

El' feul' du 59

Décembre 2014



Assemblée générale
du Comité Nord
18 janvier 2014
Douchy les Mines



07.12 : championnat départemental de cross à
Beuvrages

21.12 : 16^{ème} mémorial Pierre Cucheval à Auby



Cliquer sur l'image

**Pour que le sport change ma vie ...
... la F.S.G.T. change le sport**



07.12 : journée demi-fond
à Trith Saint Léger



13.12 : challenge R. Bourdet
à Fâches Thumesnil



06 et 07.12 : inter-clubs à Flers en Escrebieux

11.12 : stage katas à Auby

20 et 21.12 : tournoi international benjamins et
seniors à Paris



**Pensez à vos cadeaux de Noël
Commander à la Cosports**

La boutique de votre Comité



Formation PSC 1
Prévention et Secours Civiques de niveau 1

59 62
FSGT

Dimanche 11 Janvier 2015
Salle des Associations à DECHY
(rue Jules GUESDE)

Au Programme

Le programme comprend un mélange d'enseignements théoriques et de cas pratiques, articulés autour de plusieurs modules :

- 1 : La protection
- 2 : L'aorte
- 3 : La victime s'étouffe
- 4 : La victime saigne abondamment
- 5 : La victime est inconsciente
- 6 : La victime ne respire pas
- 7 : la victime se plaint d'un malaise
- 8 : La victime se plaint après un traumatisme (plaie, brûlure, atteinte des os et des articulations...)

Ce tarif comprend :
 ♦ La Formation
 ♦ L'accueil
 ♦ Le repas du midi (pizza)
 ♦ Le goûter

65 €/Pers.

Inscription auprès du Pole Formation de la FSGT
03.27.47.96.55 ou pascal-fsgt@wanadoo.fr
Document d'inscription téléchargeable sur le site www.fsgtnord.org



Cliquer sur l'image

Les informations sportives sont sur la
Revue de Presse Electronique



La boutique
de votre
comité

Associations, clubs, villes, comités
d'entreprises, individuels, etc ...

RECOMPENSES – MATERIELS

EQUIPEMENTS SPORTIFS

Trophées, coupes et médailles

Matériels arts martiaux

Textiles personnalisés :
Tee-shirt, polaire, blouson sans
manche, survêtement, etc ...

Galette complète façon ch'ti

250 g de farine de sarrasin – 1 œuf – 40 g de beurre - 6
tranches de jambon blanc – 150 g de maroilles – sel

Mélangez la farine de sarrasin, une pincée et sel, l'œuf et le
beurre fondu, puis ajoutez 50 cl d'eau petit à petit.

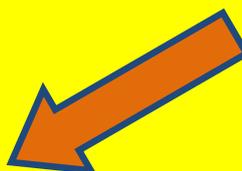
Laissez reposer une heure.

Réalisez les galettes à l'aide d'une poêle légèrement graissée.

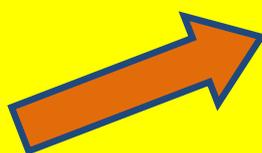
Pour la garniture, placez au centre d'une galette une tranche
de jambon et le maroilles coupé en tranches.



Repliez la galette et placez la dans son assiette au grill du four.
Confectionnez les autres galettes de la même façon et passez à
table.




Suivez-nous sur facebook



Fédération Sportive et Gymnique du Travail

20, avenue Saint Roch – B.P. 10117 – 59302 Valenciennes cedex

Tél : 03 27 47 96 55 – Fax : 03 27 47 35 88 – Courriel : fsgt59@wanadoo.fr – Site : www.fsgtnord.org