

VIVRE à BONNES

Mars 2023

N° 490



Maison Pour Tous

8 Impasse Paul Rougnon
86300 BONNES
09 73 52 76 70 mptbonnes86@free.fr

*Pour recevoir gratuitement le journal VAB contacter
la Maison Pour Tous*

EDITO

Des actes de vandalisme ont été constatés récemment sur la commune: des livres sortis de la boîte à livres et brûlés, des panneaux du balisage des sentiers de rando mis à mal .

On nous signale des faits similaires sur la commune de Lavoux.

(Dans ce cas, une bonne initiative a été prise, à savoir : baliser les chemins par des blocs de pierre des carrières!)

Il est légitime de s'en offusquer et de se demander pourquoi un tel comportement: un geste "gratuit", de la colère, une protestation, mais contre quoi, contre qui ?

Cela pourrait aussi faire écho à la violence de notre société :

Les gaspillages en tout genre, (à commencer par la nourriture, les graffitis de protestation sur les murs, les décharges sauvages, ce qui peut aussi impacter directement la commune!

Que peut-on faire ? Le dénoncer, c'est certain...

Comment réagir de façon citoyenne à de tels comportements individuellement et ensemble?

Vaste question qui nous concerne tous...

Le Bureau

Vous souhaitez :
nous communiquer un article,
faire paraître une annonce,
donner votre sentiment sur
l'actualité...

**Nous vous rappelons que vos
articles doivent nous parvenir avant le**

15

**de chaque mois pour une
parution le mois suivant.**

*Les marges des documents doivent être
supérieures à 1,2 cm*

**Les annonces de manifestations ne doivent
concerner que celles ayant lieu sur
la commune.**

Merci

Abonnement annuel pour les personnes
hors commune 50 €

HORAIRES DU BUREAU
MARDI 8H30/12H –13H30/15H45
MERCREDI 9H/12H
JEUDI 8H30/12H-14H/16h45

SOMMAIRE

Page	3	Informations municipales
Page	11	Informations MPT
Page	12	Informations Paroisse
Page	13	Libres opinions
Page	16	Informations associations
Page	21	Jeux
Page	22	Recette
Page	24	Annonces et publicités

INFORMATIONS MUNICIPALES

OBJETS TROUVÉS

Il a été trouvé :

- Un bonnet « Place de l'église » le lundi 30 janvier 2023.
- Une cartouche d'encre noir dans la salle des fêtes de Bonnes le samedi 11 février 2023.
- Une paire de lunette enfant dans la salle des fêtes le 21 février 2023.

S'adresser à la Mairie ☎ 05 49 56 40 17

NUMEROS UTILES DE LA COMMUNE :

- Pharmacie de la Paix : 05 49 56 41 00.
✉ pharmacie-simonnet-motillon@orange.fr
- Médecin : Mme Locht-Girault : 05 49 01 48 02.
- Infirmières : Mmes Massonneau et Roffet : 05 49 11 35 75 / 06 64 03 34 94.
- Ostéopathe : Mme Ringeade Stéphanie : 05 16 34 78 79 sur RDV.
- Psychomotricienne : Mme Giraud Emeline : 06 78 49 10 28 sur RDV.
- Sophrologue : Mme Mélanie Auzuret : 07 50 92 55 12 sur RDV.
- Kinésithérapeutes : Mmes Lardeau et Misbert, M. Moulins : 09 79 04 02 59.
- Orthophoniste : Mme Terroy : 06 51 80 09 18 sur RDV ou sur docorga.com

HORAIRES D'OUVERTURE DE LA MAIRIE AU PUBLIC

Lundi	Mardi – Jeudi	Mercredi - Vendredi	Samedi
9h00/12h30 – Fermé l'après-midi	9h00/12h30 - 14h00 /17h30	9h00/12h30 – 15h30/17h30	9h00/12h00

☎ 05 49 56 40 17 - ✉ 05 49 56 48 51
contact@bonnes86.fr - www.ville-de-bonnes.fr

HORAIRES DE LA DECHETTERIE DE BONNES

Lundi – mardi – vendredi	Mercredi - Samedi
14h00/17h45	8h00/11h45

Les déchets acceptés à la déchetterie : déchets verts, encombrants, gravats, cartons.

Les déchets refusés à la déchetterie : métaux, équipements électriques et électroniques, déchets dangereux des ménages, huile de vidange, amiante, pneus, piles et radiographies.

PERMANENCES SOCIALES

Madame TRICOCHE, Assistante Sociale est à votre disposition
UNIQUEMENT SUR RENDEZ-VOUS.

Jeudi (1 jeudi sur 2)	Mardi	En dehors des permanences de Bonnes et Saint Julien l'Ars
de 9h30 à 11h30 A la Mairie de BONNES Place Jean-Baptiste Guiot 86300 BONNES ☎ 0549564017 📠 0549564851	de 9h00 à 12h00 Au Centre Social 19, rue de l'église 86800 ST JULIEN L'ARS ☎ 0516011036	Maison de la Solidarité Zone du Peuron 86300 CHAUVIGNY ☎ 0549464156 📠 0549460402

RESIDENCES DE VACANCES A BONNES en bordure de Vienne

Vous souhaitez héberger votre famille, des amis, pour un week-end ou en semaine.

**Nous vous rappelons que les résidences de vacances de BONNES
*sont ouvertes toute l'année***

Nous contacter : ☎ 05 49 56 40 17 ou 05 49 56 11 32
camping@bonnes86.fr - www.campingbonnes86.fr



ABATTAGE DE BOIS

Si vous avez l'intention d'abattre du bois sur le territoire de la commune, il est possible qu'une déclaration préalable soit nécessaire.

Renseignez-vous auparavant à la Mairie, des formalités à effectuer.

Nouveau service en ligne : déposer ses demandes d'urbanisme

Depuis le 1^{er} janvier 2022, les habitants et professionnels des communes de Grand Poitiers, dont notre commune BONNES fait partie, peuvent déposer en ligne leurs demandes d'urbanisme.

Un nouveau service en ligne

Ce nouveau service proposé par Grand Poitiers concerne :

- les Déclarations d'Intention d'Aliéner (DIA) ;

- les demandes relatives à l'occupation et l'utilisation des sols (Déclaration Préalable, Permis de Construire, Permis de démolir, Permis d'Aménager, certificat d'urbanisme...).

Comment déposer une demande d'urbanisme en ligne ?

Il suffit de se connecter à la page suivante : <https://www.grandpoitiers.fr/habitat-urbanisme/demandes-durbanisme-en-ligne>, puis de sélectionner l'objet de sa demande.

Il vous faudra ensuite créer un compte afin de suivre l'évolution de votre demande et de conserver une trace des documents déposés.

Qui fait quoi ?

Les actes relatifs à l'occupation et à l'utilisation des sols sont déposés dans la commune où sont localisés les projets et relèvent de la compétence du Maire.

L'instruction de ces actes est ensuite confiée au service instructeur de Grand Poitiers quel que soit les modalités de dépôt (papier ou numérique).

Le dépôt des demandes de manière dématérialisée permettra un gain de temps lors de l'instruction des dossiers.

Quelle est la réglementation à ce sujet ?

Au niveau national, seules les communes de plus de 3500 habitants doivent proposer un télé-service à leurs administrés ; Grand Poitiers a fait le choix de proposer ce service à toutes les communes de la Communauté urbaine, quelle que soit leur taille.

Habitantes et habitants de Grand Poitiers : participez à la réalisation du nouveau Plan local d'urbanisme intercommunal (PLUi)

Grand Poitiers engage l'élaboration d'un Plan Local d'Urbanisme intercommunal (PLUi). À l'horizon 2025, ce document permettra d'organiser le développement du territoire de manière cohérente.

Avant la finalisation du document de planification (PLUi) les documents d'urbanisme actuels restent applicables.

C'est quoi un PLUi ?

Le PLUi réglementera le droit des sols des 40 communes de Grand Poitiers, à l'échelle de la parcelle, publique ou privée (hors secteur sauvegardé) dans le respect du développement durable.

Les enjeux :

L'objectif est d'avoir un document unique, exprimant une stratégie partagée, incluant les évolutions du territoire pour les années à venir et les impacts climatiques et environnementaux.

Donnez votre avis

Pour participer à la démarche :

- en adressant vos contributions écrites en remplissant les registres disponibles dans chaque mairie ;
- en envoyant un courriel à concertation.plui40@grandpoitiers.fr;
- un courrier à Madame la Présidente de Grand Poitiers au 84, rue des Carmélites 86000 Poitiers.

Dans les années à venir, des temps d'information, de consultation, d'échanges seront organisés régulièrement avec les habitantes et habitants.

Le 25 juin 2021, le Conseil communautaire de Grand Poitiers a prescrit l'élaboration d'un Plan Local d'Urbanisme intercommunal (PLUi) à l'échelle des 40 communes du territoire.

SERVICE A LA PERSONNE

La commune de BONNES organise un service prestataire « d'aide à domicile » par l'intermédiaire du **CCAS de BONNES**. Les chèques emploi service préfinancés sont acceptés.

Le secrétariat est ouvert du lundi au vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30.

N'hésitez pas à nous contacter pour tous renseignements, notamment sur le service « d'aide à domicile » auprès des personnes âgées ou toute personne (sans condition d'âge) sortant d'hospitalisation, prise en charge à 100% par sa mutuelle santé ou en chèque préfinancé.



CCAS DE BONNES
Place Jean-Baptiste GUIOT
86 300 BONNES
☎ : 05.49.56.40.17 - 📠 : 05 49 56 48 51
✉ : ccas@bonnes86.fr



VIENNE CLASSIC : DIMANCHE 05 MARS 2023

La course cycliste Vienne Classic passera sur la commune de BONNES aux environs de 14h30 selon le parcours suivant :

- « La main coupée » RD17/RD6
- Rond-point « la Voûte » RD6/RD749
- « Place du monument »
- Direction Poitiers RD6
- « le fourneau – route des 4 vallées »
- « route de Jardres »
- « les Fouchères -les Mingottières »
- « route du château d'eau »
- « route du Breuil » direction Chauvigny.

Le peloton sera composé de 150 coureurs en catégorie N2 et N3.

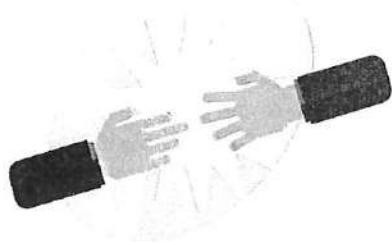
Soyez nombreux à venir les encourager.

Facilitez votre retour à domicile après hospitalisation

La Carsat Centre Ouest vous propose
une aide financière : l'ARDH.



Modalités de mise en œuvre



- ✓ **Aides mobilisables** : services d'aide à domicile, téléassistance, aides techniques, portage de repas.
- ✓ Prise en charge de 3 mois maximum.
- ✓ La demande doit être faite avant la sortie d'hospitalisation **par un travailleur social de l'établissement de santé.**

- 1** L'établissement de santé vous propose de solliciter votre Caisse de retraite pour une aide à domicile :
 - ✓ vérification des modalités de mise en oeuvre avec l'assistante sociale,
 - ✓ complétude de la demande d'ARDH,
 - ✓ transmission à la Carsat Centre Ouest.
- 2** La Carsat Centre Ouest étudie vos droits et vous informe de sa décision (accord ou rejet).
- 3** Les prestations sont assurées :
 - ✓ **pour l'aide à domicile** : par les intervenants conventionnés de votre choix,
 - ✓ **pour les aides techniques, portage de repas, téléassistance** : par les intervenants de votre choix.
- 4** Un partenaire de la Carsat Centre Ouest vous contactera après votre retour à domicile pour s'assurer de la mise en place des prestations.

Pour toute information



Adressez vous à l'établissement de santé dans lequel vous êtes hospitalisé.



Site internet de la Carsat rubrique **Retraité > Bien vieillir : aides et conseils > Vous aider lors de votre sortie d'hospitalisation**



3960

**Service gratuit
+ prix appel**

De l'étranger, composez le +33 9 71 10 39 60



BIBLIOTHEQUE DE BONNES



Nouvelle messagerie !!
bibliotheque@bonnes86.fr



Horaires
d'ouverture de la
bibliothèque

mercredi et vendredi

de 16 h à 18 h

05 49 56 11 32

« Le chaton grognon » Luc TURLAN



Le petit chat est ronchon. Il se plaint toute la journée au grand désespoir de sa famille et n'aime pas jouer avec les autres chats, ni boire du lait, ni grimper aux arbres.

« Les Noyés du Clain » Thibaut SOLANO



Un roman noir sur un monde étudiant où l'on vit, où l'on aime et parfois... l'on tue. Simon, étudiant à la fac de Poitiers, entre comme pigiste à L'Écho, le journal local. Il couvre les kermesses et les inaugurations.

Jusqu'au jour où le corps d'un jeune homme est découvert dans le Clain.

Simon se lance avec passion dans l'enquête et découvre que plusieurs étudiants sont morts dans des circonstances étranges. Rites sacrificiels ? Jeux de rôle ou urbsex qui auraient mal tourné ? Les légendes brouillent le réel.

Et bientôt, on cherche à le faire taire...

« Le monde après nous » Rumaan Alam

Amanda et Clay, des blancs newyorkais, partent en vacances avec leurs deux enfants à Long Island, dans une villa récemment rénovée. Le temps est superbe, la piscine immense, la nature accueillante. Mais lors de la deuxième nuit, un bruit sourd résonne dans le lointain et soudain les propriétaires sonnent à la porte. Ce couple d'afro-américains surpris sur la route par une soudaine panne d'électricité demandent l'hospitalité. Inquiets et agacés par cette intrusion, Amanda et Clay n'ont d'autre choix que d'accepter. Leur séjour de rêve prend fin brutalement. Désormais sans lien avec le monde extérieur, sont-ils en sécurité ? Peuvent-ils se fier les uns aux autres ? Hypocrisie, peur de l'autre, chacun affronte l'inconcevable à sa façon dans ce huis clos oppressant et sans concession.



Nouveautés :

« My Hero Academia » Izuku Midoriya: les origines KOHEI HORIKOSHI



Dans un monde où 80% de la population possède un super pouvoir appelé alter, les héros font partie de la vie quotidienne. Et les supervillains aussi ! Face à eux se dresse l'invincible All Might, le plus puissant des héros ! Le jeune Izuku Midoriya en est un fan absolu. Il n'a qu'un rêve : entrer à la Hero Academia

pour suivre les traces de son idole.

Le problème, c'est qu'il fait partie des 20% qui n'ont aucun pouvoir...

Son destin est bouleversé le jour où sa route croise celle d'All Might en personne ! Ce dernier lui offre une chance inespérée de voir son rêve se réaliser. Pour Izuku, le parcours du combattant ne fait que commencer !

« Valentin et Valentine » Jacob GRANT



Valentin attend avec impatience sa nouvelle théière. Il est surpris quand Valentine s'occupe de la livraison. Il commande alors plusieurs théières, espérant chaque fois vaincre sa timidité et oser lui parler. Son amie Daphné l'araignée invite Valentine à prendre le thé, l'ours brun décide de saisir cette occasion.

« Le club des chasseurs de fantômes » Paul BEORN



En vacances à La Rochelle, Sacha a la garde de sa petite sœur Louisa. Quand celle-ci disparaît, il part à sa recherche avec son cousin Nicolas. Ils font la rencontre de Camille qui affirme que Louisa a été enlevée par des fantômes ! Bientôt, Sacha découvre qu'il possède le pouvoir de voir ces fantômes et de basculer à leur époque. Il entraîne Nicolas et Camille dans une course-poursuite à travers la ville et son histoire...

« Chien pourri! Et la poubelle à remonter dans le temps!» Colas GUTMAN-Marc BOU-TAVANT

Chien Pourri et Chaplapla découvrent une poubelle à remonter le temps. Ils se demandent si, en remontant dans le passé, Chaplapla serait toujours aussi plat et



« La bonne étoile d'Elsie » Sarah McCOY

Allemagne 1944. Naïve et innocente, Elsie traverse la guerre à l'abri de la petite boulangerie de ses parents et sous la protection d'un officier nazi, sensible à son charme. Lors de la soirée de Noël du parti, elle échappe de peu à un viol grâce à un petit garçon juif. Seul et sans défense, il demande à la jeune fille de le cacher. Prendra-t-elle le risque ?

États-Unis, de nos jours. À 80 ans, Elsie s'active toujours dans sa boulangerie. Elle rencontre Reba, une journaliste venue l'interroger sur les fêtes de Noël du passé... En observant la

Seconde Guerre mondiale à travers les yeux d'Elsie, dans l'innocence de ses 16 ans, on en saisit toute la complexité : les privations du quotidien, la confiance aveugle dans le gouvernement, la face cachée des Lebensborn...

Cette intrigue intense et pleine de rebondissements nous a coupé le souffle, et loin de tout manichéisme, nous a fait redécouvrir cette période de l'Histoire, que l'on croyait pourtant bien connaître.



« Le seigneur des anneaux: la communauté de l'anneau, le livre du film » Jude FISHER

Le livre du film *La communauté de l'anneau* est un album dédié aux personnages, lieux, paysages et effets spéciaux figurant dans le premier film de la trilogie du Seigneur des Anneaux. Magnifiquement illustré, cet ouvrage contient une foule d'informations et de photos inédites sur la compagnie de l'Anneau, les Nazgûl, les Orques, ainsi que sur tous les principaux personnages et créatures qui peuplent ce premier film. Des photos saisissantes des sites de Hobbitbourg, Orhanc et la Moria, ainsi qu'un dépliant de la carte de la Terre du Milieu et ses lieux clés, complètent cet ouvrage.

Entrez dans le monde de La communauté de l'anneau grâce à Peter Jackson et aux superbes photos de Pierre Vinet. Au fil des pages, vous y trouverez l'histoire de l'Anneau unique, gagné - à quel prix - au cours de la bataille contre le Seigneur des Ténèbres, puis perdu pendant de nombreuses années, avant de tomber aux mains d'un hobbit nommé Bilbo Sacquet.

Vous découvrirez les origines des peuples libres de la Terre du Milieu, l'histoire des personnages de la compagnie de l'Anneau, celle de leurs alliés et des créatures terrifiantes de l'armée du Seigneur des Ténèbres, ainsi que le passé diabolique des Orques qui explique pourquoi les Elfes sont leurs pires ennemis.



LIFE IS BEAUTIFUL



Mars

- 1er mars : Journée mondiale du compliment
- 5 mars : Fête des grands-mères
- 8 mars : Journée internationale des droits des femmes
- 11 mars : Printemps des Poètes (jusqu'au 27/03)
- 17 mars : Saint-Patrick (fête nationale de l'Irlande)
- 20 mars : Printemps / Journée internationale du bonheur / Journée de la langue française
- 21 mars : Journée mondiale de la poésie
- 22 mars : Journée mondiale de l'eau / Début du Ramadan (jusqu'au





RANDO DE LA GALETTE

Le 29 janvier a eu lieu notre première rando de la galette. Ce fut un grand succès par un dimanche ensoleillé après une période grise et pluvieuse.

220 randonneuses et randonneurs ont fait les parcours des 5 et 8 km, voire les deux. Vu le nombre de participants, les organisateurs ont dû faire face à cet imprévu. Heureusement que notre épicerie du village était ouverte, ce qui a permis de se réapprovisionner à la dernière minute et de satisfaire tout le monde.



DIMANCHE 12 mars 2023 de 9h à 12h

Esplanade des fêtes

TROC A LA BOUTURE

Organisé par la

Maison Pour Tous de Bonnes

Venez nombreux avec ou sans boutures, prenez ou donnez des conseils en jardinage !

DIMANCHE 25 mars 2023 à 20h30

SOIREE MUSICALE (salle des fêtes)

La Maison Pour Tous de Bonnes organise une soirée musicale et dans ce cadre,

Elle a besoin de vos talents !

Chanteurs, musiciens, artistes en tout genre, faites-vous connaître avant le 5 mars 2022
au 07 81 05 63 71 ou mptbonnes86@free.fr

INFORMATIONS PAROISSE SAINT PIERRE II

Célébrations du mois de Mars 2023

2^{ème} dimanche de Carême

Samedi 4.....18h, messe à St Martin la Rivière

Dimanche 5.....10h30, messe à St Julien l'Ars
10h30, AP à Chauvigny

Samedi 11.....Chez les Filles de la Croix, à La Puye, journée de réflexion sur « **La joie du Carême** » par le Service de la Vie Spirituelle
(mail : vie-spirituelle@poitiers-catholique.fr et Tél : 07.69.37.80.58)

3^{ème} dimanche de Carême

Samedi 11.....18h, messe à Ste Radegonde

Dimanche 12.....10h30, messe à Chauvigny
10h30, messe à Bignoux

4^{ème} dimanche de Carême

Samedi 18.....18h, messe à Savigny l'Evescault

Dimanche 19.....10h30, messe à Chauvigny
10h30, messe à St Martin la Rivière

Lundi 20.....**St Joseph**

18h30, messe à Jardres

Samedi 25.....**Annonciation**

11h, messe à Salles en Toulon

5^{ème} dimanche de Carême

Samedi 25.....18h, messe à Liniers

Dimanche 26.....10h30, messe à Chauvigny
10h 30, messe à La Puye
10h30, AP à Bonnes

Célébration pénitentielle

Mardi 28.....19h30, à St Julien l'Ars.

Mercredi 29.....15h, à ND de Chauvigny

Secrétariat de la Paroisse : 34 rue Faideau, 86300 CHAUVIGNY

Mail : paroissesaintpierre2@orange.fr et Tél : 05.49.46.32.22

Tout au long de la semaine

Le 2^{ème} mardi du mois : 18h30, messe à la Collégiale St Pierre de Chauvigny

Les mardi et jeudi : 8h, Laudes à Bonnes

Le mercredi : 9h, messe à ND de Chauvigny

Le vendredi : 17h30, adoration et confessions, puis messe à 18h30 à St Julien l'Ars

Le samedi : 10h30-12h, confessions à ND de Chauvigny sur rendez-vous

Tout au long du mois

15h, messe en EHPAD le mardi : 1^{er} : Châtaigniers/ 3^{ème} : Emeraudes/ 4^{ème} : Brunetterie

16h, messe tous les jeudis à la Chapelle Ste Elisabeth de La Puye.

Libres opinions

Faire chou blanc

(échouer)

Les historiens du langage sont formels : cette expression n'a rien à voir avec le légume de nos potagers. Il semblerait qu'elle soit née dans le monde des jeux de quilles, loisir très populaire en France au XVI^e siècle. On disait alors d'un joueur qui n'avait marqué aucun point qu'il avait fait « coup blanc ». Comment le mot « coup » s'est-il transformé en « chou » ? Tout simplement parce que, pour les Berrichons, le son « c » se prononçait « ch ». Ainsi le mot « saucisse » devenait-il « chauchiche » ! Et c'est leur prononciation, il est vrai plus amusante, qui aurait été conservée.

La divine bière de l'abbaye de l'Arpinière.

Il y a très longtemps, par un bel après-midi ensoleillé, un cavalier de haute et bonne mine se présenta au relais du Cheval Blanc, à Bonnes. Le gentilhomme devait venir de loin à en juger par la poussière qui couvrait ses vêtements et par l'écume qui blanchissait les babines de son cheval.

-Messire de Vivonne est-il en bonne santé ? lui demanda maître Grapineau, le propriétaire du Cheval Blanc en tenant l'étrier pour faciliter la descente de cheval de son hôte.

-Par le nez de mon ami le duc de Chauvigny, qu'il a fort long, j'aime à voir que vous me reconnaissez, maître Grapineau, répondit le chevalier de Vivonne, bien que je n'aie logé que deux fois dans votre hostellerie et il y a plus de deux ans de cela. De mon côté je me

souviens que j'y ai été fort bien traité sur le plan de la nourriture et du gîte. Vos chambres sont confortables, vos lits y sont douillets et je ne vous parle pas de votre vin rouge du coteau de Pied Martin, qu'on aurait dit fabriqué par le saint homme lui-même.

Donnez-moi donc à souper vivement car je suis pressé. Je dois assister à une importante réunion ce soir dans une pièce secrète au château de Theil avec plusieurs gentilshommes de la région. J'arroserai mon dîner de vin du coteau de Pied Martin comme la dernière fois.

-Monsieur le chevalier, puis-je vous suggérer d'arroser votre dîner de ma nouvelle bière, celle que me fournit le Marquis de Montbazou, nouvellement installé comme négociant en son domaine du Bois Parvis. Je sais que celle que je servais il y a deux ans n'avait « ni goût ni gouasse » (1), mais cette nouvelle bière que je qualifierais volontiers de divine, s'accorde merveilleusement avec les pâtés que me fournit Maître Dubreuil et les saucisses de Maître Puisais. Par modestie je ne parlerai pas de mes poulets fraîchement sortis de ma rôtissoire. Le marquis distribue la bière fabriquée par deux moines de l'abbaye de l'Arpinière ; c'est un ami du marquis qui me l'a recommandée et je n'en ai bu de meilleure. Je vous engage à la goûter, à mes frais bien entendu.

-D'accord maître Grapineau, je vous fais confiance et accepte volontiers de goûter ce breuvage qui, sans vouloir vous désobliger, ne peut égaler la bière de l'abbaye de Vivonne dont je régale mes invités en ma maison.

Maître Grapineau alla quérir un grand pichet de cette bière dans sa cave et en remplit la chope du chevalier.

La bière bue, les yeux de Vivonne devinrent brillants comme un soleil de midi.

-Par la moustache de Mme de Chauvigny, qu'elle a fort longue et drue, je n'ai jamais bu un tel nectar et jamais perçu ce goût très spécial que je ne saurais définir. Redonne-moi à boire, que j'en profite de nouveau.

Le chevalier fit finalement tant honneur à la bière qu'il délaissa pâtés et saucisses pour se consacrer à la dégustation de ce breuvage tant et si bien qu'il tomba endormi sur la table de l'auberge et manqua son rendez-vous au château de Theil.

Au matin, il déclara qu'il n'avait jamais rien bu d'aussi bon, qu'il se moquait de son rendez-vous manqué comme de son premier duel et qu'il ne quitterait pas Bonnes avant de connaître le secret de fabrication de cette bière qu'il qualifia de nouveau de divine.

-Monsieur le Chevalier, je crains que les moines de l'Arpinière n'acceptent pas de vous révéler le secret de leur recette. Plusieurs personnes en ont déjà fait la demande mais le père Pascal et le révérend Père Jacky, en charge de la fabrication à l'abbaye, gardent jalousement leur secret.

-Eh bien j'utiliserai la ruse. Je me rendrai dès cet après-midi au Bois Parvis et à l'Arpinière afin de prendre le marquis et les moines en filature. Cela me prendra le temps qu'il faut mais je découvrirai ce secret.

Le chevalier suivit le marquis de Montbazon pendant plusieurs jours et s'embusqua aux abords de l'Arpinière pour observer le travail et les allers et venues des moines. Il nota tout d'abord que les moines faisaient une cuvée hebdomadaire, le jeudi, et qu'ils livraient le marquis chaque vendredi. Le jeudi de la troisième semaine, il décida de passer la nuit dans les fourrés du Soubis, situé tout à côté de l'abbaye. Grand bien lui fit. Vers deux heures du matin, il aperçut une vive lumière blanche qui se dirigeait vers la porte ouest du bâtiment. S'approchant encore plus, il vit le

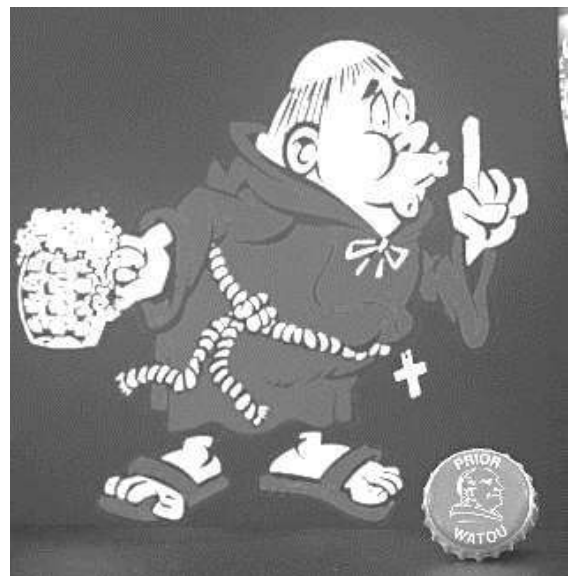
père Pascal ouvrir la porte, se glisser à l'extérieur et recevoir une fiole des mains d'un ange.

C'était donc là le secret : les moines ajoutaient chaque semaine le contenu d'une fiole divine à leur production de bière. Maître Grapineau, qui le premier avait fait allusion à une bière divine, devait en savoir plus qu'il ne voulait bien lui dire. Le chevalier de Vivonne décida d'aller lui faire part de sa découverte en guettant bien ses réactions.

-Par les pustules faciales de la sorcière de Moulin Neuf ! Il est madré le bougre, il m'a donné bien du souci pour découvrir un secret qu'il connaissait...

Jean-Pierre Vassaux

- (1) Expression utilisée autrefois dans la région pour désigner un mets ou une boisson sans saveur.



LES MÉTAUX LOURDS : QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour terminer l'article sur les métaux lourds, voici une recette qui réunit tous les ingrédients que l'on a vus les mois précédents.

Cette recette de smoothie vous offre un moyen simple et savoureux d'intégrer ces cinq aliments à votre alimentation quotidienne en une seule fois.

Buvez ce smoothie quotidiennement pour des bienfaits optimaux.

Le jus d'orange , que vous allez trouver dans le smoothie, apporte le calcium et la vitamine C, très bio-disponibles et très actifs. Il aide également à l'absorption du fer des autres ingrédients (la spiruline, le jus d'herbe d'orge, la dulce etc...) permet aussi de fluidifier le smoothie.

Voici le smoothie pour détoxifier les métaux lourds

Ingrédients:

- 2 bananes ou plus,
- 2 tasses de bleuets sauvages
- 1 tasse de coriandre
- 1 tasse de jus d'orange
- 1 cuillère à café de poudre de jus d'herbe d'orge
- 1 cuillère à café de spiruline
- 2 c a s de dulce de l'atlantique
- Facultatif : eau ou eau de coco ou un peu plus de jus d'orange frais pour mélanger(si c'est nécessaire pour votre blender)



Mélangez tous les ingrédients jusqu'à consistance fluide. Si vous souhaitez une consistance plus liquide , ajouter jusqu'à 1 tasse d'eau. Prenez du plaisir tout en prenant soin de vous.

Végétalement votre Line





Chèr.e.s ami.e.s du club,

Les matchs reprennent peu à peu, l'ensemble du club compte sur votre soutien pour cette deuxième partie de saison répartie sur les chapeaux de roue avec cette victoire face à Civaux le 28 janvier à domicile.

De plus, le club cherche à agrandir son équipe de bénévoles et dirigeants. Alors si vous êtes intéressés pour faire partie de l'aventure, n'attendez plus, contactez-nous et rejoignez-nous !
À bientôt !

Maxime Michaud
Président

- **Résultat match Championnat D4 :**

28/01/2023 – Bonnes – Civaux : victoire 2 - 1

→ Rappel des prochains matchs

- **Départementale 4 :**

05/03/2023 à 15h00 – **Bonnes – Vallée du Saleron** : au stade de Bonnes

12/03/2023 à 15h00 – **Adriers le Vigeant – Bonnes** : stade du Vigeant

26/03/2023 à 15h00 – **Bonnes – Jardres** : stade de Bonnes

02/04/2023 à 15h00 – **Vicq-sur-Gartempe – Bonnes** : stade de Vicq s/ Gartempe

30/04/2023 à 15h00 – **Bonnes – Verrières** : stade de Bonnes

07/05/2023 à 15h00 – **Sèvres Anxaumont – Bonnes** : stade de Sèvres Anxaumont

14/05/2023 à 15h00 – **Bouresse – Bonnes** : stade de Bouresse

28/05/2023 à 15h00 – **Bonnes – Nalliers** : stade de Bonnes



ÉVÉNEMENT À VENIR !

LE BAL DU FOOT REVIENT !

**RDV le samedi 15 avril
à la salle des fêtes de Bonnes**

**Horaires, tarifs et menu vous seront précisés
dans le prochain numéro du Vivre à Bonnes**

**Suivez-nous sur nos réseaux sociaux pour suivre notre
actualité et nos photos !**

« Étoile Sportive de Bonnes »

→ **Notre page Facebook :**

<https://www.facebook.com/ESBonnesfoot86>

Scannez le QR Code avec votre smartphone
pour ouvrir la page Facebook du club :



→ **Notre compte Instagram :**

<https://www.instagram.com/es.bonnes/>

Scannez le QR Code avec votre smartphone
pour ouvrir la page Instagram du club :



→ **Pour tout contact :**

- par mail : correspondant.esb.86@orange.fr
- par téléphone : M. Michaud, Président : 06 67 78 27 97

L'ASSOC BONNES NATURE PRÉSENTE

LE MARCHÉ DES PRODUCTEURS A BONNES

Viande de bœuf, volailles, légumes, fruits, pain, fromages, bières, gourmandises, miels, produits d'hygiène et d'entretien...



Premier **mercredi** de
chaque mois de
16h00 à 19h00



Producteurs présents sur le marché

(liste non exhaustive, évolutive en fonction des contraintes de chacun)

- Au délice de la terre d'Ouzilly (légumes)
- Aux grandes oreilles (cosmétiques)
- Cocotte émoi (viande bovine et porc)
- Coop de Bonnes (autres produits locaux)
- EARL de la Pretrerie (veloutés, purées, confitures)
- Graine d'Acadie (farine)
- La Brioche d'Antan (pains, viennoiseries)
- La chaume à fromages
- La fabrique de Steph (textiles)
- La linaroise (bières)
- La maison Bourbon (torréfacteur)
- La pause festive d'Eugenia (biscuits artisanaux sans gluten et sans laitage)
- Les Biquettes du Mont St Savin (fromages chèvre)
- Les Brebis d'Élise (yaourts et fromages brebis)
- Les escargots du Poitou
- Les petits papiers (bijoux et accessoires artisanaux)
- Les plumes du Moulin (volailles)
- Les vergers de Savoie (pommes et jus)
- Maxime NORMAND (charcuterie maison)
- Perle de sarrasin (foodtruck)
- RABEAU Olivier (tourneur sur bois)

@ bonnesnature@gmail.com ☎ Émilie SQUAS : 06 89 95 31 14

f Consultez notre facebook Bonnes Nature pour plus de détails.



L'Union Musicale de Bonnes vous invite

CONCERT DE PRINTEMPS

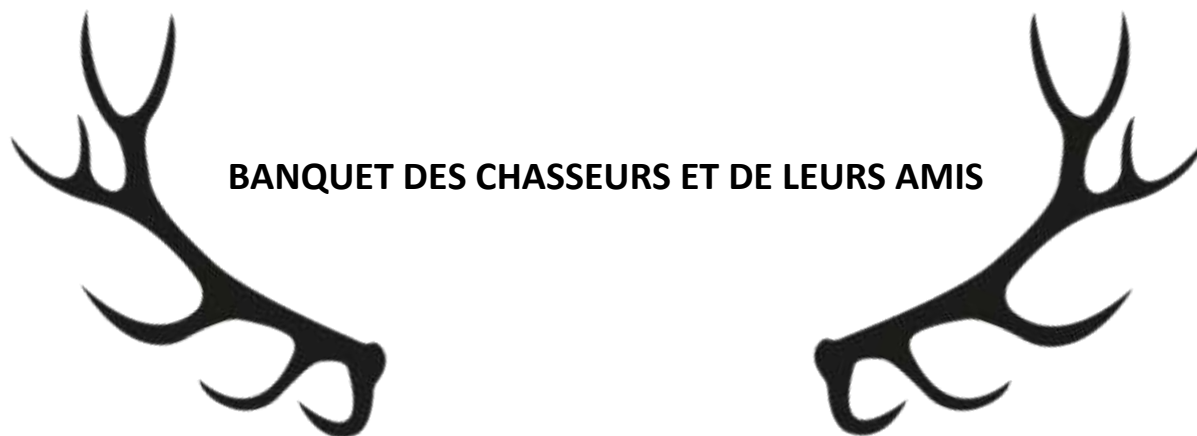
Avec l'Ensemble Musical Bonnes / St Julien l'Ars
& l'Entente Musicale Scorbé Clairvaux / Thuré

DIMANCHE 5 MARS - 15H
SALLE DES FETES DE BONNES

Entrée libre


UNION MUSICALE DE BONNES

ASSOCIATION COMMUNALE DE CHASSE AGRÉE DE BONNES



Le banquet organisé par l'ACCA de Bonnes dans la Salle des Fêtes de Bonnes, initialement programmé le Samedi 29-04-2023 est décalé au :

Samedi 08 Avril 2023 au soir

Le repas est réalisé par le traiteur Jean-Michel COQUELIN.

La soirée sera animée par un DJ. Une tombola est organisée ainsi qu'une exposition de trophées et photos de chasse.

Les cartes du banquet seront en vente début Mars.

Pour plus d'informations sur l'évènement ou pour connaître la date de vente des cartes, contacter l'ACCA :

- *Aurélien BROUARD (Président) : 06 32 59 81 25*
- *Robert THIMONIER (Secrétaire) : 06 03 17 17 41*
- *Jacky DUVAULT (Trésorier) : 06 30 89 40 14*
- *E-mail : acca.bonnes.86@gmail.com*

RECETTE



VELOUTÉ DE CAROTTES AUX LENTILLES CORAIL

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 min

TEMPS DE CUISSON : 30 min

CUISINE : Végétalienne

PORTIONS : 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 700 g de carottes
- 200 g de lentilles corail
- 1 litre de bouillon de légumes
- 1 oignon jaune
- 1 gousse d'ail
- 2 cm de gingembre frais
- 2 cuillères à café de curry en poudre (facultatif)
- Huile d'olive
- Sel et poivre

INSTRUCTIONS

Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Epluchez le gingembre et coupez-le finement. Epluchez l'oignon et ciselez-le. Epluchez et dégermez l'ail.

1. Faites chauffer une cocotte avec un peu d'huile d'olive et ajoutez l'oignon, l'ail et le gingembre. Laissez cuire sur feu moyen 2 minutes puis ajoutez les carottes et le curry. Mélangez bien et laissez revenir quelques minutes.
2. Ajoutez le bouillon de légumes et les lentilles. Couvrez et laissez cuire à frémissement pendant 30 minutes.
3. Mixez au mixeur plongeant, rectifiez l'assaisonnement et rajoutez un peu de bouillon au besoin si la texture est trop épaisse pour votre goût.

JEUX

DESSERT AU CAFÉ BRULAGE DU CAFÉ		1ER PRO- DUCTEUR DE CAFÉ DANGER		CONFIERE PREMIERE DAME		IMAGE PIEUSE ACTINIUM AU LABO		POÈME DE TROUBA- DOUR ARCHIPEL POLYNÉSIE		ARTICLE SOUS TRAIT	
CAPITALE DE L'UKRAINE RÉCIPIENTS À CAFÉ					EXPRESSO SCANDIUM AU LABO						VÊTEMENT
						MAUVAIS À L'ÉCRAN CAFÉ TRÈS SERRÉ					
RÉDUIT EN POUDRE	ÂGE MENTAL OUBLIÉE			DANS LE CAFÉ VINGT PÈRE D'ASTÉRIX						PROTÈGE LE MAJEUR	
					NATIONS UNIES		L'EAU DU POÈTE ÉPOQUE				
PRONOM PERSONNEL RAPPORT EN MATHS			PORTIONS DE CAFÉ BOURDONNE								
		REBONDIE									JEUNES ET BÊTES
VERROU ÎLE DE FRANCE								SINGE CAPUCIN POUR PASSER LE CAFÉ			
		PAYS DE MAGICIEN MONNAIES COURANTES			GAVROCHE		FLEUVE DU NORD		CHEMIN BALISÉ IRLANDE		
CERCLE DE JEU	ROULAIENT LA TERRE S'AJOUTE AU CAFÉ										
				LE PAYS DU CAFÉ POISSON COMESTIBLE							CONTRAT DE TRAVAIL
NOBLE SANS ENGRAIS							PEUR SUR SCÈNE MARQUE DE MÉPRIS				
			POSSÈDE			LE PREMIER PSY					
AUTOCRATE					MAL EXPRIME				ONZE ROMAIN		

2	9	3	1	6	5	8	4	7
5	4	7	3	2	8	9	6	1
6	1	8	4	9	7	2	5	3
9	6	2	5	4	1	7	3	8
3	7	1	2	8	6	5	9	4
4	8	5	7	3	9	1	2	6
7	3	4	8	5	2	6	1	9
1	2	6	9	7	4	3	8	5
8	5	9	6	1	3	4	7	2

5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

C	L	U	S	T	L	D		
R	O	C	A	I	L	L	E	A
Q	U	I	M	I	M	O	S	A
M	U	L	C	H	E	A	U	Z
E	T	A	V	R	I	L	O	R
A	L	I	S	I	E	R	A	R
I	V	E	R	E	G	N	A	S
A	C	A	C	I	A	I	B	I
O	R	A	I	N	B	A	S	T
U	T	T	D	O	U	T	I	O
F	E	N	A	I	S	O	N	G
S	A	L	U	A	G	R	E	R
J	A	R	D	I	N	E	E	X
D	O	N	A	C	O	N	I	T
N	E	U	R	O	N	E	A	N
E	C	U	S	N	R	A	Y	A
S	E	V	E	V	I	E	I	L
B	L	E	A	S	T	E	R	N



ANNONCES

Mon état de santé ne me permet plus de rester à la maison et je cherche un foyer pour Jonas.

C'est un croisé boxer bringé de 8 ans. Ne vous fiez pas à son museau blanc, il est en pleine forme, à jour de ses vaccins et pucé. Il est joueur, adore les balades autour de l'étang et lézarder dans le jardin et à la fenêtre. Peut-être l'avez-vous déjà croisé.

C'est un chien gentil, non agressif. Il s'entend avec ses congénères mais je ne conseille pas les chats. Il se comporte très bien avec les enfants. J'aimerais que Jonas ait le foyer qu'il mérite.

Si vous souhaitez le rencontrer, merci de contacter ma fille au 06 61 54 50 61 ou gaelle.coulbaux@gmail.com

Nicole Coulbaux



ÇA FAIT DU BIEN À L'IMMOBILIER

**Concrétisons ensemble
votre projet immobilier**



Réseau de
proximité



Honoraires
adaptés



Large diffusion
des annonces



Recherches
personnalisées

Votre **conseiller en immobilier**
sur **Bonnes** et ses alentours



Benoit LARCADE

06 35 18 07 32

benoit.larcade@iadfrance.fr

iadfrance.fr

Benoit LARCADE, mandataire indépendant en immobilier - Agent commercial de la SAS I@D France immatriculée au RSAC de Poitiers codes sous le numéro 838372027 (sans détention de fonds), titulaire de la carte de démarchage immobilier pour le compte de la société I@D France SAS

ELECTRICITE GENERALE



NEUF et RENOVATION
DEPANNAGE

- Chauffage Electrique
- Motorisation de Portails
- Interphonie
- Ventilation

Gérard BROUARD

7, rue du Moulin
86300 SAINT-MARTIN-LA-RIVIERE

Tél 05 49 44 00 38
Port. 06 19 55 66 60

S.O.S ORDINATEUR

Dépannage & assistance informatique 7j/7



Pays Chauvinois,
Poitiers, Châtelleraut,
Montmorillon

AVELINE Mathieu

4, avenue de la République
86300 BONNES

06 62 96 22 17

aveline.mathieu@gmail.com

06 62 96 22 17

*La réflexologie est une discipline globale et durable de la santé et du bien-être qui s'adresse à toutes personnes
désirant libérer ses tensions et retrouver un bon équilibre naturel du corps.*

Reflexologue - Relaxologue

Prévention et gestion du stress

Titre RNCP

📞	06 08 70 45 42
✉	melanie.ferreirareflexo@gmail.com
📍	28 rue des petits clos Le Breuil - 86300 Chauvigny



Pratique manuelle : Plantaire, Palmaire, Dorsale et Facio-crânienne
Sur rendez-vous au cabinet ou déplacement à votre domicile - Chèque Cadeau

www.melanieferreira-reflexologue.fr



**Charpente
Couverture
Zinguerie
Démoussage**

François DUVAULT
06.79.58.15.87
francois.duvault@gmail.com

« Le Fourneau » - 86300 BONNES

Salon de Coiffure Hommes, Femmes et Enfants

 *Nuances & Reflets* 

05.49.50.57.90

Horaires d'Ouverture :

Mardi

9h - 12h / 14h - 18h

Mercredi - Jeudi - Vendredi

9h - 12h / 14h - 19h

Samedi

9h - 16h

**Nouveau service dans votre salon
pour vous les hommes !!!**

Dès à présent Jessica s'occupe de vos barbes.
N'hésitez pas à prendre rendez-vous.



alizé
 CONTRÔLES & DIAGNOSTICS IMMOBILIERS
OFFICIER DES PROPRIÉTÉS - C.A.S. 31

Julien GUERIN - ALIZÉ
 CHAUVIGNY / MONTMORILLON
 07 88 17 31 88 - julien@alize86.fr

6 AGENCES, LES MÊMES COMPÉTENCES POUR VOUS SERVIR



LPG
 endermologie

Le Lipomodelage fait son entrée à l'institut !!
 Technique minceur brevetée qui stimule naturellement la peau dans le but de cibler et de réveiller les cellules endormies.

Déstocker les graisses. **Lisser** la cellulite. **Raffermer** la peau. Retrouver des jambes légères ou du bien-être. L'Endermologie, la technique de référence **100% naturelle**, **NON invasive** et **NON agressive** de stimulation mécanique de la peau, permettant de réactiver le mécanisme des cellules.

Téléphone : **05.49.53.46.82**
 Lundi-Mardi-Jeudi-Vendredi
9h-12h30 14h-19h
 Mercredi **9h-12h**
 Fermé le Samedi (sauf mariage ou autres évènements)



NATURE ET JARDIN
Philippe ARLOT PAYSAGISTE

Créations paysagères :

*Haies, massifs, bassins, pelouses, cours et allées,
Terrasses bois, pavages, dallages, murets, clôtures ...*

Entretiens jardins

Services à la personne « artisans à domicile »

Avantages fiscaux (-50 %)

CESU acceptés

Selon loi de finances en vigueur

Contactez le 05.49.56.89.70
06.74. 21.77.95



S.A.R.L JH MACONNERIE

**MACONNERIE GENERALE
NEUF & RENOVATION**

11 route de la Puye
86300 BONNES

Tél. : 06 07 06 74 74
EMAIL : jh.maconnerie@orange.fr



3%.COM
IMMOBILIER

La qualité, la compétence et le prix

DESORMAIS NOUS SERONS DEUX POUR MIEUX VOUS SERVIR

Disponibilité 7J/7J, même les Week-end et jours fériés

Compétence : Accompagnement jusqu'à la signature de l'acte authentique

Le prix : 3% de commission seulement

VENTES / MAISONS / APPARTEMENTS

CONSEIL / ESTIMATION / RENSEIGNEMENTS

VERONIQUE AUDISSOU

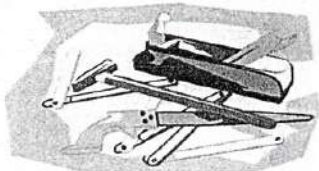
☎ : 07 81 05 63 71

veronique.audissou1708@gmail.com

MARTINE AVELINE

☎ : 06 61 43 64 99

aveline.martine@gmail.com



Menuiserie GUIBERT

Ludovic GUIBERT

Fabricant - Poseur

Rénovation - Agencement

Fenêtres et volets (bois, PVC, alu) - Volets roulants

Parquets - Portails - Escaliers - Cloisons sèches - Isolation

Pergola bioclimatique - Store banne



14, rue de la Biguetterie - 86 300 BONNES

☎ 05 49 01 68 49 - ☎ 06 85 48 10 33

menuiserie.guibert@free.fr

www.menuiserie-vienne.fr



Les Jardins de la Frolle



Pommes, Poires & jus de fruits

Cueillette de fruits au verger de mai à novembre :

Fraises, framboises, cerises, prunes, poires & pommes

Végétaux d'ornements & potagers, arbres & arbustes de haies

Plus d'infos sur www.lesjardinsdelafrolle.fr

Facebook/lesjardinsdelafrolle

La Frolle - 86300 BONNES - Tel : 05 49 56 42 78

Ouvert du lundi au samedi :

du 1er novembre au 31 mars : 9h-12h / 14h-18h | du 1er avril au 30 octobre : 8h30-12h / 14h-18h

DUVAULT SARL

CHARPENTE

COUVERTURE

ZINGUERIE

NEUF & RÉNOVATION

26 route de chatellerault - 86300 BONNES

Tél. : 06 20 31 01 08 - 06 82 06 01 68

sarlduvault@sfr.fr





VIANDE DE PORC VENTE DIRECTE

COLIS D'ASSORTIMENT DE VIANDE ET DE CHARCUTERIE
DE 5 OU 10 KG CONDITIONNÉS SOUS VIDE

ÉLEVAGE DE TRADITION EN PLEIN AIR
NOURRI AUX CÉRÉALES DE LA FERME

COMMANDES • RESERVATIONS • RENSEIGNEMENTS

Contactez Paul Mahon au 06 42 05 52 60 • paulmahon@lesterrieres.fr

Les Terrières • 86300 Bonnes



Univ' Hair

- . Salon de coiffure mixte
- . Coloration végan
- . Rituels bien être
- . Thalassothérapie du cuir chevelu
- . Produits capillaires inspirés de la mer

09.84.53.40.79

9 place du monument 86300 Bonnes
Mardi au Vendredi 9h-12h / 14h-19h
Samedi 9h-16h

COOP



MR ET MME GRELAUD

05/49/45/90/09

DU LUNDI AU VENDREDI

8 H A 12 H 45 - 15 H 45 A 19 H 30

SAMEDI

8 H 30 A 12 H 45 - 15 H 45 A 19 H 30

DIMANCHE

8 H 30 A 12 H 45 - 16 H 30 A 19 H 30

**MAINTENANT EN VENTE :
FROMAGE DE CHEVRE DE BEAUMONT**



**SAMEDI ET DIMANCHE
BANC DE POISSON FRAIS**



J.M.A GAUTIER PEINTURE

STAFF

PEINTURE

DECOR

REVÊTEMENT

MUR ET SOL

RAVALEMENT

Route de Liniers

86800 LAVOUX

Tél./Fax : 05.49.56.61.04

Port : 06.83.51.49.94



LMP²
DESMAZEAU - MAILLET

- Maçonnerie
- Carrelage
- Menuiserie
- Plaques de plâtre
- Isolation

86300 BONNES - ☎ : 06 32 08 04 99 - 06 61 72 55 84



EURL COQUELIN

Traiteur / Plats à emporter
 Livraison de repas

5 Route de Picourtault
 86300 BONNES

Service de Livraison de repas à domicile
 pour les personnes âgées

Tête de veau à emporter tous les 29 de chaque mois

Pour tous renseignements et commandes merci
 d'appeler au : ☎ **06.11.88.40.54**

MARS-23

1	M	BIBLIOTHEQUE 16H/18H WOD 18H30/19H30 PALETS 18H30 <u>MARCHE DES PRODUCTEURS 16H/19H</u>	17	V	GYM ENTRETIEN 9H30/10H30 CIRCUIT TRAINING 14/17 ANS 17H30/18H30 BIBLIOTHEQUE16H/18H INFORMATIQUE 10H30
2	J	RANDO 9H/11H JEUX DE SOCIETE 14H/16H BABY JUDO 16H45/18H00 - JUDO 18H/19H PILATES 19H30/20H30	18	S	
3	V	GYM ENTRETIEN 9H30/10H30 CIRCUIT TRAINING 14/17 ANS 17H30/18H30 BIBLIOTHEQUE16H/18H INFORMATIQUE 10H30	19	D	MARCHE ACTIVE 10H/11H
4	S		20	L	GYM DANSE ENFANTS 6/11 ANS 16H/17H SOPHROLOGIE 19H/20H
5	D	MARCHE ACTIVE 10H/11H <u>CONCERT DE PRINTEMPS 15H SDF</u>	21	M	GYM EQUILIBRE 9H/10H GYM DANSE ENFANTS 3/5 ANS 16H/17H YOGA 18H30/19H30
6	L	GYM DANSE ENFANTS 6/11 ANS 16H/17H SOPHROLOGIE 19H/20H	22	M	BIBLIOTHEQUE 16H/18H WOD 18H30/19H30 PALETS 18H30
7	M	GYM EQUILIBRE 9H/10H GYM DANSE ENFANTS 3/5 ANS 16H/17H YOGA 18H30/19H30	23	J	RANDO 9H/11H JEUX DE SOCIETE 14H/16H BABY JUDO 16H45/18H00 - JUDO 18H/19H PILATES 19H30/20H30
8	M	BIBLIOTHEQUE 16H/18H WOD 18H30/19H30 PALETS 18H30	24	V	GYM ENTRETIEN 9H30/10H30 CIRCUIT TRAINING 14/17 ANS 17H30/18H30 BIBLIOTHEQUE16H/18H INFORMATIQUE 10H30
9	J	RANDO 9H/11H JEUX DE SOCIETE 14H/16H BABY JUDO 16H45/18H00 - JUDO 18H/19H PILATES 19H30/20H30	25	S	COUTURE 9H30/11H30 <u>SOIREE MUSICALE SDF 20H30</u>
10	V	GYM ENTRETIEN 9H30/10H30 CIRCUIT TRAINING 14/17 ANS 17H30/18H30 BIBLIOTHEQUE16H/18H INFORMATIQUE 10H30	26	D	MARCHE ACTIVE 10H/11H
11	S	COUTURE 9H30/11H30	27	L	GYM DANSE ENFANTS 6/11 ANS 16H/17H SOPHROLOGIE 19H/20H
12	D	TROC A LA BOUTURE 9H/12H ACTIVE 10H/11H	28	M	GYM EQUILIBRE 9H/10H GYM DANSE ENFANTS 3/5 ANS 16H/17H YOGA 18H30/19H30
13	L	GYM DANSE ENFANTS 6/11 ANS 16H/17H SOPHROLOGIE 19H/20H	29	M	BIBLIOTHEQUE 16H/18H WOD 18H30/19H30 PALETS 18H30
14	M	GYM EQUILIBRE 9H/10H GYM DANSE ENFANTS 3/5 ANS 16H/17H YOGA 18H30/19H30	30	J	RANDO 9H/11H JEUX DE SOCIETE 14H/16H BABY JUDO 16H45/18H00 - JUDO 18H/19H PILATES 19H30/20H30
15	M	BIBLIOTHEQUE 16H/18H WOD 18H30/19H30 PALETS 18H30	31	V	GYM ENTRETIEN 9H30/10H30 CIRCUIT TRAINING 14/17 ANS 17H30/18H30 BIBLIOTHEQUE16H/18H INFORMATIQUE 10H30
16	J	RANDO 9H/11H JEUX DE SOCIETE 14H/16H BABY JUDO 16H45/18H00 - JUDO 18H/19H PILATES 19H30/20H30	Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était, et aie confiance en ce qui sera. Bouddha.		