

le GRIG info

MAGAZINE MUNICIPAL
AUTOMNE 2023



CME p.5



Panneaux
d'affichage p.4



Atelier langue
des signes p.8

Repas des aînés

Samedi 18 novembre Le repas des aînés p.9

Mairie de La Grigonnais - 3 Rue de l'Abbé Merel - 44170 La Grigonnais
Tél. : 02.40.51.36.61 - mairie@lagrigonnais.fr

Horaires d'ouverture : lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 12h30 et le samedi de 9h à 12h. Fermée le jeudi.

ÉTAT CIVIL

Naissances

29 Juin	Julyne CHEVILLARD	17 Rue des Landreaux
03 Juillet	Louise MORICEAU	27 Rue des Trelayan
17 Juillet	Stacy CHERHAL PITON	21 Licouët
25 Août	Chelsee LEROY	8 Rue des Lauriers
25 Août	Livio GUILLOTEAU	6 Bis La Brunelais
09 Septembre	Tessia HADET	15 La Ville Ville



Mariage

13 Juillet	Sylvain LAUNAY et Emilie FRIESS	2 Blouzac
05 Août	Jean-Michel LAGRANDE et Emmanuelle REMY	1 Rue des Jonchais
09 Septembre	Jordane HOUSSIN et Megane GRENON	24 Route de l'Océan



Décès / Inhumations

24 Juillet	Yves RENO, 92 ans	Dispersion des cendres
21 Septembre	Marie-Thérèse MERCIER, 95 ans	Inhumation 15 juin



PERMIS DE CONSTRUIRE ACCORDÉS

BERET Christian	15 l'Hôtel Cossard	Construction d'un carport et d'une pergola bioclimatique
HAMON Amandine	42 rue Auguste Pasgrimaud	Construction d'une maison d'habitation
DEON Sébastien	5 La Bosse	Surélévation d'une habitation
GICQUEL Alban	62 La Guillaudais	Construction d'une annexe à usage de garage

le Grig'info

Prochaine parution

Le prochain bulletin vous parviendra **en janvier 2024**

Les associations doivent remettre par mail leurs articles et les photos numériques haute définition de façon séparée **avant le 15 décembre 2023**.

Les messages sont à adresser à : **communication@lagrigonnais.fr**

Merci de votre compréhension.

Magazine réalisé par la commission communication

Directeur de publication : Gwenaél CRAHES, Maire

Création & mise en page : Média Horizon

Impression : Imprimerie du Bocage

Imprimé avec des encres végétales sur papier PEFC

Tirage : 800 exemplaires

Dépôt légal - octobre 2023

@lagrigonnais

LE MOT DU MAIRE



Chères Grigonnaises, chers Grigonnais,

L'été est déjà derrière nous. Malgré une météo plus humide, les animations portées par les associations, la communauté de communes et la commune ont su une fois de plus rassembler. Nous regrettons toutefois les dégradations constatées sur l'aire de jeux de la mairie avec le vol de la balançoire, à peine 3 mois après son installation.

Cette rentrée 2023 est aussi synonyme de passage de relai au niveau du CME. Sans nul doute, ils sauront porter leurs projets sur les deux années à venir. Nous leur souhaitons à toutes et à tous la bienvenue.

L'automne est arrivé avec ses belles couleurs, celles de la nature et celles de notre commune !

Vous avez été nombreux à avoir participé à la semaine de développement durable, moment fort qui, entre autres, sensibilise le grand public et valorise les initiatives liées au développement durable.

Cette année, le rose brille pendant tout le mois d'octobre à l'occasion d'Octobre Rose. Cette manifestation veut promouvoir le dépistage du cancer du sein et sauver des vies. Alors participons et partageons largement autour de nous ce message !

Le bleu a été également à l'honneur avec la Semaine Bleue pour mettre en valeur la place de nos aînés dans la société. D'autres événements viendront ponctuer cette fin d'année avec la Semaine du Goût au restaurant scolaire "La Grimandise" pour nos élèves des écoles.

Novembre s'annonce déjà animé.

Pour la 3^e année, à travers le CCAS, la commune s'engage dans la lutte contre la précarité menstruelle. Principalement axé sur la collecte des protections hygiéniques les années passées, cette année, et en collaboration avec le conseil départemental, une conférence humoristique intitulée "Chattologie" autour du tabou des règles vous est proposée Espace Mil'Lieu le 9 novembre. Ne tardez pas à réserver votre place.

Le 18 novembre, nos aînés auront l'occasion de se rassembler pour le traditionnel repas organisé par le CCAS avec le soutien de l'association Générations Mouvement.

Le mardi 19 décembre à 19h30, accompagné des élu.e.s du conseil municipal et du conseil municipal d'enfants, j'aurai le plaisir de vous accueillir à l'Espace Mil'Lieu pour les vœux de la commune. Comptant vous y voir nombreux, je vous souhaite un bel automne.

Gwénaél CRAHES

 Vie municipale	2
 Vie sociale	7
 Vie économique	10
 Vie scolaire	11
 Vie associative	15
 Agenda	20





PANNEAUX D'AFFICHAGE

Vous l'avez certainement remarqué : l'affichage municipal a déménagé.

Jusqu'à maintenant, les panneaux étaient accessibles le long de l'église. Ces derniers n'étant pas forcément accessibles en toute sécurité, et ouverts aux quatre vents, de nouveaux panneaux d'affichage ont été installés aux abords de la mairie.

SEMAINE DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

La semaine du développement durable vient de s'achever. Ce fut une année très riche en partage.

La balade déchets organisée par le conseil municipal d'enfants a rassemblé par moins de 26 participants. 17 kg de déchets ont été ramassés durant le 2h30 de balade. À la fois peu et trop. À nous tous d'être responsable et de se débarrasser de nos déchets (emballages, bouteilles, mégots) dans les poubelles adéquates.

L'association CAMIL a animé un atelier Inventons nos vies carbone. Celui-ci a eu pour but de répondre à l'enjeu de la sensibilisation et du passage à l'échelle en faisant connaître les ordres de grandeur essentiels et imaginer ensemble des actions nécessaires, possibles et désirables pour le climat. Un atelier riche d'enseignement.

Lors du marché vous avez pu rencontrer et échanger sur la thématique de l'eau, du gaspillage alimentaire et sur les haies bocagères, merci à la CCN, Atlantic eau et Cher Don Isac pour leur intervention.

La ligue contre le cancer était également présente pour inaugurer les nouvelles zones non fumeurs à l'école publique. De nouveaux sites sont fléchés et seront prochainement équipés d'une nouvelle signalétique.

Une trentaine de personnes ont assisté à la soirée ciné débat, autour du film ANIMAL de Cyril DION. En seconde partie, Sylvain VERMET, membre de l'association ASPAS (asso protection des animaux sauvages), a ouvert le débat

Plusieurs ateliers étaient proposés durant cette semaine :

L'atelier couture animé par Louison BODINEAU a été très apprécié par les administrés inscrits. Certaines personnes ont réalisé des couvercles de saladier réutilisables afin de limiter notre utilisation de film plastique.

BUDGET PARTICIPATIF

Pour cette seconde saison du budget participatif, nous constatons que les grigonnaisiennes et grigonnaisiens se sont appropriés le dispositif.

En effet, 9 dossiers ont été soumis et sont en phase de validation par le comité de suivi. Si ces dossiers répondent aux critères du budget participatif, ils seront mis à la votation des habitants courant novembre. Nous vous tiendrons informés par les réseaux de communication habituels.

À travers leur atelier d'herboristerie, Olivia ROGUE et sa collègue ont permis aux personnes intéressées de confectionner un baume au Calendula. En marge, au cours d'une promenade au sein du jardin de la Pacanière, Olivia nous a initié à la richesse de toutes ces plantes sauvages qui nous entourent et leurs bienfaits ;

LaMano a proposé aux jeunes et moins jeunes une après-midi jeux de société sur le thème du dd.

Nous avons conclu la semaine avec une randonnée de 8km et la visite de l'exploitation de Stéphane GAUDIN au Vauguillaume ainsi que les maraîchers Anne Lise BARRAUD et Rudolf BEDOUE. C'est toujours avec beaucoup d'intérêt que nous aimons visiter et à rencontrer les exploitants près de chez nous, et voir toute la richesse dont dispose notre territoire.



Un grand merci aux parents d'élèves pour le carapate, aux agents de la commune pour la préparation des salles, aux associations qui se sont associées à cet événement.

La commission "Développement durable"



CONSEIL MUNICIPAL D'ENFANTS – CME

Élections du Conseil Municipal d'Enfants

Les élections du CME se sont déroulées le jeudi 29 juin 2023. 114 enfants des 2 écoles de la commune, du CE1 au CM2, ont élu 20 conseillers. Voici la liste qui compose cette nouvelle équipe, par ordre alphabétique :

Enzo ABLIN, Soline AMOSSÉ, Gaspar CADOREL, Mila CARUSO-PHILIPPS, Cylan CHESNEL, Timéo CRAHÈS, Ninon DUCHENNE-HEDOUIN, Prescillia DAANEN, Lisa JOUAN, Ilona JUDIC, Océane LAGRAND, Lyana LAMY, Ewen LEVRARD, Joaquim MORICEAU, Logan MOYON,

Cross du CME

Le matin du samedi 10 juin s'est déroulé le 5^e cross organisé par le CME. Cet événement sportif et convivial a réuni 89 participants :

- 27 enfants de 7-8 ans ont parcouru 800m
- 38 enfants de 9-10 ans sur 1100m
- 16 jeunes de 11 à 14 ans sur 1600m
- Et 8 adultes sur 6200m

Nous remercions l'association "Génération Mouvement" pour le balisage des circuits et la tenue du bar. Nous remercions également tous les bénévoles qui ont aidé au bon déroulement de ces belles courses. Nous remercions aussi la boulangerie Guittyen pour les médailles en gâteau

Camille PORTAIS, Elly RABALLAND, Keren SANDÉ-KANGA, Maïana VIVIER, Maëlie WOOLCOTT

Pour bien travailler, les nouveaux élus ont reçu une sacoche en plastique recyclé, un cahier et un crayon, un livret et un guide du Conseil Municipal d'Enfants, ainsi qu'une écharpe tricolore.

Pour les remercier de leur implication dans la vie communale, les 12 anciens élus se sont vu remettre un diplôme, un bon d'achat de 10€ à la librairie "La Bulle", une entrée gratuite au cinéma et à la piscine de Nozay.



sablé nappé de chocolat offert aux premiers de chaque course.

Rendez-vous l'année prochaine, le samedi 1^{er} juin 2024 pour le prochain cross du CME.



RENCONTRE INTER-CME



L'après-midi du 10 juin nos jeunes élu(e)s ont invité les enfants élus dans les CME des communes de la Communauté de Communes de Nozay pour partager un moment ludique et convivial.

Les jeunes élu(e)s de La Grigonnais ont préparé des activités afin de faire découvrir les aires de jeux de la commune aux 31 jeunes élu(e)s de la CCN qui étaient présents. Séances de tirs au but au city-stade, devinettes sur les différentes essences d'arbres plantées près du city-stade, une chasse au trésor au niveau de la Pacanière (nouveau jardin forêt comestible) et de l'accrobranche, un parcours du combattant sur la nouvelle aire de jeux inaugurée au mois d'avril face à la mairie et de la grimpe d'arbres avec Cyrille BOURDIGAL dans un chêne près de l'aire de jeux. Tout le monde a bien apprécié cette rencontre sportive et découverte de lieux et d'activités.

Cet après-midi s'est clôturé par un goûter offert par la mairie aux jeunes participants.

CAMPAGNE DE FAUCHAGE ET D'ÉLAGAGE

Suite à la demande de certains administrés, nous vous rappelons les périodes d'entretien des abords de routes.

FAUCHAGE DES ACCOTEMENTS

Depuis plusieurs années maintenant, nous pratiquons le fauchage raisonné (ou tardif) afin de limiter l'impact sur la biodiversité.

La sécurité des usagers étant la priorité, un premier fauchage des carrefours et des virages a lieu vers la première quinzaine de mai. L'ensemble des accotements est fauché un mois plus tard.

Un deuxième passage est effectué au mois de septembre.



ÉLAGAGE DES HAIES

Une première passe est effectuée sur la partie verticale avec le lamier d'entretien en septembre – octobre.

Vient ensuite le broyage des fossés qui se termine début décembre.



Les services techniques

CHICANES

Avant l'été, lors des visites dans les villages, un élément avait été remonté à plusieurs reprises, à savoir la vitesse excessive dans les villages.

Aussi depuis mois de septembre 2023, la commune expérimente pour une durée de 1 an, des chicanes, afin de réduire la vitesse aux entrées et sorties des villages: La Brunelais, Bernigaud, L'Etriché et Licouët

La commission infrastructure



SÉCHERESSE EN 2022

État de catastrophe non reconnu pour la commune de La Grigonnais

À la demande de plusieurs riverains ayant constaté des fissures dans leurs habitations, la municipalité a déposé une demande publique de reconnaissance de catastrophe naturelle liée à la sécheresse de l'été 2022.

La demande a fait l'objet d'une enquête de la part des autorités de l'État et s'est prononcée contre la reconnaissance de catastrophe naturelle sur la commune. L'arrêté ministériel du 23 juillet 2023 ainsi que l'avis de la commission analysant la demande sont disponibles gratuitement aux horaires d'ouverture de la mairie ou sur internet.

ARDOIZ LE NOUVEAU SERVICE SÉNIOR POUR SE SIMPLIFIER LA VIE AVEC LE NUMÉRIQUE.

La Poste organise un atelier Découverte ARDOIZ, le mardi 14 novembre, de 9h30 à 11h30 à la mairie de La Grigonnais.

ARDOIZ : une tablette avec une interface simplifiée, une ergonomie adaptée et clé en main, qui rend accessible Internet à tous. (Communiquer avec ses proches, réaliser vos démarches en ligne, jeux...).

Sur inscription, renseignez vous auprès de votre agence postale communale.



ALEOP A LA DEMANDE

Avec le transport à la demande, je voyage en toute simplicité pour une visite chez des amis, un rendez-vous, un saut à la bibliothèque...



Le transport à la demande me permet d'effectuer des déplacements de proximité qui ne seraient pas couverts par l'offre de transport collectif du réseau Aléop.

Le service fonctionne :

- ▀ **Le matin** : du mardi au vendredi de 9h00 à 9h30 et de 11h30 à 12h00
- ▀ **L'après-midi** : le mercredi et le vendredi de 14h00 à 14h30 et de 16h30 à 17h00

Sur simple réservation, un véhicule passe me chercher et me dépose au lieu de mon choix :

Au sein du bassin de vie Erdre Canal Forêt : Abbaretz, Blain, Bouvron, Casson, Fay-de-Bretagne, Grandchamp-des-Fontaines, Héric, La Chevallerais, Le Gâvre, La Grigonnais, Nort-sur-Erdre, Notre-Dame-des-Landes, Nozay, Petit-Mars, Puceul, Saffré, Saint-Mars-du-Désert, Sucé-sur-Erdre, Les Touches, Treffieux, Treillières, Vay, Vigneux-de-Bretagne

Dans une commune limitrophe : Carquefou, Le Cellier, Casson, Campbon, La Chapelle-sur-Erdre, Cordemais, Guémené-Penfao, Guenrouët, Jans, Joué-sur-Erdre, Issé, Ligné, Malville, Marsac/Don, Mauves/Loire, La Meilleraye de Bretagne, Mouzeil, Orvault, Plessé, Quilly, Savenay, St-Etienne-de-Montluc, St-Vincent-des-Landes, Sautron, Le Temple-de-Bretagne, Trans-sur-Erdre

À l'hôpital ou à la clinique : Le centre hospitalier de Châteaubriant Nozay Pouancé (site de Châteaubriant), l'hôpital Nord Laënnec, le centre René Gauducheau, la polyclinique de l'Atlantique à St-Herblain, la clinique Jules Verne à Nantes.

Aux pôles d'échanges avec le tramway sur l'agglomération Nantaise : le Cardo à Orvault (ligne 2), Morlière à Orvault (ligne 3), Haluchère à Nantes (ligne 1).

Au pôle d'échange avec le C'bus et la SNCF : La maison de la Mobilité à Châteaubriant

Pour réserver mon transport, je téléphone au 02 28 02 25 00 au plus tard la veille de mon déplacement avant 16h00. Si je suis en fauteuil roulant, je le précise au moment de la réservation afin qu'un véhicule adapté me soit proposé.



Et combien ça coûte ?

- ▀ Ticket à l'unité : 2,60 €
- ▀ Carnet de 10 tickets : 22 €
- ▀ Abonnement possible également

Je peux acheter des tickets : à bord des véhicules, sur mon téléphone : M-tickets disponibles sur les applications TAN et WOP, dans les points de vente Aléop en Loire-Atlantique.

Un ticket est valable pour un trajet et peut être

utilisé en correspondance avec le réseau TAN pendant 1h00 (compostage obligatoire à la montée).

Mais avant tout cela, il est nécessaire que je m'inscrive à la mairie de mon domicile avec présentation d'un justificatif de domicile. Une carte et un numéro d'identifiant me seront alors attribués. L'adhésion est gratuite.

C'est une opportunité formidable pour mon autonomie, j'en profite.

LE CCAS VOUS PROPOSE D'APPRENDRE À SIGNER AVEC VOTRE ENFANT

La langue des signes français (LSF) pour bébé et enfant, est un outil de communication qu'on peut mettre en place facilement avec son enfant avant que celui-ci ne sache parler.



Les signes répondant aux besoins du bébé ou du jeune enfant sont issus de la Langue des Signes Française (LSF). Ils ne sont ni simplifiés, ni modifiés. Ils viennent soutenir le discours entre vous, parents, et votre enfant.

En pratiquant la LSF pour bébé régulièrement avec votre enfant, celui-ci assimilera en même temps l'objet ou l'action (physique, réel). Et comme le cerveau du bébé est ainsi fait qu'il saura signer avant de savoir parler, votre enfant pourra exprimer ses besoins, ses ressentis ou ses envies facilement. Et vous pourrez le comprendre et lui répondre de façon appropriée.

La LSF pour bébé sera ensuite progressivement abandonnée à mesure que la parole sera acquise.

Quel est l'intérêt de signer avec son enfant ?

L'enfant ainsi écouté et compris comprendra vite l'intérêt de communiquer. Cela lui donnera le goût d'échanger avec les autres. L'adulte pourra répondre de façon adéquate à l'enfant. Il pourra l'aider à accueillir ses émotions.

Tout cela favorisera la complicité entre le parent et son enfant, en le plaçant dès le plus jeune âge en tant qu'individu reconnu. Le lien d'attachement en sera renforcé.

Quand faut-il commencer de signer avec mon enfant ?

Dès la naissance de votre enfant et tant que celui-ci ne parle pas de façon fluide. Pour vous, parent : plus vous commencez tôt, plus vous serez "entraîné(e)" et signer avec votre enfant sera alors devenu un réflexe. Pour votre enfant : tout comme la parole, même si le nourrisson ne reproduira pas encore les signes, il les assimilera petit à petit pour les refaire quand il se sentira prêt et en ressentira le besoin.

Mon enfant dit déjà quelques mots, est-il trop tard pour commencer à signer ?

Pas du tout ! Tant que la parole n'est pas fluide, la LSF pour bébé est intéressante. N'hésitez donc pas à commencer même si votre enfant commence déjà à parler.

Quand mon enfant commencera-t-il à signer ?

Bien entendu, comme toujours, chaque enfant va à son rythme. Il n'y a pas de règle !

Certains enfants commencent à signer dès 8 ou 9 mois. D'autres seulement après l'acquisition de la marche... Certains signeront beaucoup, d'autres seulement quelques mots...

L'essentiel est que votre enfant et vous ayez la possibilité de mieux vous comprendre, mieux communiquer ensemble pour développer votre lien !

Les ateliers de signes parent-enfant, ça se passe comment ?

Les ateliers se passent toujours de manière ludique. Un cycle se déroule sur 7 ateliers variant entre 45mn et 1h pour les thèmes suivants :

1. La journée de bébé et ses activités
2. L'hygiène
3. Le repas
4. La maison et le jardin
5. Les personnes et les animaux
6. Les émotions
7. Revisite de tous les thèmes

Quand et où se dérouleront les ateliers ?

Bénédicte FABER, intervenante de " Jeux de mains, jeux de bambins", vous accueillera les samedis matin suivants de 10h30 à 11h30, salle de motricité, près du parking des Marronniers, à La Grigonnais :

- 📅 Les 13 et 20 janvier 2024
- 📅 Les 3 et 17 février 2024
- 📅 Les 16 et 30 mars 2024
- 📅 Le 13 avril 2024
- 📅 Le 18 mai 2024

Combien coûte la participation aux ateliers ?

Le tarif pour un cycle de 7 ateliers est de 115€ par adulte. Les membres du CCAS souhaitent permettre au plus grand nombre de pouvoir participer à ces ateliers. C'est pourquoi une participation basée sur le quotient familial sera demandée à chaque participant adulte selon le tableau ci-contre :

Quotient familial	Participation familiale par adulte	Prise en charge par le budget CCAS
de 0 à 540	35 €	80 €
de 541 à 680	55 €	60 €
de 681 à 920	75 €	40 €
de 921 à 1220	95 €	20 €
1221 et plus	115 €	0 €

Pour bénéficier d'une prise en charge par le CCAS, il vous faudra justifier de votre quotient familial au moment de l'inscription en mairie ou par mail à ccas@lagrigonnais.fr. Sans présentation de ce justificatif, le tarif intégral sera appliqué, soit 115€.

Les personnes hors communes peuvent s'inscrire mais la priorité sera donnée aux habitants de la commune. La fin des inscriptions est fixée au 20 novembre 2023.

Attention, le nombre de places "parent" est limité à 8.

REPAS DES AÎNÉS

Nos chères ainées, nos chers aînés, sont invités, comme chaque année, à participer à leur traditionnel repas. Celui-ci aura lieu le samedi 18 novembre 2023 à l'Espace Mil'Lieu.

Les nouveaux conseillers municipaux d'enfants auront le plaisir de partager le début de la journée avec eux en leur servant l'apéritif, généreusement offert par Générations Mouvement.

Le repas et l'ensemble de la journée seront accompagnés par une nouvelle animation musicale, qui, nous l'espérons, plaira à tous.

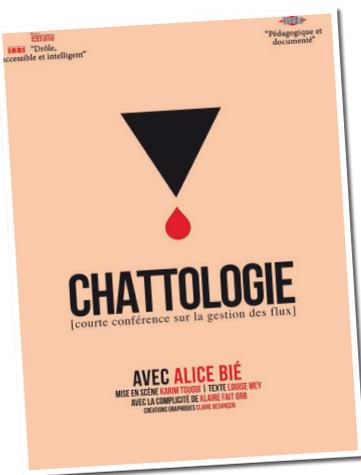
Vous avez + de 65 ans et n'êtes pas inscrites ou inscrits sur nos listes électorales et souhaitez

participer au repas ? N'hésitez pas à vous manifester auprès de la mairie, nous prendrons vos coordonnées et l'invitation vous sera envoyée.



Les membres du CCAS

CONFÉRENCE CHATTOLOGIE



En partenariat avec le département de Loire-Atlantique, et dans le cadre de la précarité menstruelle, la commune vous propose de venir assister à un spectacle "Chattologie" le jeudi 9 novembre 2023 à 20h00 à l'Espace Mil'Lieu.

Petit résumé : conférence humoristique, Chattologie est un seule-en-scène d'utilité publique. Parce que les règles, c'est un sujet à la fois sérieux et drôle.

Chattologie s'adresse à toutes et à tous, de 10 à 100 ans. Quadras empathiques, ados fébriles, mamies révoltées, couples, frangines, cousins, futures mères et futures pas-mères, voisines, boulangers : ce sujet vous concerne. Venez, ensemble on va mieux se connaître et poser une briquette vers un monde meilleur.

P.S. : Ceci n'est pas un spectacle sur les chatons. Mais alors, pas du tout. Venez-nombreux !! c'est gratuit!
Réservation conseillée via le QRcode ci-contre



BEEAPI – ATELIER EXTRACTION DE MIEL

Début octobre, les bénévoles du rucher communal BeeApi ont accueilli près d'une quarantaine d'habitants, petits et grands pour la séance d'extraction de miel d'été.

Dans un premier temps, les bénévoles ont expliqué comment vivaient les abeilles, leur organisation dans la ruche, leurs différents métiers.

Ensuite, chacun a pu s'essayer à l'extraction de miel (désoperculation des cadres, extraction du miel, mise en pot). Chaque famille présente est repartie avec un pot de miel de 250g.

Cette année c'est un peu plus de 12 kg qui ont pu ainsi être extraits.

Vous souhaitez intégrer l'équipe de bénévoles et découvrir un peu plus le monde des abeilles mais vous n'avez pas de connaissances dans ce domaine ? Ce n'est pas un problème. Alors, faites vous connaître à l'accueil de la mairie.



À LA DÉCOUVERTE DE NOS ARTISANS ET NOS COMMERCANTS

Martina et Julien ont ouvert L'Atelier Gourguenez en 2021. Après plusieurs années de travail en commun, en tant que salariés dans une entreprise de restauration du patrimoine, ils décident d'ouvrir ensemble leur propre structure. L'entreprise est composée de deux pôles en restauration du patrimoine et en décor peint. Elle concrétise les compétences, le savoir-faire et la passion des deux gérants.



Le pôle restauration d'objets d'art en polychromie répond aux appels d'offres et il travaille pour des collectivités, ainsi que pour le domaine public.

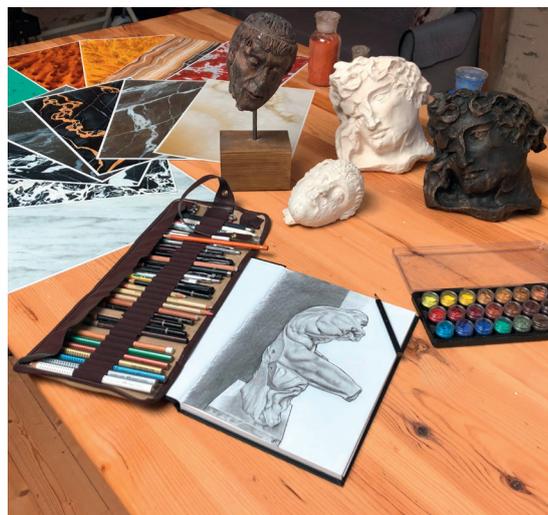
L'entreprise propose des conseils et un accompagnement pour tout projet de conservation, restauration et mise en valeur des objets du patrimoine (conseils, études préalables et bien sûr travaux de conservation/restauration). Selon le cas, la dépose/repose des objets confiés, tout comme leur transport sécurisé, sont assurés.

Le pôle décoration répond à la demande de création de décors. Selon vos projets, l'atelier propose une multitude

de techniques décoratives (aéroggraphie, techniques au pinceau, dorure, moulage, sculpture,...). Ils maîtrisent les styles et les techniques modernes et traditionnelles de la peinture décorative. Prestations en atelier et sur site, dans toute la France et à l'étranger.

Contact : ATELIER GOURGUENEZ

✉ Contact : ateliergourguenez@gmail.com



ASSOCIATION DES COMMERCANTS, ARTISANS ET INDEPENDANTS - ACAI

CETTE ANNÉE LE MARCHÉ DE NOËL DE LA GRIGONNAIS AURA LIEU LE SAMEDI 25 NOVEMBRE. PLUSIEURS ANIMATIONS Y SONT ASSOCIÉES NOTAMMENT :

L'ACAI tiendra un stand avec du vin chaud et de



quoi se restaurer. Une cuisson de pain dans le four communal, dans le bourg, ainsi que la vente de plats préparés et de brioches au profit du téléthon. Un vide-ta-chambre est organisé par l'amical laïque à l'Espace Mil'Lieux.

L'OGEC fera une vente de gâteaux et une pêche à la ligne et bien sûr le Père Noël s'installera en exclusivité dans la grange du marché pour une séance photos pour petits et grands. Bien d'autres surprises vous attendent, venez nombreux visiter le marché de Noël.

Association des Commerçants, Artisans et Indépendants de La Grignonnais

ÉCOLE DES MARRONNIERS

ÉCOLE DES MARRONNIERS

Bonjour à tous, pour cette rentrée 2023, nous accueillons à l'école des Marronniers 151 élèves de la TPS au CM2.



Voici les 7 classes de l'école :

1. TPS-PS-MS avec Cécile TRICHET, enseignante et Patricia PINEL, ATSEM
2. MS-GS avec Emmanuelle YVON, enseignante et Séverine GUILLET, ATSEM
3. CE1 avec Hélène POLETTE, enseignante
4. CP-CE2 avec Florence LANGOUET, enseignante
5. CP-CE2 avec Julie GICQUEL, directrice et Jeanne HAMON, enseignantes
6. CE2-CM1 avec Audrey GABORY, enseignante
7. CM1-CM2 avec Christelle VILLEDIEU, enseignante
Lydia CARTER et Sabrina PITIOT, AESH
Accompagnantes auprès des Élèves en situation de Handicap, viennent compléter l'équipe éducative.

Nous sommes à la recherche d'un emploi Service Civique Universel pour l'école. Il s'agit d'un contrat de 30h au sein de l'école pour gérer la bibliothèque et accompagner les différents projets des classes. Cette mission s'adresse à des personnes entre 18 et 25 ans. Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à nous contacter ou à vous rendre sur le site : service-civique.gouv.fr

Durant cette année scolaire 2023-2024, tous les élèves de l'école vont partir à la découverte de leur environnement proche et plus lointain autour de la thématique " Dans la rue ". Certaines classes vont expérimenter l'Ecole Dehors avec pour objectif d'utiliser les éléments, les matériaux, les

espaces et les structures extérieures communales pour développer les compétences scolaires.

En cette rentrée, le potager de l'école reprend vie grâce aux mains de nos petits jardiniers. Cette pratique du jardinage sera mise en valeur lors des ateliers avec les membres de Génération Mouvement pour réaliser des plantations pour le jardin d'Anna de la commune.



À l'occasion des Jeux Olympiques 2024, le sport sera mis à l'honneur tout au long de l'année dans les classes pour terminer par des Olympiades en juin.

En octobre, les élèves participeront à la Semaine du Goût en partenariat avec le restaurant scolaire La Grimandise et les producteurs locaux.

Vous pouvez retrouver des nombreuses informations concernant l'école sur notre site :

<https://ecoleprimaireslesmarronniers-lagrigonnais.e-primo.fr/>

Notre objectif premier est de faire de l'école un espace protecteur et bienveillant pour les élèves et les différents partenaires. Ainsi l'école se doit d'être un lieu de communication saine et d'exigence pour tous visant l'épanouissement de chacun : élèves, équipe éducative, familles, municipalité et associations.

Les horaires de l'école

Lundi, mardi, jeudi et vendredi
8h40-12h / 13h45-16h25

Pour tous renseignements, vous pouvez nous contacter (Jour de décharge de la directrice le lundi) au 02 40 51 30 43

✉ ce.0440557s@ac-nantes.fr



ÉCOLE SAINT-MICHEL

UNE RENTREE TOUT EN DOUCEUR



L'école Saint Michel a ouvert ses portes aux 68 élèves et 46 familles qui font confiance en son enseignement. L'équipe enseignante est heureuse d'accueillir 3 nouvelles personnes : Cléa MARCHAND rejoint la classe des CP CE1 CE2 et Alice JAMIN et Céline BREMAND s'occuperont des CM1 CM2, en collaboration avec Mélanie RENAULT, cheffe d'établissement. Valérie CHAMPION et Karine VULQUIN encadrent la classe de PS MS GS et Séverine

BOISTEAU assure le poste d'ASEM au périscolaire et le ménage de l'école. Un enfant nous confiait dès le 1^{er} jour : "c'est une grande équipe pour notre petite école!".

L'OGEC a œuvré tout l'été pour que l'école soit belle et prête à accueillir tout le monde : les peintures de la cour ont été faites (merci aux délégués de l'année passée pour ce beau projet),



l'entretien des espaces verts et les petits travaux ont rendu notre école belle, dès le 1^{er} jour... Merci à eux pour leur engagement et leur investissement.

Nous allons démarrer notre année chrétienne en célébrant "saint Michel", le saint patron des courageux et des combattants. Chacun de nous va confier à saint Michel ses peurs et ses inquiétudes et il va nous aider à les affronter toute l'année.



À VOS TALENTS, PRETS, PARTEZ !

L'année sera sportive à Saint Michel, et les valeurs du sport vont guider les 68 élèves qui ont fait leur rentrée.

En cohérence avec le projet diocésain et l'UGSEL (Union Générale et sportive de l'Enseignement Libre), nous allons décliner notre année autour de pratiques sportives "**olympiques et paralympiques**". 4 valeurs seront déclinées à chaque période scolaire au sein de l'école mais aussi en CLE (communauté locale d'établissements) : **le dépassement de soi, le partage, le développement durable et la solidarité**. Le 24 mai 2024, la DDEC souhaite que chaque école, chaque CLE, chaque réseau puisse vivre une journée sportive pleine de bienveillance : la flamme olympique en sera le symbole !

Notre premier temps fort sera le cross du collège, pour les CM1 et CM2 : le dépassement de soi va amener chacun à courir vite et longtemps pour prouver que les efforts sont accomplis.

Pendant ce temps, les plus jeunes vont accueillir Florian VEDERINE du NOZ Omnisport de Nozay pour des **ateliers de psychomotricité favorisant le bien-être et l'épanouissement** de chacun. La classe des CP CE1 CE2 va découvrir de nouveaux sports collectifs : ils commencent cette année avec le rugby, "coupe du monde oblige !".

Cette année sera aussi l'année du voyage scolaire pour les CE1, CE2, CM1, CM2 : 4 jours et 3 nuits au Château de la Turmelière pour découvrir des sports olympiques et en rendre compte. L'intitulé du voyage est "journaliste sportif ? Montre-moi qui tu es !".

OGEC SAINT-MICHEL

Nouvelles fraîches de l'OGEC Saint Michel

En cette rentrée, les projets reprennent de bon train ! Les membres de l'OGEC sont heureux de vous annoncer que plusieurs dates festives ont déjà été posées : marché de Noël, concours de palets comprenant une partie spéciale enfants, et la troisième édition de la kermesse de l'école. Vous retrouvez les dates dans l'encart agenda adossé à notre article.

D'autres idées fument au sein des diverses commissions de l'OGEC, vous réservant de belles surprises à venir.

En photo, vous verrez l'aboutissement du projet de réfection de la cour de l'école.

Mélanie RENAULT, directrice de l'école et enseignante auprès des CM1-CM2, organise cette année un voyage scolaire de quatre jours au château de la Turmelière pour les élèves à partir du CE1. L'OGEC, comme à son habitude, s'associera au financement de ce projet et proposera des actions en ce sens, ainsi que pour d'éventuelles autres sorties ou événements scolaires.

Nous comptons sur votre soutien ! Belle rentrée à toutes et tous !



AGENDA

25 novembre :
Marché de Noël

13 avril : Concours de palets
23 juin : Kermesse

ACCUEIL DE LOISIRS SANS HEBERGEMENT – ALSH



C'est la rentrée à l'accueil de loisirs !

Cet été, les enfants et leurs animateurs ont partagés de superbes moments entre mini-camps, sorties et autres activités.

Maintenant, les jolies têtes blondes ont repris le chemin des écoles mais nous sommes toujours là pour les accueillir les mercredis et les vacances.

Cette année, nous serons trois animatrices permanentes pour accompagner les enfants dans leurs loisirs.

Lucie, titulaire d'un CAP Petite enfance et en cours de formation BAFD (Brevet d'Aptitudes aux Fonctions de Direction). Son conte préféré est Peter Pan car elle souhaite garder son âme d'enfant.

Amandine, titulaire du BAFA (Brevet d'Aptitudes aux Fonctions d'Animateurs). Son conte préféré est Le petit Poucet pour sa morale sur la persévérance et le courage.

Eloïse, directrice, titulaire d'une licence en sciences sociales parcours animation. Son conte préféré est Hansel et Gretel qui partage des valeurs de fraternité et d'entraide. Si nous vous racontons



cela, c'est que nous débutons l'année 2023-2024 sur le thème des "contes et légendes". Des projets et activités initiés par les enfants et les animateurs seront proposés sur cette période.

N'hésitez pas à suivre nos aventures sur Facebook. Pour nous rejoindre, cela se fait désormais par l'espace famille de l'accueil de loisirs.

Si vous n'avez pas d'accès, prenez contact à lagrigonnais@lespep44-49.org, nous serons ravis de vous répondre.

Contact :

✉ lagrigonnais@lespep44-49.org

<https://pep-atlantique-anjou.fr/la-grigonnais/>

☎ 07 77 16 46 07

LA RECETTE DU CHEF FRANÇOIS : BŒUF A LA PROVENÇALE CUIT À LA " MARMITE NORVEGIENNE "

C'est quoi la marmite norvégienne ? C'est une technique de cuisson accessible à tout le monde qui permet de réaliser entre 40 % et 70 % d'énergie lors de la cuisson. Ce mode de cuisson est particulièrement recommandé pour des plats qui nécessitent une cuisson longue (viandes mijotées, légumineuses etc.).



Comment ça marche ?

L'isolation de votre glacière ainsi que la couverture préserveront la chaleur contenue dans le plat et préservera une température avoisinant les 80°C suffisante pour une cuisson à basse température. La cuisson est peut-être un peu plus longue dans une marmite norvégienne mais elle ne nécessite que très peu d'énergie, et surtout aucune surveillance : pas besoin de remuer, ni d'ajouter du liquide pendant la cuisson car il y a peu d'évaporation. Je vous propose donc de tester ce mode de cuisson avec la recette du bœuf à la provençale que nous proposons de temps en temps au restaurant scolaire.

Ingrédients pour 6 parts environ :

- 500 g de bœuf (mélange de paleron, gîte, tendron voire queue de bœuf)
- 1 oignon
- 1 poivron rouge (en option si hors saison)
- 2 gousses d'ail

Matériel pour la cuisine :

- Une cocotte + couvercle ou une gamelle avec un fond épais + couvercle

- 100 g de tomates fraîche (ou boîte hors saison)
- 25 cl de fond de bœuf
- 2 cl de vin rouge (en option)
- 25 g d'olives vertes dénoyautées
- Un peu d'huile d'olive
- Herbes de Provence
- Sel

Matériel pour la marmite norvégienne :

- Une glacière (pas trop petite : la cocotte ou la gamelle doit rentrer dedans)
- Une couverture épaisse



Etape 1 : La préparation.

Hacher l'oignon et écraser les gousses d'ail. Réserver.
Découper la viande en cubes grossiers. Réserver.
Emincer les tomates et les poivrons en petit cubes. Réserver.

Etape 2 : La cuisson du bœuf à la provençale.

Faire revenir la viande à feu fort dans une cocotte ou une gamelle dans un fond d'huile d'olive, bien "marquer" la viande c'est-à-dire bien la colorer. Ajouter l'ail et l'oignon, baisser le feu jusqu'à coloration des oignons. Déglacer en versant le vin rouge (en option) puis le fond de bœuf. Ajouter les tomates, les poivrons, les olives et les herbes de Provence. Porter le mélange à ébullition. Couper le feu et couvrir.

Etape 3 : Finir la cuisson à la marmite Norvégienne

Disposez la couverture dans le fond de votre glacière (pour ne pas faire fondre le plastique) et

de façon à ce que la couverture puisse recouvrir ensuite la gamelle avec son couvercle. S'assurer de la bonne stabilité du plat, refermer la glacière. Vous pouvez maintenant attendre entre 3h et 4h pour que la cuisson se poursuive de manière passive dans la marmite norvégienne et déguster le plat.

Idées :

J'ai testé la stérilisation de bocaux de ratatouille dans des bocaux à joints en marmite norvégienne. Attention la ratatouille doit être versée très chaude dans des bocaux préalablement stérilisés dans de l'eau chaude. Je conseille de ne pas trop cuire la ratatouille car la cuisson se poursuivra. J'ai laissé une nuit complète, les bocaux ont tenu plus d'un an.

Vous pouvez bricoler une marmite norvégienne dans un tiroir de votre cuisine, vous trouverez de nombreux tuto sur internet. Ainsi que de nombreuses recettes et temps de cuisson suggéré.

COMITE DES FÊTES ET DE BIENFAISANCE

Le comité a effectué sa première soirée jeux à la Salle du Pré Clos qui a été positive et appréciée par les grigonnaisiens et grigonnaisiennes.

Notre brocante annuelle s'est déroulée sous le soleil après un été maussade. Le nouveau site de celle-ci a été très apprécié par le comité ainsi que par les exposants, une belle réussite.

Nous vous rappelons que le Célibal aura lieu le Samedi 11 novembre à l'Espace Mil'Lieu, chacun sa couleur "en couple, célibataire, open". N'hésitez pas à venir partager ce moment avec nous.

Notre assemblée générale se tiendra le vendredi 27 octobre à l'Espace du Mil'Lieu. Vous avez envie de nous rejoindre dans le comité, contacter Émilie au 06 50 81 30 07.

L'année 2023 n'est encore pas terminée mais notre programme 2024 est déjà bien avancé.

Dates à retenir pour la fin 2023 :

- Vendredi 27 octobre 18h30 assemblée générale à l'Espace du Mil'Lieu.
- Samedi 11 novembre Célibal à l'Espace du Mil'Lieu.

Sortez votre agenda pour 2024 :

- 5 mai Concours de Pêche
- 8 juin JO de La Grig'
- 5 juillet Soirée jeux
- 25 août Vide Grenier/Brocante
- 27 septembre Soirée jeux
- 9 novembre Bal

Le comité des fêtes remercie tous les bénévoles, la mairie et son service technique.

LES SALTIMBANQUES

"Les Saltimbanques", c'est une association de La Grigonnais qui compte une cinquantaine d'adhérents dont 11 membres du Comité d'Administration.



Depuis bientôt 40 ans, nos bénévoles mettent tout en oeuvre pour faire perdurer la culture locale en proposant des programmes accessibles au plus grand nombre sur notre commune.

En septembre, nous avons ainsi pu organiser la 4^e édition du festival rock le El Cep : de très belles prestations musicales et une ambiance chaleureuse comme on les aime malgré une fréquentation de festivaliers en deçà de nos espérances.

Mais rien n'arrête un Saltimbanque ! C'est dans une belle dynamique que nous commençons à préparer le prochain spectacle des cabarets. La porte du Pré Clos est grande ouverte à tous ceux qui souhaitent se joindre à nous lors de la réunion d'ouverture le vendredi 27 octobre à 20h. Alors, acteurs, chanteurs, danseurs, serveurs, maquilleurs, coiffeurs... nous vous attendons nombreux !

À très bientôt !



Contact :

Association culturelle Les Saltimbanques,
3 rue de l'Abbé Mérel, 44170 LA GRIGONNAIS

Facebook Saltimbanques La Grigonnais

Email lessaltimbanques.asso@gmail.com

Contacts Presse :

• Gaëtan CHATELLIER, co-président
06 82 48 04 84

• Cyrille BOURDIGAL, co-président
06 64 53 98 90



GRIG DETENTE ET FORME

Toujours avec enthousiasme, L'association " Grig Détente et Forme " propose des cours de gym. 2 séances découvertes gratuites.

Cours de gym dynamique

Lundi de 20h15 à 21h15
Espace du Mil'Lieu,
à La Grignonnais

Cours de gym fitness et pilâtes

Mercredi de 17h50 à 18h50
Espace du Mil'Lieu,
à La Grignonnais

Renseignements : Pascal NAUDÉ ☎ 06 14 50 46 36 - Cécile GIUSEPPIN ☎ 06 30 18 53 36
Sylvie LEBASTARD ☎ 06 66 00 38 65

INSPIR'YOGA

Il reste encore quelques places pour venir pratiquer le yoga. Il n'est jamais trop tard pour commencer.

- 🍀 **Yoga tous niveaux** : lundi, jeudi : 19h - mardi 9h15 - jeudi 10h
- 🍀 **Yoga doux** : mardi 11h - nouveau
- 🍀 **Yoga avancé** : mercredi 19h - nouveau

Actualités Inspir'Yoga :

🍀 **YOUMIART revient à La Grignonnais pour un bain de gongs.**

"Le gong est un instrument sacré dont les sons ont un véritable pouvoir de transformation. Ses puissantes vibrations vous plongent dans un état de méditation spontanée et de relaxation. C'est un soin énergétique harmonisant complet."

Un voyage sonore dont chaque expérience est unique.

Samedi 21 octobre de 16h à 18h, Espace Mil'Lieu, Rue de la Scierie à La Grignonnais - places limitées

🍀 **NOUVEAU : La danse du dragon**

Danse inspirée du qi gong et du Vinyasa yoga, la danse du dragon est complémentaire à la pratique du Yin yoga. Le mouvement, l'harmonie du souffle et du corps, la chaleur et le rythme sont les ingrédients de cette belle création dynamique.

Les samedis 14 octobre et 2 décembre.

Espace du Mil'Lieu ou salle de motricité selon le nombre de participants.



🍀 **Les INSPIR'Cocoon continuent.**

L'envie de faire "une vraie pause", de ralentir, l'envie d'un espace de calme, d'écoute de soi, comme un soin que l'on s'accorde, le YIN YOGA est fait pour vous. Venez-vous initier à cette belle pratique du Yin Yoga, un yoga doux, très lent permettant de relâcher la pression et se détendre en profondeur.

3 dates, 3 thèmes :

samedi 23 septembre : Libérer sa respiration

samedi 18 novembre : Mobilité des hanches

samedi 16 décembre Se sentir soutenu - s'abandonner à la terre

Pratique suivie d'un temps d'échange, de partage autour d'une tisane.

De 10h à 12h, salle de motricité, place des Marronniers à La Grignonnais, maximum 12 personnes.

Renseignements, agenda et inscriptions au

☎ 06 74 34 37 06 ou sur

✉ inspiryoga.44@gmail.com

TÉLÉTHON

Nous tenions à remercier Sylvain BRIEY pour son investissement lors de ces années de coordinateur du Téléthon à La Grignonnais.

Florent BOIT, son remplaçant, souhaite poursuivre les mêmes manifestations que les années passées, à savoir :

- 🍀 Les fournées de pains les mercredis de novembre ainsi que le samedi 25 novembre lors du marché de Noël.
- 🍀 Les foulées qui se dérouleront le dimanche 5 novembre à l'Espace Mil'Lieu.
- 🍀 Les repas à emporter distribués au moment du marché de Noël.



Si vous souhaitez faire un don au téléthon en votre nom et/ou au nom de votre société : vous pouvez nous adresser un mail (**lesfouleestelethon@gmail.com**) avec vos coordonnées afin que nous nous mettions en relation.

Sinon, il est toujours possible de faire un don en ligne : <https://www.afm-telethon.fr>. Nous espérons vous voir prochainement...

Elodie ALLARD pour le Téléthon

LE FRUIT A SON JUS

Association sous la loi de 1901 fondée en mai 1985 par M. URIEN Michel.

Son but : valoriser et favoriser le développement de la production et la consommation du jus de fruits par tous les moyens qu'elle jugera utile.

A cet effet, les adhérents disposent des locaux et équipements de l'association, ainsi que de l'accompagnement de personnels salariés employés pour chaque saison. Leur contrat de travail est, chaque année, évalué en fonction des demandes des adhérents (poids de pommes à traiter). Adhérents réguliers, adhérents ponctuels et futurs adhérents pouvez toujours profiter, à cette date, et dans des conditions agréables et financièrement raisonnables, des services de notre association. Derrière cela, il y a des bénévoles qui s'investissent et œuvrent à sauvegarde la bonne marche de l'association. Et pour certain depuis l'origine. Hors l'équipe vieillie et se réduit d'année en année! Nous avons absolument besoin de nouveaux membres au conseil d'administration.

Être adhérent, et se proposer comme membre du conseil d'administration de notre association, c'est nous soutenir dans cette dynamique associative et donner les meilleures chances à la

CAMIL

La "Une " de l'été.

Petit retour, en juin, avec " LA TRES TRES BONNE NOUVELLE " : le conseil Communautaire de Nozay a refait un vote sur la vente d'une parcelle de la zone de l'Oseraye à l'entreprise ENRO 44 du groupe Pigeon. Celui-ci s'est soldé par l'unanimité moins 2 abstentions CONTRE la vente du terrain. En effet, le 1^{er} vote en date du 28 octobre 2020 comportait des conditions dont l'une stipulait la possibilité pour le conseil communautaire d'annuler et refaire un vote si les travaux n'étaient pas commencés dans les 2 ans...2 ans et demi après, il s'agit d'un second camouflet pour Pigeon de la part de la Comcom, car en début d'année, la finalisation de la vente sollicitée par l'entreprise avait été refusée du fait des contentieux en cours portés par CAMIL. Nous nous réjouissons de cette nouvelle, mais restons vigilants, en ces temps de grande misère climatique, sur la suite du dossier et sur les terrains restant à aménager. Ne nous voilons pas la face : Si la CAMIL et sa lutte contre le projet n'avait pas existées, la cheminée cracherait déjà ses polluants !

Pour CAMIL, cela représente 3 années de travail de fourmis, d'étude de dossiers, de manifestations, d'information à la population, de rencontres avec d'autres collectifs. Notre association, si modeste soit-elle, a tout de même contribué à l'abandon de 2 " mégalos " projets industriels (enrobé et méthaniseur XXL)



poursuite de cette activité.

L'adhérent a accès aux services dès sa demande de rendez-vous pour le pressage et la pasteurisation de ses pommes. Le coût de son adhésion (5 euros) étant réglé avec le paiement du service rendu (0,45 euros par litre pour la pasteurisation, 0,04 euros par capsule).

Le paiement de cette cotisation lui permet de recevoir (par mail) toutes les informations utiles (dates d'ouverture de la saison, date des réunions d'assemblée générale...).

REJOIGNEZ-NOUS !

✉ contact@lefruitason.fr

www.lefruitasonjus.fr

☎ 02 40 51 32 04

19 rue de Beautrait La Grignonnais



controversés et inutiles. D'autres luttes, dans le département, se poursuivent : notamment, celles de nos amis du Tahun, suite à la réouverture de la carrière accordée par le préfet. Désastre et offense pour la nature... Celles à St Colomban contre l'extension projetée des carrières et du maraichage industriel... La menace persistante du méthaniseur XXL de Corcoué... Le projet d'extension de la carrière de sable aussi à Soudan pour ne pas toutes les nommer. CAMIL est partie prenante de ces luttes. L'état, qui a essayé de criminaliser les opposants à ces déferlantes environnementales, devrait être plutôt au rendez-vous de mesures fortes en faveur de la protection de notre planète et de la sauvegarde du vivant dans son ensemble. En cette rentrée, dans le cadre de la semaine du développement durable, CAMIL a proposé le 19 septembre un atelier (sur inscription à la mairie) intitulé " inventons nos vies bas-carbone ".

CAMIL ✉ camil@mailo.com



UNION SPORTIVE PUCEUL GRIGONNAIS

Des nouvelles de l'USPG

À l'USPG nous avons vécu une très belle saison 2022-2023, riche et intense en émotions ! En effet sur le plan sportif notre équipe fanion finit à la première place du classement synonyme d'une qualification directe pour la division 3. Pour l'équipe B, elle a fait une seconde partie de saison intéressante et encourageante, avec l'intégration des futurs jeunes seniors. Nous sommes très heureux de l'enthousiasme des supporters au bord du terrain. Qui ont soutenu les équipes sur les matchs à domicile comme à l'extérieur. Nous tenons à les remercier très fort ! Les équipes du Groupement jeune et féminin de la Pierre Bleue ont elles aussi fait très belle figure, avec grand nombre de victoires et de montées en championnat dans la dernière phase dans chaque catégorie. Le travail et les moyens mis en place payent et nous sommes très heureux d'annoncer la création d'une équipe Seniors féminine à la Pierre Bleue. Pour le foot animation, là aussi les enfants ont vécu une belle saison. Les joueurs étaient nombreux aux entraînements et aux plateaux. Ils étaient accompagnés d'une superbe équipe d'éducateurs. Sur le plan associatif, tous nos événements (repas du foot, tournois de sixte) ont été une vraie réussite encore une fois. Nous tenons à remercier tous les participants, ainsi que toutes les commissions et les bénévoles qui ont répondu présent aux événements. On sait à quel point cela peut être stressant et fatiguant d'organiser de telles festivités, et on les remercie du fond du cœur ! Nous avons pu atteindre nos objectifs que ce soit sur les plans sportifs associatifs, des animations ou de l'encadrement et la gestion de nos équipes jeunes et seniors. Pour cela nous tenons à remercier haut et fort nos bénévoles, dirigeant(e)s, joueurs, joueuses, arbitres ainsi que les services techniques de la commune de Puceul et La Grigonnais pour le très bon entretien des terrains. Nous souhaitons aussi remercier les deux mairies, pour la rénovation des bâtiments. Cela



donne un coup de fraîcheur, très appréciés par les licenciés. Discours d'Ousman SABÉ Coach principal et Kévin LEBRETON son adjoint. Cela a été une très très bonne année avec uniquement deux défaites pour l'équipe A, on finit premier avec la montée à la clé.

Concernant la nouvelle saison 2023-2024 :

Aux entraînements, nous sommes sur une affluence maximum de 30 joueurs ainsi qu'une moyenne de présence de 25 joueurs sur la semaine. Cela nous permet donc de faire jouer beaucoup plus la concurrence et de nous apporter plus de solutions dans le choix des joueurs pour les matchs du dimanche. Par ailleurs nous sommes toujours en recherche de joueurs pour compléter l'effectif. Je tiens à remercier tous les supporters pour le soutien apporté la saison dernière et qui continuent de venir nous voir cette saison. Ils jouent à fond leur rôle de 13^e homme.

Contact : 📧 uspuceulgrigonnais@gmail.com

L'USPG RECRUTE

Cette saison il y a gros turnover dans les commissions, nous recherchons donc des bénévoles pour les commissions suivantes : commission terrain de La Grigonnais : gestion de l'approvisionnement du bar, planning bar, gestion du matériel... Commission Terrain de Puceul : gestion de l'approvisionnement du bar, planning bar, gestion du matériel... Enfin si vous souhaitez devenir arbitre, bénévole, joueuse ou joueur ou encore dirigeant, n'hésitez plus, L'USPG recrute !

LES RAYONS DE COULEURS – QI GONG

Les cours de Qi Gong (prononcé tchikong) permettent un entretien régulier du corps. Chaque cours débute avec une posture de relaxation, puis des mouvements lents, qui nous permettent de prendre conscience : de notre respiration, de l'attitude juste, de notre équilibre, bien enraciné, centrée...

Nous avons ainsi une harmonie corps-cœur-esprit, pour nous accompagner dans toute situation. Cette discipline convient à toutes personnes désireuses d'entretenir son capital santé ou ayant des problèmes d'articulations, de dysfonctionnement respiratoires, musculaires, digestifs, nerveux...

Cours hebdomadaires à
La Grigonnais, Salle du Pré Clos :

- Lundis de 17h45 à 18h45
- Mardis 18h30 à 19h30
- Mercredis de 10h à 11h
- Vendredis de 11h à 12h

Deux premiers cours d'essais gratuits, toute l'année
Tenue souple et chaussures plates.

Animé par Béatrice LERAY, diplômée d'Etat et Marie-Christine BOURDEAU

Renseignements au 06 32 29 43 92

- 📧 beatrice.leray88@gmail.com
- 📍 feqgae et <https://beatriceleray.wixsite.com/qigong> - 📱



Les rayons de couleurs

TAI CHI CHUAN DU PAYS DE LA PIERRE BLEUE

Le Tai Chi Chuan est une pratique qui nous vient de Chine. Elle consiste en un enchaînement de mouvements lents qui développent l'équilibre, la souplesse, le souffle autant que la force.

À la portée de tous, sa pratique régulière contribue au maintien de la santé en apaisant le système nerveux et en renforçant les défenses immunitaires. Créée en 1999, l'association compte une trentaine d'adhérents. Elle permet aux habitants de la Communauté de Communes de Nozay et de ses environs de découvrir ou d'approfondir la pratique du Tai Chi Chuan.

L'association accueille chaque saison deux à trois stages avec des enseignants différents, formés à l'AIT (Arts Internes et Tradition). Les thèmes de ces stages varient selon les propositions des adhérents : approfondissement des principes du tai chi ou découverte d'un nouvel aspect de la pratique. Depuis septembre 2004, les cours sont assurés par Antonio BREZÉ, diplômé d'Etat et professionnel reconnu par la FFWaemc (Fédération Française de Wushu, arts martiaux énergétiques chinois).



Les cours ont lieu le jeudi de 19h30 à 21h au nouveau dojo de Nozay, (allée de la Sablière, entre le stade de football et le complexe sportif de la Chesnaie). Il est toujours possible de nous rejoindre en cours d'année.

Renseignements :

Didier ☎ 06 87 52 68 76

Philippe ☎ 06 73 85 59 78.

👉 <https://taichipierrebleue.podia.com>

✉ taichi.pierrebleue@free.fr



LE CIRQUE DES PAGES

Un seul rendez-vous à prévoir pour la Bibliothèque Le Cirque des Pages sur ce trimestre :

Samedi 18 novembre 2023

Matinée jeux avec Les Copains d'Abord

De 10h à 12h

Bibliothèque intercommunale Le Cirque des Pages - La Grignonnais

Les animatrices du Centre de Loisirs Les Copains d'abord proposent aux petits comme aux grands toute une panoplie de jeux à partir de 3 ans. Jeux de cartes, de plateaux, jeux de construction ou jeux d'extérieur à la belle saison. Entrée libre et gratuite à partir de 3 ans

Anne LECOMTE

FESTIVAL GRAINES D'AUTOMNE

Pour sa 28^e édition, du 14 au 29 octobre, le festival Graines d'Automne sème partout sur la Communauté de communes de Nozay ses, désormais, légendaires veillées et fera sa clôture à Abbaretz par un grand week-end collectif où vont se côtoyer tous les arts du spectacle.

Pour la 4^e année, au bar " le Gourguenez " une soirée " Scène Slam " ouverte à tout le monde, vous offre la possibilité de devenir l'artiste qui écrit et dit son texte.

La veillée se clôturera par un concert de rap.

C'est le mardi 24 octobre.

Pour tout savoir sur la programmation de ce festival :

👉 www.grainesdautomne.org - 📘 [grainesdautomne](https://www.facebook.com/grainesdautomne)



DATES À RETENIR

Mardi 24 octobre 20h30

Scène slam
Bar Le Gourguenez
Graines d'automne - Gratuit

Vendredi 27 octobre 18h30

Assemblée Générale du comité des Fêtes

Vendredi 27 octobre à 20h

Réunion d'ouverture des soirées cabarets
Salle du Pré Clos.

Tous les mercredis midi de novembre

Téléthon : Vente de boules de pains
Au four communal

Dimanche 5 novembre

Foulées du téléthon (avec de la marche, de la course nature, des sorties vélos, des balades à Poneys)
Espace Mil'Lieu

Jeudi 9 novembre 20h00

Spectacle "Chattologie"
Proposition du Conseil Départemental
Espace Mil'Lieu - Gratuit

Samedi 11 novembre 10h45

Commémoration
Place de l'église

Samedi 11 novembre 19h30

Célibal organisé par le Comité des fêtes
Espace Mil'Lieu

Samedi 18 novembre

Repas des aînés (65 ans et +)
Espace Mil'Lieu

Samedi 18 novembre 10h-12h

Matinée jeux avec les copains d'abord
Bibliothèque (Entrée libre et gratuite)

Dimanche 25 novembre

Vide ta chambre
Amicale laïque - Espace Mil'Lieu

Samedi 25 novembre

Téléthon : Récupération plats commandés + après-midi : balades à poneys.

Samedi 25 novembre

Marché de Noël
Place du Jardin d'Anna - ACAI

Dimanche 26 Novembre

Thé dansant
Génération Mouvement - Espace Mil'Lieu

LA NEWSLETTER

Inscrivez-vous à la lettre d'information numérique de la commune. Celle-ci est expédiée aux personnes qui le souhaitent pour connaître l'actualité de la commune.

Pour s'y inscrire, rien de plus simple :

1. Je clique sur : <https://www.lagrignonnais.fr> et je clique sur le bouton S'abonner à la newsletter
2. Je renseigne mon adresse mail
3. Je clique sur le bouton [Je m'abonne !]

Marché de producteurs

Parking du jardin d'Anna (derrière l'église)
Tous les jeudis de 16h30 à 19h00

Maison des Services

Mairie de La Grignonnais
Tous les lundis sur rendez-vous
(auprès des services de la mairie)



Déchèterie de l'Oseraye

Collecte de l'amiante 2023

- 23 au 29 octobre,
- 27 novembre au 3 décembre

Don du Sang

Salle des Etangs à Nozay
9h30 - 12h30 - 15h30 - 19h30

- 26 octobre
- 26 décembre

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE NOZAY

Découvrez la nouvelle saison culturelle et sportive sur le territoire intercommunal sur

<https://www.cc-nozay.fr/sortez-bougez-en-comcomde-nozay>



Mardi 28 novembre 19h00

Théâtre "Que des Maux", Cie Théâtre sans paroles
Communauté de communes de Nozay
Espace Mil'Lieu
Gratuit

Samedi 16 décembre 17h00

BD-Concert "la forêt millénaire", Cie Wai Wai
Communauté de communes de Nozay
Espace Mil'Lieu

Mardi 19 décembre 19h30

Vœux de la municipalité
Espace Mil'Lieu



Vous pouvez retrouver toutes les actualités de votre commune sur notre page Facebook et Instagram **Commune de La Grignonnais**