



Bulletin trimestriel n°87
Septembre 2026



Bulletin de liaison des retraités de l'ANR 51

Sommaire

Le mot du Président
Activités rémoises
Activités chalonnaises
Sorties et voyages
Repas champêtre
Loto du 3 décembre 2026
Le mot des secrétaires et des trésoriers
Amicale Vie

A.N.R. Groupe Marne
45 bis avenue du Général de Gaulle
51000 Chalons en Champagne

Tél. : 03 26 21 26 18

Site : anr51.com

Email : anr51@wanadoo.fr

Permanence les vendredis de 9h30 à 11h30
et les lundis de 9h à 11h

Le mot du Président

Bonjour à toutes et à tous,
Depuis le printemps et maintenant l'été nous subissons des chaleurs caniculaires, malgré cela j'espère que vous avez pu profiter de vos vacances avec ou sans vos petits enfants
Notre ANR, vous propose deux voyages en 2027 à ISLANDE, et l'autre au Pays Basque
L'ANR Régionale organise un séjour ANCV à FORGES LES EAUX en septembre 2027.
L'ANR sera présente au forum des associations à Fagnières au Centre LECLERC les 4 et 5 septembre
L'Assemblée Générale de l'ANR s'est tenue les 26 et 27 mai 2026

- la cotisation restera inchangée
- En ce qui concerne la défense des retraités des motions seront à remettre à nos élus pour faire connaître nos revendications.
- Notre ANR aura cent ans en 2027 des rencontres sont prévues avec nos centenaires
- Le recrutement de nouveaux adhérents et des bénévoles est toujours dans nos préoccupations un besoin nécessaire pour qu'ils s'investissent dans nos actions futures.

Les activités de plein air ont pu continuer les matins avec maintenant le démarrage de la section réveil musculaire au Parc de Champagne à REIMS.

Les cours informatiques, la gym et le scrabble vont reprendre à la rentrée.

Pendant la période estivale, nous avons pu visiter nos anciens pour leur souhaiter leurs anniversaires. Pour notre association se rencontrer, se divertir et passer de bons moments c'est notre devise
Dans l'espoir de vous retrouver en bonne santé.

Le Président
Claude GEORGES

N'hésitez pas à consulter le site de l'ANR51 pour vous informer des nouveautés

Sortie à Fontainebleau le vendredi 9 octobre 2026

LOTO à Sarry le jeudi 3 décembre 2026

Les Rois à Sarry le 28 janvier 2027

ACTIVITES REMOISES

MARCHE

Vous trouverez aussi le calendrier des marches sur le site de l'ANR : anr51.com

- Les lieux des randonnées seront précisés à chaque convocation.
 - Les distances sont comprises entre 9 et 12 km et 5 et 6 km pour les petites marches
 - Pour chaque randonnée, l'inscription est très fortement recommandée auprès de la personne qui envoie la convocation !
 - Pour tous renseignements : 03 26 21 26 18 (Permanence le vendredi de 9h30 à 11h30)
- E-mail : anr51@orange.fr

Les petites marches du Jeudi sont conduites par Jean Jacques RIMALOU -Tél. 06.30.27.77.09
E-mail : jean-jacques.rimalou@wanadoo.fr
et Dominique JAUNET Tél. 07 85 85 09 78
E-mail : dominique.jaunet@orange.fr

PETANQUE (activité gratuite)

Tous les lundis à Taissy .Entre 15 et 20 boulistes à chaque séance.

Un tournoi interne sur la journée a eu lieu le 20 juillet entrecoupé par un moment convivial (repas au restaurant local: 22 boulistes et 27 personnes au repas)). Les parties ont débuté le matin et les finales l'après-midi. Tout le monde était satisfait de cette journée.



VELO

Environ 15 participants à chaque sortie (entre 35 et 40 kms A/R sans difficulté) avec des parcours sur la voie verte sud Ardennes, véloroute de la vallée de la Marne, une journée "plein air" à Port Binson (parcours vélo, pique-nique, boules jeu de plein d'air, etc....) Tour du lac du Der, encore quelques sorties prévues avant la fin de l'année.



RÉVEIL MUSCULAIRE:

Tous les mardis de 9h30 à 10h30 au parc de Champagne. (7 à 8 participants).

Toutes ces activités sont gratuites et permettent aux adhérents de se rencontrer et à mieux se connaître. Elles se déroulent toutes en plein air.

FAITS MARQUANTS :

Au mois de mai, 2 adhérents de l'ANR Régis et Philippe ont poursuivi leur chemin de Compostelle débuté l'année dernière et 2 semaines plus tard 3 autres adhérentes :Anne Lyse, Brigitte et Joséphine ont débuté le leur au départ du Puy en Velay.

La suite de leur parcours est prévue en 2027. Bravo à tous les cinq.



SCRABBLE (activité gratuite)

Les séances de Scrabble ont lieu mardi de 14h à 16h à la Maison de Quartier de la Verrerie 14 rue Couraux à Reims.

Pour tous renseignements :

Gérard Perdreau 03 26 82 31 65

E-mail : gerard.perdreau@outlook.fr

François Boulard 03 26 09 66 57

E-mail : francois.boulard@wanadoo.fr

INFORMATIQUE (activité gratuite)

Les cours ont lieu chaque mardi à la Maison de quartier de la Verrerie

14 rue Couraux à Reims de 14H à 16H.

Pour toute info :

E-mail : soulas.didier@g.mail.com

ACTIVITES CHALONNAISES

MARCHE

Se retrouver pour la marche le mardi, un rituel que les marcheurs ont pris l'habitude d'honorer et qui attire toujours de nouveaux adhérents, pour le bonheur de notre association.

Une sortie en Argonne le 19/05, a été un retour dans cet endroit où nous avons plein de souvenirs. La balade autour des étangs de Châtirces a été bien agréable, sauf peut-être pour votre serviteur qui est tombé dans un endroit bien gras. Le pique-nique à la ferme de la Hotte un moment de partage, une belle journée à renouveler.



Une saison marche sans le traditionnel apéro n'est pas pensable, celui-ci a eu lieu le 16/05. Il y avait de quoi se désaltérer et déguster les diverses spécialités. Un moment convivial et d'échange au parcours de santé.



Ce printemps, notre séjour marche et tourisme du 20 au 27 juin avait comme cadre la Bretagne. Le village vacances de Port Manech était notre lieu de séjour. Rando sur les chemins côtiers où les rochers dans l'océan faisaient la joie des photographes. Villages aux toits de chaumes, hortensias mettant en valeur une église, une chaumière, tel était les clichés au détour d'un chemin. Chacun a pu trouver son bonheur au cours de ces balades où la canicule a quelque peu perturbé le plaisir.



Le point d'orgue de ce séjour a été la découverte de l'île de Groix où les plus téméraires se sont lancés dans une grande rando sous la chaleur étouffante.

Concarneau, Pont Aven et ses galettes, croisière sur l'Odette, Locronan et ses vieilles pierres, le phare d'Eckmühl et ses 290 marches, l'essentiel de nos sorties touristiques, dans cette belle région du Finistère sud.

Avec cette chaleur, la piscine a été un lieu apprécié où les amoureux de l'eau ont pu barboter à loisir, avant de prendre un rafraîchissement en regardant l'Océan.

Un grand merci aux organisateurs de ce séjour, à nos guides pour leur accompagnement et le choix des circuits, à l'ANR pour l'apéro.

Pendant la période estivale les marches ont eu lieu, soit le matin ou l'après-midi en fonction de la chaleur. Merci à ceux qui ont pris le relais estival pour accompagner les marcheurs.

Le 18/09, nos amis rémois nous invitent à Lagery, pour une journée conviviale.

Début novembre balade au Lac du Der et repas au restaurant.

Les marches ont lieu le mardi et les RV sont donnés par mail.

Contact Alain PASCAL 06 70 35 74 19

pascal-alain48@orange.fr

MARCHE DOUCE

Nous marchons le mardi après-midi entre 6 ou 7 km, le rendez-vous est à 14h, donné par messagerie, il y a possibilité de covoiturage au Verbeau à 13h30

Pour nous rejoindre vous pouvez vous inscrire aux adresses mail suivantes

Laurence Bailly: mamielau5102@outlook.fr

Paulette Martinot : paulette.martinot@orange.fr

GYMNASTIQUE ET GYM DOUCE

Ces activités, dispensées par **Carine, animatrice diplômée**, employée par l'association des Vaillantes de la Marne sont ouvertes à toute personne, homme ou femme, adhérente ou non de l'ANR.

Pour la saison 2026/2027, **deux cours** sont proposés aux anciens et aux nouveaux adhérents, le vendredi matin, au gymnase Jean Luc TRICOIRE (derrière Carrefour)

- De 9h15 à 10h15, un cours de gymnastique d'entretien *
- De 10h15 à 11h15 un cours de gymnastique douce **

***Gymnastique d'entretien :** renforcement musculaire, cardio, abdos, fessiers, circuits training, step enchainements sur musique.

****Gymnastique douce :** équilibre, coordination, renforcement musculaire, exercices de respiration, étirements, ateliers mémoire.

Pour les deux cours, utilisation de matériel pédagogique varié, mouvements seuls ou par deux.

Reprise des cours le vendredi 18 septembre 2026

Tarif : 95€ pour la saison de Septembre à Juin

Deux cours d'essai gratuits consécutifs sont offerts pour toute nouvelle inscription.

Pour un complément d'information et pour votre inscription en ligne, aller sur le site internet : www.vaillantesdelamarne.com et laissez vous guider (ne pas oublier de compléter le questionnaire de santé qui remplace le certificat médical et de le valider)

Vous pouvez également vous présenter aux permanences d'inscriptions vendredi 4 septembre de 17h30 à 19h30 ou samedi 5 septembre de 10h à 12h, salle Jean Arnould, au palais des sports, côté maison des syndicats, **ou** sur le stand des Vaillantes de la Marne au Festival des sports, dans la galerie marchande Croix Dampierre du 15 au 19/09 **ou** contacter Mme ZEIMET au 06.89.51.24.64.

Viendrez- vous rejoindre les 24 adhérents de l'ANR qui participent à ces cours ?
le défi est lancé.....

INFORMATIQUE

Une année vient de se terminer et il est temps de penser à la prochaine saison.

Jacques et moi seront encore là pour vous aider et progresser avec l'informatique.

Les cours auront lieu au CSC du VERBEAU, le lundi matin pour les débutants et le jeudi matin pour les confirmés.

Une réunion préparatoire aura lieu au CSC le jeudi 01/10 à 10H00.

Contact : Alain PASCAL 06 70 35 74 19
pascal-alain48@orange.fr

PETANQUE

Tous les lundis et mercredi de 14h à 17h au complexe Gérard Philippe pour l'automne et l'hiver et à Compertrix pour les beaux jours.

Les responsables sont Daniel Conrard. et Réjane Montagnac

La participation des pratiquants est importante 20 à 34 personnes par séance.

VELO

Cela fait maintenant un an que nous faisons des sorties hebdomadaires.

A ce jour 19 personnes ont déjà participé à ces journées. En règle générale, nous sommes entre 5 et 10.

En cette période estivale, elles ont lieu les jeudis matin à des horaires variables en fonction des températures.

A la rentrée, nous reverrons ce point en fonction des disponibilités de chacun

Les sorties, d'environ 30/35 km, avec un départ en général à la passerelle du Jard à Châlons sont organisées par Jean Pierre Pinotie et moi-même en fonction des conditions climatiques évidemment.

Nous roulons à une vitesse moyenne comprise entre 15 et 18 km/h.

Les parcours empruntent les pistes cyclables, les routes (à faible trafic) mais aussi les chemins. Les vélos les plus adaptés à ces sorties sont les VTT ou VTC.

Nous comptons de plus en plus de VAE (vélo à assistance électrique) : Ceux-ci doivent s'adapter à l'allure des vélos « musculaires » et c'est toujours le cas. Bien entendu, les vélos doivent être en très bon état. Le port du casque, notre seule protection, est obligatoire.

Ces sorties nous permettent d'apporter des conseils (utilisation des vitesses, position de pédalage) et d'adapter au besoin le réglage des machines.

Bien entendu, ces sorties sont sous le signe de la convivialité et de la solidarité. La recherche de performance n'y a pas sa place, mais il est toutefois indispensable d'être en bonne forme physique. Donc si c'est votre cas, nous vous attendons.

J Bouché

SORTIES ET VOYAGES

VOYAGE A MALTE – Mai 2026

(Consultation photos sur ANR51.com)

Nous étions 45 participants à partir à la découverte culturelle de l'île Malte.

De nombreuses visites nous attendaient

Visite de la cité de La Valette fondée par le grand maître français Jean de La Valette, puis les jardins d'Upper Baracca, le nouveau musée de l'Art Muza ainsi que de la cathédrale St Jean.



Visite de la cité du silence à Mdina, du musée Wignacourt, du centre artisanal de Ta'Qali ainsi que de l'église de Mosta, le Palazzo Parisio à Naxxar, la découverte des temples préhistoriques. Un arrêt spectaculaire aux grottes bleues où nous n'avons hélas pas pu prendre le bateau en raison du vent.

Grâce à un agriculteur chevronné nous avons passé une merveilleuse journée et apprécié lors d'un repas sa production et surtout ses fraises.



Nous avons poursuivi avec une croisière « Tour des Ports », l'île de Gozo et enfin pour terminer une balade nocturne de La Valette.

Tout au long de notre séjour nous avons été accompagnés par une guide un peu speed parfois mais qui a su nous faire partager toutes ses connaissances.

A bientôt en 2027 pour nos prochains voyages.

SEJOUR AUX ISSAMBRES

55 participants du 30 mai au 6 juin.

Après un départ matinal pour rejoindre notre village club Miléade, notre soirée fut consacrée à notre installation dans cet hôtel datant des années 30, pourvu de très belles rénovations, dans un cadre verdoyant, agrémenté de belles prestations, d'une piscine, un terrain de boules, plage privée, animation des soirées.



Le lendemain, nous avons découvert avec notre guide les Issambres, son port ; ce quartier très étendu est rattaché à la commune de Roquebrune sur Argens, laquelle nous visiterons plus tard, sa chocolaterie, l'église St Pierre et St Paul.

Visite du village de Port Grimaud, son église, ses ruelles fleuries. Découverte commentée de la cité lacustre en coche d'eau. Apéritif de bienvenue.

Depuis le port de Ste Maxime balade en bateau dans la Baie des Caroubiers avec commentaires, pour arriver dans le village de Saint Tropez où chacun était libre de découvrir le port où stationnent de nombreux yachts, la vieille ville, la Place des Lices, l'ancienne gendarmerie (film « Le gendarmes à St Tropez »), cimetière marin. (Dégustation de tapenade et vin rosé)

Le village de Gassin surplombe la baie de Pampelune, point de vue exceptionnel ; Ramatuelle avec sa magnifique fontaine aux deux têtes de lion.



Visite de deux très beaux villages médiévaux : Arc sur Argens très typique, St Paul de Vence avec ses ruelles étroites très fleuries qui abritent de nombreuses galeries d'art et fontaines.

Une journée nous a été consacrée à la visite de Nice et son riche patrimoine d'architecture. Arrivée par la promenade des Anglais, la Place Massena, le Théâtre. Visite commentée de la vieille ville, Cours Seleya, son Palais de la Préfecture, la Cathédrale Ste Séparate, rue des Boucheries. Après un très bon déjeuner dans un restaurant italien, tour panoramique de la ville : Place Garibaldi, les corniches niçoises, le port.

Dernière journée à St Aygulf (visite libre) dont son immense marché. Après le déjeuner, dernière excursion à Grasse Capitale de la Parfumerie. Visite de sa ville médiévale, ses hôtels particuliers et sa Cathédrale Notre Dame du Puy des 11^{ème} et 14^{ème} siècles, abritant des tableaux de Rubens. La Parfumerie Fragonard terminera cette belle journée par un circuit relatant la fabrication des parfums.

Une des magnifiques terrasses du Val d'Esquières nous a accueillis pour notre pot de départ, encore un bon moment de convivialité pour tous nos participants. (voir photos site anr51.com)

SORTIE 2026

Sortie à Fontainebleau

le vendredi 9 octobre 2026

(Inscription et programme joint)

VOYAGES 2027

Circuit en Islande

Du 20 mai au 27 mai 2027

Complet

Voyage au Pays Basque

Du 15 mai au 22 mai 2027

Complet

Séjour des Marcheurs : Morzine

Du 5 au 12 juin 2027

Voyage régional ANCV

Forge les Eaux du 19 au 26 septembre 2027

Inscription et programme joints

REPAS CHAMPETRE 2026

Le repas champêtre 2026 s'est déroulé le 5 juin à Nuisement sur Coole, le buffet a été préparé par nos bénévoles et a été très apprécié.

Après-midi détente : pétanque, jeux de société, danse.

Record battu cette année avec la participation de 90 adhérents



Le **LOTO** se déroulera à la Salle des Fêtes de Sarry le jeudi 3 décembre à 14h (ouverture des portes à 13h45)



Comme les années précédentes de nombreux lots seront à gagner: paniers garnis, champagne, petit électroménager, etc.

Une pause à mi-séance vous permettra de prendre une coupe de champagne accompagnée d'une part de gâteau confectionné par nos talentueuses cuisinières.

Possibilités de payer les cartons par chèques.

LE MOT DES SECRETAIRES ET DES TRESORIERES.

Tarif 2026

Cotisation avec revue "la voix de l'ANR"		Cotisation sans revue	
Individuel	34.00	Individuel	23.00
Couple	48.00	Couple	37.00

Pour tout changement, adresse, téléphone ou rib, pensez à les communiquer à l'ANR.

Tous les adhérents ayant communiqués leurs mails, recevront automatique le Bulle Info par mail

L'AMICALE VIE



A ceux qui souhaitent préparer l'avenir et protéger leurs proches en choisissant le capital décès proposé par l'Amicale vie, nous rappelons que votre conseillère est Françoise HATAT

(à contacter de préférence par mail :

francoise.hatat@orange.fr

ou à défaut par téléphone au 06 73 53 32 70

A noter que pour les contrats souscrits entre le 1er juin et le 31 décembre 2026, l'Amicale Vie **offre 6 mois de cotisations**