

GRÉSIVAUDAN

INFOS PRATIQUES

ALLEVARD

→ **Le monde de Lautrec**
Exposition de travaux d'élèves d'un atelier de peinture sur le thème Le Monde de Lautrec.

Aujourd'hui et jusqu'au vendredi 21 septembre de 14 h 30 à 18 h 30. Gratuit.

À la mairie, 3, place de Vrduin.

AEARC :

☎ 06 80 41 71 21.

5 rue Laurent-Chataing.

✉ alainbloccier@gmail.com.

→ **Culte au temple d'Allevard**

Tous les dimanches, à 10 h 30, il y a des cultes au temple, et ce jusqu'à fin septembre.

Au temple d'Allevard.

Les Amis du Temple d'Allevard :

☎ 06 60 10 09 55.

→ **Rénovation de votre logement : quelles aides financières ?**

Dans le cadre de l'Opération programmée pour l'amélioration de l'habitat (Opah), une permanence a lieu en mairie.

Demain de 10 h à midi.

→ **Conférence sur "Le massif de Belledonne et sa forêt"**

Dans le cadre des conférences d'été, l'association Les Amis du Musée du Pays d'Allevard vous présente demain à 16 h, à la Tour des Décors, un exposé en images présenté par M. Marc Daugeron, sur le "Le massif de

Belledonne et sa forêt". Gratuit.

Les amis des Musées du Pays d'Allevard :

☎ 09 63 47 71 61.

PONTCHARRA

→ **Pharmacie de garde**

Permanence de nuit : pharmacie Bourdariat, place de la

Résistance 1 avenue de la Gare.

Tél. 04 76 97 61 13.

Du mercredi 19 au vendredi 21 septembre.

→ **Expositon BD Permachaos**

Sur la permaculture, avec 22 planches et illustrations issues du blog. Aux heures d'ouverture de la médiathèque tous les jours à 10 h 30.

Jusqu'au samedi 29 septembre.

À la médiathèque Jean-Pellerin :

☎ 04 76 97 79 67.

→ **Marché**

Tous les jeudis matin dans le centre.

→ **Conseil municipal**

Demain à 20 h.

Mairie de Pontcharra :

☎ 04 76 97 11 65.

→ **Petit déj' de l'éco des acteurs économiques**

Le petit déj' de l'éco est un moment convivial, de proximité entre les forces vives et les élus.

Vendredi 21 septembre de 7 h 30 à 9 h.

À la mairie, dans la salle du conseil municipal.

LOCALE EXPRESS

ALLEVARD

Dernier concert de saison pour l'Harmonie d'Allevard



→ Ce samedi 15 septembre a eu lieu le dernier concert de saison de l'Harmonie d'Allevard sur la place de la Résistance. Le soleil et le public étaient au rendez-vous. Pendant une heure, la trentaine de musiciens et leur chef d'orchestre Eric Ferrier ont joué des morceaux dont le répertoire est très varié : du classique à des morceaux de jazz en passant par des airs de chansons populaires. Le public de tout âge en a même redemandé par des applaudissements prolongés.

PONTCHARRA

Convoi insolite dans la ville



→ C'est un convoi insolite qui a traversé hier matin la commune : une roulotte 2.0, équipée de panneaux photovoltaïques et tractée par de superbes bœufs bulgares.

SPORTS EXPRESS

PONTCHARRA

Danser sa vie reprend ses ateliers le 20 septembre

→ À partir du 20 septembre, l'association Danser sa vie reprend ses activités. Les cours de biodanza hebdomadaires de Catherine Toussaint auront lieu le jeudi de 20 h à 22 h à l'espace jeunes Gaïa à Pontcharra. Le thème des 4 éléments sera utilisé dans des séances biodanza et créativité : le feu le dimanche 18 novembre ; la terre le dimanche 19 janvier ; l'eau le dimanche 14 avril ; l'air le dimanche 19 mai. Ces cours se dérouleront de 13 h 30 à 18 h, en utilisant la vivencia, qui sera suivie d'un goûter partagé puis d'un temps de créativité.

> Les dimanches 28 octobre et 24 février seront consacrés à de la biodanza en famille, intergénérationnel et créativité. Ces cours se dérouleront de 14 h à 17 h/17 h 30, en utilisant la vivencia, qui sera suivie d'un goûter partagé puis d'un temps de créativité. Catherine Toussaint adapte la biodanza aux personnes en situation de handicap jeudi 11 octobre, de 14 h 30 à 16 h 30 à Crolles, non accessible aux fauteuils.

> Le samedi 24 novembre, de 15 h à 16 h 30, dans le cadre du mois de l'accessibilité, Danser sa vie sera à Grenoble, à La Bobine : ce sera accessible à tous et gratuit.

> Le dimanche 2 décembre, de 14 h 30 à 16 h 30, ce sera dans le cadre du mois de l'accessibilité à Pontcharra : la participation sera libre.

> Pour en savoir plus : 07 87 04 63 27 ou toussaintcatherine@orange.fr, ou <http://danser-sa-vie.wixsite.com/biodanza-creations> ou la page Facebook Danser sa vie.

ALLEVARD

Marie-Noël Hamache propose des ateliers sur l'écriture autobiographique

Marie-Noël Hamache vient de créer l'association La plume en chemin, née d'un changement de vie. Auparavant investie dans l'enseignement de la danse orientale, elle a dû quitter ce métier pour se tourner vers une activité moins physique. Et, elle s'est trouvée une passion pour l'écoute de la vie des gens et la retransmission de leur autobiographie par écrit.

Elle a suivi un cursus d'écriture biographique à l'Université de Lyon II, ainsi que des cours sur l'écoute et l'accompagnement des personnes en fin de vie. Elle s'est investie dans la biographie hospitalière pour des personnes en soins palliatifs. Et c'est là

qu'elle a découvert le bien-être que procure le fait d'exprimer par écrit son chemin de vie.

Écrire sa vie nécessite une certaine pratique qu'elle souhaite enseigner dans ses ateliers. « Les séances de travail que je propose consistent à donner les clefs pour écrire, par exemple, l'ordonnement d'un texte, le thème abordé, et aussi une forme de "coaching" pour arriver à une synergie de groupe, dans un cadre bienveillant et respectueux, qui permet de prendre plaisir dans le rythme de l'écriture ».

Marie-Noël propose aussi des formules plus personnalisées en faisant du coaching par internet (Skype), ou pour des relectures

d'écrits auxquels elle pourra apporter des conseils sur la structuration du récit.

Les ateliers d'écriture autobiographique sont pour les adultes, le jeudi de 17 h 30 à 20 h à la salle Mon Exil à Saint-Pierre-d'Allevard, et le mardi de 18 h à 19 h 30 à Allevard à la Maison des Forges. Pour l'atelier ados (à partir de la 3^e), c'est le mercredi de 13 h 45 à 15 h à Allevard, où les adolescents pourront découvrir une pratique plus ludique sur le récit de soi.

Martine MOUCHET

Renseignements au

06 12 67 94 51 ou à

laplumeenchemin@gmail.com



« L'écriture est comme un soin de l'âme, explique Marie-Noël. Il s'opère une magie qui permet au narrateur de s'exprimer et de se libérer, de découvrir que sa propre vie, c'est quand même quelque chose, et que l'on peut transmettre un cadeau unique, pour soi ou pour les autres. »

PONTCHARRA

C'est la rentrée numérique à la médiathèque



Quelques personnes ayant suivi les cours l'année dernière.



L'animateur du cours Denis Cooremans.

Pour ceux qui n'avaient pas pu s'inscrire aux ateliers numériques l'an dernier, bonne nouvelle : ils redémarrent !

Débutants ou utilisateurs plus aguerris, le médiateur numérique accueillera les intéressés en petits groupes. Le matériel est fourni si on n'est pas équipé.

L'atelier "Découverte informatique : premiers pas pour utiliser un PC (débutants)" sera proposé sur 4 dates : les mardis 25 septembre, 2 octobre, 16 octobre et 23 octobre, de 9 h 30 à midi.

L'atelier internet est décomposé en deux séances : la séance 1 "Débuter avec la navigation et la recherche"

aura lieu le jeudi 4 octobre, de 10 h à midi ; la séance 2 "Trucs et astuces avec le navigateur (paramètres, vie privée, supprimer la publicité)" le jeudi 11 octobre, de 10 h à midi.

Il y aura aussi un atelier "E-mail" décomposé en deux séances : séance 1 "Créer une boîte mail, envoyer et recevoir des mails" ; séance 2 "Trucs et astuces (gérer les spams, pièces jointes, groupes de contacts...)"

De nouveaux thèmes seront abordés proposés pour la rentrée : sécurité sur internet, smartphones.

A.B.

Inscription gratuite au 04 76 97 79 67.

PINSOT

Près de 500 visiteurs ce week-end au musée

Les Journées du patrimoine constituent chaque année un des moments forts de la vie du musée de Pinsot au même titre que l'opération "nuit des musées".

Une nouvelle fois, il y a eu affluence le week-end dernier puisque près de 500 visiteurs ont pu assister aux démonstrations qui sont la spécificité de cette structure. Pour l'occasion, le public a pu voir les deux dernières pressées d'huile de noix de la saison et la fabrication d'outils à la forge mue par le torrent voisin.

"La petite ferme animée" autour de Perrine et Thomas, a connu un beau succès avec notamment un atelier "laine et traite", une animation autour des moutons, lapins, poules, âne et chèvre de la ferme.

Le four à pain est en quelque

sorte un incontournable de ce type de journée et on s'est beaucoup pressé pour faire emplette de pains, viennoiseries, pizzas ou autres tartes à la praline.

Une exposition était cette année consacrée à l'aide apportée au lendemain de la guerre de 1914-1918 par les enfants de Pinsot au petit village de Manicamp dans l'Aisne, aide pour reconstruire l'école détruite. Ce retour sur le passé a fait l'objet d'une conférence de Georges Salamand sur la vie des enfants de Pinsot durant ce conflit.

Enfin, dimanche marquait la clôture des expositions temporaires et notamment du Salon de l'Outil Déchaîné. Qui-conque a visité ce salon a pu noter la progression constante dans la qualité des œuvres exposées. Stéphane Vaussenat,

maire de Pinsot, Philippe Langenieux-Villard, vice-président à la culture et au patrimoine de la Communauté de communes et maire d'Allevard, et Solange Deneuille, présidente de l'Afmapa, ont dévoilé le palmarès 2018 : Jacques Carezni obtient le Prix du public pour "Le Galion", Minella Gonon reçoit le prix de l'artiste en herbe pour "Ferrodactyle", Philippe Vandembusche reçoit le prix de l'artiste évadé pour "Le Grin Duk é Le Mire", tandis que Nicolas Ripoll pour "L'aiguilleuse du ciel" obtient le prix Achille Chaper et Sandra Païano le prix du taillandier pour "Pince bec à queue fourchue".

Plus d'informations sur le musée :

www.forgesmoullins.com.



"Le galion" de Jacques Carezni, prix du public.

LE CHEYLAS

Famille Évasion prend de la hauteur

Le soleil était de la partie en cette fin de semaine et l'association Famille Évasion avait programmé 2 sorties en montagne, l'une en Belledonne, l'autre dans les Vercors.

Jeudi matin, le groupe du jour se retrouve au rendez-vous habituel pour prendre la direction de la station du Collet d'Allevard. Départ du Super Collet, montée sur les pistes avant une grande traversée en forêt puis dans les alpages. Les randonneurs avalent les "montagnes russes" qui caractérisent ce parcours pour atteindre le col de Claran où les montagnes commencent à prendre une apparence automnale avant de gravir les crêtes



Le petit groupe de randonneurs au Moucherotte.

des Plagnes. Samedi, c'est le Moucherotte dans les Vercors qui était au programme et a permis aux randonneurs de mettre

Grenoble à leurs pieds. L'assemblée générale du club aura lieu samedi 6 octobre à 18 h à la salle des fêtes du Cheylas.

SAINT-MAXIMIN

Le village en fête le 22 septembre

Samedi 22 septembre, la municipalité et l'association Vivre à Saint-Maximin organiseront une journée de fête.

Cela commencera par le concours de pétanque traditionnel, en doublettes formées, ouvert à tous. On pourra s'y inscrire gratuitement, en famille ou entre amis, le jour même à partir de 13 h, sur le terrain de pétanque près de la mairie. Le début des parties sera à 13 h 30.

La remise des coupes en fin de concours sera

suivie d'un apéritif offert par la municipalité. La journée se conclura par une soirée cassoulet, sur réservation, avec un nombre de places limitées pour ce repas.

A.B.

Le repas, ouvert à tous et se déroulant à la salle Marie-Louise, sera maintenu quel que soit le temps.

Les réservations sont à faire auprès de Louis Paquet, au 06 98 48 48 05.

Repas à 15 euros.