

Edito...

Chers membres, chers ami(e)s,

Le mot du président...

J'ai appris (source anonyme)

J'ai appris avec le temps que peu importe ce qui peut arriver aujourd'hui, la vie continue et les choses iront mieux demain.

J'ai appris qu'on peut en dire long sur une personne, juste de la façon dont elle réagit devant trois situations : un jour de pluie, un sac de voyage perdu et des lumières de Noël toutes mêlées.

J'ai appris que peu importe la relation que tu as avec tes parents, tu t'ennuieras d'eux le jour où ils ne feront plus partie de ta vie.

J'ai appris la différence entre « réussir dans la vie » et « réussir sa vie ».

J'ai appris que parfois, la vie te donne une deuxième chance.

J'ai compris que tu ne peux pas toujours avancer dans la vie avec un gant de baseball dans chaque main pour essayer de tout attraper.

Tu dois pouvoir lancer la balle à ton tour de temps à autre.

J'ai appris que lorsque je décide avec mon cœur, c'est généralement une bonne décision.

J'ai appris que lorsque je souffre, je n'ai pas à le faire payer aux autres.

J'ai appris que chaque jour, il faut tendre la main à quelqu'un.

Les gens aiment bien qu'on les serre dans nos bras, ou même qu'on leur donne juste une petite tape sur l'épaule.

J'ai appris que les gens finissent par oublier ce qu'on leur dit, mais jamais ce qu'on leur a fait.

Un beau soir l'avenir s'appelle le passé.

C'est alors qu'on se tourne et qu'on voit sa jeunesse

(Louis Aragon)

Albert Baumgartner

ANNIVERSAIRES DE JUILLET ET AOÛT

La canicule est là et frappe déjà fortement à la porte de :



Mme Isabelle SAUCY	2 juillet	Mme Jolanda PITTET	1 ^{er} août
M. Philippe DOMON	2 juillet	Mme Ursula WIDMER	2 août
Mme Mary Helen PITTET	2 juillet	Mme Anna PITETTI	3 août
Mme Monique SPICHIGER	3 juillet	M. Bernard SCHWITTER	4 août
Mme Irène MATTEI-DEISS	6 juillet	Mme Thérèse MAGNIN	5 août
Mme Ingrid MORITZ	6 juillet	Mme Reine-Claude BLANCHET	5 août
M. Charles SYLVESTRE-BARON	6 juillet	M. Aurelio SCIARINI	7 août
Mme Isabel KUNZI	6 juillet	Mme Erika WIEDEMEIER	8 août
Mme Colette JEANNERET	9 juillet	Mme Maguy KISSLING	9 août
Mme Ingeborg BEZENCON	9 juillet	Mme Marlyse MORITZ	9 août
Mme Edith GROS	12 juillet	Mme Odette GIRARD	9 août
Mme Heidi RUTTIMANN	12 juillet	Mme Christiane KAUFELER	14 août
Mme Jacqueline HOFMANN	12 juillet	Mme Marga ZUMBACH-MAS	16 août
Mme Yolande MAGNIN-CHABERT	13 juillet	Mme Else WEBER	16 août
M. Richard JEANMONOD	14 juillet	Mme Danièle BAUMGARTNER	17 août
Mme Michèle LORENZINI	15 juillet	M. Jean-Paul ODERMATT	17 août
Mme Clemenzina DI SIENA	15 juillet	M. Jean-Emilien VOEGELI	19 août
M. Christian REY	17 juillet	Mme Arlette GEROUDET	22 août
M. Albin GIRARDET	18 juillet	Mme Liliane WEILL-SERMET	24 août
Mme Yolande DESPRES	19 juillet	M. André OLLIER	24 août
Mme Jacqueline HOTTELIER	19 juillet	Mme Huguette VARLET	25 août
Mme Nadia HUTIN	19 juillet	Mme Françoise WIETBROK	25 août
Mme Pierrette JAQUET	19 juillet	Mme Josette ROCHAT	26 août
Mme Christine BRUN	23 juillet	M. Hans BENNINGHOFF	28 août
M. Michel-Gilbert FRACHEBOUD	24 juillet	Mme Yvonne BARDONNEAU	29 août
M. Pierre GIRARD	24 juillet	Mme Yvonne MORGAN	30 août
M. Claude KISSLING	25 juillet	M. Cornelis KOSTER	31 août
M. Aloïs DARBELLAY	29 juillet		
Mme Claudine MAURON	30 juillet		
M. André CARROUX	31 juillet		

Nous leur offrons de méditer cette belle pensée :

***Arrêtons-nous, ne serait-ce qu'un instant.
Vivons ce qui se passe. Là, maintenant.
Vivons-le pleinement, ne le laissons pas passer.***

Nous avons appris que plusieurs membres de notre club ont eu la douleur de perdre un être cher au cours de ces dernières semaines. Nous leur souhaitons de tout cœur FORCE, COURAGE et ESPERANCE dans l'épreuve qu'ils ou qu'elles traversent.

Que les liens invisibles ou plus visibles qui nous unissent entre membres de notre club soient leur réconfort et leur consolation sur leur chemin de deuil ! Puisse le soleil de l'été illuminer leur route de tristesse et de chagrin !

DANS LA VIE DE NOTRE CLUB

PRENEZ BONNE NOTE

Notre secrétariat **sera fermé au mois de juillet.**

Deux seuls moments d'ouverture : les lundis 15 et 29 juillet de 14h.00 à 16h.00 (pour inscription aux repas au CAD notamment).

Au mois d'août : horaire normal d'ouverture les lundis après-midi !

Pour les personnes qui participent au **voyage au Puy du Fou à fin août**, veuillez **impérativement verser le solde du voyage par CCP** et non au local qui ne pourra pas accepter votre argent liquide !

A noter qu'il reste encore quelques places, en raison du désistement de quelques personnes inscrites !

Pour nos repas mensuels : nous serons obligés dorénavant de facturer le montant du repas auprès de nos membres qui ne **viennent pas après s'être dûment inscrits !** En effet, ces repas nous sont facturés par le traiteur et nous avons par exemple perdu ainsi plus d'une centaine de francs lors du dernier repas de mai.

CANICULE SEVERE ANNONCEE

Trois règles d'or importantes à suivre :

1. Eviter les efforts physiques.

Réduire au maximum l'activité physique aux heures les plus chaudes de la journée et privilégier les lieux ombragés.

2. Eviter la chaleur – se rafraîchir.

Fermer les fenêtres pendant la journée et éviter le soleil (tirer les rideaux !).

Aérer la nuit – porter des vêtements légers – rafraîchir l'organisme un maximum.

3. Boire beaucoup – manger léger.

Boire (au moins 1,5 l/jour) à intervalles réguliers sans attendre d'avoir soif.

Prendre des repas froids et rafraîchissants, fruits, salades, légumes, produits laitiers.

Veiller à consommer suffisamment de sel.

SORTIES GOURMANDES

Au mois de juillet : jeudi 18 juillet 2019 :

Auberge de Groisy (Haute Savoie) menu à 25 Euros (un verre de vin compris, mais il sera possible d'en rajouter !)

Au mois d'août : jeudi 8 août 2019

La Cabane du Pêcheur à Ville-en-Sallaz (Haute Savoie).

Menu filets de perches ou cuisses de grenouilles (préciser à l'inscription) 38 Euros sans les boissons.

Pour le mois de septembre : foie gras de la Mère Gaud ou moules (informations dans les prochaines Brèves nouvelles).

Pour ces deux sorties inscriptions obligatoires auprès de :

Mme Yolande REGALI - Tél : 022 794 95 48

PLUSIEURS PROPOSITIONS de MARCHE

Informations au local ou directement auprès de notre vice-président, M. Willy RAPIN, responsable de cette activité, au tél : 022 525 43 53

ET N'OUBLIEZ PAS

de renvoyer vos commandes de billets spectacles
pour l'année 2019-2020
avant le 15 juillet 2019 à Mme Pascale RAPIN
nouvelle responsable des spectacles

GYM SENIOR AU PARC

Tous les lundis du 1^{er} juillet au 19 août 2019 de 9h.15 à 10h.15 parc à côté de la Mairie
Venez bouger avec une monitrice professionnelle Sans inscription

BON ÉTÉ A CHACUNE et à CHACUN
Prochaines Brèves nouvelles le 26 août 2019

