

À l'Abri du Château

La revue 100% Montéleger



N°24 - Janvier - 2024

AU SOMMAIRE

dans ce numéro



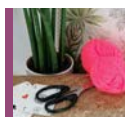
Vie de la Mairie

Mot du Maire	p. 3
DGS	p. 5



Jeunesse

Sou des Écoles	p. 06
Cantine	p. 07
CMJ	p. 07



Associations

Forum des associations	p. 08
Association Respire	p. 09
Association Familiale	p. 09
Téléthon	p. 10
Club de l'espérance	p. 10
Les virades de l'espoir	p. 11
Chorale Cantavioure	p. 12
Couture	p. 12
Société Mycologique	p. 13
Monbeaujardin	p. 14
English Corner	p. 14
La p'tite compagnie	p. 15



Sports

Foot	p. 16
Tennis	p. 16
Pétanque	p. 17
Gym volontaire	p. 71
Véore XV	p. 18
Tai Chi	p. 18



Animation et culture

Chemin des artistes	p. 19
---------------------------	-------



Vie du village

Anciens élèves	p. 20
Sécurité à vélo	p. 20
Tom & Josettel	p. 21
Etat civil	p. 21
Fête du village	p. 22
Le petit journal des Montéléjoie	p. 23



AGENCE
POSTALE
COMMUNALE

À votre service :

- › Affranchissements
- › Dépôt et retrait de courriers et colis
- › Vente d'enveloppes et emballages prêt à envoyer
- › Opérations courantes sur CCP et compte d'épargne

- 📍 4 cours des platanes - 26760 Montéléger
- 🕒 Du lundi au vendredi de 8^h00 à 12^h00
- ☎ 04 75 59 50 18

L'ABRI DU CHÂTEAU

Directrices de publication :

Marylène PEYRARD
Valérie CHAMPEY

Les contributeurs :

Clubs et associations,
Représentants
Élus

Crédits photos :

Droits réservés
Shutterstock, Valérie Champey, Martine Delbarrio

Conception et impression :

Imprimerie Despesse (26)

Tirage :

760 exemplaires



Marylène Peyrard



L'ÉDITO DE VOTRE MAIRE

Le système territorial « Cul par-dessus la tête »

Ce n'est pas sans une certaine surprise que devant les Maires réunis à l'Élysée, lors du dernier congrès de Paris, nous avons entendu le Président de la République critiquer sévèrement le système actuel territorial qui fonctionne, selon ses mots, « cul par-dessus la tête ». Et pourquoi ? Parce que personne ne sait plus, qui fait quoi... Il en aura fallu du temps pour que le Chef de l'Etat constate l'évidence !

Et un Maire, le Maire d'Issoudun n'a pas manqué de faire écho au Président en proclamant sans détour : « l'autonomie des communes est un fantôme, la libre administration une guenille, la subsidiarité une chimère ». Il est bien difficile de contester de tels propos !

A Montéleger, cela fait des années que nous n'avons cessé de tirer la sonnette d'alarme à l'égard d'initiatives successives mettant en cause le principe de la libre gestion communale : le principe de la commune comme cellule de base de la démocratie réelle. Nous l'avons toujours répété inlassablement : pas de démocratie réelle, sans démocratisation, sans clarté municipale ou communale de proximité. Or depuis des années et des années, depuis près de 30 ans, de réformes en réformes allant toutes dans le même sens, on a porté de mauvais coups à l'autonomie communale et par voie de conséquence à

la clairvoyance des habitants bénéficiant du contrôle facile de la gestion publique.

Il suffit de donner quelques exemples bien connus.

En tout premier lieu, l'interdiction faite aux municipalités de prélever directement la taxe d'habitation, ressource principale de la collectivité la plus proche, avec l'engagement d'une compensation d'Etat à l'euro près ! Au niveau des apparences, quel merveilleux cadeau, surtout pour les plus modestes, mais l'apparence est une chose, la réalité en est une autre ! Et la réalité en quoi consiste-t-elle ?

Ce que les citoyens ne paient plus aux communes, il faudra bien d'une manière ou d'une autre, le payer à l'Etat car il n'y a pas de miracle ! Et par ailleurs, il n'est pas certain du tout que l'Etat tienne à terme la plénitude de ses engagements... Si c'est le cas, il faudra bien que la taxe foncière des propriétaires supplée aux insuffisances budgétaires, ce que ne vont pas manquer « d'apprécier » tous ceux, très nombreux, qui aspirent accéder à la propriété. Enfin c'est toute une population locale qui se met sous la dépendance de l'Etat à la place du contrôle direct de sa contribution.

On ne voit pas où est le bénéfice, mais ce qui est parfaitement clair, c'est le

renforcement de la tutelle de l'Etat sur les habitants des communes, c'est un recul démocratique spectaculaire !

Autre exemple significatif et non moins sidérant : l'interdiction faite aux Maires de se présenter aux élections nationales. Qu'est-ce que cela veut dire ? tout simplement que l'on ne veut pas de gestionnaires compétents aux Assemblées, que l'on préfère l'innocence ignorante ; et que l'on ne souhaite pas non plus que les Maires renforcent leurs connaissances pour devenir de meilleurs gestionnaires autonomes.

En matière de recul démocratique, il est difficile de faire mieux ! il est vrai qu'il ne manquera pas de brillants esprits pour tenter de nous démontrer que ce recul est un progrès !

Tout cela s'ajoute à des décisions progressives et méthodiques prises depuis longtemps. Pendant de longues années, il y avait un système territorial plutôt simple, accessible même au moins averti. Les communes, les cantons, les départements, les régions se présentaient avec des contours convenables. A tout cela on a ajouté des supers structures sous la forme de communautés de communes, de communautés d'agglomération, de

métropoles toujours plus vastes, et en plus, coïncidant de manière très imparfaite avec l'organisation précédente. Evidement on nous a expliqué que grâce à cela, on allait faire beaucoup plus avec moins. A Montléger, on a toujours été sceptique. Le résultat a été, celui qui était attendu. Ce qui était simple est devenu complexe, ce qui était clair est devenu obscur, ce qui était économique est devenu cher, ce qui était rapide, est devenu lent. La réunionite a remplacé la décision, les fonctionnaires se sont substitués aux élus ; ce qui était autonome est devenu dépendant et personne n'y comprend plus rien ! La ténébreuse technocratie a remplacé la claire démocratie.

Et comme si cela ne suffisait encore pas, on va toujours et encore dans la même direction ! Voici que l'on vient de nous sortir, une loi dite de non artificialisation des sols. De quoi s'agit-il, parait-il ?

De ne plus mettre de béton à la campagne avec des arguments qui ne manquent pas de nous stupéfier !

Que nous dit-on ?

Premièrement qu'il faut protéger les terres agricoles, deuxièmement qu'il faut sauvegarder le relief et l'environnement, troisièmement que le béton favorise le réchauffement climatique. Là vraiment, la sidération l'emporte.

Premièrement sauvegarder les terres agricoles : il y a plus de 30 années qu'une politique de libre échange international accompagnée d'un forcing productiviste quantitatif a entraîné une chute des prix agricoles qui a amené les paysans à quitter leurs terres. La vie rurale s'est désertifiée.

Est-ce que c'est en empêchant de construire que l'on ramènera les paysans à leurs terres ?

Appauvrir le relief ? mais il est bien évident que si l'on ne construit pas à la campagne, le relief se détériore, il tombe en friches et l'environnement s'enlaidit. Bien sûr il ne faut pas faire n'importe quoi : il est important de se consacrer à un urbanisme qualitatif.

Quant au réchauffement climatique, il y a bien plus de chance qu'il se produise avec un béton renforcé qu'avec un béton espacé !

L'impression qui subsiste c'est qu'ils ne savent plus quoi faire pour donner de moins en moins d'importance à la multiplicité de nos communes rurales au profit d'une concentration accrue !

Mais nos technocrates ne manquent pas de génie inventif. Ce sont d'excellents techniciens de la matière inerte. Mais pour ce qui est de la vie des hommes, ce n'est pas la même chose ! Face à leurs initiatives, les hommes s'enfuient, s'évadent, se sauvent, s'évaporent. Alors ces braves techniciens s'aperçoivent qu'il y a encore des trous dans la muraille. Ils en rajoutent encore, ils veulent boucher des trous mais la population résiste encore. Mais enfin ils finissent par triompher et la population se résigne. L'ennui c'est que la commune s'est endormie : il n'y a plus de créativité, il n'y a plus de dynamisme et il n'y a plus de vie associative active, il n'y a plus d'indépendance communale.

On peut dire que le Maire d'Issoudun a

parfaitement raison : la libre administration des communes est devenue un fantôme !

Face à une telle situation, il y a une manière de ne pas désespérer. C'est que tous les Maires de France oublient leur différence idéologique et politique pour n'avoir entre eux qu'un programme commun : l'indépendance communale, seule garantie d'une démocratie réelle ! S'ils sont unis, les Maires qui sont les meilleurs représentants de la Nation sont une force considérable.

Avec tous mes meilleurs vœux,

Marylène Peyrard



PRÉSENTATION DGS

Bienvenue à notre nouvelle DGS, Christelle !



Christelle

J'ai intégré la commune de Montéléger le 2 octobre 2023 après 10 ans à la Communauté de Communes du Val de Drôme où j'ai d'abord été secrétaire de mairie itinérante puis instructrice en droit des sols.

Après un début de carrière dans le secteur privé, en 1994, j'ai été recrutée par la commune d'Eurre en tant qu'agent d'accueil à temps partiel mais la dynamique de cette commune a fait que mon poste a rapidement évolué vers le secrétariat plus général.

Même si j'ai aimé découvrir le métier d'instructrice en droit des sols, j'ai toujours un peu regretté d'avoir arrêté le secrétariat de mairie. C'est pour cette raison que j'ai décidé de postuler à la commune de Montéléger pour occuper ce poste stratégique.

Ce que j'aime dans ce métier, c'est le lien direct avec les élus et les agents territoriaux. Je suis motivée par l'envie de mettre à profit de la commune de Montéléger mes connaissances techniques, budgétaires et juridiques. Je n'ai jamais envisagé de quitter le service public pour lequel je m'investis depuis le début de ma carrière professionnelle.

Mère de deux grands enfants, j'aime partager du temps avec ma famille et mes amis. Assez dynamique, j'occupe mon temps libre à randonner dans les montagnes de notre belle région ou la parcourir en vélo. Je fais aussi de la natation depuis de nombreuses années et je suis inscrite depuis peu à des cours de fit'boxing qui me permettent d'évacuer mon énergie !

Je suis heureuse d'avoir rejoint l'équipe dynamique de la commune de Montéléger dans laquelle j'ai été très bien accueillie et au sein de laquelle je me sens bien.

Christelle Bouvard



Marylène Peyrard, maire de Montéléger

et le conseil municipal vous souhaitent

une belle et heureuse année 2024

et vous invitent à accueillir ce nouvel an dans la joie
autour d'un verre de l'amitié.

Le vendredi 19 Janvier 2024 à l'espace Cathelin.

Accueil à partir de 18h30

**VENEZ PARTAGER ENSEMBLE CE
MOMENT DE CONVIVIALITÉ**

SOU DES ÉCOLES

Le Sou des Écoles poursuit sa mission avec le plus grand plaisir !!



Et voici toute l'équipe du Sou des écoles repartie pour une année de plus au service des enfants de Montléger!

Boosté par une année 2022-2023 riche en événements à succès pour le Sou, et motivé par l'envie de pouvoir financer les projets pédagogiques choisis avec beaucoup de soin par l'équipe enseignante, le Sou a repris du service dès septembre avec une équipe composée de 21 membres :

Mandy AIGUEBONNE, Bérangère BERNARD (co-présidente), Elisa BARTHELON, Aurore BLACHE, Damien CACHAT, Marine CHABRIOL, Faustine CHAMBAUD, Stéphanie CHOPARD, Julie DENOGENS, Maëly FERREYRE, Myriam KRIM, Caroline LASSELIN (secrétaire), Prisca MARTIGNAGO (secrétaire), Pierre-Louis MASLINE, Romain MOREIRA, Carine PALADINO-VERGNES (trésorière), Violaine PASCAL, Rachel TAVIOT, Camille TRIBOULIN (co-présidente), Marie VANDAME (vice-trésorière), Marina VILLERS.

Un remerciement tout particulier est adressé aux membres qui ont quitté le sou après des années d'investissement : Sylvie BLACHE, Céline GERAUX, Marion LEGER, et Miryam LOTT.

Après un repas partagé organisé début septembre par l'association dans l'enceinte de l'école, rassemblant tous les parents de l'école pour bien commencer l'année, c'est une soirée Halloween qui a ensuite permis de démarrer les festivités ! Cette première édition fût un succès grâce à la mobilisation de l'équipe mais aussi grâce à la participation massive des familles de l'école que nous remercions chaleureusement ! Dans une salle des fêtes aux allures de château hanté, les enfants ont pu frissonner de plaisir lors de la lecture de contes sur le thème d'Halloween, avant de se régaler de crêpes et autres sucreries, et enfin de se déhancher en musique sous la surveillance de leurs parents attendris...Vivement l'année prochaine !

Les actions du Sou se sont ensuite poursuivies avec : une vente de calendrier sur le thème des JO 2024 avec des photos mémorables de nos élèves-athlètes, une vente de chocolats de Noël, un goûter de Noël offert à tous les enfants de l'école, et enfin la soirée de Noël ! De nombreuses animations y ont été proposées telles que : la chorale des enfants, un arbre à vœux, un arbre de Noël à décorer, la descente du Père Noël, une tombola, un stand maquillage et bien sûr des douceurs à déguster, dans une ambiance très conviviale et chaleureuse dans l'esprit magique de Noël !

Nous ne nous arrêtons pas là, bien au contraire alors notez dans vos agendas les prochains grands événements du Sou :

- A sa tête, notre Loto qui aura lieu le 13 janvier 2024 à la salle des fêtes de Montléger, avec une équipe surmotivée cette année pour vous faire gagner autant de merveilleux lots que l'an passé !

À VOS AGENDA !

13 janvier 2024 → Grand loto

Début d'année → Vente de charcuterie, vin & fromages

Mai 2024 → Vente de brioches

28 Juin 2024 → Fête de l'école

Rappelons que ce dernier avait connu un franc succès alors nous vous attendons aussi nombreux !

- Une vente de charcuterie/vin/fromage en début d'année ;
- Une vente de brioches courant Mai 2024 ;
- Et bien sûr la Fête de l'école le 28 juin 2024 qui alliera, comme l'an passé, spectacle de l'école et kermesse pour le plus grand bonheur des enfants !

C'est grâce à tout cela qu'un certain nombre de sorties et projets vont voir le jour pendant cette année scolaire !

En numéro 1, la classe découverte qui doit avoir lieu en octobre 2024 et qui représente un budget important pour le sou. Alors cette année encore, le Sou a besoin de votre générosité pour voir naître le sourire et l'émerveillement sur le visage de tous ces petits chérubins. Soutenez nos actions, rejoignez-nous, ou encore faites un don déductible de vos impôts à hauteur de 66% ; tout est possible !

Miryam Lott pour le sou des écoles.

Pour plus de renseignement, n'hésitez pas à contacter la directrice de l'école. Merci à vous !



LA CANTINE FAIT PEAU NEUVE



« A la cantine, c'est délicieux ! Il n'y a pas d'ail, ni d'auchois... »



« C'est bon ! On mange de la purée avec de la viande »



« A la cantine, il y a les copains et les copines ! »

CMJ

Les actions du CMJ

Le Conseil Municipal des Jeunes

En octobre, nous avons dû organiser des élections partielles pour remplacer trois jeunes démissionnaires. En effet, leur participation était devenue difficile à concilier avec leur emploi du temps de collégiens. Bienvenus donc à Nina PALADINO VERGNE, Arsène LEBOURGEOIS, et Victor RIFFARD !

L'équipe a fait sa rentrée avec un beau dynamisme et des projets à revendre... Les nichoirs à oiseaux trouveront leur place avant le printemps et la participation au Téléthon reste un moment très fédérateur autour des valeurs de solidarité. La cérémonie du 11 novembre fut également un moment fort de cette fin d'année, en mettant en avant l'importance du devoir de mémoire et du nécessaire effort pour préserver la paix, le respect et l'harmonie entre les pays du monde...

Le CMJ profite de cet article pour présenter ses meilleurs vœux aux Montélégeois.

*André Cluzel et Danièle Julien,
conseillers municipaux*



Le temps du repas, doit être pour l'enfant :

- Un temps pour se nourrir
- Un temps pour se détendre
- Un temps de convivialité
- Un apprentissage des rapports avec ses copains, du savoir vivre, du respect des aliments, du matériel et des installations.

Chaque jour, les anniversaires des enfants sont affichés.

Ils chantent une petite chanson pour l'occasion... et voilà... c'est tout simple, et les élèves sont contents de cette petite attention !

C'est ça la vie de l'école !

Une nouvelle Cantine !

*« La cantine est plus
grande, plus belle.
C'est mieux... ! »*



Les travaux d'extension de l'école se sont achevés fin août 2023 avec des modifications qui ont pris fin mi-novembre 2023.

A la rentrée, l'école a donc bénéficié d'un nouveau restaurant scolaire.

La nouvelle cantine dispose de 2 salles :

- 1 salle dédiée aux 35 élèves de la maternelle, qui sont servis à table à partir de 11 h 30,
- La deuxième salle est réservée aux 85 élèves des classes élémentaires. Cette salle est équipée d'un self qui permet aux élèves d'être autonomes.

Chaque jour, 2 élèves sont désignés pour nettoyer les tables et vider les carafes d'eau. Ils sont récompensés par des friandises. Il y a toujours des volontaires !



RETOUR EN IMAGES SUR

LE FORUM DES ASSOCIATIONS !



ASSOCIATION RESPIRE

“ Un rdv hebdomadaire qui vous permet de prendre un temps pour vous poser, vous ressourcer dans le respect, la bienveillance et la bonne humeur. ”

Les séances de groupes sont proposés :
Tous les mercredis à 18h
à l'Espace Cathelin
(Hors vacances scolaires)

NOUVEAU

Ateliers mensuels de groupe :
Les dimanche de 10h à 12h
(Hormis au mois de mai : samedi)
📍 1 Chemin du Lac, 26120 Montmeyran

TARIF : 40€

- Dimanche 21 janvier 2024
- Dimanche 25 février 2024
- Dimanche 24 mars 2024
- Dimanche 28 avril 2024
- Samedi 25 mai 2024
- Dimanche 30 juin 2024

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

karinefratissier.sophro@gmail.com

06 42 11 64 09

Les séances collectives de Sophrologie permettent entre autres d'apprendre à réguler le stress grâce à des pratiques simples et efficaces. La sophrologie est une méthode corporelle basée sur de la relaxation dynamique, des techniques spécifiques et de visualisation en lien avec la respiration.

Une nouveauté pour prendre un temps pour vous, vous laisser aller à une relaxation profonde :

Des ateliers mensuels de sophrologie et de sonothérapie le dimanche de 10h à 12h.

Ateliers co-animés par Dominique Vivat et Karine Fratissier.

En petit groupe de 6 participants, vous pourrez au cours de ces ateliers expérimenter des pratiques sophrologiques et vivre le voyage sonore : La sonothérapie est un ensemble de techniques utilisant les vibrations sonores émises par les instruments vibratoires tels que les gongs, les bols de cristal, tambours, bols tibétains... **Séance unique à chaque atelier.**

La séance se passe en position debout, assise, puis allongée. Prévoir une tenue confortable. Tout le matériel dédié à votre confort est fourni (tapis, coussins, plaids, boissons).

L'association Respire a pour élan de promouvoir la Sophrologie. Elle aspire aussi à permettre un accès à des disciplines intégratives et complémentaires pour le respect de soi et pour un mieux-être au quotidien.

Enfin, des ateliers parent-enfants seront également proposés.

Le samedi de 10h à 11h15 pour un enfant et son parent. Enfant de 6 à 10 ans.

Un temps pour passer un moment différent, joyeux, agréable avec votre enfant. Vivre une activité qui vous permet à l'un et à l'autre de relâcher la pression, de vous détendre et de rire.

Les dates ne sont pas encore fixées. Elles le seront prochainement.



Dominique Vivat, Sophrologue



Karine Fratissier, Sophrologue

ASSOCIATION FAMILIALE



L'Association Familiale a bien repris ses activités. Depuis 1 an, nous sommes soulagés car notre local, qui est resté ouvert pour aider les gens, a bien fonctionné. Comme d'habitude, durant l'année, nous avons participé à plusieurs animations. Nous avons organisé notre bourse aux vêtements Automne/Hiver. Cela représente beaucoup de travail et nous avons besoin de nombreuses bénévoles. N'hésitez pas à nous rejoindre.

Nous voyons bien que la demande est de plus en plus importante, ce qui est dû à la situation actuelle.

Nous avons distribué des mandarines et des papillotes pour Noël et nous avons récupéré des dons pour le téléthon.

Nous avons repris nos cours de couture le vendredi après-midi de 14h à 16h30. Cette année nous sommes nombreuses : cela plaît beaucoup et à nous aussi !

Notre local de Beaumont-les-Valence est toujours ouvert le mercredi après-midi et depuis octobre, tous les 2èmes samedis de chaque mois. Le vestiaire sera ouvert de 8h30 à 12h.

Dernièrement, l'Association a participé à une brocante et cela a très bien fonctionné. Il faut savoir que nous avons beaucoup d'articles à disposition.

Nous souhaitons qu'en 2024, tout continue sur la même lancée, et voici donc les prochaines dates à retenir :

BOURSE DE PRINTEMPS : DU 11 AU 15 MARS 2024

BOURSE D'HIVER : DU 14 AU 18 OCTOBRE 2024

Joyeuse nouvelle année !

CLUB DE L'ESPÉRANCE

Des animations pour nos Aînés

Après la trêve de l'été, dès le lundi 4 septembre au matin, sous la présidence de Jean Pierre COTTIN, le Conseil d'Administration du Club de l'Espérance s'est réuni pour affiner son programme, avec une animation mensuelle et des activités régulières tous les jeudis après-midi : belote, jeux de société, et goûter.

- **Jeu 07 septembre 2023**, par un très beau temps, a été organisée une sortie au lac de Monteynard avec le Club des Chênes de Montmeyran.

Après une visite du musée de la Révolution Française et une promenade dans les splendides jardins du Domaine de Vizille, les adhérents, installés sur une grande terrasse qui surplombe le lac, ont pu contempler un magnifique paysage, tout en dégustant un excellent repas.

L'après midi, le groupe a embarqué pour une croisière commentée, qui leur a permis de découvrir les deux passerelles himalayennes, l'histoire et les richesses naturelles du lac de Monteynard.

- **Jeu 19 octobre 2023**, les adhérents se sont rendus en covoiturage à Saint Donat, pour déguster les excellentes « cuisses de grenouille » à la Table de Jean-Jacques.

- **Jeu 16 novembre 2023**, plus d'une cinquantaine de convives s'est retrouvée à la salle Poligny pour un repas « lasagnes ».

Ils ont, ensuite, passé une bonne après-midi, en jouant au loto, organisé par les membres du bureau, dans une ambiance détendue et sympathique.

Cette fin d'année s'est terminée en chansons par notre traditionnel Repas de Noël, le jeudi 14 décembre, à l'Espace Cathelin. Il s'est déroulé dans une ambiance exceptionnelle de danses au son de l'accordéon de Françoise.

Le Conseil d'administration travaille sur le nouveau programme 2024, pour satisfaire au mieux les adhérents.

Aussi si vous êtes intéressés, Montélégeoises et Montélégeois, rejoignez-nous, vous serez tous les bienvenus.

Contact :

Jean-Pierre Cottin : 06.72.60.54.67
et Michelle Tholomet : 06.82.55.13.29

Le Club de l'Espérance vous souhaite une belle année.



TÉLÉTHON

Samedi 9 décembre 2023, Espace Cathelin, Public nombreux...

C'est le traditionnel repas galettes bretonnes garnies et crêpes, animé par le Big Band de Bourg-lès-Valence pour la partie musicale et le groupe Tamure de Montélier pour le spectacle de danses tahitiennes.

Face au succès de cette manifestation, nous avons dû refuser des personnes pour le repas de Midi, et nous en sommes sincèrement désolés.

Également au programme, vente de confitures "maison" et de fleurs, tombola, jeux d'adresse et kart à pédales pour les enfants proposés par le Conseil Municipal des Jeunes, créations de Noël avec ABC couture de Beauvallon.

Le foyer culturel de Beauvallon a proposé en extérieur différentes activités : mini brocante d'articles divers, tombola, activité O'déboilé et mini randonnée.

Le 16 Décembre, la vente de paella est venue clôturer cette édition 2023.

Le bénéfice total reversé au Téléthon est de 6230 €.

C'est un très beau résultat !

UN GRAND MERCI À TOUS LES BÉNÉVOLES QUI COMME CHAQUE ANNÉE ONT TOUT DONNÉ POUR CETTE GRANDE CAUSE.



LES VIRADES DE L'ESPOIR

Vaincre la Mucoviscidose



Fin septembre, partout en France, les Virades de l'espoir sont organisées pour Vaincre la mucoviscidose.

Montéleger est fidèle à la tradition, et ceci depuis 25 années !

Dès le vendredi, 34 équipes de passionnés de belote, se sont rencontrées, chacune remportant des lots généreusement offerts par des commerçants partenaires.

Samedi après-midi, le concours de pétanque a été mené de main de maître par les boulistes du Club du Pétochin.



Et le dimanche, au Parc de Lorient, sous un soleil radieux, le public découvrait les promenades d'éducation canine. Les tout petits profitaient des nombreux stands (baby gym, châteaux gonflables, pêche à la ligne, maquillage, chamboule tout, promenade en poneys...) pendant que les ados et les adultes s'initiaient au tir à l'arc, à l'escrime, à la boxe française et pouvaient bénéficier des soins de bien-être (massage, shiatsu, réflexologie...).

Les élus du département et des villages environnants étaient nombreux à la Marche des élus, accompagnés des partenaires de la Virade.

Cette très belle manifestation ne serait pas ce qu'elle est sans l'engagement de tous les bénévoles, ceux d'un jour ou ceux de toute l'année. Un grand Merci à tous !

Si des avancées médicales ont amélioré la qualité de vie de certains patients atteints de mucoviscidose, un grand nombre de malades porteurs d'une mutation génétique spécifique n'en profite pas.

C'est pour toutes ces personnes que la lutte se poursuit !

Pour l'équipe d'organisation de la Virade de l'espoir,

Nadette Poulard



CHORALE CANTAVIOURE

“ Chanter en chorale,
c'est donner de la voix
mais aussi de soi. ”

C'est prêter attention les uns aux autres pour trouver l'harmonie.

C'est, tous ensemble, suivre le chef de chœur ; un œil sur lui, l'autre vers le public, une oreille vers le piano l'autre vers les pupitres.

Oui, on ne s'en doute pas toujours mais c'est subtilement acrobatique le chant choral !

C'est transmettre l'émotion et en vivre de grandes comme lors de rencontres marquantes.

Pour CANTAVIOURE, ce fut celle avec Amaury VASSILI, l'année passée.

Partager la scène avec ce jeune ténor, connu à l'international, qui nous fit l'honneur de nous confier sa première partie et l'accompagner sur 5 chansons de son récital fut un moment de pur bonheur. Outre son talent, c'est aussi sa générosité et sa modestie qui nous ont profondément touchés. Chanter c'est donner à voir aussi que tout s'apprend et à tout âge comme lors des stages que nous organisons tous les ans et dont nous allons fêter les 25 ans cette année. Celui de 2023 a connu un franc succès, grâce entre autres aux deux formidables chefs de chœur qui l'ont animé avec tant de brio : Xavier VIDIC et Benoît BARRET.

Faire partie d'une chorale c'est aussi partager comme en famille les moments marquants d'une vie ; les joies comme les peines. C'est lancer vers le ciel nos pensées à ceux qui nous ont quittés et leur dire que nous ne les oublierons jamais.

C'est dire au revoir à l'ami qui part vers de nouvelles aventures.

C'est rendre hommage à celui qui a transmis le flambeau après avoir beaucoup donné. C'est aussi faire passer, sans prétention mais avec conviction, des messages qui nous semblent importants.

Alors cette année, CANTAVIOURE se lance à nouveau dans la préparation d'un grand spectacle mis en scène et chorégraphié qu'elle présentera les 23 et 24 mars 2024 à l'Espace Cristal de Portes lès Valence.

Son dernier concert le 26 novembre dernier à Etoile ayant connu une grande affluence, il est recommandé de bien retenir vos places dès l'ouverture prochaine de la billetterie.

En effet, une cinquantaine de spectateurs ayant fait le déplacement se sont vu refuser l'entrée tant la salle était pleine. Toutes nos excuses leur sont une nouvelle fois adressées.

Nous avons chanté le 15 décembre au temple de Beaumont Les Valence, à l'occasion du marché de Noël.

Ne manquez pas non plus notre LOTO annuel le 3 février 2024 à l'Espace Cristal de Portes Les Valence.

Et bien sûr n'hésitez pas à nous rejoindre pour fêter ensemble notre 25ème stage choral les 6 et 7 avril à la salle polyvalente d'Etoile. Les célèbres Vincent FUCHS et Christophe ALLEGRE, connus dans tout l'hexagone, en prendront la direction pour notre plus grand plaisir.

Comme le dit si bien Florent PAGNY, nous chantons et chanterons encore et toujours pour ne pas cesser de vivre.



COUTURE



Groupe broderie



Groupe de l'après-midi

Date à retenir

SAMEDI 27 JANVIER 2024

📍 **Salle cathelin - MONTÉLÉGER**

Tous les « adeptes des cartes » sont attendus, de nombreux lots seront remis.

Donc, à vos agendas pour noter cette date !



SOCIÉTÉ MYCOLOGIQUE MONTÉLÉGER VALENCE SUD

Après deux mois de vacances, les activités broderies et les cours de couture ont repris début septembre, pour des rencontres hebdomadaires.

Nous avons participé à la journée des associations, cela nous a permis l'engagement d'une nouvelle adhérente.

Maintenant, tous les cours de couture sont complets soit 15 personnes regroupées en trois cours (matin, après-midi, soir), le jeudi, avec comme enseignante : Régine SCHARZMANN.

Les adhérentes confectionnent, à leur rythme : robes, jupes, pantalons, vestes, vêtements d'enfant et ouvrages d'ameublement.

Un autre groupe de 10 personnes passionnées de travaux d'aiguilles exécutent des ouvrages en broderies diverses (points comptés, hardanger, boutis, points suisses, patchwork) les mercredis après-midi.

Toutes ces « petites mains » se sont activées à confectionner une œuvre pour la manifestation des « volets en fête » de fin décembre.

Notre assemblée générale, présidée par Mme TAREL Chantal, s'est déroulée le 11 octobre en présence de Stéphanie MOLLARD, chargée de la vie associative à la mairie de Montéleger et de nombreuses adhérentes. Les comptes sont tout juste équilibrés car le concours de belote de la fin janvier 2023, qui aide à la rémunération de l'animatrice, n'a pas attiré, cette fois ci, le nombre de joueurs escompté.

Alors, pour cette année, nous avons décidé de programmer le concours de belote en après-midi, afin que le maximum de monde puisse y participer.

Belle année à tous !!



Ami(e)s de Montéleger,

Peut-être avez-vous découvert l'existence de notre association lors de notre exposition annuelle à l'Espace Cathelin les 28 et 29 Octobre derniers ?

Nous avons eu la joie d'y présenter plus de 350 espèces de la région à environ autant de visiteurs. Nous remercions tous ceux qui sont venus.

Nous avons essayé de répondre au mieux à toutes les interrogations que de nombreuses personnes intéressées nous ont faites.

Ce sont de vrais moments de partage que nous aimons avoir avec le public que ce soit au moment de l'exposition ou tout au long de la saison les lundis de 17 à 19h.

Pensez-y lors de vos cueillettes du week-end et ne prenez pas de risques en consommant des champignons que vous ne connaissez pas.



- Savez-vous que nombre de « bons champignons » ont des sosies plus ou moins toxiques ?
- Savez-vous que beaucoup d'intoxications sont dues à ces mêmes « bons champignons » mais trop vieux ou mal conservés ?
- Savez-vous pourquoi il ne faut pas les mettre dans des sacs en plastique ?
- Savez-vous que des espèces réputées autrefois comestibles sont maintenant classées dans les toxiques voire dans les mortelles ?

C'est pour répondre à ces questions... et bien d'autres que notre association existe.

Alors, n'hésitez pas et venez nous rencontrer dès l'année prochaine.

Nous vous adressons nos meilleurs vœux pour 2024 avec tout plein de belles découvertes mycologiques.



MON BEAU JARDIN

Réduisez votre bilan carbone et faites vivre le territoire !



Vous vous demandez certainement comment aller encore plus loin dans votre implication personnelle pour lutter contre le réchauffement climatique ?

Monbeaujardin vous propose une partie de la solution : des achats d'alimentation en direct avec les producteurs locaux.

- Plus de longs trajets consommateurs de pétrole pour vos produits
- Pas d'engrais issus de produits pétroliers et pas de pesticides
- Une contribution aux revenus des paysans qui travaillent et consomment sur votre territoire et adopte pour la majorité une agriculture bio.
- Vous évitez les intermédiaires qui captent tous les bénéfices

En choisissant ce mode d'approvisionnement, vous agissez concrètement pour lutter contre le réchauffement climatique et pour favoriser une agriculture éthique et respectueuse de votre santé et de votre environnement. C'est une relation équitable car le producteur perçoit une juste rémunération de son travail grâce à la vente directe, en évitant les marges des intermédiaires. Nos enquêtes sur les prix locaux nous révèlent qu'à qualité égale, nos prix sont plutôt moins chers en général.

Les produits frais proposés sont bio (sauf chèvre) : légumes de saison, pommes, œufs, pain, lait, crème fraîche, ainsi qu'une gamme étendue de fromages, yaourts et desserts (vache, brebis, chèvre).

Nous accueillons les nouveaux adhérents tout au long de l'année.

infos

Pour le détail des produits proposés et créer votre compte : <http://monbeaujardin.rezocal.com/>

Les produits complémentaires, bœuf, canard, poulet, truites, agneau, légumes secs...sont proposés 1 fois par mois et sans abonnement via Rézopaysans <https://rezopaysans.rezocal.com>

Renseignements : 06 06 49 83 17
ou monbeaujardin26@bbox.fr



ENGLISH CORNER

Soirée couronnes de Noël à l'Oasis
21 novembre 2023 à Montéléger



Pour la 12ème année, le Centre de Vacances Oasis a organisé son traditionnel atelier de fabrication de Couronnes de Noël.

Une occasion pour petits et grands de sortir de la routine pour tenter une expérience de créativité « lumineuse » !

Un moment où l'odeur des branches de résineux fraîchement coupés se mêle aux senteurs du vin chaud.

Chaque année, nous avons la joie d'accueillir habitués et nouveaux venus, de toutes générations ; chacun, chacune avec ses mots, expriment leur joie de se retrouver pour un moment de « chaleur humaine », une convivialité intergénérationnelle qui fait chaud au cœur dans les hivers de la vie. Un sourire, quelques mots... De délicieux biscuits de Noël fait maison par l'équipe de l'Oasis accompagné d'un verre de vin chaud bien sûr et en musique, avec de traditionnels chants de Noël.

Cette année encore, nous sommes ravis d'avoir pu renouveler l'expérience « lumières, bougies, paillettes ».

Le beau met du baume et les artistes ont créé de magnifiques ornements pour leurs portes ou leurs tables de fête.

Merry Christmas season to all!

L'équipe de l'Oasis



THÉÂTRE - LA P'TITE COMPAGNIE DE MONTÉLÉGER

Que de personnages nouveaux frappent aux portes des neurones des acteurs pour cette nouvelle saison !

Des jeunes gens ayant rejoint la troupe, c'est avec énergie et enthousiasme renouvelés que nous avons repris les répétitions. Cette année encore, le travail sera intense car deux projets importants sont à l'ouvrage :

Le premier, prévu pour les 9, 10 et 11 février, sera une comédie musicale sur le thème du Jazz. A cette occasion, La P'tite Compagnie invite un groupe de musiciens professionnels peu connu dans la région : « **Le Vitamine Jazz Band** » ! Ainsi, ce sont 26 personnes qui joueront de la musique, du théâtre, chanteront et danseront pour raconter l'histoire de papy BOB, grande figure du Jazz maintenant décédé qui revient hanter sa nièce avec les airs les plus connus.

Que manque-t-il à cette description ? Le titre évidemment : « **Souviens Toi Le Jazz** » ou comment revisiter les standards et redécouvrir l'histoire du Jazz depuis les champs de coton jusqu'aux années 80. J'ajoute pour être complet que ce projet représente pour l'association un investissement important tant financier que personnel et c'est un nouveau challenge qui s'ouvre devant nous pour présenter, nous l'espérons, un spectacle original, drôle et de qualité.

Puis, nous vous donnerons rendez-vous les 1ers et 2 juin pour une soirée café-théâtre. Dans un décor très parisien, vous aurez la chance de rencontrer une galerie impressionnante de personnages, parfois émouvants, caustiques mais souvent drôles voir très drôles. Les premières répétitions sont très prometteuses et vous risquez de ne pas reconnaître quelques acteurs pourtant bien connus localement. Des gardiennes du bon goût à la leçon de théâtre donnée par Molière lui-même en passant par le mot ciselé de Victor Hugo et quelques chansons de circonstance, c'est un petit vent impertinent et libre, un petit vent des années folles qui soufflera dans la salle Cathelin.

Ces deux spectacles seront sur réservation.

N'hésitez pas à nous suivre sur notre page FB « **la p'tite compagnie** » ou sur notre site : www.troupedethéâtrelap'tite.site/w.fr

Quittons nous avec un maître de l'écriture parlant de ce mot qui s'échappe :

“ Il va, tout à travers un dédale de rues, droit chez l'individu dont vous avez parlé. Il sait le numéro, l'étage... Il a la clé. Il monte l'escalier, ouvre la porte Il entre, arrive et, railleur, regardant l'homme en face, dit :

« Me voilà ! Je sors de la bouche d'un tel ! »

En un clin d'oeil, c'est fait : vous avez un ennemi mortel... ”

Quel talent ce Victor !



VITAMINE
JAZZ BAND

Jean Marc Foutaine
Direction Musicale

Denis Arrondelle
Mise en Scène

Présentent

Souviens-toi Le Jazz!

Comédie Musicale

Entrée : 14 €
Demi-tarif - de 12 ans
Gratuit - de 6 ans

Résa et Infos :
06.71.72.96.90

9 et 10 février 2024 à 21 H
11 février 2024 à 15 H

Salle Cathelin - Montéleger





FOOTBALL

Entente Sportive BEAUMONTELEGER



Le club de foot réunissant les deux villages de Beaumont et de Montéleger ne cesse de grandir ! Cette saison c'est près de 400 joueurs, joueuses, encadrants et dirigeants qui porteront fièrement les couleurs rouges et blanches du club ! Toutes les tranches d'âges sont représentées dès cette saison avec désormais la catégorie Baby foot dès 3 ans en passant par la création de l'équipe U20 et enfin les inoxydables vétérans (+35 ans) !

Le club grâce à son excellent travail sur l'école du foot s'est vu attribuer le label FFF école de foot par le district Drôme Ardèche ! Une juste récompense qui vient souligner le bon encadrement de nos jeunes, la

présence d'une équipe féminine, des arbitres jeunes mais aussi un PEF (Programme Educatif Fédéral) dont s'occupent les jeunes alternants du club ; un gage de qualité important pour le club. L'équipe fanion vitrine du club joue désormais au plus haut niveau départemental la D1, l'objectif niveau seniors pour cette saison est la montée des équipes seniors 2 et 3 pour éviter trop de niveaux d'écart. Le club continue d'organiser beaucoup d'événements tout au long de la saison : LOTO, matinée charcuterie, gala, stages multisports jeunes...

N'hésitez pas à suivre l'actualité sur Facebook et Instagram



L'association garde toujours les bras ouverts pour accueillir de nouveaux membres dans son bureau et/ou en tant que bénévoles pour continuer son évolution.



TENNIS CLUB



Quelques nouvelles du club de Montéleger...

✓ Travaux de rénovation en projet .

Des devis sont en cours afin de remettre à neuf les 3 terrains du Parc de Lorient ainsi que les grillages. Nous espérons que ce projet pourra aboutir afin de pratiquer le tennis dans de meilleures conditions mais également afin de valoriser ce merveilleux site et d'ainsi mieux accueillir les nouveaux adhérents.

Nous remercions d'ailleurs la Mairie de Montéleger pour le soutien apporté continuellement au Club depuis des années.

✓ Résultats sportifs

Notre équipe dames en équipe a été finaliste du Challenge des dames et ont ainsi remporté une jolie coupe ! Bravo à Dominique Michel, Julie Denogens, Caroline Despeisse, Leslie Metifiot, Maud Yeullaz et Myriam Vandermoere. Quelle équipe !!!

Notre équipe masculine a remporté le tournoi de territoire en double, félicitations à Jean-Mathieu Sadeler et Laurent Riffard pour cette belle performance !

✓ Essai gratuit !

Et comme toujours, n'hésitez pas à venir faire un cours d'essai sur les horaires des entraînements, vous êtes les bienvenus toute l'année :

- Enfant : le mardi à 17h
- Ado : le mardi à 18h30
- Femme : le mardi à 20h
- Homme : le mercredi à 19h30



Nous profitons de cette nouvelle année pour remercier Georges Mariton et Patrice Phanariotis pour leur aide toujours précieuse d'année en année. Ce sont les petites mains qui entretiennent notre club, les petits travaux indispensables, réparations, etc. Et un grand merci également à Nicolas Bard pour nous avoir ôté une épine du pied en débroussaillant les abords des terrains.

Merci enfin aux membres du bureau et à tous ceux qui ont donné de leur temps !

Belle année 2024 à toutes et tous !



PÉTANQUE

L'association de la pétanque du Pétochin a tenu son assemblée générale le samedi 2 décembre 2023. Celle-ci s'est poursuivie par un apéro dînatoire autour d'assiettes d'huîtres et crevettes. L'association se porte toujours bien avec un effectif stable voire en légère augmentation puisqu'à ce jour elle compte 47 adhérents(tes).

Les pétanqueurs et pétanqueuses se retrouvent chaque jour du lundi au samedi sur le terrain place de l'ancien moulin pour partager des parties certes disputées mais toujours dans un esprit convivial et dans la bonne humeur.

N'hésitez pas à nous rendre visite !

Au cours de l'année 2023 l'association s'est impliquée dans différentes manifestations, notamment le 1er mai ,organisant un concours dans le cadre de la fête des fleurs le 23 septembre concours au profit de la mucoviscidose.

Les adhérents(tes) ont plaisir par ailleurs à se retrouver pour partager des moments festifs tels que :

- cérémonie des vœux début janvier 2023 avec dégustation d'huîtres.
- repas à la truite du père Eugène au printemps.
- Le 7 octobre concours de sociétaires sur la journée avec barbecue.

Le président Mr Jean Fallo, les membres du bureau et tous les adhérents(tes) vous présentent à vous tous Montélégeoises et Montélégeois leurs meilleurs vœux, santé prospérité et vous souhaitent une très belle année 2024.

Le secrétaire, André Cluzel.



À l'Abri du Château - Janvier 2024



Durant les mois de Septembre et Octobre, les membres du bureau de la GVA de Montéleger ont accueilli 121 inscriptions pour cette nouvelle saison 2023/2024

Ambiance, décontraction et activité sportive sont au programme des cours proposés par nos 3 animatrices, Annie, Sylvaine et Rachèle. Nous accueillons avec plaisir celles et ceux qui se sont inscrits cette année et nous adressons nos remerciements à celles et ceux qui restent fidèles à notre association.

RAPPEL DE NOS DISCIPLINES SPORTIVES :

Lundi	12 ^h 30 - 13 ^h 30	Body Zen (Yoga, Pilates, Bien-être...)
Mardi	18 ^h 30 - 19 ^h 30	Pilates@
Mardi	19 ^h 30 - 20 ^h 30	Renforcement musculaire
Mercredi	9 ^h 00 - 10 ^h 15	Seniors (Gym douce)
Mercredi	17 ^h 45 - 19 ^h 00	Marche Nordique
Jeudi	19 ^h 00 - 20 ^h 00	Pilates@
Jeudi	20 ^h 00 - 21 ^h 00	Cardio Renforcement Musculaire

Les différentes disciplines sportives se déroulent du lundi au jeudi à l'Espace Cathelin pour les cours en salle et au parc de Lorient et ses alentours pour la Marche nordique.

Outre l'activité physique et sportive, toutes ces pratiques permettent aussi de créer du lien social, indispensable pour rencontrer de nouvelles personnes et lutter contre la sédentarité. Dans le courant du 1er Trimestre 2024, nous tiendrons notre assemblée générale, nos adhérents seront informés en temps voulu. Nous vous espérons nombreux à cette assemblée qui est le moment privilégié pour connaître en détail tout le déroulement de la saison de notre association..

GYM VOLONTAIRE

Vous êtes Adhérent, vous êtes concerné, c'est aussi un moment de « reconnaissance » pour les membres bénévoles et actifs du bureau.

Pour la première fois, L'AGV de Montéleger a accueilli le Comité Départemental d'Education physique et de gymnastique Volontaire Drôme pour son Assemblée Générale qui s'est tenue le samedi 25 Novembre à l'Espace Cathelin.

Le Comité bi-départemental est affilié à la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire « FFEPGV », 1ère Fédération sans compétition.

Les effectifs s'élèvent à 4640 licenciés en Drôme et 2197 pour l'Ardèche, 97 animateurs sportifs, 43 clubs en Drôme et 29 en Ardèche.

- Promouvoir la Gym'volontaire,
- Développer la pratique complémentaire d'activités physiques, par exemple en organisant des cours d'activité physique adaptés (APA) à Montoisson pour cette année et à Beauvallon l'année dernière,
- Accueillir tout type de public en adaptant les séances à la capacité de chacun,
- Soutenir les Clubs dans une aide technique, administrative et juridique,
- Former des Animateurs selon des pédagogies différenciées pour l'encadrement sportif multi-activités auprès de tous publics.

Toute l'équipe de la Gymnastique Volontaire et Amitié de Montéleger vous souhaite une belle année sportive !

Le Bureau

CONTACTEZ-NOUS



Michelle Tholomet et Dominique Pozzetto
☎ 04 75 59 57 75 ☎ 04 75 83 04 42

BODY ZEN, PILATES, CUISSSES/ABDO/FESSIERS, CARDIO & RENFORCEMENT MUSCULAIRE



Martine Del Barrio
☎ 04 75 59 53 33
MARCHE NORDIQUE



Andrée Mazel
☎ 04 75 85 29 52
GYM DOUCE - SENIORS



Membr du bureau au Forum des Associations le 09 septembre 2023 absente sur la photo Véronique Seignovert



Assemblée Générale du Comité Départemental d'Education Physique

US VÉORE XV

Objectif maintien en fédérale 2 pour Véore XV.

La saison 2023 / 2024, année de transition, s'annonce difficile. En effet le nouveau staff recruté par les présidents Jérôme Chopard et Patrick Carcy, confronté à des arrêts et départs a fait le pari de la jeunesse. L'équipe fanion comptabilisant deux victoires, doit rencontrer ses concurrents directs sur les matchs retours. Donc tout est possible. Les jeunes ont montré de belles choses qui ont enthousiasmé le public et méritent les encouragements des supporters le dimanche.

La filière jeune basée sur les installations de Beauvallon accueille des joueurs de 5 à 19 ans. Elle comporte des équipes de chaque tranche d'âge encadrées par des éducateurs diplômés et a pour objectif de fournir des joueurs du niveau de l'équipe première à l'avenir. Le tournoi A Rolles (U 6 à U 14) se déroulera les 8 et 9 juin 2024 sur le stade Coullaud de Portes-Les-Valence. Chaque tranche d'âge bénéficiera d'une sortie de fin d'année.

Cette année Véore XV a créé une section de Touch Rugby à 5 qui s'entraîne le jeudi soir à partir de 19h, et n'oubliez pas la section Vétérans (plus de 35 ans) en entente avec Lovali.

Le club de l'US Véore

Pour tout contact :
Jocelyne GRAND : 06 72 34 68 93

Infos sur Facebook : veore XV rugby
Et sur la plaquette distribuée gratuitement
chez nos partenaires



ASSOCIATION TAI-CHI

PRATIQUE DE CONSCIENCE CORPORELLE (TAI CHI CHUAN/ QI GONG/ MÉDITATION)



COMMENT NOTRE CORPS PEUT-IL ÊTRE CONSCIENT ?

En fonction de gestes relativement simples et assez lents, le pratiquant améliorera sa souplesse, sa détente, mais aussi sa concentration et son recentrage. Une attention toute particulière sera portée au souffle, en essayant, au mieux, de le coordonner avec les mouvements accomplis.

En recherche de bien être ou de rééducation gymnique douce (« ostéopathie » dynamique), la personne fera évoluer sa pratique à son rythme et aussi par rapport à l'historique de son corps !

Lâcher sa tête, en terme de contrôle permanent, lâcher son geste en accord avec son souffle amène progressivement à diminuer des tensions physiques et nerveuses.

Le geste est parasité continuellement par des poussières du mental/contrôle. Le début du cours vise tout particulièrement à faire le ménage et à réduire ces encombrements.

Ensuite sous différentes formes nous travaillerons sur les articulations et leurs organisations dans le schéma corporel unité.

Un rééquilibrage, une ré-harmonisation se tissera progressivement et conduira le pratiquant à faire ses mouvements avec plus d'attention mais aussi avec plus de plaisir.

Le cours se compose d'un tissage de ces différentes pratiques traditionnelles

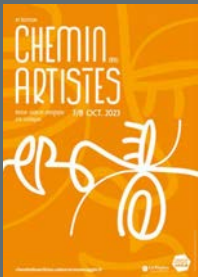
(Tai Chi Chuan, Qi Gong, Méditation).

Nous remercions tout particulièrement la mairie de nous avoir ouvert ses portes l'année dernière et espérons accueillir de nombreux Montélegeois.

Stéphane Lorenzi

NOS COURS :

Lundi	9h60 / 10h45	MONTÉLÉGER (espace Cathelin)
Lundi	10h45 / 12h00	MONTÉLÉGER
Jeudi	18h15 / 19h30	MONTOISON (salle communale)



Les 7 et 8 octobre 2023, se tenait à Montéléger le CHEMIN DES ARTISTES pour sa deuxième année.

Rappelons que 39 communes Drômoises de moins de 10 000 habitants participaient au CHEMIN DES ARTISTES.

Encore une belle réussite à Montéléger, tant par la qualité des artistes exposants que par le nombre de visiteurs enthousiasmés venus admirer les œuvres exposées. En effet, la municipalité est très heureuse d'avoir accueilli plus de 350 personnes sur les 2 jours.

Cette année, 2 lieux encore d'exposition où peinture et sculpture, couleurs et matières se sont mêlées avec harmonie :

- La salle du conseil municipal où exposaient Thierry Pelat, José Serrano et Carine Camerano

- L'église où exposaient Léna Nifanda, Geneviève Perrolier, Marc Wallerand et le collectif « l'Art et l'entrevoir ».

Quelques de nos artistes exposants ont bien voulu nous faire part de leurs impressions à la suite de ces 2 jours passés avec nous. Nous les remercions chaleureusement pour leur participation et leur bonne humeur.

Le succès de cette exposition nous invite évidemment à réserver le prochain premier week-end d'Octobre 2024 date incontournable à laquelle nous vous donnons rendez-vous.

Et si vous souhaitez exposer vos œuvres à Montéléger, que vous soyez professionnels ou amateurs, n'hésitez pas à nous le faire savoir et nous vous dirigerons vers les modalités d'inscription le moment venu.

Valérie Champey
Commission communication

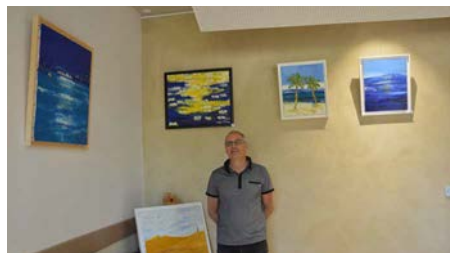


Je suis ravie de cette expérience, D'abord je tiens à remercier la mairie de Montéléger, et en particulier toutes les personnes qui nous ont accompagnés pendant ces 2 jours ... Leur disponibilité, leur gentillesse et bonne humeur !! Et puis, n'étant pas habituée aux expositions, j'ai dépassé mon appréhension et osé montrer mon travail... Un pas en avant pour moi Enfin j'ai rencontré et échangé avec d'autres artistes, des moments très enrichissants.

Encore merci, j'espère être présente l'année prochaine en tant que visiteur c'est fois ci ! Et faire la tournée de nos beaux villages Drômois...

A bientôt

Carine Camerano



Exposé à Montéléger fut un grand plaisir où pendant deux jours l'équipe municipale m'a reçu avec attention et dévouement ; l'espace dédié à mon exposition a été beaucoup regardé et de nombreuses personnes ont complimenté mon travail. Ce lieu exceptionnel a été aussi pour moi une joie car ce village fut aussi celui du peintre Cathelin dont j'ai toujours admiré le travail en représentant la Drôme avec poésie et talent. J'espère qu'une autre possibilité de présenter mon travail de peintre dans cet endroit d'exception sera encore possible dans l'avenir.

Merci encore à la mairie de Montéléger pour cet accueil unique.

José Serrano

CHEMIN DES ARTISTES

Le mot de nos artistes !



C'est avec grand plaisir que nous avons pu coopérer avec la commune de Montéléger...Montéléger est liée au grand artiste Bernard Cathelin et c'est en hommage que nous avons réalisé une installation faite pour ce lieu. Il a été très intéressant de pouvoir partager notre démarche avec les visiteurs et l'organisation bien conçue dans l'église permettait au public de prendre du recul sur les travaux présentés mais aussi de partager avec chaque artiste. Chaque promeneur avait à coeur de comprendre, de se laisser le temps d'appréhender les oeuvres...et c'est l'intérêt d'une telle manifestation.

La convivialité des autres artistes a été très appréciable ; c'est un beau rapprochement pendant deux jours.

L'art et l'entrevoir



Merci pour votre accueil si chaleureux. Tout était bien organisé, de l'espace, de la bonne lumière et surtout un accompagnement très bien géré, organisé. Les repas du matin et du midi, le vernissage était bon et généreux. Merci à tous les membres de la mairie d'écouter de nos demandes. Je recommande la mairie de Montéléger pour accompagner les artistes pour cet événement !

Cordialement.

Thierry Pelat



En ce temps-là, de l'été en octobre, Marc Wallerand participa avec 8 artistes à montrer ses pastels sur Montéléger. A la place du chemin de croix, des tableaux sont là, ils interpellent les villageois. (...) Tous étaient curieux d'apprendre ce qu'est le Rondisme; des tableaux à tourner sur 360° autour d'un clou... Que le temps sache entourer les choses qui passent et mettre le Rondisme à l'ordre du jour, un jour. Je remercie Valérie, Angélique, Michelle, Martine et l'équipe municipale(...)

Marc Wallerand



SÉQUENCES SOUVENIRS

Il était une fois...à l'école de Montéléger

Soixante ans après, d'anciens élèves ayant fréquenté l'école de Montéléger se sont retrouvés à la salle des fêtes gracieusement prêtée pour l'occasion par la Mairie.

Cette idée de réunir les « anciens », on en parlait depuis longtemps mais il fallait l'organiser.

Alors un grand merci à Christian, (alias Kiki ou Chabert !) son épouse Noelle, René., qui ont beaucoup œuvré (à partir de photos des années soixante) pour que ce projet se réalise. Pas facile de retrouver les écoliers d'antan, certains demeurant à proximité étaient restés en contact, pour les autres qui ne s'étaient pas revus depuis « la primaire », le téléphone, les réseaux sociaux, la persévérance ont permis de les localiser. Certains, hélas, n'étaient plus là, d'autres n'ont pu être joints, mais ce sont quand même 75 convives qui se sont réunis ce mercredi (pas d'école ce jour là !) autour d'un très bon repas convivial préparé par un traiteur. Ce fut l'occasion de joyeuses retrouvailles, de faire ressortir des souvenirs que l'on croyait oubliés...les devoirs, les jeux, (billes, marelle, épervier, ballon prisonnier,) les bêtises, les inévitables sorties à la mer (le Pont du Gard, Aigues Mortes, les Saintes Marie ou le Grau du Roi, retour par le moulin de Daudet... !) les bords du Pétouchin, les instituteurs, (Louis Roux, originaire de St Agrève, Mademoiselle Bernard de Valdrôme.)

Certains se reverront sans doute après cette belle journée et auront peut-être envie de renouveler ces rencontres...à suivre.



Année 1962-1963

SÉCURITÉ À VÉLO

SÉCURITÉ À VÉLO
ÊTRE VISIBLE DE JOUR COMME
DE NUIT... C'EST VITAL

VALENCE ROMANS
Mobilités

La sécurité à vélo est une priorité essentielle pour tout cycliste, et l'une des clés de cette sécurité réside dans la **visibilité**.

Que ce soit en plein jour ou sous l'obscurité de la nuit, **être bien vu sur la route est crucial pour éviter les accidents**.

Pour assurer sa propre sécurité et protéger les autres usagers de la route, **chaque cycliste doit se rendre visible**.

Souvent par méconnaissance, les cyclistes ne sont pas encore bien équipés : **57 % de celles et ceux qui roulent en ville de nuit sont mal éclairés** (source FUB). **Même en ville, sans éclairage ou accessoires réfléchissants, le cycliste est visible uniquement à 30 mètres, contre environ 150 mètres dès qu'il est bien équipé**

C'est pour sensibiliser un maximum de cyclistes que Valence Romans Mobilités vous informe **des conseils pratiques pour rester visible à vélo** en toutes circonstances :

- Optez pour des **vêtements et accessoires réfléchissants**
- Équipez votre vélo de **dispositifs lumineux**
- Adoptez des **gestes et des comportements sécuritaires** (signalez vos changements de directions, empruntez les voies réservées...)
- Restez **vigilants à ce qui vous entoure** (évittez la musique ou le téléphone)

Ensemble créons un **environnement plus sûr pour tous les cyclistes !**



TOM & JOSETTE

Une nouvelle crèche
à Montéleger

Il reste encore de la place,
contactez-nous pour plus de
renseignements au
01 88 47 70 98

TOM & Josette
LES CRÈCHES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Micro-crèche
intergénérationnelle

Places disponibles à Montéleger !

5 Montée du Château, 26760 Montéleger
01 88 47 70 98
Pré-inscriptions : www.tometjosette.fr

ÉTAT CIVIL 2023



Naissances

24 mars 2023	AOUSTET Rony 167 chemin de Genoire
19 juillet 2023	MARTIGNAGO Ellie Sofia Lola 92 chemin de Genoire
20 septembre 2023	CHEYSSIERE Livia Camélia 3 rue des Écoles
11 novembre 2023	CAVALIER Jade Ambre Juliette 18 Rue des Clots
17 novembre 2023	GELIBERT Andrea Gilbert Joseph 17 allée des Vignes



Décès

17 aout 2023 ISAMBARD Georgette Jeanne veuve FREYNE 5 Montée du château	05 novembre 2023 JACOB Paule Gabrielle veuve BOISSONNIER 5 Montée du Château
22 aout 2023 BARNAUD Jacques Henri Benjamin 5 Montée du château	6 novembre 2023 THERZIAN Suzanne veuve CHRISOSTOME 5 Montée du Château
26 aout 2023 JOLIVET Edmond Joseph Auguste 5 Montée du château	10 novembre 2023 GENDRON Nicole Marie Janine épouse BOUDOT 5 Montée du Château
9 septembre 2023 REVIL Josette Camille 5 Montée du Château	13 novembre 2023 LAURENT Suzanne Madeleine Angéline veuve MEISSONNIER 5 Montée du Château
19 janvier 2023 FAURE René Henri Yves veuve STEVENIN 5 Montée du Château	14 novembre 2023 AZEAU Jean Raoul Bernard Le Hameau du Château
21 septembre 2023 DÉMARQUAY Monique Marie veuve LOMBARD 5 Montée du Château	24 novembre 2023 TATÉOSSIAN Henri Jacques 5 Montée du Château
22 septembre 2023 BRUN Angélique Nicole Aline 391 Route des Rebatières	27 novembre 2023 MONTAZEL Monique Françoise Marguerite veuve TÉZIER 5 Montée du Château
1er octobre 2023 HAHN Michel André Roger 5 Montée du Château	27 novembre 2023 SCHIMTT Georgette Maria veuve KÉZACHIAN 5 Montée du Château
1er octobre 2023 ROUSTANT Colette Marie Josèphe veuve BOYRON 5 Montée du Château	30 novembre 2023 BÉAL Simone Léonie Jeanne veuve VISSAC 5 Montée du Château
11 octobre 2023 DUPONT Jean 28 Rue des Trois Becs	05 décembre 2023 MADON Gisèle Suzanne veuve FAURE 5 Montée du Château
03 octobre 2023 PETIGNY Marie-Thérèse Jeanne Aurélie 5 Montée du Château	11 décembre 2023 CHAMBAUD André Adrien Camille 5 Montée du Château
18 octobre 2023 DALLA-VALLE Nella veuve LAFAURY 5 Montée du Château	
24 octobre 2023 BASTIDE Marcel Henri 391 Route des Rebatières	

NOËL DANS NOTRE VILLAGE



C'est avec toujours beaucoup de plaisir que les Montélégeois se sont donnés rendez-vous au cœur du village pour partager cette soirée de Noël du 15 Décembre.

Au programme, ouverture des volets de Noël, descente du Père-Noël sur le mur du château, dégustation de soupes et gâteaux maison, vin et chocolat chauds, mandarines et papillotes.

Un vrai esprit de Noël flottait sur notre village avec l'arrivée surprise d'un char décoré sur lequel le traditionnel fauteuil rouge attendait le père Noël pour les photos.

Puis pour clôturer cette soirée, dans une ambiance feutrée et joyeuse, les Montélégeois se sont réunis dans l'église pour un concert de gospel avec « les sonnés du Gospel ».

L'équipe animation prend beaucoup de plaisir à rassembler les montélégeois tout au long de l'année.

Elle vous donne rendez-vous en 2024 pour partager encore de beaux moments et vous souhaite une joyeuse et heureuse année 2024.



LE PETIT JOURNAL DES MONTÉLÉ' JOIE

TOUJOURS EN LIEN AVEC VOTRE VILLAGE

Et voilà, les fêtes de fin d'année sont terminées, et une nouvelle année commence avec le mois de janvier.

Un mois réputé pour être parmi les plus froids de l'année, et où il fait bon rester bien au chaud à la maison pour se chouchouter, se réchauffer et se faire du bien ! Et comme l'épreuve du bikini est encore très très loin, c'est le moment où jamais de cuisiner et de se régaler de délicieux desserts gourmands et réconfortants...

Mini cocottes



MINI COCOTTES DE POIRES AU PAIN D'ÉPICES

JE ME LANCE

- Dans une sauteuse, versez le sucre et 50 cl d'eau. Mélangez bien et portez à ébullition
- Ajoutez le bâton de cannelle cassé en morceaux et l'étoile de badiane
- Laissez bouillir 10 mn. Pendant ce temps, épluchez les poires et coupez-les en deux
- Ajoutez les poires dans la sauteuse et baissez le feu minimum
- Faites cuire 40 min en arrosant régulièrement les poires du sirop de cuisson
- Emiettez les tranches de pain d'épices 10 min avant la fin de la cuisson des poires. Parsemez-les de pain d'épices
- Retirez ensuite la sauteuse du feu et laissez tiédir
- Servez les poires dans les mini-cocottes et arrosez d'un peu de sirop de cuisson

INGRÉDIENTS

- 4 poires
- 200g de sucre en poudre
- 1 bâton de cannelle
- 4 tranches de pain d'épices
- 1 étoile de badiane

Cette page est pour vous !

N'hésitez pas à nous faire part de vos idées pour le prochain bulletin : recettes, astuces, histoires drôles, anecdotes, idées, etc..
à l'adresse mairie@monteléger.fr ou dans la boîte aux lettres de la Mairie.
Merci pour votre participation.

Tarte d'hiver



TARTE D'HIVER FROMAGE BLANC ET RICOTTA

JE ME LANCE

- Préchauffez le four à th.6 (180°C)
- Garnissez un moule beurré et fariné avec la pâte à tarte
- Fouettez ensemble le fromage blanc, la ricotta, le sucre et le zest râpé fin d'une orange
- Ajoutez la fécule et mélangez bien
- Répartissez sur la pâte et enfournez pour 40 min
- A la sortie du four, laissez tiédir, puis décorez de chocolat noir fondu
- Servez froid
- curd, mascarpone).
- Réservez au frais pendant 6 heures (une nuit c'est mieux). Régalez-vous !

INGRÉDIENTS

- 1 rouleau pâte brisée
- 200 g de Ricotta
- 4 c à soupe de sucre en poudre
- 1 zest d'une orange
- 200g de fromage Blanc
- 2 c à soupe de fécule
- Cassonade
- ½ plaquette de chocolat noir pâtisier

À VOS CRAYONS !

NOS 10 ASTUCES

POUR SE RÉCHAUFFER NATURELLEMENT

1 OPTIMISEZ LA TECHNIQUE DE L'ONION

Qui n'a jamais superposé plusieurs couches de vêtements pour avoir une tenue multicouche et s'assurer d'être bien au chaud et de lutter contre le froid ?

2 OSEZ AFFRONTÉ LE FROID : BOUGEZ !

Lorsqu'il fait froid, les plus frileux sont heureux de rester au chaud sous la couette, mais il faut finir par se résoudre à sortir. Il faut pour cela prendre son courage à deux mains, bien se couvrir pour aller dehors dans le froid.

3 LIMITEZ LA TRANSPIRATION ET ADOPTEZ DES VÊTEMENTS NON TRANSPIRANTS!

4 ÉPICEZ-VOUS !

La circulation sanguine est un élément clef. La dilatation des vaisseaux sanguins a une influence sur le ressenti du froid. Alors, technique complémentaire tentez d'intégrer à votre alimentation des vasodilatateurs naturels. Ils favorisent une bonne circulation du sang, comme par exemple le piment de Cayenne, l'oignon, le gingembre, l'ail, les agrumes.

5 PRENEZ SOIN DE VOS EXTRÉMITÉS :

Avoir les extrémités du corps froides comme les mains ou les pieds est courant. Alors pour affronter le froid avec confort, on les protège !

6 SOCIABILISEZ-VOUS !

Auriez-vous pensé que cela puisse avoir une incidence ? Et pourtant : Les interactions sociales génèrent de l'adrénaline et d'autres hormones. Combinées elles participent à réchauffer notre organisme. En plus de réchauffer le corps, cela réchauffe aussi le cœur et on en oublie le froid !

7 DORMEZ CORRECTEMENT

On dit : « frais et dispo », ici, ce serait plutôt « chaud et dispo ». De plus, lorsqu'on est fatigué, la température de notre corps baisse, car il produit moins d'énergie. Cette baisse de production réduit, notre concentration et peut nous donner l'impression de ne pas parvenir à se réchauffer malgré les multiples couches portées et les litres de boisson chaude absorbés.

8 PROTÉGEZ VOTRE PEAU, HYDRATEZ :

Il faut hydrater la peau. Protégez sa peau avec des corps gras type huiles végétales, des crèmes naturelles permettent de protéger le derme. De cette façon, on ne laisse pas la peau à nu entre chaque génération de Cellules et on offre une barrière de protection naturelle contre le froid.

9 SURVEILLEZ VOTRE ALIMENTATION MANGEZ MIEUX !

La consommation de légumes vert foncé comme le brocoli, les épinards ou encore le chou frisé favorisent le développement de la graisse brune. Et de toute façon manger des légumes est bénéfique pour la santé !

10 PRENEZ UN ÂNE COMME ANTOINETTE

Dernière astuce : si vous le pouvez, partez à l'aventure. Pourquoi pas une randonnée ? profitez, captez, savourez les rayons du soleil. Le froid n'est pas forcément synonyme de pluie et de grisaille !

