



LE GALOCH ' ART



Edito du Président,

Un grand merci d'abord à Jacques et à ses prédécesseurs de nous avoir laissé notre Association en bon état de marche. Si deux têtes nouvelles apparaissent dans l'organigramme des Galoches, la majorité de l'équipe reste en place. Notre première mission sera donc de conserver nos acquits et ensuite seulement, d'essayer d'améliorer encore ce qui peut l'être.

Nous devons tenir compte des évolutions de notre société : les activités se multiplient, pas seulement aux Galoches... gymnastique, piscine, yoga, danse, activités culturelles, artistiques, manuelles... fleurissent sur les agendas des uns et des autres. Sans parler des petits enfants, qui tiennent une place de plus en plus grande dans la vie des grands parents. Moins de journées entières disponibles, davantage d'activités plus courtes... nous ne pouvons y échapper, quitte à générer un peu de nostalgie.

Un choix plus étoffé, un calendrier plus varié, ont pour conséquence une plus grande dispersion des adhérents. Il appartiendra à notre équipe de proposer davantage de manifestations « rassembleuses » et à chacun d'entre nous d'y participer. Nous étions nombreux le 2 décembre ... petit geste au bénéfice du téléthon et grand plaisir de nous retrouver un long moment autour des flambeaux et du vin chaud .

Les voyages, eux, bénéficient d'un succès grandissant, nous devons en tenir compte.

Ne plus jamais entendre « je ne savais pas », « je ne l'ai pas reçu »... j'en avais rêvé, Gilbert l'a fait. Alors vous avez désormais une petite liste déroulante en première page du site internet qui vous rappelle les mails que vous avez dû recevoir. Dans le cas contraire, signalez-le à info@galoches-briardes.com

Notre volonté : satisfaire le plus grand nombre d'entre vous... encore faut-il que nous connaissions vos souhaits ! Une « boîte à idées » vous attend sur le site des Galoches ; nous comptons sur vous pour la remplir à ras bord.

Ne l'oublions jamais, notre association ne vit que par ses bénévoles ... membres du Comité Directeur, animateurs, adhérents toujours prêts à donner un coup de main, merci à tous ; chacun peut et se doit d'apporter sa petite pierre, et il n'est jamais trop tard pour commencer.

Une année se termine... déjà ! Alors, à toutes et à tous, bonne et heureuse année 2017 ... et bonnes randos .

Michel

Dates à retenir pour 2017

Au Printemps : Visite d'un Centre Historique Minier avec Louis
(date à déterminer)

Dimanche 09 avril : Rando des 3 châteaux (date confirmée)

Samedi 15 avril : Trail Marche Nordique

Samedi 13 mai : Journée Rando Santé

Dimanche 14 mai : Rando Challenge Régional

Du 25 au 28 mai : Escapade en Normandie

Du 10 au 17 septembre : Séjour rando dans le Morbihan

Prévisions 2018

Avril ou Mai : Madère avec Philippe Bergeron

Septembre : Estérel avec Louis Reynier

Sommaire

Page 1 : - Edito du Président
- Dates à retenir

Page 2 : - Suite à notre AG
- Labellisation Marche nordique

Page 3 : - Une expérience riche et belle
- Tisanes d'hiver

Page 4 : - Les recettes de Sandra

Page 5 : - Visite du musée Louis Braille

Page 6 : - Le mot du philosophe
- Mots croisés

Page 7 : - Séjour à Murot

Page 8 : - Vœux nouvelle année



Et pour faire suite à notre Assemblée Générale ...

Nous étions 136 adhérents (dont 29 pouvoirs) à assister à notre assemblée et 96 galochards (avec invités) ont poursuivi la soirée en dinant et dansant.



Merci à tous les galochards qui ont régalé nos papilles lors de l'apéritif de l'Assemblée Générale.

Composition du nouveau Comité Directeur:

- Président: Michel ROUQUETTE*
- Vice-présidents : Alain LAFLEUR et Michel LEMOINE*
- Secrétaires: Jocelyne HOCHET et Christine Mallet*
- Trésorières: Laurette TRONCHON-LAFON et Véronique PRUVOST*
- Chargé Communication : Jean-Pierre TRARIEUX*
- Gestion Site Internet: Gilbert BESNIER*
- Formation et Immatriculation Tourisme: Dominique MICHEL*
- Commission Sentiers: Gaston ROCHETEAU*
- Référente évènements: Brigitte HORNAC*

A fin 2016, nous sommes 212 adhérents dont :

- 33 animatrices et animateurs de randonnées*
- 3 animateurs de Marche Nordique (Chantal B, Monique B et Guy R)*
- 13 animateurs ont suivi diverses formations (Module de base, SA 1, PSC 1, GPS)*
- 1 animatrice Rando Santé® (Danielle T)*

Tous ces galochard(e)s se sont investis pour vous permettre de randonner en toute sécurité. Qu'ils en soient remerciés très chaleureusement.

Les décisions prises lors de cette assemblée sont consultables sur notre site.



Félicitations,

Le Codérando 77 a attribué aux « Galoches Briardes » le :

LABEL « QUALITE MARCHE NORDIQUE »

pour les récompenser de leurs efforts en matière d'accueil des pratiquants et de formation des animateurs. Bravo et merci à Guy, Chantal et Monique.



Avantages du partenariat Go Sport / Codérando 77

Pour l'année 2017, le partenariat évolue pour proposer à chaque club et chaque adhérent, - 20 % sur l'ensemble des magasins Go Sport (hors promotions et soldes) partout en France avec la carte fidélité « Feel Good » et sur présentation de la licence en cours de validité. Une réduction encore plus importante qui permet à chaque club et adhérent de cumuler des points sur chaque achat en plus de la réduction.

Une expérience riche et belle,



Au long de nos chemins de Compostelle, commencés en 2001, nous avons souvent été accueillis par des " hospitaliers " bénévoles et j'envi-sageais de tenir ce rôle pour " rendre " les services reçus mais Yvette ne me suivait pas sur cette voie. Puis en juin 2011 j'ai vu la demande de Compostelle 2000 pour accompagner des PMR - Personnes (pèlerins) à Mobilité Réduite - sur le chemin de Compostelle, ce qui me semblait correspondre à mon désir de me rendre utile sur les chemins. C'est pourquoi j'ai retrouvé le 3 juillet 2011, au pied de la tour Saint Jacques à Paris, l'équipe qui entamait le chemin vers Compostelle. Un peu surpris car je n'avais pas eu de précisions sur le rôle d'accompagnant. Cette première étape nous a conduits à Tours. Je me suis bien habitué aux différentes tâches qui nous sont évolutées : lever, habiller, faire la toilette, faire manger un PMR, tirer les joëlettes, participer à la cuisine, déménager le camp, etc...

J'ai donc continué les années suivantes qui nous ont amenés successivement à Bordeaux, Roncevaux, Leon, Burgos et Santiago de Compostela en 2016.

Ce fut une grande émotion jeudi matin 14 juillet quand nous sommes arrivés en fanfare devant la cathédrale, les organisateurs avaient requis la participation d'une joueuse de cornemuse. Un PMR a fait le chemin complet, et quatre autres étaient à l'arrivée, certaines ayant fait une à cinq étapes. Cette expérience a été très riche pour moi, les PMR malgré leurs handicaps ont une force et une joie de vivre étonnantes. Le groupe a toujours été soudé et dans la bonne humeur. Nous avons connu la chaleur, le froid, la vie sous tente n'est pas toujours agréable. Certains passages étaient acrobatiques et souvent nous n'étions pas de trop à quatre pour tirer les joëlettes mais il n'y a jamais eu de problèmes.

Pour découvrir ce que nous avons vécu rendez vous sur le site de Compostelle 2000 ou pour cette année <http://www.compostelle2000.org/index.php/Le-pelerinage-d-ete/pelerinage-2016.html> , vous pourrez y voir notre arrivée au son de la cornemuse.

Un nouveau chemin devrait démarrer l'an prochain du Mont Saint Michel, mais je n'y serai pas, en effet si j'ai pris grand plaisir à accompagner les PMR, je ne me sens pas le courage de recommencer et de plus cela grève trop mon budget. Compostelle 2000 recherche pour ce prochain pèlerinage des accompagnateurs.

Toutefois je reste en contact avec des PMR puisque j'ai récupéré deux joëlettes de Compostelle 2000 et les ai transmises à l'accueil de jour des APF de Brie Comte Robert, nous emmenons des PMR en randonnées en partenariat avec les Galoches Briardes.

Gilbert Site pelerin-detoiles.net

Tisanes d'hiver

Une bonne tisane de **thym** permettra de lutter contre les petites infections du nez et de la gorge. Préférez les infusions de thym frais aux sachets.

Laissez simplement 5grs de feuilles, fleurs et branches de thym infuser 5 mn dans l'eau très chaude.

Une tisane à la **mauve** contre les maladies des bronches. Avec un goût très doux, la mauve est apaisante. Elle est en plus efficace contre les toux.

5 grs de fleurs par tasse. Laissez bouillir 5 mn puis filtrez.

Une tisane de **gingembre** contre toutes les infections. Le gingembre est une plante tonifiante, qui a la réputation d'aider à lutter contre les virus. En plus, son goût vif et piquant réchauffe comme nul autre ! Il est facile de trouver de la racine de gingembre fraîche dans tous les supermarchés.

Coupez environ 1 cm de gingembre en fines tranches puis mettez le tout dans une tasse d'eau chaude et laissez infuser 5 minutes.

Dans tous les cas, sucrez votre tisane avec du miel.



Thym



Mauve



Gingembre

Les recettes de Sandra

Mes petits Cannelés

Recette facile

Pour environ 25 à 30 mini cannelé

- 25 cl de lait
- 30 gr de beurre
- 180 gr de sucre
- 100 gr de farine
- 1 oeuf entier + 1 jaune
- Th 6 / 7 ou 200 °
- Rhum 1 c. à s.
- Une pincée de sel
- Extrait de Vanille 1 c. à s.



Mettre le four à chauffer sans la grille .

Verser le lait et le beurre dans un récipient allant au Micro Onde et chauffer pour que le beurre fonde .

Dans un pichet mettre la farine , le sucre , l'oeuf entier , le jaune , la pincée de sel , la Vanille et bien amalgamer le tout .

Incorporer le lait chaud mais non brûlant petit à petit et bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte bien homogène . Ajouter le rhum .

Poser les deux moules silicones sur la grille et verser le mélange en ne remplissant qu'aux trois quarts.

Faire cuire durant 25 mn environ, laisser reposer 2 mn avant de les démouler et déguster tièdes ou froids .

Variante : Utiliser du lait de coco, sans rhum !

Mon velouté de potiron

Un beau quartier de Potiron ou un petit Potimarron

Un blanc de poireau ou un oignon

Une Cà S de concentré de tomate

Un filet d'huile d'olive

Un bouillon cube de volaille

Un peu de crème fraîche

Sel et poivre

Dans une cocotte mettre l'huile à chauffer puis faire blondir le blanc de poireau débité en rondelles avec le concentré , mélanger rapidement et ajouter le potiron débité en petits cubes pour une cuisson plus rapide

Mettre de l'eau tiède à niveau , émietter le cube de bouillon , saler poivrer et laisser cuire environ 15 à 20 mn.

Mouliner , rectifier l'assaisonnement , ajouter la crème fraîche et déguster !





COUPVRAY

Dimanche 18 septembre 2016



A l'occasion des *Journées du Patrimoine*, nous avons eu le plaisir de nous rendre à Coupvray, tout près de Disneyland, berceau de **Louis BRAILLE** (1809-1852), petit village charmant, typiquement briard, tout en montées et descentes.

Nous avons visité la maison natale de Louis Braille, devenu aveugle accidentellement à l'âge de 3 ans, et qui a repris l'invention de **Charles Barbier de la Serre** (qui permettait aux militaires de communiquer la nuit sans être entendus par une transcription des sons) en l'améliorant par un système de points en relief, 6 en tout, rendant lecture et écriture beaucoup plus rapides. Cette invention géniale a mis du temps à être acceptée et diffusée. La dépouille de Louis Braille sera transférée au Panthéon en 1952, à l'exception de ses mains placée dans un reliquaire sur son ancienne tombe conservée au cimetière de Coupvray.

Ce qui est extraordinaire dans cette vie, c'est qu'après cet accident survenu dans l'atelier de bourrelier de son père, le jeune Louis, remarqué pour son intelligence sera éduqué chez lui par son père, puis envoyé à Paris dans une école spécialisée, l'Institution Royale des Aveugles, rue Saint-Victor, et qu'il mettra au point son système d'écriture très jeune, entre 12 et 16 ans. Il meurt à 43 ans, atteint de tuberculose.

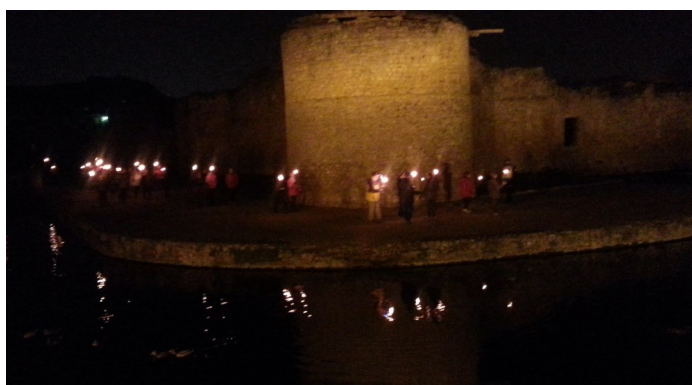
La visite s'est poursuivie par celle du **château de Coupvray** érigé en 1602 par **Hercule de Rohan** et de la ferme y attenante. Le château est à présent une jolie ruine, véritable décor de cinéma ! La ferme, en cours de restauration est typique des grandes fermes briardes avec ses bâtiments entourant une immense cour carrée. Et le pigeonnier, une merveille !

Nous avons eu la chance d'avoir deux guides passionnés et passionnants. Par exemple, le premier a donné un petit texte en braille aux deux jeunes filles présentes.

Après le pique-nique tiré du sac, une petite rando bien agréable a clôturé la journée.

Jocelyne Hochet

(Je tiens à votre disposition quelques dépliants de Coupvray et vous trouverez beaucoup d'autres informations, plus des photos, sur Internet ! Et voici un site très complet : www.partdebrie.fr)



Depuis plusieurs années, Monique M et Loulou organisent une rando aux flambeaux à travers Brie au profit du **Téléthon**. Le 2 décembre, une fois de plus les galo-chards et de nombreux briards, au nombre de 58, se sont montrés généreux et la recette sera versée à cette cause.

Une reprise ! Depuis quelques temps, les randos à thèmes se faisaient rares.. Ce dernier dimanche, Danielle et Christophe nous ont proposé une rando-soupes autour de Brie. Une soupe bien chaude consommée à l'abri dans le hangar du SI, ça ravigote les organismes. Merci à Dominique C pour son accueil.

La sagesse de Pierre DAC

Quand on n'a besoin que de peu de chose , un rien suffit, et quand un rien suffit on n'a pas besoin de grand-chose .

Le mot du philosophe

Stupide est l'anagramme de *dispute*, tandis qu'*éternité* est celle d'*étrenite* ! A vous de choisir ...

.....
L'effet mère est infini ...

.....
Une photographie est un fragment de temps qui ne reviendra pas.

La pierre de Volvic

En Septembre nous avons découvert ou redécouvert l'Auvergne, magnifique région au Cœur du Massif central, ancien pays Arverne avec ses nombreux volcans, ses puys, ses lacs, ses superbes paysages, ses églises, cathédrales et ses nombreux fromages !

C'est aussi la région de France où il y a le plus de sources exploitées, comme Saint Yorre, Vichy célestins, Volvic ...

Proches de la commune de Volvic, sont exploitées depuis fort longtemps des carrières de roches volcaniques. La pierre de Volvic de couleur grise est très homogène, facile à travailler, a une bonne résistance au gel, et se prête bien à la sculpture.

De nombreux édifices ont été réalisés avec cette roche, le plus important est la Cathédrale de Clermont-Ferrand construite au XIII^{ème} siècle qui a permis son essor.

A Paris, certaines plaques de rues sont en pierre de Volvic, et la société Michelin l'a utilisée pour des plaques signalétiques de routes et d'agglomérations. De nos jours elle est toujours exploitée pour des fins artistiques et pour les tables d'orientation.

S.L

En rentrant de rando, un peu de sport ... !!!



Horizontalement:

- I** - Partie élargie située entre le fût d'une colonne et la charge
- II** - Le compas pour l'architecte ; Parti d'Allemagne
- III** - Fait mal aux oreilles ; Nombre magique des architectes
- IV** - Portes
- V** - Tuile creuse servant à l'écoulement des eaux de pluie ;
- Partie d'une pièce
- VI** - Célèbres arènes ; Marque victorieuse
- VII** - Premier ; Plante des marais
- VIII** - Monsieur Tout le Monde outre-Atlantique ; Piège
- IX** - Remparts

Verticalement:

- A** - Soutient un ensemble architectural
- B** - Conspua ; Personnage crédule
- C** - Cour intérieure ; Démonstratif inversé
- D** - Rédigées médiocrement
- E** - Flottent en cuisine ; Veuve immolée
- F** - Assortit les couleurs ; Possessif
- G** - Existes ; Expire
- H** - Post-scriptum
- I** - Mouvement gaulliste ; Fines Lames

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
I									
II						■			
III							■		
IV		■							■
V					■				
VI						■			
VII			■						
VIII				■					
IX									



Le Puy-de-Dôme ou Une Planète Rando

C'est le nom donné au Puy-de-Dôme sur le site internet et c'est justifié.

Les chemins de randonnées sont nombreux, accessibles à tous, je suis bien placée pour le dire, étant une « Galocharde-marmotte » et le spectacle est grandiose.

Nous avons bénéficié d'un ensoleillement exceptionnel ce qui permettait aux sites auvergnats de dévoiler toutes leurs splendeurs.

Si ce n'étaient les randonneurs que nous croisons, nous aurions pu nous croire, nous terriens, dans une autre dimension.

Des cascades, certaines moins alimentées en raison de la sécheresse, des volcans ronds de la chaîne des Puys, des vallées à perte de vue, des escaliers sans fin conduisant à un spectacle éblouissant, des grimpeurs téméraires accrochés aux parois abruptes d'un pic, des descentes caillouteuses et parfois vertigineuses, des passages « Interdits aux vaches » surprenants à enjamber, des chemins ombragés et tout à coup, sur un lit d'herbe moelleux, des agneaux nouveaux-nés surveillés par leur maman.

Inattendu, durant ce séjour un couple galochard passionné par la voûte céleste, nous a offert de partager leurs connaissances. Par une nuit étoilée, notre chauffeur a gentiment accepté de nous conduire à l'endroit favorable, pour observer le firmament.

De ce même car qui nous conduisait tous les matins sur notre site de randonnée, nous pouvions apercevoir des Montgolfières survolant le château de Murol et s'éloignant pour admirer les majestueux paysages puydômois. Sur une des portes d'entrée de ce château moyenâgeux on peut voir d'un côté les armoiries de Murol et de l'autre celles de Gaspard D'Estaing. Ce château est aménagé pour une visite pédagogique sur les thèmes de la vie quotidienne et des métiers médiévaux.

Un petit détour par Vulcania, qui aurait peut-être mérité une visite plus approfondie, mais on a beau faire, on ne peut pas rallonger les journées !

Encore une fois merci aux galochards animateurs qui ont organisé et encadré ce voyage.

Laurette



Bonnes fêtes à tous



LE GALOCH'ART

Rédacteur du journal : Jean-Pierre TRARIEUX

Comité de rédaction: Gisèle, Jocelyne, Laurette, et Sandra

Ce journal est diffusé sur notre site internet et par nos soins.

Pour nous écrire :

- adresse postale : Galoches Briardes
Hôtel de Ville 2 rue de Verdun
77170 Brie Comte Robert

- adresse e-mail : galoches77@orange.fr

Solutions des mots-croisés

Horizontalement : I Chapitreau ; II Ourtil, SPD ; III Larsen, Or ; IV Issues ; V Noue, Acte ; VI Nimes, Hip ; VII AS, Samole ; VIII DOE, Toile ; IX Enceintes
Verticalement : A Colonnade ; B Hua, Oison ; C Atrium, Ec ; D Pissées ; E Iles, Soti ; F Nua, Mon ; G Existe, Echoit ; H Apostille ; I UDR, Epées