

# Toujours FEMME jour après jour

1er Trimestre 2014

Bulletin°43

## Le mot de la Présidente

Bonjour à toutes et bonne année !

Que vous souhaitez pour 2014? Sans hésitation, une bonne santé. Pour celles qui sont encore en traitements, prenez courage, soyez vigilantes et gardez le moral. C'est essentiel dans le processus de guérison.

Ce trimestre a été riche en activités puisqu'il incluait le mois d'Octobre, le maintenant célèbre « Octobre Rose » qui a réuni tous ceux qui prennent en charge le cancer du sein. Ceux qui font de la prévention, ceux qui soignent, et ceux, comme Toujours FEMME, qui vous accueillent, vous propo-

tivités et vous invitent à venir nombreuses à l'atelier du Jeudi où, en plus des activités manuelles, les langues vont bon train !!!

Comme les années précédentes, tous les Mardis et Vendredis du mois d'Octobre, nous avons tenu un stand à l'Hôpital Privé Sainte-Marie et pour la première fois un stand pendant deux jours dans le hall de l'Hôpital William MOREY.

Marche à la Roseraie, participation à la course de la Chalonaise, corrida pédestre, etc..... Tout ceci, nous vous le raconterons dans le journal, mais sachez

que votre participation est toujours un bonheur pour les organisateurs.

Commencez avec entrain cette nouvelle année, venez nous voir nombreuses au 8, rue du Temple, c'est toujours avec plaisir que l'on vous recevra. De plus, nous vous attendons à l'Assemblée Générale le 21 Mars 2014 à l'Espace Jean ZAY.....

À bientôt donc !!!

**Claude  
CHANUT-DELUCENAY**

**Bonne et heureuse  
année 2014**



Sommaire :

- *Le mot de la Présidente*
- *Octobre Rose*
- *Expo-vente*
- *Décorations de Noël*
- *Goûter de Noël*
- *Courses pédestres*
- *Nos activités*
- *Le coin des gourmets*
- *De vous à nous*

## Octobre Rose 2013

Le mois Octobre Rose a débuté par la pose d'une banderole sur le balcon de l'Hôtel de Ville de CHALON. De plus, la façade de la Mairie a été éclairée en rose pendant tout le mois. Une marche à la Roseraie a remplacé cette année celle du Tour du Lac, malgré la pluie incessante ! L'ambiance, elle, a été au beau fixe, et les participants motivés et nombreux.



Nous remercions chaleureusement tous les acteurs pour leur aide efficace (sono, danse rythmique, santé-prévention, maquillage pour enfants ).

La course de la Chalonnaise, dirigée de main de maître par Monsieur SCALOGNA, a été une véritable réussite avec plus de 1000 participants. La moitié du chiffre d'affaires a été reversée à Toujours FEMME.

Citons pour mémoire : les conférences à l'Hôpital Privé Sainte Marie, une séance de théâtre (« Coup de théâtre sennecéen ») à SENNECEY, les traditionnelles ventes de bougies et pins dans les pharmacies ou autres commerces qui souhaitent nous venir en aide dans cette chaîne de solidarité.



## Expo-Vente du mois de Novembre

Comme chaque année, les articles fabriqués par l'atelier récréatif tout au long de l'année, ainsi que des articles donnés, ont été proposés à la vente, à l'Espace Santé-Prévention. Cette journée a été un vif succès, et le résultat des ventes a dépassé nos espérances.



## Décorations de Noël

La séance a été annulée, pour raison exceptionnelle en 2013. La réalisation et la création des décorations de Noël sera reprogrammée en 2014, au mois de Décembre.



## ■ Goûter de Noël

Le traditionnel goûter s'est déroulé cette année le 17 Décembre avec la participation d'une quarantaine de personnes. L'ambiance était des plus conviviales, complétée par une petite tombola bien sympathique.



## ■ Corrida pédestre du 8 Décembre 2013



Sur proposition de Didier POMMEY que nous remercions, l'Entente Chalonnaise d'Athlétisme a parrainé Toujours FEMME sur la Course des AS. Un € sur chaque inscription a été reversé au bénéfice de l'association. Près de 600 coureurs ont ainsi soutenu l'association qui les remercie tous bien sincèrement.

## ■ Nos activités habituelles continuent

- **Sophrologie** : Mardi matin, de 10h30 à 12h00, au local (participation 5€)
- **Yoga** : Mardi de 10h15 à 11h45, à la maison de quartier des Prés St Jean. (5€)
- **Atelier récréatif** : Jeudi de 14h00 à 17h00, au local
- **Aquagym** : Vendredi de 11h30 à 12h25, à l'espace nautique (entrée 3,10€)
- **Funambule** : Soins de bien-être à l'HPSM et à William MOREY.
- **Permanence psychologique** : Uniquement sur rendez-vous au **06.12.17.81.98**  
dispensée par Madame Michèle BLONDE (participation de 10€)
- **Permanence de l'association** : Mardi de 14h00 à 17h00.



## Le coin des gourmets

### Flans de persil aux escargots

#### Ingrédients pour 4 personnes:

- 1 bouquet de persil
- 4 douzaines d'escargots
- 3 dl de crème fraîche
- 1 dl de lait
- 3 œufs frais
- 100 g de beurre d'escargot
- Sel, poivre, estragon et poivre vert en grains.



- Dans le bol du mixer, introduire le persil, 1 dl de crème, le lait et les œufs entiers.
- Ajouter du sel et du poivre, et mixez 3 minutes.
- Mettre la préparation obtenue dans des ramequins bien beurrés, et cuisez au bain-marie, dans le four à 130°C pendant 50 minutes.
- 5 minutes avant de servir, dans une casserole, introduire 2 dl de crème, les escargots et leur beurre, l'estrason et quelques grains de poivre vert.
- Faire chauffer et bouillir 1 minute.
- Démouler les flans sur des assiettes chaudes et dresser autour les escargots et la sauce.

**Important** : Préparer la sauce au dernier moment ( respect des saveurs. )

.....recette Jean BONIN, restaurateur à CHAROLLES

Date à retenir:

Assemblée Générale

Ordinaire:

Vendredi 21 Mars  
2014, à 18h30

Espace Jean Zay,  
4, rue Jules Ferry  
**CHALON**

Le repas annuel des adhérentes se déroulera le Dimanche 23 Mars 2014.

« De vous à nous »

Cette rubrique est la vôtre, si vous désirez faire paraître un texte, une réflexion ou une info, téléphonez à Chantal ou Claude au 03 85 94 08 42

*« Deux cœurs qui s'aiment finissent toujours par se rencontrer. »*

**La cotisation 2014, d'un montant de 15€, est à nous faire parvenir dès que possible à l'association, de préférence par chèque, (8 rue du Temple,) en inscrivant vos nom, prénom, adresse, téléphone et adresse mail. Merci d'avance.**

Pour nous joindre

Adresse : 8, rue du Temple 71100 - CHALON sur SAONE

Tél: 06 03 75 67 67

E.mail : toujoursfemme@wanadoo.fr

Site Internet : [www.toujoursfemme.eu](http://www.toujoursfemme.eu)

Permanence : Mardi après-midi de 14h00 à 17h00

**« Vous serez contactées prochainement par téléphone afin de vérifier l'exactitude de vos coordonnées. Merci pour votre accueil. »**