Association ARCAL METZ & Environs

Programme 4ème trimestre 2023

EDITO

Le temps de la rentrée vient de sonner, bien sûr diversement, selon que l'on soit élève, étudiant, salarié ou retraité. C'est la fin de l'été que l'on nomme aussi « été indien » avec ses journées moins longues mais toujours aussi chaudes et ensoleillées et qui annoncent l'arrivée de l'automne, cette saison si colorée.

Côté ARCAL, c'est aussi la rentrée. En septembre, la vie normale reprend son cours et désormais le farniente n'est plus de mise. Certes les activités ont été mises au ralenti pendant juillet-août, néanmoins pour ne pas s'endormir, des promenades culturelles ont été organisées, l'occasion de redécouvrir notre belle ville de Metz.

Notre programme du quatrième trimestre vient d'être concocté. Vous pourrez le consulter sur notre site Internet. Nous sommes conscients que nous pouvons toujours mieux faire, mais attachons-nous à faire aussi bien et d'aller dans la bonne direction.

C'est ce qui crée ce sentiment d'appartenance et de responsabilité, chers adhérents, ce qui vous incite à vous investir personnellement dans les activités conformes aux objectifs de l'association. Toutes les idées nouvelles sont les bienvenues, peut-être en avez-vous ?

A noter sur votre agenda : le **jeudi 16 novembre** aura lieu le traditionnel Beaujolais nouveau et le **8 décembre** le verre de l'amitié, une "festivité arcalienne" qu'il ne faut pas manquer afin de partager ensemble un bon moment d'amitié.

Plus près on s'entend mieux et pour le sourire, le pratiquer sans modération et tous les jours !

Bonne rentrée et à bientôt !

Jean-Marie

« Les Livres de ma vie »

Un poème de Bernard APPEL

Je veux enfouir, au fond de mon grenier,
Tous mes vieux livres de tristesse
Et installer au long de mes sentiers
Ceux qui ne parlent que joie dans l'allégresse

Que plus jamais ne me quittent ces fidèles amis
Pour qui j'ai tant de sympathie.
J'entourerai ces compagnons,
De ma plus tendre affection

Quand s'esquisseront les petits matins,
Avant que ne s'écoulent les heures,
Je les ouvrirai tour à tour
Pour caresser l'apaisant satin
De leurs mots de douceur,
De tendresse et d'amour…

Et j'aimerais qu'il y règne surtout,
Au détour de chaque page,
Plus important que tout,
Dans un ciel sans nuage,
Tel un havre de paix,
La sublime harmonie de l'amitié…

Ce sont les livres du bonheur ;
À tout moment, j'y veux sentir mon cœur

Étienne TOUCHEBOEUF
toucheboeufch@gmail.com

Président : Jean-Marie MICHALIK
jeanmariemichalik@orange.fr

Trésorier : Roger ROSTOUCHER
rogerrostoucher@orange.fr

Robert OUDEVILLE
robert-oudeville@orange.fr

Jean HEISCHLING
jeanheischling@ymail.com

2ème Vice-Présidente : Elizabeth JODIN
elizabeth.jodin@wanadoo.fr

Madeleine MASSON
faivremasson@orange.fr

Secrétaire : Didier RETTER
didier.retter@gmail.com

Jacques DENGER
jacques.denger@gmail.com

Jean-Pierre ARNOULD
jp.arnould@numericable.fr

Trésorière Adjointe : Michelle OUDEVILLE
michelleoudeville@orange.fr

Annie DUPIRE
annie@dupire.info

Daniel WOHLGUEMUTH
julipierre57@gmail.com

1ère Vice-Présidente : Clémentine De SAINT FELIX
cdesaintfelix@gmail.com

Secrétaire-Adjointe : Françoise CARCELLE
francecour@gmail.com

Evelyne DRAKE
evelyne.drake@sfr.fr

Membres actifs

Prénom	Nom	Mobile
Jean-Pierre	ARNOULD	06 41 57 17 61
Françoise	CARCELLE	06 32 72 01 24
Clémentine	DE SAINT FELIX	06 32 96 58 82
Jacky	DENGER	06 81 90 76 50
Évelyne	DRAKE	06 70 56 25 09
Annie	DUPIRE	06 87 49 25 87
Jean	HEISCHLING	06 49 74 13 52
Elizabeth	JODIN	06 83 55 99 42
Madeleine	MASSON	06 08 60 72 03
Jean Marie	MICHALIK	07 50 95 09 30
Michelle	OUDEVILLE	06 02 05 33 75
Robert	OUDEVILLE	06 67 35 37 99
Didier	RETTER	06 81 64 40 95
Roger	ROSTOUCHER	06 34 75 93 10
Étienne	TOUCHEBOEUF	06 14 64 00 93
Daniel	WOHLGEMUTH	06 18 57 23 07

Adresse du site :

https://www.arcal-metz.fr

Programme des activités du 4ème trimestre 2023

L'atelier mémoire a repris le 8 septembre (salle associative annexe piscine) et le stage mémoire, le 22 septembre - exceptionnellement à la salle Marc Sangnier
Les cours d'anglais reprennent les 7 et 12 septembre. Pas de cours durant la semaine du 11 au 22 septembre (corrida pédestre de Montigny)
L'atelier Informatique compte toujours une vingtaine de participants et en accueillera de nouveaux dans le mesure où il y aurait des départs. Reprise le 12 septembre à la salle Rochambeau
Chorale : les répétitions des choristes en standby – recherche d'un.e chef.fe de chœur
Club Lecture reprise le 13 septembre. A lire « La Petite Communiste qui ne souriait jamais » de Lola Lafon collection Babel.
Sophrologie reconduite en septembre. Date de reprise, planning et nombre de séances 27 septembre, 11 octobre, 25 octobre, 8 novembre, 22 novembre, 6 décembre, 20 décembre, soit 9 séances , tarif unitaire 9€ = 63€
Les marches du lundi ont continué tout l'été (contact : Robert OUDEVILLE _ Planning sur le site.)
Des promenades culturelles sont également proposées certains jeudi après-midi (contact : Jacques DENGER).
Vélo : la dernière balade aura lieu le 29 septembre et l'activité cycliste reprendra au printemps 2024 (contact : Jean-Pierre ARNOULD)

NB : En projet : atelier floral « **Ikebana** » et natation selon la demande des adhérents (participation aux frais)

Propositions de sorties :

Château de Thorey Liautey en octobre – Elizabeth Jodin
Marchés de Noël - Jacques Denger
Restaurants gastronomiques les 25 octobre 2023 et 24 janvier 2024 - Etienne Toucheboeuf

Festivités à venir :

Fête du Beaujolais nouveau : le jeudi 16 novembre au Centre Pilâtre de Rozier à Metz
Traditionnel « verre de l'amitié » de fin d'année : le 8 décembre soit à Marc Sangnier ou à Pilâtre de Rozier
Galette des Rois : jeudi 11 janvier 2024