VIVRE AUX ADRETS
Spécial Activités

Bulletin d'information de la commune des Adrets édité par le Conseil Municipal.

Août 2016 - N° 7

SOMMAIRE

Editorial
Les Adrets: Activités 2016/2017
Theys: Activités 2016/2017
Laval: Activités 2016/2017
Bibliothèque municipale
Jardin Exotique
Cantine
Lutins Campanais
Les Rendez-vous de Belledonne
Infos
On parle de nous - La Marmite
Infos Pratiques
Dernières Infos
Dossier de l'été - Arbres fruitiers

Vivre Aux Adrets
Périodique édité par la Mairie des Adrets (dépôt légal: 28 mai 2001)

Directeur de publication
Gérard Jourdan

Secrétaire de rédaction
Nadège Roussel

Rédacteurs
Les membres de la commission Communication avec l'aide d'habitants des Adrets

Service des lecteurs
Pour toute correspondance concernant le Vivre aux Adrets, contacter la mairie:
communedesadrets@gmail.com



Orphys bourdon trouvé dans nos prairies

Editorial

Chères Campanaises, Chers Campanais,

Le milieu associatif local présente cette année encore, un large panel d'activités sportives, culturelles et artistiques regroupées dans un même tableau, de nature à satisfaire le maximum d'adeptes. La municipalité, dans la mesure de ses moyens, favorise cette vie associative indispensable au lien social et c'est l'une de ses préoccupations que d'apporter son soutien aux associations, en terme de subventions mais aussi en mettant à disposition les infrastructures nécessaires à leur épanouissement (salles de sports, salle de réunion, etc..).
Les animateurs, tous très motivés, attendent votre visite le 3 septembre au forum des associations à Theys.
Bonne rentrée à tous,

Gérard Jourdan

Les Adrets : Activités Associatives et non associatives

Pour les activités dans les salles communales des Adrets

Une attestation d'assurance sera indispensable.

Cotisation pour frais courants (électricité, ménage…):

- **il est de 5€/an par adhérent (collecté par le responsable d'activité) pour toute activité dans une salle communale. Ce montant est noté (+ 5€/an frais courants) dans les tarifs ci dessous**
- **il est de 10€/Jour par association pour toute activité ponctuelle dans une salle communale. Montant notifié par (+10€/jour frais courants par groupe) dans les tarifs.**

Les inscriptions aux activités gérées par des associations se feront lors du Forum des associations, le samedi 3 septembre 2016 de 9h à 12h30, halle des sports à Theys. Pour les autres activités, s'adresser directement aux animateurs.

Retrouvez l'ensemble des activités ci dessous en format électronique sur le site de la Mairie http://www.lesadrets.fr rubrique Vie Locale / Programme d'Activités. Pour toute demande de mise à jour de ce tableau d'activités merci de contacter le service communication de la mairie des Adrets: communedesadrets+com@gmail.com

Les Adrets : Activités Artistiques & Culturelles Enfants

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Les ateliers d'Evodie		Vous avez envie d'apprendre le piano, le chant ou le solfège ? Ou encore de vous perfectionner ? Une salle de musique et son professeur peuvent vous accueillir aux Adrets, pour les 6 à 99 ans ! http://www.les-ateliers-devodie-50.webself.net/			
Evodie Amira 06 68 78 44 99 evodieamira@gmail.com	Dès 6 ans	.En fonction des groupes / Chez Evodie			Très peu de places vacantes
Sculpture		S'exprimer par le modelage tout en maîtrisant la technique. Travail en petit groupe pour un suivi personnalisé et convivial.			
Anne Tregloze 04 76 68 74 08 06 77 69 99 78 anne.tregloze@wanadoo.fr	7 à 12 ans	Stages enfants « Histoires de terres » 5 matinées en vacances scolaires Atelier à Villard château	100€ le stage inclut matériel et cuisson des réalisations		informations et dates sur www.tregloze.com page "stages enfants"
Théâtre au village L'Aventure Théâtrale		Objectifs: Inviter les jeunes comédiens au jeu théâtral, de manière ludique, en expérimentant le travail sur le corps, la respiration et la voix ; en abordant l'imaginaire, en apprenant diverses formes de langages, l'écoute et l'occupation des espaces. Un spectacle sera présenté au début du mois de juin.			
Contact et inscriptions: **Juliette SAVIOZ** Intervenant: Soizic VAUCLIN	7 - 10 ans 11 - 13 ans 13 - 15 ans	Enfants: Vendredi / 16h45-17h45 Pré-ados: Vendredi / 17h45-19h Ados: Vendredi / 19h-20h15 Salle: Pelloux Prayer	190 € (dont 10€ d'adhésion + 5€/an frais courants	23 septembre	Informations : juliette.savioz@yahoo.fr

Les Adrets : Activités Sportives & Danses Enfants

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Aïkido		L'Aïkido est un art martial japonais traditionnel et non violent. Pratiqué sans compétition, son enseignement se base sur des principes d'équilibre des énergies et de respect du partenaire. Il s'adresse aux hommes et aux femmes, sans limite d'âges, ni préparation spéciale.			
Franck BARTHELEMY 04 76 71 54 25 fbarthelemy05@gmail.com	Dès 5-6 ans	Mardi / 18h-19h / Pra-Pillou	90€/an +34€ d'adhésion à la fédération d'aïkido + 5€/an frais courants	Courant septembre	
Danse		**EVEIL À LA DANSE** : Le but des ateliers d'éveil est d'apporter aux enfants de manière ludique, des notions de mouvement et d'espace, et de leur permettre de créer leur propre gestuelle. Sur des musiques variées (musique du monde, classique, variétés...), les cours d'éveil permettent d'aborder les notions, d'expression, de rythmique, et de psychomotricité. **MODERN'JAZZ** : en modern'jazz, on commence l'apprentissage des pas de base et la coordination. Les enfants commencent à apprendre et à retenir des chorégraphies plus complexes qu'ils pourront présenter au spectacle de fin d'année.			
Laëtitia Dermaux 06 10 07 88 23 l.dermaux@gmail.com	Dès 4 ans (MS)	→ EVEIL À LA DANSE (MS/GS/CP): Mardi / 16h45-17h30 / Pelloux-Prayer → MODERN'JAZZ ou CLASSIQUE (du CP au CM1) Mardi / 17h30-18h30 / Pelloux-Prayer → MODERN'JAZZ/ CLASSIQUE (CM2 au Collège) Mardi / 18h30-19h30 / Pelloux-Prayer → MODERN'JAZZ (ados/adultes) Mardi / 19h30-20h30 /Pelloux-Prayer	190 €/an + 5€/an frais courants	20 Sept	Pour les MS/GS (Eveil à la danse), je propose de récupérer les enfants à la sortie de l'école : me contacter
Judo		Le Judo Club des Adrets propose aux enfants une activité d'éveil à cette discipline à partir de 5 ans, et d'initiation à la compétition pour les plus aguerris; nous prévoyons d'accueillir les familles des Judokas pour des démonstrations avant Noël ainsi qu'en fin de saison, une série de compétitions de niveaux appropriés aux enfants se déroulera au Printemps en association avec nos clubs amis à proximité. Notre professeur (de niveau Championnat National) apportera cette année à nouveau toute sa compétence et son contact privilégié avec les enfants, tout en les initiant aux valeurs du Judo: amitié, courage, sincérité, honneur, modestie, respect, contrôle de soi & politesse.			
Kamel Contact: **Martial Comminges** 04 76 71 08 61 06 88 23 81 12 judoadrets38@gmail.com	Dès 5 ans	Groupe 1: Vendredi / 17h30-18h30 / Pra-Pillou Groupe 2: Vendredi / 18h30-19h30 / Pra-Pillou Groupe 3: Vendredi / 19h30-20h30 / Pra-Pillou	1 Enfant: 130 €/an 2 Enfants: 200 €/an 3 Enfants: 240 €/an + 5€/an frais courants	18 Sept	
Karaté		Art martial destiné aux filles et aux garçons, qui développe souplesse, musculation, mémoire et coordination.			
Yves FAIS Contact : **David de Yparraguire** 04 76 13 41 65 davidlamarmite@gmail.com	Dès 5 ans	Enfants 5 à 7 ans: Lundi / 17h45-18h30 / Pra-Pillou Enfants 8 à 12ans: Lundi / 18h30-19h15 / Pra-Pillou Jeudi / 18h00-19h00 / Pra-Pillou	5 à 7 ans: 100 €/an 8 à 12ans: 120 €/an + licence Fédération Française : 34 € pour tous + 5€/an frais courants	Courant sept	Même tarif pour un ou deux cours par semaine
Zumba Collégiens		Des mouvements dansés adaptés aux enfants sur des musiques variées. Le cours est un moment d'amusement tout en pratiquant une activité physique dans une bonne ambiance.			
Carine Boutin 06 98 82 85 40 mouvalp@gmail.com	Collégiens	Lundi / 18h45-19h45 / Pelloux-Prayer	150 €/an + 10 € adhésion à l'association Mouv'Alp + 5€/an frais courants	Mi-sept	A partir de 10 inscriptions Cours d'essai gratuit

Les Adrets : Activités Sportives Adultes

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Aïkido		L'Aïkido est un art martial japonais traditionnel et non violent. Pratiqué sans compétition, son enseignement se base sur des principes d'équilibre des énergies et de respect du partenaire. Il s'adresse aux hommes et aux femmes, sans limite d'âges, ni préparation spéciale.			
Franck Barthelemy 04 76 71 54 25 fbarthelemy05@gmail.com	Adultes	Mardi / 19h-20h30 / Pra-Pillou	100€/an +53 € d'adhésion à la fédération d'aïkido + 5€/an frais courants	Courant sept	
Boxe		La M.D.C.G (Maitrise Défense Contrôle du Grésivaudan) est une association créée il y a 15 ans par Ameur BENOUAR. Elle est agréée jeunesse et sport et adhère à la FFSCDA (Fédération Française de Sport de Contact et Disciplines Associées). Ameur BENOUAR est responsable de la commission K1 Rhône-Alpes au sein de la FFSCDA. La M.D.C.G propose la pratique de sport de combat alliant défense, self-control et maîtrise du corps comme le kick boxing, le K1, le full contact. Actuellement l'association compte 14 champions de France dans les différentes disciplines.			
Ameur Benouar 07 87 46 30 21 ameur.protection@hotmail.fr	homme ou femme	Vendredi / 20h30-22h30 / Pra Pillou en loisir ou compétition	120 € /an + 5€/an frais courants		Minimum 3 participants
Danse modern'jazz		Voir description rubrique enfants			
Laëtitia Dermaux 06 10 07 88 23 l.dermaux@gmail.com	Ados Adultes	Mardi/ 19h30-20h30 / Pelloux	190 €/an + 5€/an frais courants	22 Sept	
Karaté		Art martial destiné aux filles et aux garçons, qui développe souplesse, musculation, mémoire et coordination.			
Yves Fais Contact : **David de Yparraguire** 04 76 13 41 65	Adultes	Lundi / 19h15-20h45 / Pra-Pillou Jeudi / 19h15-20h45 / Pra-Pillou	150 €/an + licence Fédération Française : 34 € pour tous + 5€/an frais courants	Courant sept	Même tarif pour un ou deux cours par semaine
Marche Nordique Finlandaise		Activité de **bien être en pleine nature**. Elle s'adresse à tous ceux qui désirent reprendre une activité, préserver la santé du cœur, garder la ligne, et améliorer leur aisance corporelle. Prépare aux activités sportives d'hiver. Echauffement, marche et ateliers, étirements. Pour pratiquer, votre tenue de jogging préférée suffit. Programme fournis par mail après inscription.			
Jean-Yves Gasser 06 13 77 00 57 jean-yves.gasser@alsatis.net	Adultes	Samedi / 10h / Parc de la Mairie Les lieux, horaires et rendez-vous, confirmation sur : www.belledonne-horizon.fr	1 Trimestre:90€ (Automne ou Printemps, 12 séances) 2 Trimestres: 142€ (Automne et Printemps, 25 séances) Trimestre Hiver:45€ (6 séances) L'année: 160 € (31 séances)	17 Sept	Durée 1h30 à 2h. Echauffement, marche et ateliers, étirements. Le cours sera assuré avec un minimum de 8 inscrits et 15 maximum
Pilates		Le Pilates est une méthode douce qui a pour objectif le renforcement des muscles profonds, l'alignement et la stabilité du corps. Les exercices pratiqués avec du petit matériel (cercle, ballon, élastique), sollicite les muscles posturaux, c'est-à-dire les muscles profonds des abdominaux et du dos.			
Laëtitia Dermaux 06 10 07 88 23 l.dermaux@gmail.com	Adultes	Mardi / 19h30-20h30 / Pelloux-Prayer Mercredi / 19h-20h / Pra-Pillou	220 € /an + 5€/an frais courants	20 Sept	12 personnes max Séance d'essai gratuite Possibilités de faire des cours à domicile (Particulier ou petit groupe de 4 personnes)

Les Adrets : Activités Sportives Adultes (suite)

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Qi gong Nature **Association Energie Ressource**		Apprentissage de différentes séries de mouvements pratiqués dans la lenteur et favorisant concentration, détente et vitalité.			
Pascale Eyraud 06 68 93 80 60 pascale.eyraud@orange.fr	Adultes	Jeudi / 19h15 – 20h30 / Pelloux-Prayer ou cour école	120 € / an + 5€/an frais courants	29 Sept → 1 Juin	Stage d'été : 5 jours / 1h de cours dans la nature , au lever du soleil « Porte ouverte », pour un cours d'essai, tout au long de l'année, sur inscription
Yoga		« Le yoga, un chemin vers une meilleure connaissance de soi, une harmonie entre corps et mental, une ouverture à plus grand que soi ». Mouvements et postures simples, adaptés à chacun, travail sur le souffle alliant rigueur et plaisir. Professeur diplômé de la fédération de yoga Viniyoga			
André Griot 04 76 71 02 94 griot.peyre@wanadoo.fr	Adultes	Mercredi / 18h30-19h45 / Pelloux-Prayer	45 €/ trimestre + 5€/an frais courants	Courant sept	Petit groupe ouvert aux débutants
Zumba		La Zumba® est un programme d'entraînement complet sans "contraintes", alliant les éléments de fitness : cardio et renforcements musculaires, mêlés à la danse facile à suivre. Restez en forme et gardez la ligne en bougeant sur des rythmes variés et sur fond de musiques latines et internationales bourrées d'énergie.			
Carine Boutin 06 98 82 85 40 mouvalp@gmail.com	Ados Adultes	Lundi / 20h-21h10 / Pelloux-Prayer	170 €/an +10 € adhésion à l'association Mouv'Alp + 5€/an frais courants	Mi Sept	Tous Niveaux Cours d'essai gratuit

Les Adrets : Activités Artistiques & Culturelles Adultes

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
NOUVEAU !! Chorale "La Chantarine"		Chanter c'est bon pour la santé! Venez rejoindre une chorale très conviviale qui répète tous les mardi et donne environ 5 concerts par an. Nous sommes particulièrement à la recherche de voix masculines.			
Denis Secher 06 84 00 01 64 denis.secher67@gmail.com	Adultes	Tous les mardi / 20h15 - 22h15 / Salle de motricité école de Theys	70 € à l'année	6 Sept	
Couture		Reconnaître les différentes matières et leurs utilisations, choisir et utiliser un patron, apprendre à transformer un patron, reproduire un modèle simple, apprendre à monter un vêtement transformer ou personnaliser un vêtement, apprendre à faire des retouches.			
Hélène Prost 06 77 52 91 00 heleymes@gmail.com	Adultes	Cours de 3 heures : Lundi / 18h-21h / Mairie	Au trimestre (10 cours) 15 €/cours + 5€/an frais courants	14 Sept	Chacune travaille sur sa machine à coudre A partir de 5 inscrits
Autour de la terre		Les premiers cours sont dirigés afin de vous initier aux différentes techniques du modelage puis chacun partage son savoir et expérience dans la bonne humeur.			
Carole Buscarinil 04 76 71 07 44 carole.buscarini@gmail.com	Adultes	Mercredi / 20h30 / Mairie	L'année: 120 € ou 15 séances: 60€ +Adhésion :10€/an + 5€/an frais courants	Courant Sept	Réunion et inscription au premier cours et ce jusqu'à fin 1er trimestre
Sculpture		Modelage avec modèle vivant, stages sur matériaux divers (terre, plâtre, grillage, cire ...) Ouvert à tous niveaux, débutants à confirmés. Ambiance conviviale et créative dans un atelier de sculpture.			
Anne Tregloze 04 76 68 74 08 06 77 69 99 78 anne.tregloze@wanadoo.fr	Adultes	Cours ou WE sur l'année Stages d'été juillet-août Atelier à Villard château	variable suivant les cours ou stages.		Tarifs et programme sur www.tregloze.com
Vannerie		Dans une ambiance conviviale, façon « veillée », venez découvrir ou vous perfectionner en Vannerie, activité hivernale traditionnelle de notre village			
Marie-Jeanne Sillat 04 76 71 09 92 marie-janne.sillat@wanadoo.fr	Adultes	Jeudi / 20h / Mairie Tous les 15 jours après le 11 novembre 2016 jusqu'au printemps	85 € environ (avec fournitures.) Confirmation à la rentrée du tarif exact. + 5€/an frais courants	17 Nov	

Theys (Arc en Ciel) : Activités Sportives & Artistiques & Culturelles Enfants

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Arts Plastiques / Graphiques		Découverte et initiation aux arts plastiques multi techniques : crayon, craie, collage, peinture			
Sophie Dody	Enfants Primaire Collégiens et +	Lundi/ 16h25-17h55 / Entrée halle des sports Lundi/ 18h00-19h30 / Entrée halle des sports	30 € / Matériel fourni 98 € / Matériel fourni	12 sept	7 inscrits minimum Atelier de 10 séances
Eveil Musical		Découverte et initiation aux instruments de musiques et au chant			
Annabelle Alessandroni Baruteau	Enfants MS-CP+	Samedi/ 9h30-10h30 Salle belledonne	175€	24 sept	7 inscrits minimum
Danse		**EVEIL À LA DANSE** : découverte et exploration des différents fondamentaux de la danse : corps, espace, le temps, la relation aux autres à travers des temps d'échauffement, d'improvisation et apprentissage de phrases chorégraphiques. **DANSE CONTEMPORAINE** : Approfondissement des fondamentaux de la danse : corps, espace, le temps, la relation aux autres. Organisation du cours : échauffement, improvisation, apprentissage de pas techniques, travail de création, chorégraphie artistique en fin de cours			
Faustine Laruelle	MS/GS/CP CE CM))	EVEIL À LA DANSE: Vendredi /16h-16h45 / Salle Belledonne DANSE CONTEMPORAINE Vendredi /16h50-17h50 / Salle Belledonne DANSE CONTEMPORAINE Vendredi /17h55 – 18H55 / Salle Belledonne	155€/an 185€ 185€	23 sept	Groupe de 7 à 10 élèves
Breakdanse HipHop		**EVEIL À LA DANSE** : découverte et exploration des différents fondamentaux de la danse : corps, espace, le temps, la relation aux autres à travers des temps d'échauffement, d'improvisation et apprentissage de phrases chorégraphiques. **DANSE CONTEMPORAINE** : Approfondissement des fondamentaux de la danse : corps, espace, le temps, la relation aux autres. Organisation du cours : échauffement, improvisation, apprentissage de pas techniques, travail de création, chorégraphie artistique en fin de cours			
Geoffroy Durochat	CM Confirmé 1 Confirmé 2	Jeudi/16h15-17h45 / Salle Belledonne Jeudi/17h45-19h15 / Salle Belledonne Jeudi/19h15-20h45 / Salle Belledonne	220 €	22 sept	Groupe de 7 à 10 élèves
Théâtre		Objectifs: Inviter les jeunes comédiens au jeu théâtral, de manière ludique, en expérimentant le travail sur le corps, la respiration et la voix ; en abordant l'imaginaire, en apprenant diverses formes de langages, l'écoute et l'occupation des espaces. Intervenant : Soizic VAUCLIN			
Soizic Vauclin	CP-CE CM 6ème-4ème 4ème-3ème Lycéen	Mardi / 16h15-17h15 / Salle Belledonne Lundi / 16h15-17h15 / Salle Belledonne Lundi / 17h30-18h30 / Salle Belledonne Mardi / 17h30-18h30 / Salle Belledonne Mercredi / 18h30-20h00 / Salle Belledonne	170 € 220 €	12 sept 21 sept	La composition des groupes n'est pas définitive. Elle sera déterminée selon les inscriptions et adaptée à l'âge des enfants

Theys (Arc en Ciel) : Activités Sportives & Artistiques & Culturelles Adultes

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Couture		Cours de couture avec patronage, fiches techniques. débutants sept à décembre Belledonne (fils surjeteuse fournis). Chaque participant fait ses propre créations.			
Jocelyne Chardon	Adultes débutants Adultes Confirmés	Septembre à Décembre Lundi / 19h10-21h10 / Salle Belledonne Janvier à Mars Lundi / 19h10-21h10 / Salle Belledonne	170 €		3 à 6 personnes Max
Gym		Échauffement articulaire et circulatoire, alternance de travail cardiorespiratoire, équilibre, renforcement musculaire adapté, souplesse, retour au calme			
Cathy Vialette	Adultes	Mercredi/ 10h-11h / Salle Belledonne	190 €/ Sept à Juin		8 à 15 Personnes
Gym		Échauffement, alternance de travail cardiorespiratoire, équilibre, renforcement musculaire adapté, souplesse, retour au calme			
Elodie Julien	Adultes	Jeudi / 20h45-21h45 / Halle des Sports	190 €/ Sept à Juin		à partir de 8 Personnes
Pilates		Le Pilates est une méthode douce qui a pour objectif le renforcement des muscles profonds, l'alignement et la stabilité du corps. Les exercices pratiqués avec du petit matériel (cercle, ballon, élastique), sollicite les muscles posturaux, c'est-à-dire les muscles profonds des abdominaux et du dos. Travail en profondeur			
Laëtitia Dermaux	Adultes	Mercredi / 9h-10h	190/ Sept à Juin	20 Sept	8 à 15 Personnes
Théâtre		Initiation au théâtre : mise en espace, jeu corporel, jeu avec masques, jeu sur texte			
Soizic Vauclin	Adultes	Mercredi / 20h30-22h30 / Salle Belledonne	295 €		à partir de 5 personnes
Yoga					
Olivier Mondon	Adultes (tout public)	Mercredi / 19h30-21h / Salle de Motricité	190 €/ Sept à Juin	20 Sept	5 à 15 Personnes

Arc en Ciel, Association Loi 1901, Agrément Jeunesse et Education Populaire n°38 08 161, membre de la FRAG.

L'Adhésion Arc en Ciel est de 22€ pour 1 enfant, 25€ pour 1 adulte et 30€ pour une famille.
Nous avons été obligés cette année d'externaliser la paie de nos professeurs pour nous mettre en conformité avec la nouvelle législation à venir sur le prélèvement des impôts à la source. Ce coût supplémentaire a été reporté sur l'adhésion de façon à ne pas pénaliser les familles qui pratiquent plusieurs activités.
Toute inscription comprend :

- la fiche d'inscription dûment remplie
- Le règlement : chèque à établir à l'ordre d'arc en ciel.

Pour pouvoir faire un cours d'essai, il faut avoir réglé son adhésion à Arc en Ciel.
Inscription au Forum des associations le samedi matin 3 septembre 2015, halle des sports de 9h à 12h. Vous pouvez télécharger la fiche d'inscription sur notre site : http://arcencieltheys.free.fr

Pour tous renseignements, appeler le **06 49 34 91 71** ou par email : arcencieltheys@free.fr . Laissez un message et nous vous répondrons dans les meilleurs délais.
Début des activités : **Lundi 19 septembre 2016**. Excepté pour les activités du lundi : Yoga, art plastique et theatre CM-collège 6e-4e qui démarreront le **12 septembre** du fait de nombreux lundi fériés cette année. Fin des activités enfant **samedi 10 juin** sauf pour les activités art plastique et theatre CM-collège 6e-4e qui finiront le **12 juin** pour la même raison. Fin des activités adulte **jeudi 22 juin**.

Laval (AIVL) : Activités Sportives & Artistiques & Culturelles Enfants

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Cirque					
	CE2-CM1	Mardi / 16h45-17h45 / Salle Beldina	170 €		Minimum 6 enfants
Danse Eveil					
Laetitia Michel	3 à 4 ans	Jeudi / 16h45-17h45 / Salle Beldina	145 €		Minimum 7 enfants
Danse Expression Corporelle					
Laetitia Michel	4 à 6 ans	Jeudi / 17h45-18h45 / Salle Beldina	145 €		Maximum 7 enfants
Danse Hip hop / Street Dance					
Laetitia Michel	7 à 11 ans	Jeudi / 19h-20h / Salle Beldina	145 €		Maximum 7 enfants
Dessin (techniques mixtes)					
Alice THIRION 04 76 71 19 65	Enfants Ados	Mardi / entre 17h4 et 21h / Salle Beldina	200 €		Minimum 7 enfants Cours de 1h30 minimum
Gymnastique					
Laetitia Michel	Enfants de l'école élémentaire (groupe homogène)	Lundi / 16h45-17h45 / Salle Beldina	150 €		Minimum 7 enfants
Musique chant-technique vocale		Isabelle Houver / 06 42 11 10 55 Heures à préciser à la rentrée			
chant technique vocale	cours individuels	Mercredi(après-midi) à préciser (1/2h) / Salle de Musique	475€		
chorale	ados/adultes enfants	Mercredi(après-midi) à préciser (1h) / Salle Beldina	200€ 185€		Minimum 7 inscrits
Eveil musical	enfants 4-6 ans	Mercredi(après-midi) à préciser (1h) / / Salle Beldina	175€		Minimum 7 inscrits
Solfège	niveau 1 et 2 / niveau 3 et 4 (savoir lire)	Mercredi / 14h35-16h05 / Salle Beldina	210€		
Flûte	cours individuels (savoir lire)	Jeudi / 15h30 - 16h / Bibliothèque Jeudi / 21h - 21h30 / Bibliothèque	470€		
Piano	cours individuels (savoir lire)	Lundi / 16h30 - 17h / Salle de Musique Lundi / 21h - 21h30 / Salle de Musique	470€		
Guitare	cours individuels (savoir lire)	Mardi / 16h30 - 17h / Salle de Musique Mardi / 21h - 21h30 / Salle de Musique	470€		

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Poterie Modelage		Cours sur Tour de potier sur demande			
Hélène Guinet 06 87 37 28 53	6-11 ans	**vacances scolaires Toussain:** Mercredi 19/10 → Vendredi 21/10 / 14h-16h **vacances scolaires Noël:** Lundi 19/12 → Mercredi 21/12 / 14h-16h (à confirmer) Dates 2017 à définir	55€ (matières et cuissons comprises)		Stage de 4 à 8 inscrits
Théâtre		Cours de couture avec patronage, fiches techniques. débutants sept à dec Belledonne (fils surjeteuse fournis). Chaque participant fait ses propre créations.			
Alice THIRION 04 76 71 19 65	Enfants Ados	Mardi / 16h45-17h45 / Planeyssard Mardi / 17h45-18h45 / Planeyssard	180 €		

Laval (AIVL) : Activités Sportives & Artistiques & Culturelles Adultes

Animateur	Public	Jour/Heure/Salle	Tarif	Démarrage	Info complémentaires
Danse		Bar au Sol			
Axelle Fournier	Adultes	Jeudi / 20h-21h30 / Salle Motricité	300 €		
Poterie Modelage		Cours sur Tour de potier sur demande			
Hélène Guinet 06 87 37 28 53	Adultes Personnes confirmées	Mercredi ou Vendredi / 19h30-22h / Planeyssard Samedi / 9h-13h / Planeyssard (Jusqu'à Noël) Dim. / 14h-18h / Planeyssard (Jusqu'à Pâques) Samedi / 9h-13h / Planeyssard (Jusqu'à l'été)	1 trim: 115€ 3 trim: 308€ (matières et cuissons comprises) A préciser		Cours 4 inscrits au minimum / 1 séance par quinzaine atelier participatif Terralaval
Sophrologie					
Marylène Bussierre 06 03 97 90 09	Adultes	Mardi/ 20h30-21h30 / Salle Beldina Mercredi / 19h30-20h30 / Salle Motricité Samedi / 9h15-10h15 / Salle Beldina Samedi / 11h-12h / Salle Beldina	290 €		
Yoga					
Jean-Claude Tomio	Adultes	Jeudi / 19h30-20h45 / Salle Beldina	210 €		

Présentation des activités le **Vendredi 9 septembre 2016 de 18h30** à 21h salle Beldina

Adhésion **AIVL**: **15€ une activité / 20€ multi activités**

Les tarifs sont fixés pour **30 cours** (hors vacances scolaires)
Date de début des cours: la semaine du **19 septembre 2016**
Pour tous renseignements sur l'association, merci de contacter **Corinne THOLLET** au **06 32 75 80 52**

Partenaire UICG:

UICG: Université InterCommunale Grésivaudan (cours et conférences) "Le savoir pour tous, près de chez soi"

L'offre UICG concernant les cours, les conférences, les ateliers, s'est encore étoffée cette années dans les domaines Sciences, Lettres, Arts, dans les différents communes partenaires de la vallée.
Infos sur le site www.uicg.fr et brochures à la Marmite, en Mairie et à la bibliothèque.

Jean Pierre ROUET

Bibliothèque municipale des Adrets

Horaires - Mardi : 17h - 18h30
- Mercredi : 11h30 - 12h30
- Vendredi : 16h - 19h
- Samedi : 11h - 12h

Ouverture restreinte pendant les congés scolaires (affichage)

La bibliothèque propose aussi une **permanence "hors les murs"** le mercredi de 9h à 11h à " La Marmite", place du village.

Adhésion
individuel : 10 euros / couple : 13 euros
enfant et jeune jusqu'à 18 ans : gratuit

Prêt gratuit de livres aux adhérents :
Deux livres par enfant
Quatre livres pour un individuel
Sept livres pour une famille.

Une **boîte de retours** est à votre disposition..

Réservations possibles de livres auprès du Service de Lecture Publique de l'Isère (SLPI)
La bibliothèque fait partie du **réseau des bibliothèques du Grésivaudan.** Avec le Pass culture, fourni par votre bibliothèque, vous pouvez emprunter gratuitement des livres dans toutes les autres bibliothèques de la communauté de communes du Grésivaudan et **accéder à la médiathèque en ligne de Crolles** (autoformation, vidéo à la demande, presse...).

Animations
- TAP Les Lutins Lecteurs, chaque lundi (dans le cadre péri-scolaire).
- Visites conférences aux expositions temporaires du Musée de Grenoble
- Animations diverses et soirées cinéma en partenariat avec "La Marmite"

La Grainothèque (échange et partage libres de semences et de bons conseils entre jardiniers) est en permanence accessible à la bibliothèque, aux heures d'ouverture, et à "La Marmite" le mercredi matin.

Vous trouverez à la bibliothèque des livres, DVD et CD.
Une partie des collections est renouvelée régulièrement, vous y trouverez des nouveautés tout au long de l'année.

Renseignements et inscriptions aux heures d'ouverture de la bibliothèque (bâtiment de l'école)
Tel : 09 64 47 83 38 courriel : bibliotheque.abab@laposte.net

Les associations

Un Jardin exotique aux Adrets !!

Dimanche 4 Septembre 10h → 16h - Parc de la mairie



L'exposition **"UN JARDIN AUX ADRETS"** se veut un endroit d'échange, de rencontre, un lieu pour rêver, flâner, découvrir des créations artistiques d'autodidactes, ou de groupes pratiquant une activité de création sur la commune..

Chaque année un fil conducteur relie les oeuvres..
Cette année le thème de l'exposition est **"L'EXOTISME" ...**



A partir de 10h le 4 Septembre le parc de la Mairie deviendra donc "un jardin EXOTIQUE"..
Venez vous balader le temps d'une pause ou la journée entière... Un apéritif sera offert par l'association autour du four à pain .
Venez partager votre pique-nique en notre compagnie..

Le jardin est ouvert à toute manifestation artistique (dessin, peinture, sculpture, et pourquoi pas chant, musique, lecture) autour de l'exotisme ! ***N'hésitez pas à nous contacter.***

L'Atelier Autour de la Terre: contacts
(Carole) carole.buscarini@gmail.com **(Katia)** katiamarlin@yahoo.fr

Cantine Scolaire



Vous avez la chance d'avoir un enfant scolarisé sur notre commune et vous avez donc besoin d'un service de restauration pendant la pause méridienne de la journée scolaire des lundi, mardi, jeudi ou vendredi...
La commune, dans sa séance du conseil municipal du 30 octobre 1952, a souhaité créer une cantine scolaire pour les 8 enfants scolarisés à l'école des Adrets. C'est un service public administratif facultatif dans les compétences d'une commune.
La particularité pour Les adrets est que cette gestion est associative de fait depuis 1952-53 et constituée en association loi 1901 depuis les années 80... C'est pourquoi des parents se sont impliqués depuis bien longtemps pour faire manger nos chérubins dans les meilleures conditions. Aujourd'hui, l'ensemble des familles ayant un enfant scolarisé bénéficie au moins une fois par an des services de l'association. Cela représente 140 enfants d'une centaine de familles pour près de 18000 repas par an pour un tarif à partir de 2,80 euros par repas.

Il a donc fallu dès 2012, passer un accord de partenariat avec la Mairie pour préciser et organiser le rôle de chacun. Les objectifs partagés pour définir le cadre, les modalités et les répartitions des missions sur lesquelles chacune des parties (Mairie et association) s'engagent sont :
• Offrir une alimentation saine, variée et équilibrée aux enfants dans le cadre des textes en vigueur,
• Proposer ces repas à un bon rapport qualité/prix,
• Mettre à disposition les moyens humains nécessaires à la préparation des repas et à l'encadrement des enfants dans le respect des normes d'hygiène en vigueur,
• Participer et faire vivre l'économie locale autant que possible.

L'association a pour intérêts principaux la recherche et le choix des fournisseurs afin de maîtriser la nature et l'origine des produits consommés. Il est de plus, instituée dans ses statuts et l'accord de partenariat, une partie du travail qui est entièrement dévolue à l'association ; il s'agit principalement de :

- la confection des menus dans les règles de l'art,
- le paiement mensuel des fournisseurs,
- l'archivage et le contrôle des factures,
- le suivi du budget,
- la présentation du bilan annuel, des simulations d'évolution et des tarifs,
- le reversement à la commune d'une partie des recettes familles (25% en 2015) pour la participation au fonctionnement de la cantine,
- les inscriptions et enregistrements des familles,
- le recueil et la saisie des modifications d'inscription (repas en plus en moins),
- l'établissement et la diffusion des factures aux adhérents,
- le recouvrement des règlements et de l'encaissement,
- les réponses aux courriers et mails,
- la sensibilisation pédagogique à la nourriture,
- les événements festifs.

Il est indéniable que chaque parent a des compétences qui peuvent correspondre aux tâches à effectuer pour l'intérêt collectif.

Il est aussi évident que s'il y a un manque de bénévoles et que ce service n'était plus assuré par une association cela ne pourrait certainement pas se faire avec un tarif de repas en dessous de 3 euros ainsi qu'une qualité nutritive composée de produits le plus souvent frais, locaux et tendant vers le bio comme actuellement.

Déjà, en raison du manque de bénévoles, les conditions de modification d'inscription sont devenues moins souples ces dernières années. Si cela n'est plus assuré par une gestion associative et bénévole des parents, la collectivité sera contrainte de prendre des mesures coûteuses.

C'est pourquoi, l'ensemble des parents est invité à s'engager dans l'Association Cantine scolaire de l'école. Vous pouvez d'ores et déjà prévoir de participer à notre assemblée générale qui se déroulera le samedi 17 septembre au matin. La date est fixée avec l'École en fête, autre association importante pour la vie de nos enfants scolarisés sur la commune. Nous diffuserons la convocation par courriel et lors de la réunion de rentrée de l'école.

Le conseil d'administration sortant et démissionnaire d'office,
Delphine, Sandie, Carole E, Marie, Laetitia, Sigolène, Carole G, Karine, Soizic, Marion, Marc et Donatien

Centre de loisirs des Lutins Campanais

L'association des lutins campanais (ADLC) propose tout au long de l'année ponctuellement des sorties pour les jeunes adolescents âgés de 10 à 14ans: laser game, ciné, bowling, randonnées....

Si vous souhaitez recevoir les infos sur les sorties, contactez nous à: associationdeslutinscampanais@gmail.com ou 06 87 61 70 29
Notre assemblée générale aura lieu le Mercredi 14 septembre à 18h45 en salle de mairie.

Marjorie/ Association Des Lutins Campanais

Ça se passe chez nous



Pour cet automne, plusieurs manifestations, organisées en partenariat avec l'**UICG** et la Communauté de Communes **Le Grésivaudan**, vont animer nos villages du balcon, de Theys à Saint-Mury.

- **Rencontres – Cinéma :** elles se dérouleront en fin d'après midi les premiers dimanches de chaque mois, de septembre à février. Thémes, dates et lieux pour la saison 1 ci-après.
- **Week end Mycologie :** fin septembre à **Theys**, précisions ci-dessous.

Rencontres – Cinéma

Dans le prolongement de la projection du film « ***DEMAIN*** » à Laval et Theys :



Extraits du film suivis d'un débat

- **4 septembre 2016 :** Les Adrets (18 h)
  Thème : L'éducation, ***salle Pelloux-Prayer***
- **2 octobre 2016 :** Laval (18 h)
  Thème : la transition énergétique
- **6 novembre 2016 :** Saint Mury (17 h 30)
  Thème : une économie pour demain
- **4 décembre 2016 :** Les Adrets (17h 30)
  Thème : réinventer la démocratie
- **8 janvier 2017 :** Theys (17 h 30)
  Thème : l'agriculture
- **5 février 2017 :** Cloture de la saison 1 avec la diffusion du film « ***En quête de sens*** »

Dimanche 4 septembre, 18 h Les Adrets

Un extrait du film "DEMAIN" portant sur l'éducation sera présenté salle Pelloux Prayer. Il sera suivi d'un débat auquel participeront ***les ateliers du possibles*** et ***GIP38***.

L'atelier des possibles se veut une école démocratique, elle propose une alternative à l'école traditionnelle et s'appuie sur des apprentissages autonomes autour d'une démocratie autogérée où un pouvoir égal est donné aux élèves. L'atelier des possibles ouvrira en janvier 2017 à St Blaise du Buis.

GIP38 s'inclue dans **RECit** (Réseau des Ecoles de Citoyens) qui est une association, dont le projet est né en **2002** à Porto Alègre au Forum Social Mondial, de la nécessité de mettre en réseau les organisations œuvrant à la **construction d'un « altermonde »**, à partir de la transmission de la citoyenneté et préparer les hommes et les femmes à devenir acteurs de leur vie, citoyens d'un monde solidaire.
Cette soirée est organisée avec le soutien de ***la Campanaise*** aux Adrets, ***Arc en Ciel*** à Theys, l'**U**niversité **I**nter**C**ommunale du **G**résivaudan, la Communauté de Communes ***Le Grésivaudan***, le ***Comté du Vorz*** à Ste Agnès et St Mury et ***AIV*** à Laval.

Weekend « Mycologie » - 24, 25 ,26 septembre 2016 à Theys

- **Samedi 24 septembre :**
  Le matin : sortie* sur le terrain encadrée par ***Jean Luc Fasciotto***
  L'après midi : atelier de détermination dirigé par *Jean Luc Fasciotto*, dans la ***salle Belledonne***
- **Dimanche 25 septembre :**
  Exposition ***Salle Belledonne*** (10h-12h /14h 18h), avec échantillons et planches explicatives en présence de spécialistes. Entrée libre.
- **Lundi 26 septembre :**
  Ouverture aux écoles de Theys, de Laval et des Adrets.

Cette manifestation est organisée par **Theys Patrimoine**, avec le soutien de l'**UICG** et la Communauté de Communes **Le Grésivaudan**.

*La ***sortie est réservée*** aux membres des associations locales ou adhérents de l'UICG, ***inscription préalable indispensable***.
Informations pratiques et inscriptions : zite.duclot@wanadoo.fr tel : 06 51 28 99 48 ou www.uicg.fr puis : balcons@uicg.fr

Projets Locaux

Grési21, projet local citoyen en route pour la transition énergétique !

Depuis plusieurs mois, une dynamique citoyenne prend forme sur le territoire du Grésivaudan. L'objectif ? Associer citoyens, collectivités et entreprises locales pour développer la production d'énergies renouvelables sur le territoire. Cette démarche initialement déployée sur quelques communes se développe actuellement de part et d'autre de la vallée.

Les communes de Ste Agnès, Les Adrets et Laval vous proposent de vous rassembler à l'occasion d'une réunion publique d'informations. **Une première réunion publique se déroulera aux Adrets, salle Pelloux Prayer le jeudi 6 octobre à 20h30.**

Vous avez une toiture a priori bien exposée pour y mettre des capteurs photovoltaïques ?

Ou vous souhaitez soutenir financièrement un projet de transition énergétique citoyen en plaçant votre épargne ?

Ou vous souhaitez vous impliquer dans la démarche en apportant de votre temps ou de votre expérience, ou tout simplement donner votre avis ?

Venez en discutez !

Plus d'information sur https://gresi21centralesvillageoises.wordpress.com/

La commission Energie

On parle de nous

La marmite des Adrets

Voici un article paru sur le journal Terres Dauphinoises qui résume bien l'esprit Marmite !

La Marmite est un lieu de restauration, café, épicerie ainsi qu'un espace de rencontre.

Elle s'articule autour de trois pôles majeurs que sont les services, la convivialité et l'animation afin de créer un lieu de rencontres intergénérationnelles répondant au mieux aux attentes des Campanais (habitants des Adrets) mais aussi proposer un lieu original et singulier qui attire gens de passage et extérieurs.

Cette société, de forme SARL, existe grâce à un collectif d'entrepreneurs. Une structure SCIC (Société Coopérative d'Intérêt Collectif) issue de l'économie sociale et solidaire, permet d'impliquer différents acteurs dans le projet afin de garantir sa durabilité et sa politique à vocation d'intérêt collectif.

Plus d'infos sur:
http://www.lamarmitedesadrets.fr/



Belledonne

INITIATIVE

La Marmite, un bistrot sauvé par ses clients

Le café épicerie La Marmite aux Adrets fait travailler salariés et marmitons bénévoles.

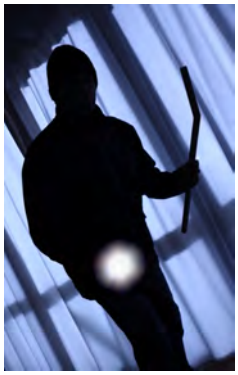
Elle revient de loin, cette Marmite ! Après plusieurs expériences malheureuses, les habitants des Adrets-en-Belledonne ont décidé de sauver leur bistrot. En 2014, une vingtaine d'entre eux se sont associés pour relancer le dernier commerce du village avec les moyens du bord. Soutenus par la municipalité, ils ont commencé par monter un projet articulé autour de trois pôles (restauration, services et animation), puis cherché des financements. Un KissKissBank et pas mal de démarches plus tard, le Caf'épicerie-Rest'autrement des Adrets a ouvert ses portes. A sa tête, un collectif de vingt membres fondateurs, chargé de gérer l'ensemble du projet, depuis la rédaction des statuts (une société coopérative d'intérêt collectif) jusqu'aux aménagements, en passant par l'approvisionnement, le choix des fournisseurs (locaux pour la plupart), l'embauche de deux salariés et l'animation du lieu.

Epicerie locavore

Sensiblement différente de la démarche des Bistrots de pays, cette initiative collective n'en partage pas moins le même objectif : devenir le point central de la vie du village. Du mardi au samedi, la Marmite des Adrets propose une restauration soignée (à midi), un bar et une épicerie « locavore » privilégiant autant que faire se peut les circuits courts, voire bio. On y trouve aussi bien les œufs, le pain, le miel, les laitages, les glaces et les salaisons de Belledonne que les sirops Bigallet ou les gourmandises du Vercors. Grâce à une clientèle d'habitués et de villageois qui jouent le jeu, Alexandre et Amélie, deux salariés aussi accueillants que bons cuisiniers, font tourner la structure tout au long de l'année. Quand ils sont en repos, le dimanche notamment, une armée de 90 marmitons prend le relais pour faire vivre le lieu. Car *La Marmite* ne se contente pas de nourritures terrestres. Elle accueille également nombre d'événements festifs et culturels tout au long de l'année (concert, théâtre, lecture, ciné-rencontre...), en soirée notamment. Une histoire qui fleure l'utopie, mais qui fonctionne bel et bien aujourd'hui, au cœur d'un village de montagne. ■

MB

Vols et cambriolages : prévention et conseils



Les cambriolages sont en augmentation dans beaucoup de communes, et pas seulement pendant les vacances. Pour éviter les vols en ville comme à la campagne, certaines précautions sont à prendre. Les conseils à connaître pour prémunir votre maison ou votre appartement contre les intrusions.

Aucun appartement ou maison ne peut être protégé à 100 %. Un cambrioleur expérimenté parviendra toujours à trouver le moyen d'entrer par effraction dans un domicile. L'important est de ne pas tenter les cambrioleurs et de prévoir des dispositifs assez dissuasifs pour que votre logement ne devienne pas une cible potentielle.

Avant d'investir dans des systèmes sophistiqués, sachez que les précautions les plus utiles reposent avant tout sur le bon sens. Une grande partie des risques pourront être évités si vous êtes suffisamment attentif au quotidien. Sachez dans tous les cas qu'un cambriolage peut avoir lieu aussi bien :

- le jour que la nuit (matin ou après-midi) ;
- en votre présence qu'en votre absence.

Au quotidien

Protéger ses accès

Les cambrioleurs n'ont besoin que de quelques minutes pour entrer chez vous et trouver ce qui les intéresse (argent, bijoux, or, clés de voiture...). Pensez donc à **toujours fermer votre porte à clé** lorsque vous quittez votre domicile, y compris lorsque vous vous absentez pour une courte durée, y compris votre jardin. Installez des équipements adaptés et agréés (volets, grilles, éclairage programmé, détecteur de présence, systèmes d'alarme). Équipez votre porte d'un système de fermeture fiable, d'un moyen de contrôle visuel (œilleton), d'un entrebâilleur. Si vous avez un système d'alarme chez vous, pensez également à l'enclencher même pour une absence de courte durée (une course, la promenade du chien, etc.). Si vous vous absentez quelques minutes ou quelques heures, vous pouvez également **laisser une radio ou une télévision allumée** pour simuler une présence.

Etre prévoyant

Clés: N'indiquez jamais votre nom ou votre adresse sur votre trousseau de clés. Pensez à ne pas mettre vos papiers et vos clés dans le même vêtement quand vous sortez. Pour que vos proches accèdent au logement, faites des doubles mais ne cachez jamais un trousseau sous le paillasson, dans le jardin, dans votre boite aux lettres, etc.

Par précaution, pensez à photographier tous vos objets de valeur (meubles, tableaux, bijoux, ...). Cette mesure vous sera utile pour demander le remboursement du vol à votre assureur.

(http://droit-finances.commentcamarche.net/faq/8134-vol-et-cambriolage-indemnites-et-demarches-avec-l-assurance)

Notez le numéro de série et la référence des matériels et biens de valeur. Conservez vos factures.

Les méthodes de la plupart des cambrioleurs reposent d'abord sur le repérage en amont en vue de savoir comment le logement est sécurisé et qui habite les lieux. Certains auront ainsi tendance à s'en prendre aux logements habités par des personnes seules, et notamment une personne âgée ou une femme isolée. Si vous êtes une femme, pensez à ne faire figurer que votre nom sur votre boite aux lettres. Evitez donc de mettre votre prénom ou un « madame X » ou « mademoiselle X » sur votre étiquette.

Etre vigilant

Changez les serrures de votre domicile si vous venez d'emménager ou si vous venez de perdre vos clés.

Fermez la porte à double tour, même lorsque vous êtes chez vous, ne laissez pas une clé sur la serrure intérieure d'une porte vitrée.

Lisez attentivement votre contrat d'assurance habitation. Il mentionne les événements pour lesquels vous êtes couverts et les mesures de protection à respecter. Certains contrats d'assurance ne prévoient pas de dédommagement en l'absence d'effraction. Ne laissez jamais un inconnu passez votre porte. N'hésitez pas à demander la carte professionnelle de la personne et ce même si cette personne est en uniforme ou en tenue de travail (policier, pompier, éboueur, ...).

Les contrats d'assurance habitation exigent le plus souvent des conditions de sécurité minimum. Pensez à bien vous mettre en conformité avec les conditions prévues par votre contrat (serrures, fenêtres, etc.).

Placez en lieu sûr vos bijoux, carte de crédit, sac à main et clés de voiture. Ne laissez pas d'objets de valeur visibles à travers les fenêtres.

Si vous possédez un coffre-fort, il ne doit pas être apparent.

Signalez au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie tout fait suspect pouvant indiquer qu'un cambriolage se prépare.

Ne commettez pas d'imprudence

Ne laissez pas vos clés sous le paillasson, dans la boîte aux lettres, dans le pot de fleurs... Confiez-les plutôt à une personne de confiance. De nuit, en période estivale, évitez de laisser les fenêtres ouvertes, surtout si elles sont accessibles depuis la voie publique.

Ne laissez pas dans le jardin une échelle, des outils, un échafaudage.

Afin de renforcer la vigilance dans votre quartier et de diminuer les risques de cambriolages, vous pouvez demander la mise en œuvre du dispositif de participation citoyenne. Il met en relations élus, forces de l'ordre et habitants d'un quartier, dans l'objectif d'un maillage solidaire entre voisins. Contactez votre maire, pivot du dispositif.

(http://www.interieur.gouv.fr/content/download/84435/618923/file/brochure_particpation_citoyenne.pdf)

Vacances

En cas d'absence plus longue, vous avez la possibilité de demander à la police ou à la gendarmerie d'aller surveiller votre domicile pendant leurs patrouilles quotidiennes dans le cadre du service « opération **tranquillité vacances** ». télécharger le formulaire ici: (http://droit-finances.commentcamarche.net/download/telecharger-216-tranquillite-vacances-formulaire-2014).
Mais vous pouvez également demander à un voisin ou un proche de passer régulièrement pendant votre absence.
Avant de partir, pensez à bien fermer toutes vos fenêtres. Vérifiez l'état de vos serrures et de votre éventuel système d'alarme.
Les signes de votre absence risquent d'attirer les cambrioleurs, aussi :

- pensez à faire renvoyer vos appels téléphoniques ;
- autre précaution à prendre : demandez à un voisin de passer relever votre courrier afin que celui-ci ne s'entasse pas ;
- vous pouvez éventuellement mettre en place un système d'allumage automatique de certains appareils électriques (lampe, télévision, etc.) afin de simuler une présence.

Ne diffusez pas vos dates de vacances sur les réseaux sociaux et veillez à ce que vos enfants fassent de même. De même, il est déconseillé de publier vos photos de vacances. Toutes ces informations facilitent l'action des cambrioleurs.

Vol de voiture

Pensez également à prendre vos clés de voiture lorsque vous vous absentez plusieurs jours et à ne pas les laisser trop en évidence dans votre logement.

Alarme et système de sécurité

Les systèmes de protection d'un logement peuvent prendre de nombreuses formes : alarmes, portes ou vitres blindées, volets renforcés, etc. Avant d'en choisir un, pensez :

- à prendre contact avec votre assureur, un commissariat ou une gendarmerie qui pourront vous conseiller sur les principaux risques correspondant à votre type de logement et les systèmes fiables que vous pouvez mettre en place
- à faire jouer la concurrence en demandant des devis à plusieurs installateurs.

La mise en place d'un système de vidéo-surveillance dans son jardin est légale mais encadrée.
Voir ce que dit la loi sur l'installation d'une caméra de surveillance à l'extérieur de chez soi.
(http://droit-finances.commentcamarche.net/faq/54826-camera-de-surveillance-exterieure-ce-que-dit-la-loi)

Coffre-fort

Si vous avez des objets de valeur chez vous (bijoux, oeuvres d'art...) ou d'importantes sommes d'argent liquide, la location d'un coffre-fort à la banque peut vous permettre de minimiser l'importance des vols en cas de cambriolage. Avant de choisir votre coffre-fort, n'hésitez pas à lire quelques conseils en cas de location de coffre-fort à la banque.
(http://droit-finances.commentcamarche.net/faq/4712-la-location-d-un-coffre-fort-a-la-banque)

EN CAS DE CAMBRIOLAGE

Prévenez immédiatement le commissariat de police ou la brigade de gendarmerie du lieu de l'infraction. Si les cambrioleurs sont encore sur place, ne prenez pas de risques inconsidérés ; privilégiez le recueil d'éléments d'identification (type de véhicule, langage, signalement, vêtements, ...).

Avant l'arrivée des forces de l'ordre

Préservez les traces et indices à l'intérieur comme à l'extérieur :

- ne touchez à aucun objet, porte ou fenêtre
- interdisez l'accès des lieux

Une fois les constatations faites

Faites opposition auprès de votre banque, pour vos chéquiers et cartes de crédits dérobés.
Prenez des mesures pour éviter un nouveau cambriolage (changement des serrures, réparations, ...).
Déposez plainte au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie, en vous munissant d'une pièce d'identité. ou sur internet : www.pre-plainte-en-ligne.gouv.fr
Déclarez le vol à votre assureur, par lettre recommandée, dans les deux jours ouvrés. Vous pouvez y joindre une liste des objets volés, éventuellement avec leur estimation.
Pourquoi déposer plainte ? Il existe des spécialistes de police technique et scientifique dans chaque département. Ils relèvent les traces et indices en vue d'identifier les auteurs des cambriolages.

Les numéros utiles : Composez le 17

- Opposition carte bancaire : 0 892 705 705
- Opposition chéquier : 0 892 68 32 08
- Téléphones portables volés :
  - SFR : 10 23
  - Orange : 0 800 100 740
  - Bouygues Telecom : 0 800 29 10 00

Dernières Infos

Forfaits de SKI 2016/2017

Réservation et Achat en ligne sur le site de réservation des 7 Laux: http://reservation.les7laux.com/

OFFRE EXCEPTIONNELLE valable uniquement du 14/07/2016 au 31/08/2016.
Forfait avant saison enfant né entre 2006 et 2010 - Hiver 2016/2017: 163 € au lieu de 232 € (réduction de 30%)
Forfait avant saison Junior né entre 1998 et 2005 - Hiver 2016/2017: 235.50 € au lieu de 325 € (réduction de 28%)
Sont disponibles égalements des forfaits saison pour étudiants, Adultes et Seniors.

Le dossier de l'été

Replantation d'arbres fruitiers aux Adrets



Une réunion publique s'est tenue le 3 mai dernier en Mairie des Adrets sur la relance de plantations de fruitiers sur le territoire communal.
Des échanges intéressants se sont organisés autour du rôle paysager et patrimonial des fruitiers locaux, la pratique des cultures, les fruits concernés (châtaignes, mirabelles, poires, noix, variétés de pommes, etc) puis sur la plantation, la taille, le suivi et le traitement des maladies.
Suite à ces échanges des idées ont émergé autour d'actions groupées au niveau de la plantation, recensement, production, distribution.

Frederic Kilcher, nouvel habitant et présent à cette réunion nous a fait bénéficier de ses compétences dans le domaine et nous a concocté le petit dossier ci dessous permettant de bien clarifier les choses et d'enclencher ce beau projet.

Constat

Au cours des dernières Fêtes d'Automne, les participants ont constaté qu'il était de plus en plus compliqué d'obtenir des pommes à presser en jus au cours de la Fête. Cela a suscité une prise de conscience d'un problème plus large : les arbres fruitiers présents sur la commune vieillissent et la production diminue.
Le 8 mai, s'est tenue à la Mairie des Adrets une réunion publique au cours de laquelle a été établi un bilan de la situation et des opportunités [1]. La réunion a permis de faire un rapide état des lieux de l'histoire fruitière des Adrets, du patrimoine hérité en termes d'espèces (pommes, châtaignes, poires, mirabelles, noix, etc.) et de variétés (anciennes, récentes, rares ou courantes), de l'usage de ces fruitiers (culinaire et paysager). Les discussions ont aussi porté sur la plantation, la taille, le suivi des vergers, les maladies, etc...

Le vieillissement des arbres fruitiers et leur disparition annoncée constituent une perte progressive de savoirs (variétés existantes, plantation, taille, greffage, conservation, transformation, etc.) et de patrimoine (variétés, paysage, savoir-faire, etc.). « Que transmettre aux enfants », donc, mais aussi « que consommer ? ». Des fruits de supermarchés, de qualité et provenance incertaines ? ou des produits locaux ?

Une suite, avec des propositions concrètes, sera apportée à cette première réunion.

Les fruitiers, ce n'est pas sorcier !

Face à la situation évoquée ci-dessus, il est tentant de dire qu'il suffit de replanter des arbres, greffer, et/ou tailler ceux qui existent. Mais comment faire ?

La plantation (cet hiver)

Que planter ?

Deux options se présentent :

- Se procurer des porte-greffes de variétés adaptés aux conditions des Adrets sur lesquels il sera possible de greffer les variétés choisies.
- Acheter des arbres déjà greffés. Mais cela limitera le choix des variétés (porte greffe et greffon) et la possibilité de récupérer les variétés locales.

Selon la demande (voir ci-dessous) il sera possible de faire une commande groupée auprès de pépiniéristes.
Il est préférable de récupérer des greffons dans les vergers existants pour obtenir des variétés locales.

Comment obtenir les variétés voulues ?

Les variétés commerciales déjà greffées

En principe, les pépiniéristes garantissent l'espèce. Mais pour la variété greffée, les garanties sont moins bonnes et les réclamations difficiles à satisfaire.

Les variétés « locales »

Pour ceux qui veulent cultiver des variétés locales, donc adaptées à notre terroir, les arbres ne manquent pas sur la commune, sur lesquels il est possible de prendre des greffons.
Ce choix nécessite une démarche préalable de connaissance des variétés en place : ce sera l'occasion de peut-être retrouver des variétés anciennes rares mais adaptées au milieu et qui ont des qualités (goût, usage, rusticité, etc.) – parfois uniques – à redécouvrir.
Pour cela, des moyens simples existent :

- Il est possible de répertorier les arbres dont vous avez goûté les fruits, que vous avez aimé (la pomme du voisin ou la cerise des prés de Rodesse ?) et que vous savez utiliser. Il sera intéressant plus tard de retrouver le nom sous lequel ils étaient connus autrefois.
- Il est aussi possible de demander aux anciens quelles sont les bonnes variétés présentes (de préférence avec leurs noms locaux), leur usage (quel est le goût des fruits, l'usage qui en était fait et la durée de conservation), où se trouvent ces arbres. Cela fera plaisir aux anciens qu'on s'intéresse au patrimoine qu'ils ont laissé. Connaître les dates de floraison et de cueillette permettra à terme de mieux identifier les variétés.

Dans la perspective de faire – progressivement – un inventaire des arbres fruitiers présents sur la Commune des Adrets, il sera utile que chacun partage les infos glanées (noms locaux de variétés, qualité, localisation, état des arbres, etc.) pour qu'il soit possible de les centraliser.

Quand planter ?

Il convient d'acheter les plants à l'automne pour une livraison / plantation entre de janvier et mars.

Où planter ?

La réponse dépend de plusieurs choses :

- Si vous avez du terrain…
- Jeunes arbres fruitiers et herbivores / rongeurs (domestiques ou sauvages) ne font pas bon ménage. Dans la mesure du possible, il serait préférable de sélectionner des terrains qu'il sera possible de clôturer, de façon temporaire (quelques années jusqu'à ce que l'arbre ait atteint la bonne hauteur) ou définitive (pour ceux qui choisiraient une taille basse). La protection des plants dans un pâturage est possible, mais il est difficile de se prévenir des dents des herbivores.
- Si vous ne disposez pas de terrain pour planter des fruitiers, il serait utile de vous manifester, notamment auprès de la commune qui pourrait avoir des morceaux de terrain se prêtant à la plantation de fruitiers. Il est possible de gérer des vergers en collectifs (ce qui implique qu'une association assure cette gestion, dans le cadre d'une convention à passer avec la mairie)

Combien planter ?

Il vous faudra prendre en compte :

- Le terrain dont vous disposez : Un pommier adulte taillé en port de plein vent peut occuper jusqu'à 100m², tandis qu'un pommier taillé en espalier n'occupera pas plus de 10m².
- Vos ressources et votre énergie : planter, tailler ou greffer deux ou trois arbres ne coûte pas grand-chose mais lorsqu'il s'agit d'entretenir un verger d'une vingtaine de pommiers, il faut compter un peu de temps et des ressources pour entretenir, parfois traiter (par exemple avec des pièges à insectes nuisibles), etc.
- L'usage que vous pouvez faire des fruits : Voulez-vous des cerises pour trois tartes en été ou pour faire des conserves pour l'année ?

Le greffage

Par le greffage, il est possible de transposer la variété voulue sur un porte-greffe, à condition que celui-ci soit de la même espèce.

../..

Prélèvement des greffons

Le prélèvement des greffons devra se faire, pour les espèces à pépins, entre Janvier et Février (2017), et pour les espèces à noyaux du 15/12/2016 au 15/01/2017. Il est possible de les conserver jusqu'à la période de greffage (mi-février/mi-mars pour les espèces à noyaux, mi-mars à fin avril pour les espèces à pépins). Les greffons seront conservés couchés dans du sable tenu humide, au pied d'un mur situé au nord, ou bien dans une cave froide.

Greffer…

Le greffage se fera en Mars- Avril sur des plants en terre. Mais il est aussi possible de greffer « sur table » à la mi-mars (avant plantation) et planter immédiatement après.

Rénovation / Taille des arbres existants

Les arbres présents sur la commune font piètre figure, mais ne les sous-estimons pas. Il est possible de faire produire des arbres qu'on pensait moribonds et de venir à bout du gui. Une taille de rénovation peut se faire dès l'automne prochain pour les pruniers, au cours de l'hiver prochain pour les pommiers et poiriers. Les cerisiers seront taillés en juin 2017. Selon l'état des arbres, une taille peut susciter un regain de production dès l'année suivante. Cette opération conduira également l'arbre à produire de nouvelles tiges qui pourront servir de greffons pour l'année prochaine.

Et pour ceux qui ne savent pas faire ?

Tout le monde n'est pas forcément familier avec la plantation, la taille ou le greffage d'arbres fruitiers. Mais il est possible d'apprendre assez vite. Différentes options existent pour cela. Les personnes intéressées par des formations pourront s'inscrire en temps et en heure.

→ Un calendrier prévisionnel…

Pour vous donner une idée de ce qu'il sera possible de faire dans les prochains mois, voici un calendrier prévisionnel :

Action	Eté 2016	Automne 2016	Hiver 2016-17	Printemps 2017	Eté 2017	Automne 2017
Identification des besoins et disponibilités						
Commande de fruitiers						
Achat et plantation de porte-greffes						
Formation à la plantation, taille, greffage						
Greffage						
Taille de rénovation						
Récolte sur les arbres rénovés						

→ Personnes ressources

- Animateurs provisoires : Frédéric Kilcher (0603876385), Céline Bardet (0622061468) et Daniel Claidière (0660236461). Email : plantationdefruitiers@gmail.com
- Les Croqueurs de Pommes. C'est une association qui regroupe des passionnés d'arboriculture, de potagers, d'apiculture, etc. qui se sont fixés pour objectifs de retrouver et de sauvegarder les variétés fruitières locales cultivées autrefois, ainsi que leur histoire et leurs usages (http://croqueurs-national.fr/associations-locales/68-confluent-ain-is%C3%A8re-savoie.html). Le mieux (du point de vue des Croqueurs de Pommes) serait de désigner, comme personne-relai auprès des Croqueurs, un/une animateur/trice local(e), de préférence le/la ou les animateurs/trices du groupe « plantation de fruitiers ».

Les Croqueurs peuvent intervenir pour :

- Commander des porte-greffes : un bon de commande sera circulé (d'ici à septembre-octobre) pour bien identifier les besoins.
- Conseiller sur variétés d'arbres greffés fournies par les pépiniéristes des environs,
- Une formation à la taille de restauration des vieux arbres, en cette fin d'année 2016 (dates à fixer rapidement),
- Une formation à la greffe en début d'année 2017 (dates à fixer rapidement)
- Une formation à la taille de formation, taille en vert, taille de fructification (courant 2017)
- Faire connaître des initiatives similaires par l'intermédiaire du réseau des Croqueurs de Pommes

Et maintenant ?

A ce stade, il convient de faire un état des lieux en matière de besoins et de disponibilités afin de savoir ce qu'il sera possible de faire à l'automne.

Ceux qui sont intéressés peuvent répondre au questionnaire ci-dessous afin de nous aider à prendre conscience de la demande et des ressources existant dans la commune pour satisfaire cette demande.

En fonction de l'intérêt porté à cette démarche, il sera possible de confronter les avis et valider un projet, d'entamer des discussions avec les pépiniéristes (pour connaître les disponibilités, les prix, etc.), des personnes, des ressources, etc.

Frederic Kilcher

---

[1] Un compte-rendu de la réunion peut être obtenu auprès de Jean Picchioni.

Questionnaire : vos envies et besoins

Merci de découper cette page et de la déposer en mairie ou répondez en ligne sur:
http://www.lesadrets.fr/2-vie-locale/arbres-fruitiers

Nom	Prénom
Adresse postale	
Adresse mail	Téléphone

Plantation

Espèce	Variété	Quantité	
		Arbres greffés	Porte-greffes

Taille de rénovation

Espèce	Variété	Nombre d'arbres	Localisation	Etat actuel

Taille de formation

Espèce	Variété	Nombre d'arbres	Localisation	Age	Etat actuel

Greffage

Espèce	Variété	Quantité	Age des porte-greffes	Greffons disponibles (O/N) ?	Localisation

Expérience

Plantation					
O/N	Espèces :				
Taille d'entretien					
O/N	Espèces				
Taille de rénovation					
O/N	Espèces				
Greffage					
O/N	Espèces				
Personnes intéressées par des formations	Greffage (O/N)	Taille (O/N)	Plantation (O/N)	Transformation (O/N)	

La Poste de Froges en danger !

La Poste est confrontée aujourd'hui à une double difficulté : une diminution drastique des volumes du courrier, en 10 ans ils auront baissé de plus de 50 % et une baisse conséquente de la fréquentation des bureaux de poste, d'environ 7 % par an. Cette baisse de fréquentation affecte autant le milieu urbain que le milieu rural.

Avec l'arrivée du numérique, La Poste doit donc s'adapter aux nouveaux modes de consommation de ses clients et trouver les meilleures solutions tout en veillant à son équilibre économique.

Le bureau de Poste de Froges enregistre aujourd'hui une fréquentation de 12 clients par heure, en diminution de 8% sur 2015.

La commune de Froges est aujourd'hui en concertation avec La Poste pour choisir la meilleure forme de présence postale adaptée aux besoins des clients de Froges et des communes avoisinantes. En 2016, La Poste s'est entretenue avec Monsieur le Maire, Claude Malia, et trois solutions ont été proposées au cours de ces rencontres :

- Soit une réduction des horaires d'ouverture du bureau de Poste de 13 heures hebdomadaires,
- Soit une évolution du bureau de Poste en Agence Postale Communale (APC).

90 % des opérations traitées par le bureau de Poste de Froges pourraient être prises en charge dans le réseau partenarial. En contrepartie, La Poste rémunère la commune, accompagne financièrement à la mise en place de l'APC et forme l'agent de la Mairie aux opérations postales.

Soit une évolution du bureau de Poste en Relais Poste Commerçant (RPC), La Poste rémunère le commerçant sous forme d'un fixe et commissions sur les opérations réalisées. Et elle accompagne financièrement à la mise en place du RPC et forme le commerçant aux opérations postales. Cette solution présente également l'avantage de proposer aux administrés des horaires élargis.

Le choix s'est finalement porté pour le moment sur une réduction des horaires qui sera effective à partir du lundi 2 janvier 2017. Les horaires d'ouverture sont en cours de négociation à l'heure actuelle.

La municipalité de Froges n'a pas d'autre choix pour le moment que d'accepter cette proposition de La Poste avec la mise en place de la réduction d'horaires. Les élus de Froges sont conscients des désagréments que cela pourrait occasionner aux usagers. Le but des réflexions en cours est de conserver un service de proximité et de qualité à la population. Pour les aider dans leur réflexion, n'hésitez pas à partager vos opinions et vos besoins pour rendre les services de La Poste plus attractifs et ainsi redynamiser le secteur du Bourg.

Cela étant, le Service Postal, quelle que soit la forme retenue à terme et son opérationnalité, ne pourra survivre que si chacun des habitants de Froges et des communes voisines non dotée d'un bureau ou d'une agence comme Champ-près-Froges, Les Adrets, Laval, La Pierre... utilisent ce service régulièrement.

Fonctionnement de La Poste : Votre avis nous intéresse

Merci de cocher les cases correspondant à votre choix.

Quels sont les horaires d'ouverture qui pour vous seraient les plus « pratiques » ?

☐ 8h30 à 10h ☐ 10h à 11h30 ☐ 11h30 à 13h30
☐13h30 à 15h ☐ 15h à 17h ☐ 17h à 18h

Quels sont les jours d'ouverture souhaités ?

☐ Lundi ☐ Mardi ☐ Mercredi ☐ Jeudi
☐ Vendredi ☐ Samedi matin

Etes-vous satisfait du service de La Poste de Froges ?

☐ peu satisfait ☐ satisfait ☐ très satisfait

L'emplacement actuel de La Poste de Froges vous semble-t-il suffisamment accessible ?

☐ Oui ☐ Non

Si non, pourquoi ?

.....
.....
.....

Merci de retourner le coupon à la Mairie avant le vendredi 30 septembre.