquerolles à l'ouest. La mer scintille sous un soleil radieux, c'est encore un paysage splendide.

La randonnée se termine par une baignade sur une plage de sable fin.

Samedi 22

Ce matin, les animateurs du village de vacances nous emmènent pour une visite guidée de Saint-Tropez : les ruelles, la forteresse et le marché où odeurs et couleurs du sud nous enchantent et nous en profitons pour faire nos emplettes.

Nous terminons notre périple par le musée de l'Annonciade où sont exposées des sculptures et des peintures impressionnistes et contemporaines.

L'après-midi, quartier libre : repos, baignades en tous genres, piscine ou ultime bain de mer et puis..... La corvée des bagages !!!

Nous voici au terme d'une semaine fort agréable où régnait une ambiance formidable : du soleil à l'extérieur et dans nos cœurs, de magnifiques randos, des soirées souvent bien arrosées et animées.

Mille mercis à Louis notre organisateur et Denise notre ministre des finances sans qui nous n'aurions pu profiter de ce beau séjour, à nos guides régionaux Roger et Suzon qui nous ont fait découvrir cette bien belle région, sans oublier Joël, notre chauffeur, toujours de bonne humeur, qui a manœuvré le car avec brio et nous a gentiment ramenés au bercail.

Rendez-vous l'année prochaine à Valloire pour de nouvelles aventures galochardes.

Odile, Sandra et Nathalie

Le Polo rose de Louis

C'est peu dire qu'il avait été « chambré » lorsqu'il avait mis ce tee-shirt rose notre Loulou.. Pourtant la couleur va bien à son teint et il l'AIME ce fameux tee-shirt acheté au rayon « femme » aux U.S.A et malgré la réticence de la vendeuse, comme il aime à nous le raconter.



Non, le ROSE n'est pas réservé aux femmes, seuls les jaloux prétendent cela !

D'ailleurs, pour le remercier de nous avoir organisé cette semaine extra à Ramatuelle, Denise et Danielle lui ont choisi un magnifique polo dans sa couleur favorite ...

Mais néanmoins, pour plus de virilité il est à col marine et l'inscription YACHTING CLUB ST TROPEZ ne laisse aucun doute : il n'a pas été acheté au rayon « femme » celui là !!!

Sandra

xxxxxxxxxxxxxxxx

Miracle à la Chartreuse de la Verne Les charmantes jeunes nonnes de la Chartreuse de la Verne s'attaquaient à une tâche ardue, sous un soleil de plomb. Elles devaient transporter une vingtaine de lourdes planches ainsi que des dizaines de chaises, dans une benne, à l'extérieur du bâtiment. Elles le faisaient par deux, avec le sourire, sandales aux pieds, vêtues de longues robes de coton, coiffées d'un voile, quand le miracle apparut sous la forme de vaillants galochards. Ces derniers, bien qu'ayant grimpé la sueur au front pendant plusieurs kilomètres, en moins de temps qu'il ne faut pour le dire, avaient chargé toutes les planches dans la benne. les galochardes, non moins vaillantes, se sont emparées des chaises pour participer à ce geste fraternel! Avec un radieux sourire, nos petites nonnes nous ont remerciés, nous ont souhaité bonne route et sont reparties, sans doute, vers leurs prières. Est-ce la fatigue de la montée ou l'interrogation dans laquelle nous a laissés la vision de ces charmantes jeunes nonnes qui a coupé les jambes de notre président Didier? Là encore, nos valeureux galochards ont soutenu notre ami blessé jusqu'au car où Joël, notre chauffeur attentionné, les attendaient avec des bières bien fraîches.

Une des vaillantes galochardes (Laurette)

xxxxxxxxxxxxxxxx

Il y a la joute en chanson avec les jeunes qui s'est passée au du dernier repas du soir à Léo LAGRANGE. C'est Danielle T et Daniel qui ont démarré les hostilités joyeuses par le "ZIM BOUM BOUM CALA OUETTE POUET POUET" (auteur Daniel) et ça s'est achevé en apothéose par les "BABORDS TRIBORDS" Les Galoches là ont eu le dernier mot...

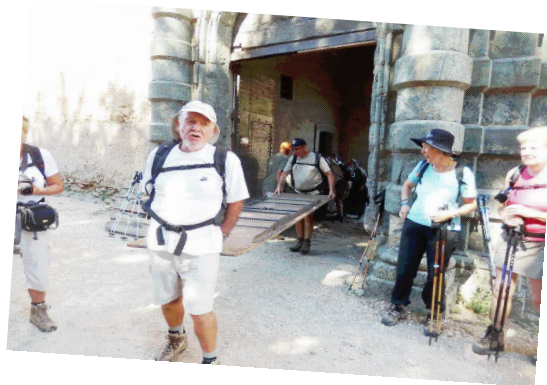
Galochement vôtre.

Danielle et Jacques.

xxxxxxxxxxxxxxxx

Une inspiration soudaine de Daniel :

A la Chartreuse de Verne,
Les soeurs ont eu de la veine.
Elles ont vu arriver dare dare,
Les Galoches Briardes.
Le ciel avait envoyé ses anges
pour que leurs tables se rangent!
Quand tout fut fini,
Les galoches sont reparties
En riant, en chantant:
A la zim boum boum.....



xxxxxxxxxxxxxxxx

Mercredi matin sur la plage de Pampelonne, Françoise L, Annie C, Geneviève, Joël et moi même (section SPA des Galoches) ont sauvé la vie d'un scarabée qui se trouvait en bien mauvaise posture. Remis dans le bon sens, il a poursuivi sa route en empruntant le circuit de formule 1 tracé par Danielle L. Puis, bravant tous les obstacles judicieusement posés par Joël, il s'en est allé les antennes au vent sous les rires et les vivas de ses sauveurs.

Puis, dans l'euphorie de cette BA, Joël admirant le ballet parfait de trois mouettes s'est improvisé « Cerf Voliste » en mimant le maniement de trois cordes invisibles... Quel talent !!! Même les voisins n'en croyaient pas leurs yeux....

Danielle L