



FOYER RURAL

Téléphone au 03 26 21 42 58

06 69 50 44 41

SECRETARIAT OUVERT :

Mercredi : 17h30 à 19h

(Sauf pendant les vacances scolaires)

Mail : eveil-de-sarry@wanadoo.fr

Site : <https://eveil-de-sarry.fr>

 <https://www.facebook.com/eveildesarry>

 <https://www.instagram.com/eveil51520>

N° 401

NOVEMBRE 2025

Les Sarrybiens
Le 8 novembre

**Assemblée Générale
de l'Éveil
le 21 novembre**

Notre site internet

Si vous souhaitez recevoir
toutes les informations
de l'association



<https://eveil-de-sarry.fr/>



Notre page Facebook

A consulter au quotidien

<https://www.facebook.com/eveildesarry>



et

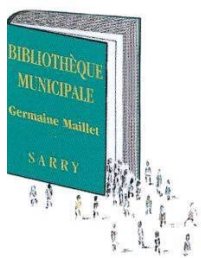
eveil51520



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
LE VENDREDI 21 NOVEMBRE
à 20h30
A LA SALLE DES FÊTES
« Michel LAURENT »



VOUS ÊTES CORDIALEMENT INVITÉS,
ADHÉRENTS OU NON À NOTRE
49^{ème} ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
QUI VERRA LE RENOUVELLEMENT
DU BUREAU DE L'ASSOCIATION



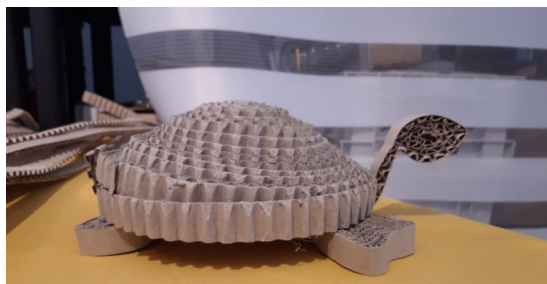
Bibliothèque Municipale de Sarry

L'activité sarrygolo a repris depuis le 17 septembre.

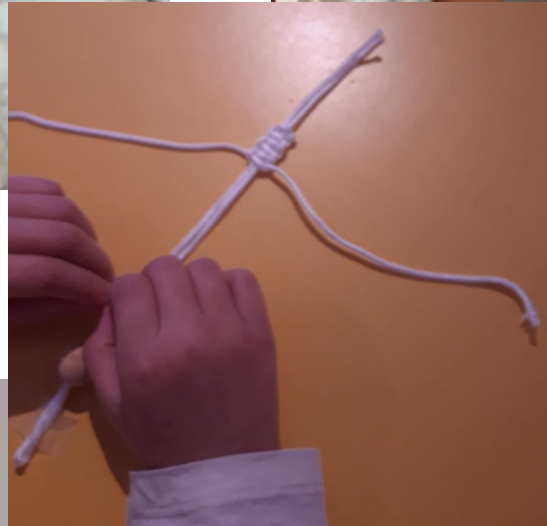


18 enfants répartis en 2 groupes pratiquent des travaux manuels à partir de matériaux de récupération, carton, rouleau de papier, encadrés par Claudine, Pascale et Nelly.

Pour le 1^{er} travail, ils ont réalisé une tortue, boîte à secrets, à bijoux...



Ensuite ils ont travaillé sur le thème d'Halloween en réalisant des bougies, squelettes, cercueils,...



L'activité « ÉVEIL CRÉATION »

exposera ses travaux

le 7 décembre

sur



de Sarry

Nous vous attendons nombreux !



LA KINÉSIOLOGIE

Le mercredi de 10h30 à 11h30
toutes les semaines
en dehors des vacances scolaires

Nous travaillons sur :

- l'ancrage
- nos méridiens
- nos chakras
- le Brain Gym (reconnections dans le cerveau)
- les réflexes archaïques

Dans la nouvelle salle du RDC de l'Éveil
(entrée cours de la bibliothèque)

N'oubliez pas vos tapis de gym

Céline TOULON

06 88 13 50 27





SOPHRO-MÉDITATION

Les séances ont repris mi-septembre avec des effectifs en hausse, elles se déroulent toujours dans une bonne ambiance quel que soit le groupe et tous apprécient cette heure de retour à soi, de détente et de bien-être.

Nous avons accueilli de nouvelles personnes : Nathalie dans le groupe 1, Anna, Corinne, Clémence, Anne-Marie et Bernadette dans le groupe 2, Catherine, Ghyslaine, Elisabeth, Viviane et Françoise dans le groupe 3.

Nous leur souhaitons la bienvenue !

2 des 3 groupes étant très chargés, nous envisageons la création d'un 4^e groupe dont les séances se dérouleraient **le mardi de 18h30 à 19h30**.

Dans ce cas, des places seraient disponibles pour prendre de nouvelles inscriptions.

Quelques personnes inscrites actuellement à la séance du jeudi soir aimeraient changer pour le mardi.

Donc si vous êtes intéressés par une séance :

Le **mardi** ou le **jeudi** (18h30 à 19h30) n'hésitez pas à vous manifester en appelant rapidement le **07 87 37 20 45**

Il est encore temps de nous rejoindre.





R (retraite) T (très) T (tranquille)

Vous êtes retraités (ées) ou vous avez du temps libre, vous demeurez à Sarry ou dans une commune avoisinante alors n'hésitez plus le Club RTT vous attend ! Nous vous proposons des activités de loisirs, de rencontres et de détente.

Pour toutes nos activités, chacun vient quand il veut, quand il peut !

Après-midi « Jeux de société » :

Les mercredis des semaines
impaires à 14h00
à la salle du Colombier
(cour de la mairie),
les : 5/11, 19/11 et 3/12.



Bowling : tous les mardis et jeudis. Rendez-vous à 14h00 dans le hall du bowling des Escarnotières.



- Tarif réduit pour les adhérents de l'Éveil (hors période de vacances scolaires). La carte de l'Éveil est à présenter au bowling (elle est à demander lors des permanences le mercredi de 17h30 à 19h00).

Il faut impérativement passer à l'Éveil le plus tôt possible pour demander la carte qui vous

sera remise en main propre !

Groupe « Promenade » : Rendez-vous tous les mardis et vendredis à 10h00 sur le parking de la salle des fêtes quand la météo le permet.



Deux groupes sont constitués :

- le groupe « **tortue** » promenade de 5 à 6 kms à allure modérée
- le groupe « **lièvre** » marche de 6 à 8 kms

Prochaines propositions d'animations (en dehors des activités régulières)

En cours :

- Une journée « **Music-hall** » au « **Ptit Baltar** » à Nesle dans la Somme le 16/10, le car est complet, compte-rendu dans le prochain Eveil Infos
- Deux demi-journées au **COMAL**, une le 13/11, l'autre en novembre pour une animation « spéciale retraités » sur la vie quotidienne lorsque l'on prend de l'âge...
- Une journée « **Guinguette** » à Nanteuil la Forêt (51) le 9 décembre.



En préparation : une sortie « **Théâtre à Paris** », et des visites actuellement en cours d'élaboration.

Notre comité d'animation RTT se réunit régulièrement pour établir et organiser toutes ces manifestations. Nous avons le plaisir d'accueillir 2 nouveaux membres dans notre comité d'animation. Il s'agit d'Elisabeth **MALAURE** et Jean-Michel **FRANCART**. Merci à eux pour leur investissement !

Seules les personnes inscrites au Club RTT reçoivent le détail des animations futures (par mails)

Adhésion au Club RTT : il faut posséder la carte de l'Éveil (valable aussi pour toutes les autres activités). Des fiches d'inscriptions sont disponibles au bureau de l'Éveil, 6 rue de l'Eglise à Sarry (permanences tous les mercredis de 17h30 à 19h00) ou auprès de vos responsables d'activités.

Contact: michel.lallement94@sfr.fr

Tél: 03 26 64 34 70 ou 07 86 77 30 48

PÉTANQUE

C'EST PARTI !

Le jeudi 16 octobre à 14 heures ont eu lieu les premières parties de nos boulistes fraîchement émoulus.

Si vous êtes intéressés par cette nouvelle activité et que vous désirez rejoindre le groupe, contactez le secrétariat de l'association qui vous donnera toutes les informations nécessaires.

Voici la synthèse de la réunion qui s'est déroulée le mercredi 15 octobre et qui a permis d'officialiser cette activité.



Selon l'ordre du jour il a été débattu sur :

- **La création de l'activité Pétanque** au sein de l'Éveil :
vu le nombre de personnes intéressées présentes et celles qui se sont annoncées et qui n'ont pu se déplacer, il est encourageant de s'investir dans ce projet.
- **Choix du responsable et co-responsable** : Rémy de **FINANCE** qui est à l'origine de ce projet sera le responsable, secondé par Yves **OLIVE** volontaire.

- **Choix du jour et heure** : les mardis et jeudis à partir de 14 heures.
- **Lieu** : le terrain de boules de la commune de SARRY n'est pas praticable dans l'état actuel. En attendant la commune de Moncetz nous met à disposition son boulodrome situé au complexe Bernadette PIGNY, Chemin des Neaux de la Cour.
- **Matériels** : les personnes titulaires d'anneaux sont invitées à les ramener afin les utiliser lors des rencontres. Les boules (accessoires primordiaux) utilisées seront soit de loisirs ou de compétitions. S'il y a nécessité d'achat, bien les choisir en fonction de sa main (poids, calibre, dureté, stries ou pas) suivant que l'on soit tireur ou pointeur.
- **Début de l'activité : jeudi 16 octobre à 14 heures**

CONDITIONS:

Être adhérent à l'association

Coût 20€ pour tous

(offre de lancement) sarrysiens ou extérieurs.

THÉÂTRE

La troupe des SARRYBIENS repart en tournée de fin septembre à début avril dans la Marne, l'Aube et les Ardennes. Nous sommes très heureux de vous présenter cette année deux nouvelles pièces qui seront jouées à chaque séance :

- « Sortie de boîte »
- « C'est pour détendre ».

Le planning des sorties sera transmis lors d'un prochain Éveil Info mais d'ores et déjà, retenez la date du

samedi 8 novembre à 15h et à 20h30
à la salle des fêtes de SARRY.

Nous comptons sur votre présence pour que ces deux représentations au profit de l'Eveil soient une pleine réussite.

Comme dans beaucoup d'autres associations, il manque cruellement d'apport de "sang nouveau". Alors si vous avez envie de faire du théâtre mais que vous n'osez pas, même si vous n'avez aucune expérience et que vous pensez être incapable de retenir un texte, venez rejoindre la troupe des SARRYBIENS.

Les personnes intéressées peuvent le faire à tout moment. Aucune condition d'entrée n'est demandée. Il suffit d'être majeur, d'avoir l'esprit de groupe et surtout d'être **motivé**.

Sur le plan de la technique (décors, lumière, son) les postulants seront également accueillis à bras ouverts.

Si vous hésitez encore, venez nous voir en répétition, nous accompagner dans l'une de nos sorties..... pour prendre la température.

Contact:

- **Marie-Claire ROYER : 07 69 35 62 37**
- **Delphine GOBILLARD : 06 81 38 98 55**
- **Daniel COCHINARD : 06 69 99 60 07**



THEÂTRE

Les Sarrybiens

Sortie de boîte

C'est pour détendre!



SAMEDI

8 | **NOVEMBRE**
2025



15H ET
20H30

Salle des fêtes
SARRY

Organisé au profit de :
Association Eveil de Sarry



Informations sur : www.les-sarrybiens.com





Y O G A à S A R R Y
TROIS SÉANCES HEBDOMADAIRES
pour la saison 2025/2026
sont proposées

les mardis : de 17h15 à 18h30

2 places sont encore disponibles (tentez votre chance)

et de 18h45 à 20h00 *6 places vous attendent.*

Salle du Foyer l'Éveil au 6 rue de l'église (1^{er} étage) entrée par le porche

Les mercredis de 16h30 à 17h45

nouvelles inscriptions à étudier en fonction des disponibilités

au dojo du gymnase de la Blaise – rue du bas



Professeur Frédéric POUILLY – diplômé

qui propose des pratiques issues du Hatha Yoga mettant l'accent sur les postures, la respiration, la relaxation dans le but d'améliorer la circulation de l'énergie dans le corps, d'apaiser le mental, de gagner en souplesse et en renforcement musculaire.

Profitez d'une séance gratuite de découverte, pour venir essayer en novembre sous réserve des places disponibles.

Se renseigner auprès des référentes de la section à Sarry :

Sylvie 06 19 84 67 74 ou Chantal 06 79 65 08 63

**Les
Associations

Les
Commerçants

et autres**

**vous invitent à lire
leurs articles**

LOTO



SAMEDI 15 NOVEMBRE

100% BONS D'ACHATS

SALLE DES FÊTES de SARRY à 20h (accueil dès 19h)

**Buvette et restauration
sur place**



inscription par mail apes.sarry@gmail.com
ou par facebook APESARRY

Dimanche 16 Novembre de 14h à 17h



HAPPY HALLOWEEN

A la salle des fêtes de Sarry
inscription à 5€ par enfant comprenant
l'accès aux animations et un goûter



nous contacter par Facebook APESARRY, par mail
apes.sarry@gmail.com ou par ONE



LOTO



SAMEDI 15 NOVEMBRE

100% BONS D'ACHATS

SALLE DES FÊTES de SARRY
à 20h (accueil dès 19h)

Buvette et restauration

sur place



inscription par mail apes.sarry@gmail.com
ou par facebook APESARRY

Dimanche 16 Novembre de 14h à 17h



HAPPY HALLOWEEN

A la salle des fêtes de Sarry
inscription à 5€ par enfant comprenant
l'accès aux animations et un goûter



nous contacter par Facebook APESARRY, par mail
apes.sarry@gmail.com ou par ONE

SOIRÉE BEAUJOLAIS

SAMEDI 22 NOVEMBRE

***SALLE DES FÊTES
de SARRY à 20 h 30***

Adulte : 15€

Enfant 5 à 12 ans : 8€

*(assiette cochonnailles
+ fromage +dessert et pain)*

Uniquement sur ***RÉSERVATIONS***
Samedi 8 novembre : 10h30 à 12h
en mairie

Organisée par l'Amicale des fêtes de Sarry



**AMICALE DES FÊTES
SARRY**

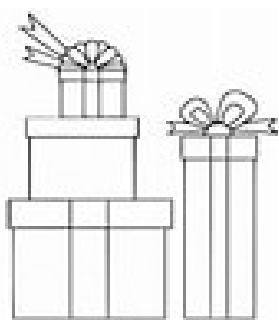
MARCHÉ DE NOEL

ARTISANS ET PRODUCTEURS

7 DÉCEMBRE – 10h à 18h

SALLE DES FÊTES MICHEL LAURENT

STAND TÉLÉTHON SUR LE MARCHÉ DE NOEL



**ENTRÉE
GRATUITE**



Renseignement par mail : amicaledesfetes.sarry51@gmail.com



Vous trouverez ci-dessous un article paru dans le journal l'Union du 5 octobre 2025 concernant une intervention de Mr Franck Leroy, Président de la Région Grand-Est dans laquelle il est question du doublement de la RN 44 au niveau de Sarry.

« En ce qui concerne la RN44, le Président a assuré que plusieurs chantiers allaient entrer en phase opérationnelle dès 2026. La mise à deux voies limitées à 70 km/h entre Moncetz-Longevas et Châlons en Champagne sera enfin réalisée. Tous les co-financeurs ont délibéré, nous allons passer à l'action », a-t-il souligné.

Il est évident que l'association restera vigilante quant à l'exécution de ces promesses ! Nous avons demandé à plusieurs reprises à être associés aux réunions préalables à la réalisation de ce projet car nous tenons qu'il soit apporté une attention particulière aux nuisances environnementales de pollution de l'air et pollutions sonores tout au droit de la commune de Sarry. Seul le Président de la Région Grand-Est a répondu le 14 avril à notre courrier du 13 mars 2025 :

« J'ai demandé à mes services de vous recevoir dans les plus brefs délais afin de réaliser comme indiqué lors de notre précédente correspondance un entretien avec votre association sur ce sujet, en présence de mes collaborateurs techniques en charge du réseau routier. »

Depuis aucun rendez-vous n'étant programmé nous venons de faire une relance auprès du Président.

Nous pensons que nous devons rencontrer les techniciens pour leur apporter nos souhaits et peut-être des solutions aux différents problèmes que pose cette circulation très dense sur la RN44.

Les usagers sarrysiens connaissent bien les soucis de circulation et les nuisances sonores.

Restons vigilants et espérons encore ...

L'association Sarry-Sécurisation RN44

Leïla Delettre, esthéticienne

Depuis 2012 à domicile, depuis mai 2023 à la boutique **Nails, Art & C°**, place du commerce à Sarry* pour vous proposer prestations esthétiques, artistiques**, massages bien-être et ateliers.

Vous n'avez pas encore découvert les massages bien-être, les soins visage et corps, les ateliers ou les séances en groupe que je propose ?

Je vous offre **25% de réduction** sur la prestation de votre choix,
C'est le moment d'en profiter !

Ce bon est valable pour toute prestation réalisée avant le 15 décembre, non valable pour les chèques cadeau.

25% de réduction valable jusqu'au 15 décembre 2025

Nom :

Prénom :

Numéro de téléphone :

Rendez-vous par téléphone ou via PLANITY (Sarry, Leïla Delettre)
Tous les détails **en boutique** ; par téléphone au **06.88.56.70.12**



Suivez-moi sur  Leïla Delettre esthéticienne et  leila_lambert_delettre

* 2 bis rue du Thermot ** tatouages éphémères, maquillage

Notre pharmacie nous apporte quelques conseils pour passer de belles fêtes de fin d'année !!!



Les fêtes de fin d'année vont arriver ce qui est synonyme de nombreux repas et temps de convivialité. Nous souhaitons vous apporter quelques conseils pour passer de bonnes fêtes sans culpabiliser.

- Bouger 30 minutes par jour

Durant les longs repas de fêtes, nous restons plusieurs heures d'affilée en position assise. Il est important de se lever régulièrement, faire quelques pas et s'étirer. Que ce soit en servant ou débarrassant avec notre hôte ou une marche digestive après le repas permet de rompre cette sédentarité. La marche aura des effets bénéfiques sur la digestion.

Pendant les vacances profiter d'une marche quotidienne.

- Ne pas sauter de repas

Il n'est pas recommandé de sauter un repas avant le réveillon car si nous arrivons affamés pour le réveillon, nous aurons le réflexe de nous jeter sur les apéritifs.

La solution est de garder les mêmes nombres de repas durant les fêtes mais de les alléger, en privilégiant des assiettes équilibrées. De plus l'équilibre alimentaire se fait sur une semaine entière et non sur un repas, donc vous pouvez anticiper vos repas.

- Privilégiez certains aliments qui facilitent la digestion :

- **Le radis noir** : favorise la digestion, réduisant les ballonnements et boostant la sécrétion de bile pour mieux éliminer les toxines.

- **Bien s'hydrater**

Pour éviter les soucis en fin de soirée ou au lendemain des fêtes, il vaut donc **consommer l'alcool avec modération**.

-

POUR NOVEMBRE 2025 CHEZ ELODIE COIFFURE

15% DE RÉDUCTION SUR LE FORFAIT HOMME



VALABLE SUR LES FORFAITS COUPE/COIFFAGE
ET COUPE/COIFFAGE/ENTRETIEN DE LA BARBE

Disponible tout le mois de novembre !
pour prendre RDV :
www.planity.fr/elodiecoiffuresarry
ou 06 59 84 57 80

Pensez à réserver vos rendez-vous à l'avance
pour le mois de décembre!!
www.planity.fr/elodiecoiffuresarry ou
06.59.84.57.80
À très vite au salon!



BELODIECOIFFURE_SALONPRIVE

Les anagrammes de Jacques

Trouvez une anagramme des mots proposés Pour vous aider, quelques lettres du mot à trouver ont été placées, et une définition vous est donnée.

B	U	L	L	E	R	A	I
---	---	---	---	---	---	---	---

			L	L			
--	--	--	---	---	--	--	--

Vous fournit un local

P	R	E	C	H	E	U	R
---	---	---	---	---	---	---	---

			R				E
--	--	--	---	--	--	--	---

Une grimpeuse qui vole aussi

G	I	S	E	M	E	N	T
---	---	---	---	---	---	---	---

	E				N		
--	---	--	--	--	---	--	--

Du monde en réunions

J	A	L	O	U	S	E	Z
---	---	---	---	---	---	---	---

			L				S
--	--	--	----------	--	--	--	----------

Jolis carreaux de faïence

L	O	G	E	R	O	N	T
---	---	---	---	---	---	---	---

	0						E
--	---	--	--	--	--	--	---

On la retourne à la main

R	E	F	U	G	I	A	T
---	---	---	---	---	---	---	---

				G			R
--	--	--	--	----------	--	--	----------

En avoir ras le pompon

R	E	F	U	G	I	A	T
---	---	---	---	---	---	---	---

			I			E
--	--	--	---	--	--	---

Des pommes, des poires, etc...

Solutions :

ballieur - peruche - m eekings - azulejos - tor-
gnole - fatiguer - fruitage



Dates à retenir

08/11	Théâtre « Les Sarrybiens » (pages 14 et 15).
08/11	Réservation Beaujolais Nouveau (page 20).
15/11	Loto APES (page 18).
16/11	Happy Halloween APES (page 19).
21/11	Assemblée Générale de l'Éveil (page 3).
22/11	Beaujolais Nouveau Amicale des Fêtes (page 20).
07/12	Marché de Noël Amicale des Fêtes (page 21).

TENDANCE : LA LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE.



Les articles pour l'Éveil Infos du mois
de **DÉCEMBRE-JANVIER**
sont à transmettre par mail:
christianfrancoise.geyer@gmail.com
eveil-de-sarry@wanadoo.fr
au plus tard
LE JEUDI 20 NOVEMBRE 2025