

HEBDOMAD - CÔC

N° 146 : Semaine du 10 au 16 Août 2026

Rubrique Médicale :

Pauses Papi et analyses médicales :



Vous aurez bientôt à remplir un dossier pour le renouvellement de votre licence.

Comme vous le savez, vous aurez à fournir, selon les cas, soit un certificat médical soit un questionnaire santé.

Soucieux de limiter vos dépenses et celles de la Sécurité Sociale l'Ufolep vous propose de réaliser vous-mêmes certaines analyses, en profitant des arrêts pipi au cours de vos sorties.

En voici le mode d'emploi :

Faire pipi au pied d'un arbre ou d'un buisson et attendre quelques minutes.

* si des fourmis s'attroupent : **Diabète**

* si l'herbe sèche : **Hypertension**

* si ça sent le barbecue : **Cholestérol**

* si vous oubliez de remonter
votre cuissard : **Alzheimer**

Mardi 11 :

Décidemment à St.Mathieu le Mardi c'est le jour des Mousquetaires. Encore 4 ce matin, mais pas tous les mêmes : Rambo toujours là dans le rôle de d'Artagnan, Gégé toujours prêt à gicler et puis Alain que l'on prend des fois pour Laurent (mais cy) et J.P dont la botte secrète est la moulinette.

Comme tous les Mardis sortie "cool" de récupération.

Jeudi 13 :

14 Cocs au départ ce matin de St.Mathieu. Ouf ! les superstitieux ont eu peur du cumul des signes.

6 pour le G1 avec Luc (le Lapinou), Erick (le Rouge), François (le Téméraire), Christophe (le Survolté), Alain (le Comédien) et Jacques(le bon Docteur) et un invité à qui je n'ai pas eu le temps de demander ses papiers.

8 pour le G2 avec J.P (Rambo), J.P (l'Elégant), J.P (la Moulinette), Thierry (l'Aiglon), Alain (Lauren...cy) Alain (le Léopard Ocellé) Albert (l' Expert) et Didier (le Saxophoniste).

A St. Hyppolite nous dégustons cafés et boissons fraîches offertes par Rambo.

La discussion est principalement axée sur les différents types de pneus utilisés par les uns et les autres, chacun estimant utiliser les plus fiables, ceux qui ne crèvent.....presque jamais.

Sur ces bonnes paroles nous repartons direction Quissac par la piste verte.

Nous avons oublié que nous étions le 13. Après quelques centaines de mètres un cri retentit de l'arrière : CREVAISON !

Et voilà, il avait suffi d'en parler au café.

C'est Alain (le Léopard) qui a crevé roue arrière. Tout le monde s'affaire pour lui prêter main forte.

C'est quoi ces
pneus ?



C'est des
incroyables...
sauf le 13





Dimanche 16 :

Pas mal de monde ce Dimanche à Saint Bauzille de Putois, contrairement à Saint Mathieu où notre ami Claude Roy s'est retrouvé tout seul. D'où l'importance de s'informer sur les intentions de chacun. Pour cela inscrivez-vous (si ce n'est déjà fait) sur les groupes WhatsApp.

Pour le G1 l'administrateur est Guy Lauriol.

Pour le G2 c'est Gérard Claparède.

Ce Dimanche donc à St.Bau ils étaient 9 du G1 à l'assaut des Vieilles : David Salabert, Jacques Sagnat, Patrick Guillon, Didier Varon, Christophe Peaster, Fred Teyssier, Luc Lopez, François Doan et Alain Breilloux.

Didier Varon, en tête dans le col des Vieilles a eu le temps de s'arrêter pour prendre tous ses petits copains en photo, sauf Alain le Conquistador qui préfère les Jeunes. Photos ci-dessous

Christophe Peaster



Patrick Guillon



Luc lopez



Jacques Sagnat



David Salabert



François Doan



Fred Teyssier



Et au café à Mandagout c'est François qui prend la photo



Pour le G2, ou plutôt pour le Groupe des Sages nous étions 6 :

Jean Louis Aurèche, Christian Pezzotti, Christophe Guilbert, Gérard Claparède, Jean Pierre Catelin et mézigue Jean Paul Tortet.

Petite sortie pour nous, pour les Vieilles on a déjà pas mal donné, par le Redarés et Sumène, avec Café à Cognac. 58 Kms, bien assez pour des vieux.

Photo ci-dessous à Cognac gentiment prise par un client du bar.



BONNE SEMAINE à Tous

PS : Pas d'étoile mystérieuse cette semaine. Pas d'anniversaire à souhaiter