

## GRÉSIVAUDAN

## INFOS PRATIQUES

## ALLEVARD

## → Sortie Fnaca

A la journée, à Saint-Marcel-lès-Valence, le jeudi 14 juin. Repas spectacle cabaret du Bongo pour un moment magique.

Renseignements et inscriptions : 04 76 97 52 10, 04 76 97 56 56, 04 76 97 54 42 ou 06 86 14 86 94. Tous les jours.

Jusqu'au lundi 30 avril. 65 €.

## → Dessert dansant

Samedi 28 avril à 20 h.

De l'association Rythm et Danse.

Sur réservation (15 euros).

Renseignements :

06 98 90 99 13 ou

06 11 12 70 13. À La Pléiade.

## CRÈTS-EN-BELLEDONNE

## → Prochain conseil municipal

Jeudi 26 avril à 20 h 30.

À la salle du conseil à la mairie de Saint-Pierre d'Allevard.

Mairie de Crêts-en-Belledonne :

04 76 45 11 10.

## PONTCHARRA

## → Groupe de méditation

Mardi 17 avril de 18 h 30 à 19 h 15.

Jeudi 19 avril de 8 h 45 à 9 h 30.

Pour pratiquer avec d'autres, avoir du soutien.

723, rue du Coisetan,

Groupe de méditation :

06 75 15 06 09.

## → Stage Cirque et clown

Tous les jours de 10 h à 12 h.

Jusqu'au jeudi 19 avril.

Organisé par La

BambocheThéâtre et animé

par Jean-Luc Ahaque.

Groupe limité à 12 enfants.

Inscription au 06 77 85 74 92 ou

labamboche@yahoo.fr

À l'école maternelle Villard-Benoît.

La Bamboche Théâtre :

06 77 85 74 92.

labamboche@yahoo.fr

## → "Petit déj" de l'éco

Vendredi 27 avril de 7 h 30 à 9 h.

Un moment convivial, de

proximité entre les forces vives

et les élus, pour renforcer le

dynamisme de Pontcharra.

À la mairie, dans la salle du

conseil municipal.

04 76 97 11 65.

95, avenue de la Gare.

## → Atelier "Manger en conscience"

Samedi 28 avril de 9 h 30 à 11 h

30. Animé par Sylvie Stocker,

sophrologue, et Françoise

Girardot, diététicienne

nutritionniste.

Info et inscription au

06 79 61 67 97 ou

06 14 45 03 94.

Centre Gentiane,

340, rue du Maniglier.

06 79 61 67 97.

## → Nettoyage citoyen

Samedi 28 avril à 9 h.

Organisé par le conseil des

sages et le conseil municipal des

enfants, opération "J'aime ma

ville, au sens propre" aux

sentiers des Lônes. Inscription

par mail: nettoyage-

citoyen@pontcharra.fr

Parking Fribaud,

Date limite de réservation : 25

avril 2018.

Mairie de Pontcharra :

04 76 97 11 65.

## → Commémoration de la

journée nationale du

souvenir des victimes et

héros de la déportation

Dimanche 29 avril à 11 h.

Allocution, dépôt de gerbes et vin

d'honneur à la mairie.

Devant le monument aux morts,

place Alexis-Paradis.

## → Vide Grenier du Sou

des écoles

Dimanche 29 avril de 9 h à 17 h.

Renseignements et inscriptions:

videgreniercesarterrier@gmail.com

À l'école César-Terrier

(rue des Alpes).

## SAINT-MAXIMIN

## → Après-midi jeux de société

Samedi 28 avril de 14 h à 18 h.

Organisée par l'association Vive

l'école; achat de jeux possible

sur commande, buvette, vente

de crêpes.

Au centre de loisirs.

## LOCALE EXPRESS

## CRÈTS-EN-BELLEDONNE

Des enfants ont exposé leurs créations à la mairie

→ L'association "Au jardin des couleurs" a été chaleureusement reçue par la mairie de Crêts-en-Belledonne, il y a quelques jours, lors du vernissage des œuvres créées par les enfants. De nombreux parents étaient présents pour admirer les tableaux hauts en couleurs peints par leurs enfants et les jeunes artistes ne cachaient pas leur plaisir de les présenter. Les adhérents des autres cours étaient là aussi pour encourager leurs camarades créateurs.



## SPORTS EXPRESS

## SAINT-MAXIMIN

L'Association sportive s'est relaxée grâce au Qi gong



→ Samedi, l'Association sportive de Saint-Maximin a fait venir Martine Henriot pour un stage de découverte du Qi gong.

Formée par l'école des "Temps du corps" à Paris, elle enseigne une pratique qui favorise la circulation du Qi dans l'organisme par un travail du corps. En stage découverte, elle initie au positionnement du corps dans l'espace et aux mouvements de base, et explique l'esprit du Qi gong. Il est à portée de tous et il n'y a pas à atteindre de performance. On travaille la détente, l'équilibre, mais aussi la confiance en soi. Le Qi gong insiste sur la respiration, que les Occidentaux n'utilisent pas convenablement. Certains mouvements jouent sur les organes, en s'appuyant sur cinq éléments naturels, correspondant à cinq saisons, dont une saison intermédiaire. Ainsi, au printemps, on agit sur le foie et la vésicule biliaire. Martine Henriot intervient à l'association charrapontaine "Les Arts du tao", le mardi de 19h à 20h30. Le prochain stage proposé par l'ASSM sera un stage de fitness, plus tourné vers le self-défense.

> Pour en savoir plus : 04 76 97 32 78 ou sur m-francoise.chevrier@bbox.fr

## CRÈTS-EN-BELLEDONNE

## Fête du boudin à Montgoutoux : deux journées gourmandes réussies

Cette année encore, l'association Montgoutoux en fête, avec à sa tête Gérard Bernard, avait décidé d'organiser sa fête du boudin sur deux journées. Le beau temps était de la partie et les bénévoles étaient ravis d'accueillir dans leur hameau de nombreuses personnes venues se régaler. Samedi, ils ont préparé et servi 160 repas, et dimanche, 200. Des gourmands qui ont pu apprécier un menu entièrement local composé de salade et rissole, boudin et frites, compote maison, comme le

pain et les meringues, fromage et glace de chez Monica. La vente de boudin et de saucisson à cuire a également connu un franc succès puisque les cuisiniers en avaient cuit sur place 240 kilos et tout a été vendu. Les deux belles journées de fête ont été ponctuées d'animations musicales offertes par des groupes locaux. De quoi mettre du baume au cœur des nombreux bénévoles qui investissent à chaque fois beaucoup d'énergie pour que cette fête soit une totale réussite.



Les bénévoles et les gourmands ont passé une belle journée.



Après la cuisson, la vente des boudins et saucissons.



En cuisine, on s'active à la préparation des plats.



Les Chapladiots, toujours présents pour rythmer l'ambiance.

## PONTCHARRA

## Une soixantaine de participants à la matinée écocitoyenne



Dimanche matin, convivialité a rimé avec citoyenneté.



C'est à une matinée citoyenne et conviviale qu'une soixantaine de personnes ont participé dimanche matin. Organisée par Titi et Kiki Chatain, le ren-

dez-vous était fixé un peu avant 10 heures, pour la distribution de sacs-poubelles, de gants, et pour partager café et rissoles. Deux groupes, les marcheurs et les

coureurs sont partis sillonner la ville pour ramasser les déchets. Les bords du Bréda, de la gare, du stade, l'avenue de la gare ont été nettoyés des trop nombreux

détritus laissés par des personnes peu soucieuses d'autrui. De retour au centre-ville, les écocitoyens ont dégusté le savoureux buffet préparé et offert par Car-

men et Philippe Tsitoglou. Une bien belle matinée partagée et utile, qui peut-être donnera des idées à d'autres dans la vallée du Grésivaudan ?

## ALLEVARD

## Sortie culturelle pour le Brigde club d'Allevard



À gauche, Jean De la Cruz, président, et le club de bridge à Lyon.

À l'initiative de son président, Jean De La Cruz, plus de 20 bridgeurs ont voyagé en bus jusqu'à Lyon. Secondé dans l'organisation par Daniel Federico et Michèle Le Fourn, membres

actifs du club, les participants ont eu l'occasion de découvrir le rayonnement technique et créatif de la soierie lyonnaise, visiter les musées des Canuts et des Confluences. Le club de

bridge extrêmement dynamique, réunit avec beaucoup de convivialité plus de 40 joueurs de tous niveaux, de débutants à confirmés. Prochainement, Daniel Federico et sa partenaire Mar-

tine Rosset vont participer à la finale des championnats de France à Paris, et à Allevard, le mardi 24 avril, aura lieu un tournoi de régularité. Les parties, ouvertes à tous joueurs ont lieu les mar-

dis après midi, dans la salle Lily Fayol de la maison des forges à Allevard et au mois de juillet et août tous les lundis et vendredi après midi.

Plus d'infos : 06 82 66 45 96.