Bulletin d'information de l'O.P.A.B.T.

3° trimestre 2012

OFFICE POUR LES AINES DE BELFORT ET DU TERRITOIRE

Très chers adhérents,

Votre association débute une nouvelle page de son histoire ! Depuis 1977, l'OPABT n'a jamais cessé de vouloir répondre aux attentes du plus grand nombre de retraités. C'est ainsi que dans les années 90, l'association décide de recruter un permanent qui a mis en place de nombreuses manifestations permettant aux clubs et associations de se retrouver. Ensuite, avec l'arrivée d'une nouvelle génération de retraités, dans les années 2000, l'OPABT constate également l'émergence de besoins nouveaux et décide de recruter une 2ème personne pour étoffer l'équipe.

Aujourd'hui si le panel d'activités s'est considérablement élargi, nous sommes à un nouveau tournant dans l'histoire de notre association : le public de l'OPABT est à présent composé de 3 générations de retraités dont les attentes sont différentes : Comment y répondre au mieux ? Comment celles-ci vont évoluer dans les années à venir ? Telles sont les questions à se poser.

Aussi, je vous informe que le Conseil d'Administration réuni en date du 17 avril dernier a validé la proposition d'accompagnement par le DLA 90 (Dispositif Local d'Accompagnement). L'objectif est de permettre à l'OPABT de clarifier et évaluer son fonctionnement pour mieux envisager des pistes de développement possibles.

Nous ne manquerons pas , dans les semaines à venir, de vous tenir informés mais certainement aussi de vous demander votre avis car l'OPABT est avant tout VOTRE association !

Bien amicalement, Pierrette PIERREL, Présidente de l'OPABT.

DANS CE NUMERO

Ça s'est passé les mois derniers.
Au début de chaque numéro, nous reviendrons sur quelques activités qui ont eu lieu ces derniers mois. Ceux qui y ont participé pourront alors se remémorer de bons moments, et les autres avoir un aperçu de ce qu'il s'y est passé.
En page 2

Nos prochains rendez-vous.
Comme c'était déjà le cas, nous vous tiendrons informés, tous les 2/3 mois, des activités prévues pour les mois à venir. Venez vite repérer les dates fixées pour vos activités préférées mais aussi en découvrir de nouvelles !
En page 3 à 7

L'OPABT vous informe.
Votre Club ou Association organise une manifestation prochainement ? N'hésitez pas à nous en faire part, nous continuons de diffuser vos informations par le biais de ce bulletin !
En page 8 et 9

Détente et remue-méninges.
Testez votre logique avec des jeux élaborés par Jean-Jacques HEYMANS, bénévole à l'OPABT et découvrez quelques textes créés lors de notre atelier d'écriture « Pirouettes de Plumes ».
En page 10 et 11

Ça s'est passé les mois derniers

Par l'équipe de l'OPABT

13/03 & 10/04 : Sortie aux Thermes

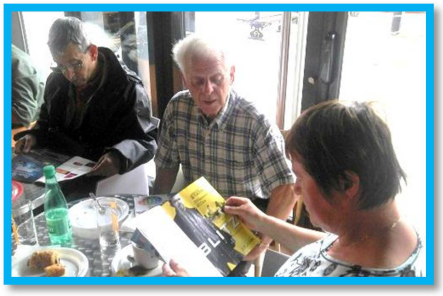
46 puis **15 personnes** ont profité d'une après-midi aux thermes de Bad Bellingen en Allemagne. L'objectif de cette sortie devenue régulière est de proposer aux personnes un moment de détente et de bien-être, de leur permettre de maintenir les bienfaits de leur cure annuelle ou tout simplement de participer à une sortie de groupe, en toute convivialité...

Du 15/03 au 26/04 : Session d'initiation à l'informatique.

La seconde session d'informatique 2012 a eu lieu lors des mois de mars et avril, permettant alors de **former 5 retraités** aux nouvelles technologies. Rappelons que ces initiations sont proposées tous les 2 mois.

03/03 & 03/04 : Sortie au Cinéma.

Comme l'année dernière, l'OPABT continue de proposer des sorties au cinéma à ses adhérents. Au mois d'avril, **15 personnes** sont allées voir *« Mince alors ! »* et **4** *« Cloclo ».* Au mois de mai, **14 personnes** sont allées voir *« Le Prénom ».* Les après-midi se sont poursuivies au Crescendo pour discuter autour d'un verre et d'une collation.



05/04 & 19/04 : Deux ateliers thématiques d'informatique.

Comme les années précédentes, en plus des initiations informatiques et du Cyber'aînés, sont proposés des ateliers thématiques d'Informatique. Au mois d'avril, **10 personnes** on donc pu assister aux thématiques « Word® - Le traitement de texte » (niveaux 1 & 2).

13/04 : Rencontre conviviale.

Depuis quelques temps, l'OPABT organise des rencontres conviviales pour permettre aux participants des différents ateliers de se rencontrer et partager un bon moment ensemble. Ce fut le cas au mois d'avril à l'occasion de Pâques : **plus de quarante personnes** se sont retrouvées pour les festivités.

17/04 : Conseil d'Administration.

Au mois d'avril, le premier Conseil d'Administration de l'OPABT pour l'année 2012 a eu lieu. Suite à l'approbation du CA du 13/12/11, et au bilan des activités du 1er semestre, les membres du bureau on été élus : **Pierrette PIERREL reste Présidente de l'association**. Pour terminer, le projet de développement de l'association a été exposé et le CA a validé la proposition d'accompagnement par le DLA 90 (Dispositif Local d'Accompagnement). L'objectif est de permettre à l'OPABT de clarifier et évaluer son fonctionnement pour mieux envisager des pistes de développement possibles.

17/04 : Réunion d'information.

5 personnes étaient présentes lors de l'intervention de Mme Laure Bidaux venue exposer les actions mises en place dans le cadre du Programme PAPA (Préservation de l'Autonomie des Personnes Agées) : ateliers équilibre, ateliers mémoire, nutrition, santé globale.

20/04 : Concours de Tarot.

Le troisième vendredi du mois d'avril a eu lieu le concours de Tarot, dans les locaux du Club Georges Bragard, à Belfort. Arbitrée *par L'excuse Belfortaine*, cette rencontre a rassemblé **48 finalistes de différents Clubs du Territoire de Belfort.** Avec 2612 points, Jean OBERLE de l'AVO section Tarot de Valdoie a terminé premier, suivi par Christiane NUNINGER du Club Jean Jaurès de Belfort (2199 points), Gilbert HUEBERT du Club du Bois Joli de Cravanche (1451 points), Louis COROMINA de l'Age d'Or de Bavilliers (1020 points) et Serge MALLOIRE du Club de l'Espérance de Belfort (850 pts).

1 jeudi sur 2 : Atelier d'écriture.

Tous les quinze jours, **entre huit et douze personnes** se retrouvent pour parler du monde, s'amuser, se découvrir et échanger. Afin de mettre en valeur ce qui est produit lors de ces séances - en parallèle avec le projet de création d'un recueil - vous trouverez, à la fin de ce numéro, quelques textes qui y sont nés.

Les vendredis après-midi : Cyber.

Animé par quatre bénévoles (Pierre BARRAT, Jean-Jacques HEYMANS, Michel HOPPE et Alexandre OULD-HAMOUDA), cet espace permet à chacun de bénéficier d'aide et de conseils dans le domaine de l'informatique. Près de 14 personnes par semaine s'y inscrivent.

Nos prochains rendez-vous

Par l'équipe de l'OPABT

Atelier d'écriture « Pirouettes de Plumes »

Au programme : Il s'agit d'un rendez-vous convivial et ludique permettant d'ouvrir de nouveaux horizons et de développer la créativité. C'est l'occasion de jouer avec les mots, s'amuser, se découvrir et échanger. L'objectif est surtout de prendre un moment pour soi et de se faire plaisir en écrivant avec d'autres.

Quand ? Un jeudi sur deux (hors vacances scolaires) de 09h00 à 11h00
Dernier atelier avant l'été : Jeudi 24 mai

Où ? A l'OPABT

Tarif : Gratuit

Inscription : Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr)

Informations complémentaires.

Ces ateliers sont ouverts à tous, quel que soit le niveau de maîtrise de la langue et de l'écriture. Chaque séance s'appuyant sur un thème différent, vous pouvez participer à une ou plusieurs dates, selon vos souhaits.

Après la pause estivale, l'atelier d'écriture reprendra le **jeudi 27 septembre**, de 9h00 à 11h00.

Initiation à l'Informatique et Internet

Au programme : Formation de 14h (7 séances de 2h) destinée à des personnes n'ayant aucune connaissance en informatique – Apprentissage à l'utilisation de l'ordinateur, la souris, le clavier ainsi qu'une initiation à l'utilisation d'Internet.

Quand ? Il reste de la place pour la session de mai-juin (pour des personnes possédant un ordinateur portable). Les 7 séances de formation auront lieu : Mardi 22 mai – Mardi 29 mai – Mardi 05 juin – Mardi 12 juin – Mardi 19 juin – Mardi 26 juin – Mardi 03 juillet – de 14h00 à 16h00

Où ? A l'OPABT

Tarif : 20 € *(paiement lors de l'inscription)*

Inscription : Dans nos locaux ou par téléphone (03.84.54.26.70)

285 personnes formées entre 2006 & 2011.

N'hésitez pas, vous aussi, à vous initier aux nouvelles technologies.
Il n'y a pas d'âge pour commencer !

Ateliers thématiques d'Informatique

« Powerpoint® : la réalisation de diaporamas (niveaux 1 & 2). »

Au programme : Présentation du logiciel et de ses fonctionnalités ; Création d'un diaporama personnalisé simple (niveau 1) ; Création d'un diaporama avec effets spéciaux (niveau 2).

Quand ? Mardi 29 mai 2012, de 09h00 à 11h00 (niveau 1)
Jeudi 31 mai 2012, de 09h00 à 11h00 (niveau 2)

Où ? A l'OPABT

Tarif : 5 € pour chaque atelier *(paiement lors de l'inscription)*

Inscription & règlement :
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr) en nous communiquant vos **nom, prénom, commune, numéro de téléphone, et âge**.
- Seules les personnes inscrites pourront participer à cette activité.

Informations complémentaires.

Ces ateliers sont ouverts à tous mais certains prérequis s'avèrent indispensables, tels que le fait d'avoir suivi une première initiation si nécessaire ou connaître les bases en informatique (savoir utiliser l'ordinateur). Par ailleurs, pour certains ateliers spécifiques, **il est nécessaire de posséder le logiciel en question (ici, le logiciel Powerpoint® est nécessaire).**

Les inscriptions s'effectuent dans la limite des places disponibles **(7 places disponibles pour chaque atelier)**.

Évènement

Festival régional des chorales de retraités

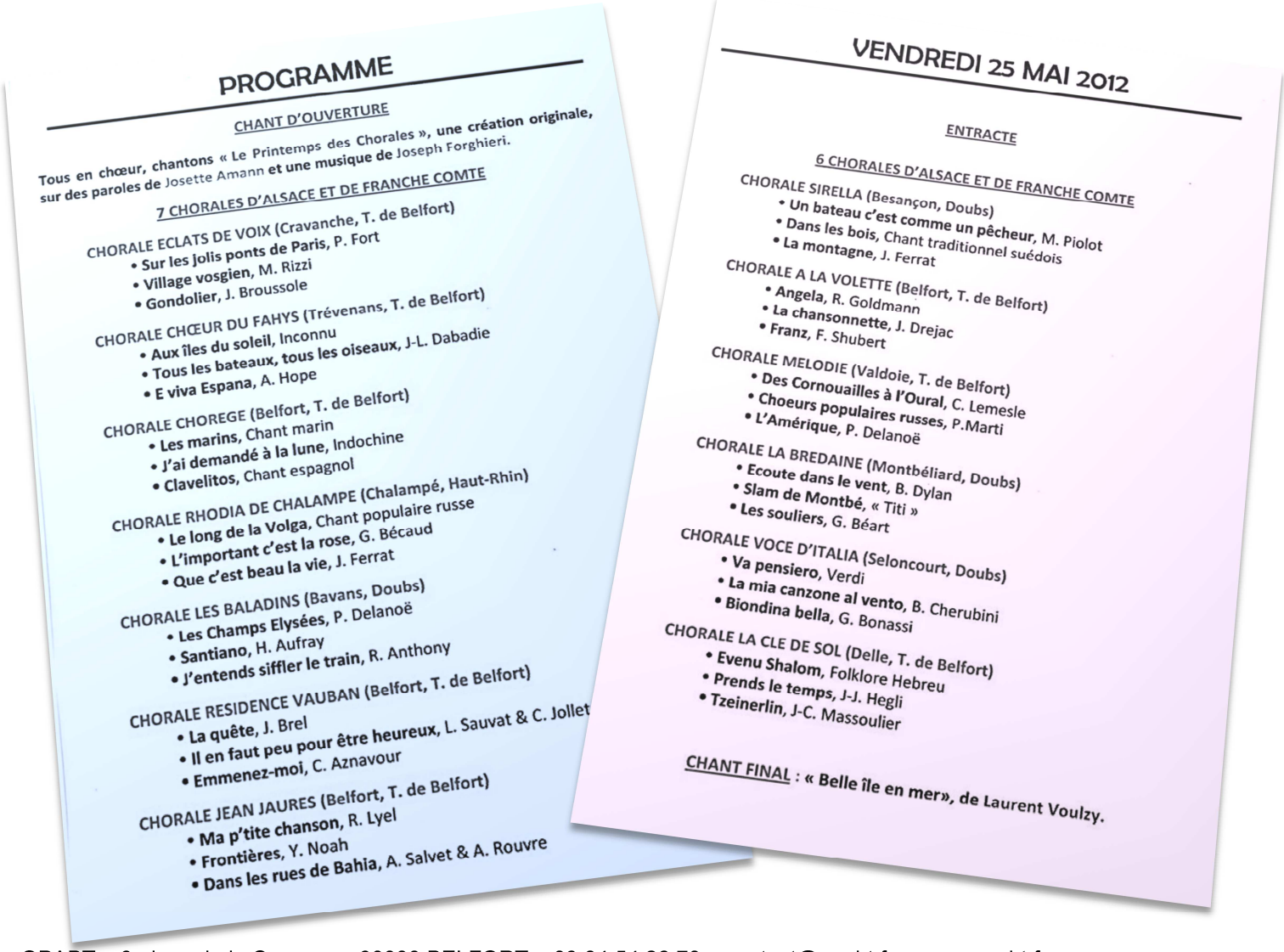
Evadez-vous en compagnie de 13 chorales d'Alsace et de Franche-Comté qui chanteront à travers la thématique ***« Voyage et Liberté »*** *pour cette 28ème édition... De belles surprises vous attendent !!*

Vendredi 25 mai 2012

14h00

Maison du Peuple de Belfort

Entrée Libre et gratuite



PROGRAMME

CHANT D'OUVERTURE

Tous en chœur, chantons « Le Printemps des Chorales », une création originale, sur des paroles de Josette Amann et une musique de Joseph Forghieri.

7 CHORALES D'ALSACE ET DE FRANCHE COMTE

CHORALE ECLATS DE VOIX (Cravanche, T. de Belfort)
- Sur les jolis ponts de Paris, P. Fort
- Village vosgien, M. Rizzi
- Gondolier, J. Broussole

CHORALE CHŒUR DU FAHYS (Trévenans, T. de Belfort)
- Aux îles du soleil, Inconnu
- Tous les bateaux, tous les oiseaux, J-L. Dabadie
- E viva Espana, A. Hope

CHORALE CHOREGE (Belfort, T. de Belfort)
- Les marins, Chant marin
- J'ai demandé à la lune, Indochine
- Clavelitos, Chant espagnol

CHORALE RHODIA DE CHALAMPE (Chalampé, Haut-Rhin)
- Le long de la Volga, Chant populaire russe
- L'important c'est la rose, G. Bécaud
- Que c'est beau la vie, J. Ferrat

CHORALE LES BALADINS (Bavans, Doubs)
- Les Champs Elysées, P. Delanoë
- Santiano, H. Aufray
- J'entends siffler le train, R. Anthony

CHORALE RESIDENCE VAUBAN (Belfort, T. de Belfort)
- La quête, J. Brel
- Il en faut peu pour être heureux, L. Sauvat & C. Jollet
- Emmenez-moi, C. Aznavour

CHORALE JEAN JAURES (Belfort, T. de Belfort)
- Ma p'tite chanson, R. Lyel
- Frontières, Y. Noah
- Dans les rues de Bahia, A. Salvet & A. Rouvre

VENDREDI 25 MAI 2012

ENTRACTE

6 CHORALES D'ALSACE ET DE FRANCHE COMTE

CHORALE SIRELLA (Besançon, Doubs)
- Un bateau c'est comme un pêcheur, M. Piolot
- Dans les bois, Chant traditionnel suédois
- La montagne, J. Ferrat

CHORALE A LA VOLETTE (Belfort, T. de Belfort)
- Angela, R. Goldmann
- La chansonnette, J. Drejac
- Franz, F. Shubert

CHORALE MELODIE (Valdoie, T. de Belfort)
- Des Cornouailles à l'Oural, C. Lemesle
- Choeurs populaires russes, P.Marti
- L'Amérique, P. Delanoë

CHORALE LA BREDAINE (Montbéliard, Doubs)
- Ecoute dans le vent, B. Dylan
- Slam de Montbé, « Titi »
- Les souliers, G. Béart

CHORALE VOCE D'ITALIA (Seloncourt, Doubs)
- Va pensiero, Verdi
- La mia canzone al vento, B. Cherubini
- Biondina bella, G. Bonassi

CHORALE LA CLE DE SOL (Delle, T. de Belfort)
- Evenu Shalom, Folklore Hebreu
- Prends le temps, J-J. Hegli
- Tzeinerlin, J-C. Massoulier

CHANT FINAL : « Belle île en mer», de Laurent Voulzy.

Sortie Estivale au Musée de la Forge

Au programme : Restaurant et après-midi au Musée de la Forge
RDV à 12h00 à l'Auberge « Aux Trois Bonheurs » (34 Grande Rue – Etueffont).
Au menu: Friture de carpe, salade, mayonnaise, frites – Vacherin *(hors boissons)*
Puis, nous passerons l'après-midi au Musée de la Forge (visite + démonstration)

Quand ? **Jeudi 14 juin** 2012, à partir de midi

Tarif : **25 €** *(paiement lors de l'inscription)*

Inscription & règlement :
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr) avant le 08 juin en nous communiquant vos **nom, prénom, numéro de téléphone, âge**.
- Attention : Après la date limite d'inscription, les règlements seront encaissés et plus aucun remboursement ne sera possible. Merci de votre compréhension.

Informations complémentaires.

Du milieu du XIXe siècle à nos jours est retracée l'évolution de la vie sociale, familiale et économique à travers quatre générations de forgerons de village : la famille Petitjean.
Forgerons de père en fils de 1843 à 1977, mais tributaires de l'évolution des techniques et de la demande, les Petitjean ont exercé leur art de manière différente (forge, maréchalerie, soins aux animaux, taillanderie, activités agricoles, travaux de repassages).

Ateliers thématiques d'Informatique
« Trier, ranger, organiser son ordinateur » (nouvelle formule)

Au programme : Toutes les fonctionnalités nécessaires pour savoir :
- où stocker ses photos, ses fichiers texte, sa musique, ses vidéos ;
- comment trier et ranger au mieux afin de les retrouver facilement.

Quand ? 2 x 2 heures : **Mardi 12 juin & Jeudi 14 juin** 2012, de 09h00 à 11h00.

Où ? A l'OPABT

Tarif : **10 €** *(paiement lors de l'inscription)*

Inscription & règlement :
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) en nous communiquant vos **nom, prénom, commune, numéro de téléphone, et âge**.

Informations complémentaires.

Ces ateliers sont ouverts à tous mais certains prérequis s'avèrent indispensables, tels que le fait d'avoir suivi une première initiation si nécessaire ou connaître les bases en informatique (savoir utiliser l'ordinateur).

Les inscriptions s'effectuent dans la limite des places disponibles (**7 places disponibles** pour chaque atelier).

Après-midi au Bowling

Au programme : Deux parties de bowling (location des chaussures comprise) avant d'échanger tous ensemble autour d'une collation et d'une boisson.

Quand ? **Jeudi 05 juillet** 2012, à 14h00

Où ? Au Bowling situé au 2e étage des 4 As de Belfort

Tarif : **8 €** *(paiement lors de l'inscription)*

Inscription & règlement :
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr) avant le vendredi 29 juin, en nous communiquant vos **nom, prénom, commune, numéro de téléphone et âge**.

Informations complémentaires.

- Parking sous-terrain (au -1) chauffé, gardé, avec ascenseur (arrivée directe au bowling)
- Bowling accessible aux personnes à mobilité réduite
- Activité accessible aux débutants : pistes équipées de barrières, boules légères disponibles
- Le personnel du Bowling est présent pour encadrer les participants et leur expliquer comment jouer au bowling en toute sécurité

Sortie au Cinéma

Au programme : La projection du film, puis une boisson et une collation au Crescendo (centre Leclerc) suite à la séance pour poursuivre l'après-midi.

Quand ? **Jeudi 28 juin** 2012, à 13h30 (RDV vers le CinéCafé)

Où ? Au Cinéma des Quais de Belfort

Tarif : **9 €** *(paiement lors de l'inscription)*

Comment s'inscrire ?
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr) avant le 22 juin, en nous communiquant vos **nom, prénom, commune, numéro de téléphone, âge**, ainsi que le **film** choisi.
- Après la date butoir d'inscription, les règlements seront encaissés et aucun remboursement ne pourra plus avoir lieu. Merci de votre compréhension.

Les films (au choix) :

DEUX COMEDIES

Synopsis des films

ADIEU BERTHE. Mémé is dead. Berthe n'est plus. Armand avait "un peu" oublié sa grand-mère… Pharmacien, il travaille avec sa femme Hélène à Chatou. Dans un tiroir de médicaments, Armand cache ses accessoires de magie car il prépare en secret un tour pour l'anniversaire de la fille… de son amante Alix. Et mémé dans tout ça ? On l'enterre ou on l'incinère ? Qui était Berthe ?

UN BONHEUR N'ARRIVE JAMAIS SEUL. Sacha aime ses amis, son piano, la fête. La nuit, il joue dans un club de jazz et séduit des filles. Il vit dans l'instant. Sans réveil-matin, sans alliance, sans impôt. Charlotte a trois enfants, deux ex-maris et une carrière à gérer. Elle n'a aucune place pour une histoire d'amour.Tout les oppose. Ils n'ont rien à faire ensemble…
Ils sont faits l'un pour l'autre.

Sortie estivale à la Maison de l'Environnement

Au programme : Pique-nique et après-midi sur le site du Malsaucy
12H00 : RDV, pour ceux qui veulent pique-niquer, à l'entrée du site (Parking)
14H00 : RDV devant la Maison de l'Environnement où nous pourrons découvrir l'espace « Le Biorama), ainsi que l'exposition « Les Gardiens de l'Eau ».
Nous poursuivrons l'après-midi par une promenade autour de la Vérone.

Quand ? **Jeudi 19 juillet** 2012, à partir de midi

Tarif : **Gratuit** *(le repas est tiré du sac)*

Inscription & règlement :
- Dans nos locaux, par téléphone (03.84.54.26.70) ou par e-mail (contact@opabt.fr) avant le 13 juillet en nous communiquant vos **nom, prénom, numéro de téléphone, âge**.

LES GARDIENS DE L'EAU. Qui sont ces hommes et ces femmes *capables* d'écarter les menaces qui pèsent sur cette ressource vitale, prêts à percer les mystères d'un élément toujours changeant, imprévisible, incontrôlable ? Chacun de nous, bien entendu, habitants de la planète bleue, habitants chanceux d'une région où l'eau est omniprésente, des sources claires des sommets vosgiens aux multiples étangs de la vallée du Sundgau...

L'OPABT fermera ses portes du vendredi 10 août au lundi 27 août inclus.

La Présidente Pierrette PIERREL, la Directrice Manuella ZINCK et l'Animatrice Myriam OULD-HAMOUDA vous souhaitent à tous de très belles vacances et espèrent vous revoir à la rentrée de septembre pour de nouvelles activités et manifestations !

Voyage

Costa Brava (Espagne)

Inscription avant fin juin

Quand ? L'OPABT vous propose de partir en Espagne du **01 au 06 octobre 2012** (6 jours)

Au programme :

JOUR 1 VOTRE REGION / EMPURIABRAVA
Départ matinal en direction de l'Espagne. Arrêt déjeuner libre en cours de route. Arrivée en fin d'après-midi. Installation dans vos chambres. Cocktail de bienvenue. Dîner et nuit.

JOUR 2 SAN PERE DE RHODES ET EMPURIABRAVA
Petit déjeuner puis départ pour le Parc Naturel Cap de Creus et la visite du Monastère St Père de Rhodes. Déjeuner à l'hôtel puis visite d'Empuriabrava, la ville aux 37 kms de canaux. Promenade en petit train et retour à l'hôtel pour le diner et la nuit.

JOUR 3 ARRIERE PAYS ET DEJEUNER DANSANT
Petit déjeuner puis départ pour Castellfollit de la Roca. Visite d'une fabrique de biscuits et du musée de la charcuterie. Dégustation et poursuite par le village romain de Camprodon. Arrivée dans le village typique montagnard de Setcases pour le déjeuner suivi d'une après-midi dansante, animée par un accordéoniste. Au retour, arrêt pour la visite de Besalu. Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 4 FIGUERAS ET L'EMPURDAN
Petit déjeuner puis départ pour le marché de Figueras. Déjeuner à l'hôtel. L'après-midi, découverte du Parc Naturel des Aiguamolls de l'Empurdan. Dégustation d'anchois et retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit.

JOUR 5 CASTELLO D'EMPURIES
Petit déjeuner puis visite de Castello d'Empuries avec la cathédrale gothique, le moulin à farine, la prison médiévale… Retour à l'hôtel pour l'apéritif « du patron » : dégustation de vin et « pica-pica ». Déjeuner puis après-midi libre pour profiter de l'hôtel ou vous promener en ville. Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 6 : EMPURIABRAVA / VOTRE REGION
Petit déjeuner et départ. Arrêt déjeuner libre. Arrivée en fin d'après-midi.

L'HOTEL XON'S PLATJA 3*

Les services d'un hôtel avec le confort d'un appartement !

SITUATION : A Empuriabrava, surnommée la « petite Venise espagnole » en raison des 37 kms de canaux qui la parcourent. L'hôtel est situé à 150m des plages.

HEBERGEMENT : Vous serez logés dans des appartements d'environ 35m², avec salon, chambre séparée, grand balcon, kitchenette, réfrigérateur, salle de bains complète, WC, TV, coffre-fort (payant).

VOS REPAS : Servis sous forme de buffets variés, cuisine espagnole et internationale.

A VOTRE DISPOSITION : Bar, bar piscine, piscine extérieure, ping-pong, billard, aire de jeux pour enfants, internet et wifi.

Tarif : 395 € + 16 € (assurance annulation, assistance rapatriement et bagage) = 411 €
(Accompte de 116 € fin juin et solde de 295 € début septembre)
Le prix comprend : Par personne, le transport en car de grand tourisme, l'hébergement en chambre double en hôtel 3*, la pension complète, du dîner du 1er jour au petit déjeuner du 6e jour, les boissons au repas (1/4 de vin ou eau / personne / repas), les visites et les excursions mentionnées au programme (ainsi que l'assurance annulation, l'assistance rapatriement et bagage).
Le prix ne comprend pas : Les dépenses à caractère personnel, le supplément chambre individuelle (85€)

Comment s'inscrire ? Auprès de l'OPABT **avant le vendredi 29 juin 2012** (en nous transmettant un chèque d'acompte de 116 € incluant l'assurance annulation)

Formalités :
- Carte d'identité ou passeport en cours de validité
- Carte vitale européenne : Demandez-là à votre CPAM au minimum 2 mois avant le voyage.

NB. Ce voyage est proposé par les Autocars Doillon (25-Pont de Roide). Si le nombre d'inscrits est supérieur à 8, un ramassage aura lieu au niveau de Belfort (plusieurs points de ramassage possibles si le nombre d'inscrits est important)

L'Opabt vous informe

Par l'équipe de l'OPABT

Vide-Grenier Kermesse au Domaine du Chenois

Sortie à Gerardmer avec le Club de l'Espérance des Barres et du Mont de Belfort

Au programme : Sortie à Gérardmer (avec la société Bleu Voyage) :

- Petit Déjeuner à la Française ;
- Présentation de la collection du sponsor R.S DISTRIBUTION avec toutes ses dernières nouveautés 2012 (sans obligation d'achat) et toujours dans la bonne humeur ;
- Déjeuner dans un restaurant de Gerardmer ;
- Après le déjeuner : direction la maison de PAPY LOUIS au THOLY pour assister à une représentation de cinéma 3D avec effets olfactifs sur « la vie paysanne vosgienne au temps de Papy Louis » et dégustation gratuite de produits régionaux.

Quand ? Mercredi 23 mai 2012

Tarif : 29€ hors boissons

Comment s'inscrire ? : Auprès de Michèle THIEBAUT Tél. 03.84.21.79.79 (en cas d'absence, laissez un message sur le répondeur)

Au menu

Entrée de saison
Plat mitonné du chef
Accompagnement de légumes
Dessert « maison »
(forfait boissons 4€)

Le film

Au cours du film, le spectacteur perçoit au fil des saisons, l'odeur du pain chaud en hiver, des fleurs au printemps, des foins en été et enfin de l'humus en automne, lorsque les paysons vont schlitter avant l'arrivée du froid. Durée de projection : 66 min.

Spectacle au Royal Palace de Kirwiller avec le Club du Fourneau de Belfort

Au programme : Sortie publicitaire avec Florilège
- Départ : Parking LIDL (avenue d'Altkirch) ;
- Accueil café dans un cadre agréable et confortable par l'animateur du groupe Florilège ;
- Présentation de la sélection Florilège (sans obligation d'achat) ;
- Déjeuner complet au restaurant (boisson non comprise) ;
- Après-midi à Kirrwiller pour découvrir la magie du cabaret.

Quand ? Mercredi 13 juin 2012

Comment s'inscrire ? Auprès d'Andrée COLOMBAIN Tél. 03.84.22.51.82

Laissez vous emporter par la magie du cabaret et le monde des strass et paillettes au Royal Palace à Kirwiller

Avec des grands artistes de music-hall, en provenance du monde entier – Chine, Japon, Russie – réunis pour vous par Adam Meyer, dans cette revue digne des meilleurs shows internationaux

Spectacle de fin d'année
« Claude VANONY »

Chaque automne, la M.F.D.I, en collaboration avec l'OPABT, propose un spectacle attrayant à destination de ses adhérents mais également du grand public. Deux séances sont programmées :

- Une l'après-midi, réservée aux retraités du Territoire de Belfort. Les billets sont d'ores et déjà disponibles à l'OPABT !
- L'autre le soir, ouvert à tout public. Les billets sont disponibles à Projet 90 (220, av. Jean Jaurès 90000 BELFORT – 03.84.26.79.65)

Au programme : **DU RIRE AUX LARMES,** pour Vanony, c'est l'éternelle jeunesse ! A croire que le temps n'a pas de prise sur lui. A 72 ans, Claude Vanony parcourt la France respirant et distribuant sa joie de vivre et sa santé de fer. Et il sait communiquer ce bonheur simple à son public qui le suit depuis près de cinquante ans avec toujours autant de succès ! Mais ce n'est pas dû au hasard, juste au personnage iconique qu'il nous propose à chaque représentation... Un Vanony irrémédiablement décapant dans ses gros sabots de bois et sa dégaine paysanne pour un spectacle d'une grande limpidité où malgré cet humour à l'état pur, tout repose sur la finesse et le bon air du terroir vosgien...

Quand ? Samedi 20 octobre 2012, à 15h00

Où ? A la Maison du Peuple de Belfort

Tarif : 18 € pour les membres de l'OPABT (séance de l'après-midi)
29 € pour le grand public (séance du soir)

Détente et remue-méninges

Par Jean-Jacques Heymans
mais aussi par Janine BIARD et Marie-Josephe RIOT

Jeu 4 pour 16 et 1 pour 8®

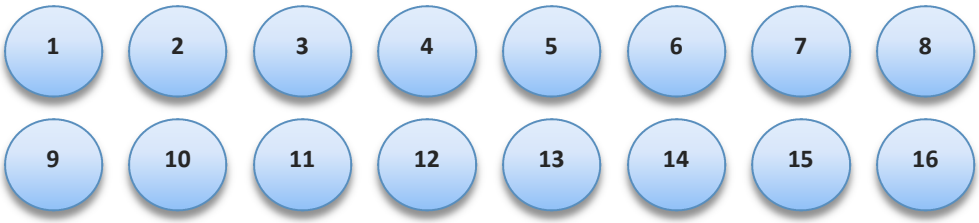
Ce jeu est proposé et réalisé par **Jean-Jacques HEYMANS**, administrateur et bénévole actif de l'OPABT.

Règle du jeu :

Vous disposez de 16 pions gravés de 1 à 16 et d'une grille composée de 4 colonnes et de 4 lignes.

Il s'agit de placer les 16 pions de sorte que chaque colonne, chaque ligne et les 2 diagonales fournissent une somme égale à 34 (à noter que pour chaque grille, 4 chiffres sont donnés au joueur)

Solution en bas de la page suivante...



Jeu n° 3

3			
	2		
		13	
			16

Jeu n°4

	10	8	
	3	13	

Les textes de « Pirouettes de Plumes »...

A chaque numéro, nous partagerons avec vous quelques textes qui sont nés lors de l'atelier d'écriture de l'OPABT...
En attendant la création de notre recueil de textes, un petit aperçu de nos *envolées lyriques*...

Amsterdam, *par Janine BIARD*

Dans le vieil Amsterdam, sillonné de canaux
Enjambés de ponts et passerelles, d'un riche moyen âge,
Surplombés des demeures superbes
[des riches commerçants d'antan]
Qui ont parcouru le monde à la recherche d'épices odorantes

Dans le vieil Amsterdam, le soir,
Le long du petit canal planté de verdure,
Il y a des filles pavanées aux vitrines
Où les petites lumières rouges sont reines.
Là, bien avant nos temps modernes, l'érotisme était roi.

Dans le vieil Amsterdam,
Rembrandt, Frantz Hals et bien d'autres,
Ont traîné leurs pinceaux pour l'éternité.
Le clair-obscur, c'est Amsterdam !

Dans le vieil Amsterdam,
Doucement, doucement,
Le béguinage s'enrobe d'un silence insolite…
Trottent à pas feutrés, comme les ombres passent,
Quelques béguines attardées.

Dans le vieil Amsterdam,
Le cœur se serre…Tant de beautés…
16ème siècle, c'est toi le siècle de la lumière !

Mon château à moi, *par Marie-Josephe RIOT*

Je viens d'arriver dans ce village qui autrefois m'avait accueillie à bras ouverts. Machinalement je me dirige vers cette bâtisse majestueuse et qui portait comme nom en lettres d'or, au-dessus du portail : « Résidence des comtes d'Estampes ». Comme autrefois, la grille était ouverte, invitant le visiteur à se glisser à l'intérieur...

Il me semble entendre comme jadis, les fifres et les tambours. En fermant les yeux, je revois le grand escalier que, vêtue de mes robes à volants, je descendais majestueusement, telle une princesse des mille et une nuits. Car, au bas de cet escalier m'attendait mon prince charmant de cette époque, avec bien entendu la récompense suprême : le baiser.

Puis nous nous dirigions main dans la main jusqu'à la cuisine, où brulait toujours un feu dans une grosse cuisinière et là… la reine de cet endroit, nous servait un délicieux chocolat chaud.

Très intimidés, nous n'osions bouger, car nous avions l'impression d'être des lilliputiens à côté de tous ces instruments d'une dimension gigantesque.

Quelle belle époque ce temps jadis où, insouciante, j'imaginais ma vie faite uniquement de bonheurs.

De nouveau les souvenirs m'assaillent, car après avoir parcouru quelques mètres, je revois toutes ces fêtes données par le châtelain pour remercier les villageois de l'aider dans la lourde tâche qui était la sienne : l'entretien du château. Chacun y venait de bon cœur et, suivant ses capacités, apportait son aide pour que cette demeure du 17ème siècle reste la fierté du village.

Longtemps je me suis imaginée que ce château était mon château à moi, car le comte était mon parrain.

Solution des jeux de la page précédente...

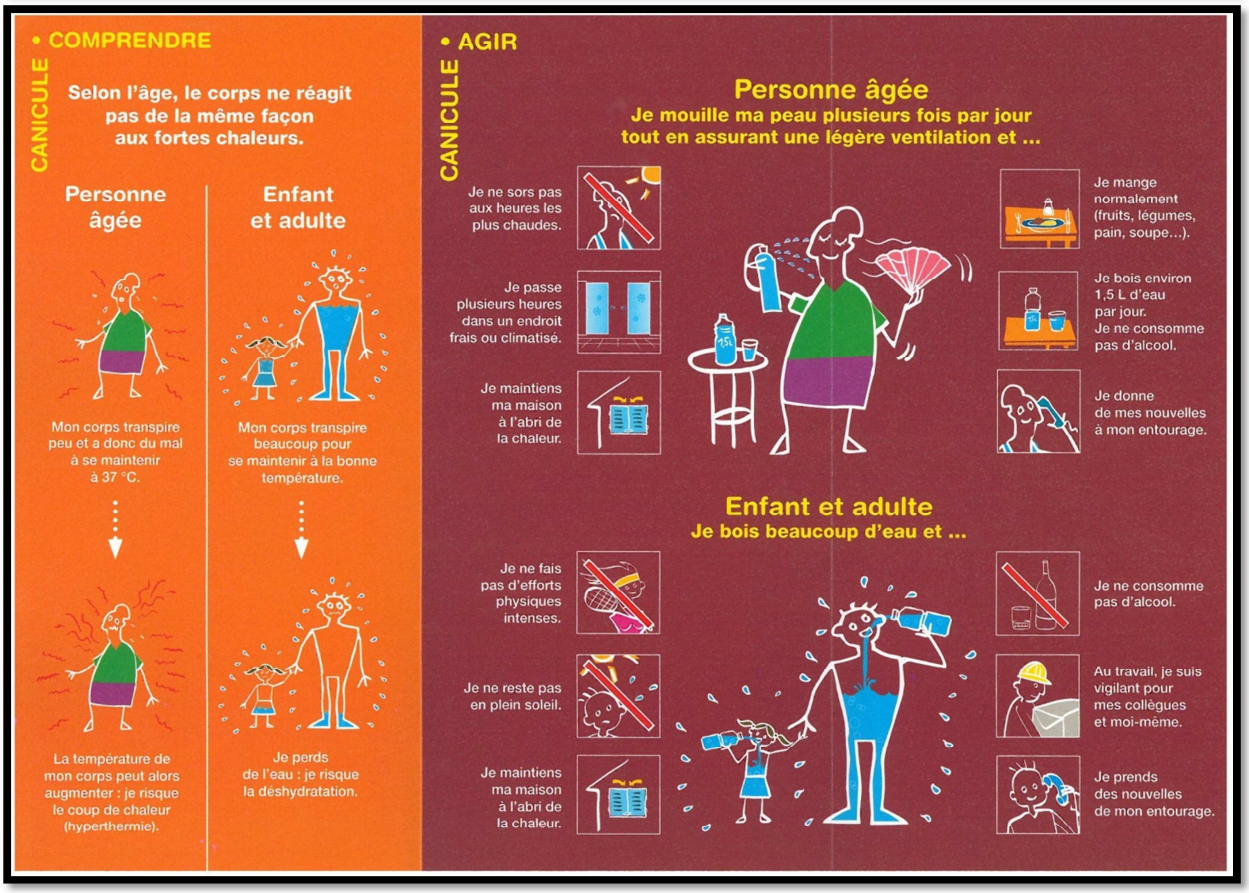
Solution du jeu n°3

3	14	12	5
15	**2**	8	9
6	11	**13**	4
10	7	1	**16**

Solution du jeu n°4

2	15	1	16
11	**10**	**8**	5
14	**3**	**13**	4
7	6	12	9

• COMPRENDRE
CANICULE
Ma santé peut être en danger quand ces 3 conditions sont réunies :
Il fait très chaud.
La nuit, la température ne descend pas, ou très peu.
Cela dure depuis plusieurs jours.
Si vous êtes une personne âgée, isolée ou handicapée, pensez à vous inscrire sur le registre de votre mairie ou à contacter votre Centre Communal d'Action Sociale (CCAS). Vous bénéficierez ainsi d'une aide en cas de canicule.
Si vous prenez des médicaments, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin traitant ou à votre pharmacien.
Si vous voyez une personne victime d'un malaise ou d'un coup de chaleur, appelez immédiatement les secours en composant le 15
Consultez régulièrement la météo et la carte de vigilance de Météo France sur www.meteo.fr
Envie d'en savoir plus pour vous ou votre entourage ?
Composez le 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe)
ou consultez www.sante.gouv.fr/canicule-et-chaleurs-extremes
inpes
La canicule et nous...
COMPRENDRE ET AGIR


• COMPRENDRE
CANICULE
Selon l'âge, le corps ne réagit pas de la même façon aux fortes chaleurs.
Personne âgée
Enfant et adulte
Mon corps transpire peu et a donc du mal à se maintenir à 37 °C.
Mon corps transpire beaucoup pour se maintenir à la bonne température.
La température de mon corps peut alors augmenter : je risque le coup de chaleur (hyperthermie).
Je perds de l'eau : je risque la déshydratation.
• AGIR
CANICULE
Personne âgée
Je mouille ma peau plusieurs fois par jour tout en assurant une légère ventilation et ...
Je ne sors pas aux heures les plus chaudes.
Je passe plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé.
Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.
Je mange normalement (fruits, légumes, pain, soupe...).
Je bois environ 1,5 L d'eau par jour. Je ne consomme pas d'alcool.
Je donne de mes nouvelles à mon entourage.
Enfant et adulte
Je bois beaucoup d'eau et ...
Je ne fais pas d'efforts physiques intenses.
Je ne reste pas en plein soleil.
Je maintiens ma maison à l'abri de la chaleur.
Je ne consomme pas d'alcool.
Au travail, je suis vigilant pour mes collègues et moi-même.
Je prends des nouvelles de mon entourage.