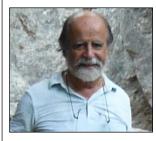


COMITE CALVAIRE HUGO

123 av. Victor Hugo 26000 VALENCE Tél: 04 75 41 30 96 email: calvaire.hugo@numericable.fr

Le site : calvaire-hugo.net

Edito LE COMITE N'ARRETE PAS D'EVOLUER



La réussite et le développement du Comité Calvaire-Hugo sont liés pour une grande part aux compétences très variées de nos adhérents, à leur volontarisme, à leur dévouement. Aujourd'hui nous voudrions citer plus particulièrement Michel BASCOUL, c'est lui, qui, assisté de Marie-Christine, de Jean-Martin et de Daniel AR-NAUD a conçu et mis en place notre tout nouveau site informatique.

Pour accéder au site taper dans le moteur de recherche les termes :

calvaire-hugo.net

Allez le voir, dites-nous ce que vous en pensez. Un site doit vivre, signalez nous les projets et les réalisations de vos diverses activités. Lucien

On parle souvent du ménage de printemps, mais l'attendons-nous pour balayer devant notre porte!! Bien sûr que non. La propreté n'a pas de prix, certes, mais les « trucs » de grandsnos mères : bicarbovinaigre nate. là sont pour nous aider.

Avez-vous remarqué que les remèdes de ces grands-mères ont le vent en : infupoupe sions, élixirs ... Rien de révolutionnaire, juste du bon sens que nous avons parfois tendance à oublier.

Alors, debout les retraités! Bye bye la grasse matinée, à vos chiffons et à vos recettes.

Soyons fiers de nos aïeux

Maryse

Vice Présidente

VOYAGE A LA GROTTE CHAUVET Un premier avril! Cà ne s'invente pas Le voyage aller fut sans problème malgré le temps frisquet dans les courants d'air au musée de la lavande. Un excellent moment dans les odeurs suaves des diverses lavandes.

Puis départ vers la grotte Chauvet, le temps de plus en plus maussade vire rapidement à la pluie fine et froide. La visite de la grotte bien commentée nous donne un très bon aperçu du talent de nos ancêtres qui n'avaient rien à envier à nos artistes modernes. voyage retour



se passa sans souci jusqu'à Etoile où le bus s'englua dans un bouchon provoqué par un accident de camion. Et ça dura la nuit tombait doucement et nous n'avancions pas. Puis au bout de presque 6 h d'attente nous atteignions enfin l'avenue Victor Hugo. Enfin la maison était proche!

Et ceci n'est pas hélas un poisson d'Avril! Michèle

BRIDGE



Depuis 2008, l'activité « bridge » s'est considérablement développée .Nous sommes maintenant un groupe convivial d'une quarantaine de joueurs (euses) les plus expérimentés n'hésitant pas à faire profiter gentiment de leur expérience aux débutants. Le jeudi 3 mars dernier, un sympathique « mâchon » (terme consacré dans le milieu) servi, au Comité, a réuni 25 personnes. Il a été suivi d'un mini tournoi amical de 6 tables

Si le bridge vous tente, n'hésitez pas à venir nous rejoindre, vous serez très bien accueillis. Lucien

VENTE DE FLEURS

Malgré le temps défavorable et le changement de lieu (de la place Danton au Parc du Clos Sylvestre) notre vente de fleurs s'est bien déroulée le samedi 23 avril de 8h à 12h. Installés à l'intérieur du comité, nous avons eu de nombreuses visites. Chacun a participé au bon déroulement de cette manifestation et, encouragés à poursuivre, nous serons à nouveau présents en 2017 pour retrouver les valentinoises et valentinois.

Viviane



UNE TERRINE DE CANARD

Préparation : 45 mn, 4 h de marinade et cuisson 1 h 20 1 canard, 500 g de chair à saucisse, 200 g d'olive verte, 1 œuf, 1 verre de cognac

1 petite boite de pelures de truffe, sel, poivre, gingembre Prélever la chair du canard crue et couper en grosses lamelles à mettre dans un saladier, saler, poivrer et arroser au cognac.

Couvrir et laisser macérer au frais au moins 4 heures. Dénoyauter les olives, les blanchir 5 mn à l'eau bouillante.

Travailler la chair à saucisse avec sel, poivre, gingembre et pelures de truffe ainsi qu'un œuf battu.

Ajouter le cognac dans la marinade.

Dans une terrine, mettre en alternance une couche de farce une couche de lamelles de canard, quelques olives et recommencer jusqu'à la fin des ingrédients.

Fermer la terrine et luter avec de la mie de pain humide.

Cuisson 1 h 20 en bain marie au four.

A consommer au minimum 1 jour après.

Penser à utiliser la carcasse du canard : la pocher doucement dans de l'eau, rajouter sel, poivre, thym et + pour faire un bouillon qui pourra parfumer du riz ou des pâtes.



DES MOTS

Le scrabble c'est jouer avec les mots et pour ces quelques phrases qui vont suivre, c'est aussi jouer avec l'actualité.

A l'aide, au secours! Crie l'accent circonflexe les nouveaux grammairiens me déclarent la guerre, ils veulent me supprimer, me mettre à l'index, contre le chapeau de gendarme on vitupère peut être, ai-je provoqué quelques difficultés aux écoliers en brise brouille avec l'orthographe? Mais me mettre au tombeau, y avez-vous pensé? Comme ça, sans requiem sans la moindre épitaphe. Nous continuerons à coiffer à loisir les voyelles que nous étirons pour mieux les adoucir.



Jo

LES CARTES

Notre année s'est déroulée en toute sympathie et convivialité. Le 16 mars nos concours de belote et tarot a réunis 45 adhérents, tout s'est bien passé et nous avons terminé l'après-midi par le verre de l'amitié. Le 27 avril les joueurs se sont retrouvés au "Régal Ardéchois" dans une bonne ambiance pour notre repas annuel. Nous étions 39 convives. Domi



EN ROUTE POUR LA BRETAGNE



Départ pour le voyage en Bretagne ce lundi matin 30 mai.

Nous leur souhaitons un bon séjour, du beau temps et si possible du carburant!



DES DATES:

Proposition d'un voyage à Paris du 19 au 20 novembre 2016 avec, entre autres, une soirée dans le prestigieux cabaret « Le Paradis Latin », le doyen des cabarets construit par Gustave Eiffel. Voyage de 2 jours 295 € par personne.

La reprise des activités sera précisée à la journée « portes ouvertes » du samedi 3 septembre, ainsi que sur le site.

Nous participons au forum des associations le 10 septembre.

SUR LES SENTIERS AVEC LE COMITE CALVAIRE HUGO

Au cours de l'année 2015-2016, les jeudis et dimanches, les randonneurs se sont retrouvés pour de belles balades sur les sentiers de la Drôme ou de l'Ardèche.

Préalablement, ceux qui encadrent l'activité repèrent et évaluent les parcours possibles. Des itinéraires sont programmés et proposés à la communauté des marcheurs, en précisant le lieu, la distance et le dénivelé sur document papier et par internet, les propositions de circuits étant faites par trimestre.

Nous nous retrouvons, par groupe de 5 à une vingtaine de personnes en fonction de la randonnée organisée, de notre disponibilité et de la difficulté du parcours. Ces escapades pédestres nous font découvrir une diversité de lieux riches en sensations, un environnement naturel attrayant et parfois surprenant.

Chacun y trouve son compte d'intérêt et de satisfaction.

Mais tous aiment le contact avec autrui, ce moment de sociabilité parta-

gée, de conversation avec les uns, les autres dans la bonne humeur et parfois dans une ambiance blagueuse. L'entraide est aussi de mise entre nous, en offrant un appui dans les passages délicats et les premiers attendent les derniers, pour mieux repartir d'un bon pas une fois réunis.

Nous devons dire un grand merci à tous nos accompagnateurs bénévoles réguliers ou occasionnels pour ces moments de vie partagée. La porte est grande ouverte pour de nouveaux promeneurs de sentiers désirant nous rejoindre. A bientôt sur les chemins, et encore un grand bravo à tous nos guides Irène et Annie



Elles ont été une vingtaine au départ de Valence le samedi 28 mai, plus de 200 au départ de Bourgoin Jallieu et plusieurs milliers d'autres femmes qui arriveront à Strasbourg pour le **dimanche 5 juin**. **Plusieurs milliers de sportives.**

En provenance de toutes les régions de France mais aussi d'Europe, elles s'entraînent depuis quelques mois afin de préparer leur voyage itinérant à vélo jusqu'à Strasbourg! Ensemble, elles participeront à la grande balade du dimanche avec toutes les autres femmes qui souhaitent se joindre à l'événement.

Et parmi elles : **LILIANE**, notre adhérente au comité, notre accompagnatrice de randonnées.

Bravo Liliane

JM



GYM

Les cours de gym, plurielle, séniors, stretching : Motivation, concentration, toujours dans l'esprit de convivialité, ce fut une super saison 2015 2016

Notre dernier cours, aura lieu, comme l'année dernière au parc Jouvet. Suivra le gouter au comité Calvaire Hugo, de plus amples renseignements vous seront donnés, ultérieurement.

Bonne fin de saison à vous tous.

Viviane





Le site internet du Comité Calvaire Hugo est terminé. Pour y accéder taper : calvaire-hugo.net