

GRÉSIVAUDAN

INFOS PRATIQUES

GONCELIN

→ **Pharmacies de garde**
Le service d'info sur les pharmacies de garde a évolué. Il convient : soit d'appeler le 0825 74 20 30 (15 cts/min) ou d'aller sur le site internet de Servigarde, gratuit. Il faut alors écrire son code postal dans une fenêtre et cliquer sur "Rechercher" pour trouver l'officine la plus proche.
www.servigardes.fr

LE CHAMP-PRÈS-FROGES

→ **Collecte des déchets**
Pour la semaine du 1^{er} novembre, la collecte sur la commune se déroulera de la façon suivante : ordures ménagères le jeudi 2 novembre (de 4 h à 12 h), tri sélectif supprimé et rattrapé la semaine suivante.

Mairie du Champ-près-Froges :
04 76 71 44 73
lechamp.mairie@hotmail.com

SAINT-MAXIMIN

→ Balade gourmande pédestre

Samedi 28 octobre, sur le thème des "super-héros". Départ dès 19 h et jusqu'à 20 h 30. Rendez-vous sur le parking de la mairie. Quad Passion Bramefarine :
06 70 04 76 47 ou
06 70 77 49 80

LES ADRETS

→ **Foire d'automne**
Appelée aussi foire aux pommes. Nombreux stands. Dimanche 5 novembre, à 9 h, sur la place de l'église, Mairie des Adrets :
04 76 71 06 93

THEYS

→ Permanences de l'Avag

Pour renseignements, adhésions 2018 et renouvellements (penser à prendre sa carte). L'association propose un large choix d'activités : ski alpin, nordique ou raquettes le jeudi en hiver et tout au long de l'année, voyages, sorties culturelle ou découverte. Permanences vendredi 27 octobre, vendredi 10 novembre, vendredi 17 novembre et vendredi 24 novembre. De 9 h 30 à 10 h 30. À l'Estancot. Avag :
06 86 36 50 34
www.avag-gresivaudan.com

→ **Don du sang**
Vendredi 27 octobre, de 17 h à 20 h, à la halle des sports, (entrée côté tennis).

→ **Grand loto**
Du Club des Tarins. Dimanche 29 octobre à 14 h (ouverture des portes à 13 h). À la halle des sports.
04 76 08 20 81

LOCALE EXPRESS

LE CHEYLAS

La fin d'un arbre géant



→ C'était le dernier arbre imposant du lotissement du Marcieu qui trônait fièrement au fond de la rue des résidences du Marcieu. Il y a quelques années, son voisin beaucoup plus haut et plus mince avait été littéralement fendu de haut en bas par la foudre lors d'un orage. Depuis, le cèdre qui le côtoyait avait prospéré au point d'envahir une grande partie du gazon, obligeant le propriétaire à ramasser des quantités d'aiguilles qui lors du vent s'élevaient de partout. Comme dans la plupart des habitations du quartier, les arbres avaient été plantés dans les années 60 par les habitants. À l'époque, ils étaient tous ouvriers des Forges d'Allevard et ils avaient sous-estimé la croissance potentielle des pins, sapins et autres résineux décoratifs. C'est pourquoi ils ont dû les arracher ou les couper. Une entreprise de la région grenobloise a donc eu raison de cet arbre majestueux, en jouant les acrobates pour élaguer jusqu'au sommet les branches aussitôt transformées en petits copeaux. Plusieurs remorques ont été nécessaires pour venir à bout du colosse, mais le propriétaire pourra désormais profiter du soleil levant qui lui était complètement caché jusqu'à ce jour.

SPORTS EXPRESS

GONCELIN

Tennis club : les plus jeunes poursuivent leur progression



→ En 15/16 ans, le week-end dernier, c'était la première compétition de Maël Cano. Après un bon match, il s'est incliné dans son simple en 3 sets (4/6 6/4 6/2). Son camarade Quentin Aiguier a quant à lui remporté son duel en simple (6/2 6/1), ce qui est très encourageant pour la suite des rencontres. Le double devenant décisif, ils se sont accrochés, partant dans de bons échanges soit en fond de court soit à la volée. Les joueurs ont fini par remporter le double, et ont signé leur victoire contre Allevard.

En 17/18 ans, l'équipe recevait Vizille, une équipe rodée à la compétition. Dans le simple n°2, Alexandre Sornay a cédé face à un adversaire déterminé et incisif. En simple n°1, Thibault Fernandes a remporté son match en 3 sets, après des échanges disputés avec de bonnes frappes de balles et une belle maîtrise de match. En double, les joueurs s'imposent 6/4 dans le 2^e set, signe de victoire.

Pour tenter de poursuivre dans cette lancée, le programme à venir est le suivant : demain samedi à 9 h 30 : catégorie 15/16 ans à Goncelin, contre Crolles ; suivi à 14 heures de la catégorie 17/18 ans à Goncelin contre Crolles également.

THEYS

"Mets tes baskets et bats la maladie" : les enfants ont couru pour Ela



Les jeunes sur la ligne de départ devaient courir 30 minutes sans obligation de résultat ; chacun s'arrêtait quand il le souhaitait.

Ce mercredi le 14^e courseton des écoles avait une connotation différente par rapport aux autres années. Traditionnellement, le courseton suit les bases des barèmes de l'Union sportive des écoles primaires (Usep). Cette année, le principe a été abandonné pour suivre le précepte proposé par l'Association européenne contre les leucodystrophies (Ela).

Cette année, l'objectif était de courir 30 minutes. Tous les élèves n'y parviennent pas, principalement les tout-petits. Qu'importe, chacun s'est arrêté quand il le jugeait utile. Les établissements scolaires sont donc passés à l'action et ont symboliquement prêté leurs jambes aux enfants d'Ela en organisant ce courseton. Les enfants de l'école élémentaire ont été rejoints par les enfants de l'école maternelle (uniquement les moyennes et grandes sections), pour cette course où il n'y a pas de vainqueur. Pour certains, c'était un vrai défi, malgré les entraînements réguliers suivis par les enfants depuis la rentrée scolaire. Avant le top départ, tous ont entonné en chœur l'hymne à Ela, suivi d'un échauffement musculaire dans les règles. Un goûter a récompensé les enfants.

Objectif : courir 30 minutes

Ela est une association de parents qui unissent leurs efforts contre les leucodystrophies (groupe de maladies génétiques orphelines) en établissant et en respectant des objectifs clairs : aider et soutenir les familles concernées par une leucodystrophie, stimuler le développement de la recherche, sensibiliser l'opinion publique.



Des enseignants ont partagé ce moment de solidarité avec leurs élèves en courant avec eux.



Quelques courageux parents se sont lancés pour accompagner leurs enfants dans cet exercice. Tous les enfants arboraient le dossard de l'association.



GONCELIN

Les primaires ont participé au courseton



Les enfants ont donné toute leur énergie pour cette course.



Il y avait beaucoup de joie et d'émulation, lundi, du côté du stade du collège à l'occasion du courseton des enfants de l'école primaire. Ce sont 190 d'entre eux qui ont enfilé leur tenue de coureur ; les plus petits (CP) s'engageant sur 9 minutes de course, contre 12 minutes pour les CE1,

15 minutes pour les CE2, 18 minutes pour les CM1 et 21 minutes pour les CM2.

C'est avec une incroyable dose d'énergie que les

enfants se sont relayés autour du terrain. Les encouragements ont été nourris, les foulées s'allongeant d'autant. Le souffle court parfois, le cardio

au top souvent, les enfants ont savouré cette épreuve et les défis ont tous été relevés, le principal étant de s'amuser et d'entretenir sa forme.

SAINT-MAXIMIN

Philippe Maschinot, la marche contre le burn out



Philippe Maschinot a donné une conférence pleine d'espoir sur sa marche, qui lui a redonné confiance.

Philippe Maschinot, 56 ans, a livré lundi son expérience sur l'épuisement au travail, au cours d'une conférence dans la salle Marie-Louise. Il s'est confié sur sa façon de sortir de cet abîme. Apprenti boulanger vers la fin des années 70, l'Alsacien suit des études supérieures dans une école de commerce. Cela lui permettra d'intégrer de grands groupes pendant plusieurs années.

Sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle

À la suite d'un licenciement, il part en 1998 à pied du Mont Sainte-Odile pour arriver 97 jours plus tard, après avoir parcouru 2 400 km à Saint-Jacques-de-Compostelle. Là, il fait la connaissance de la mère de son fils et part ensuite vivre avec elle au Québec. Sans emploi, il crée une bou-

langerie en 2002, Le Saint-Honoré, qui connaît une véritable success-story avec 25 employés. Cela lui permettra de recevoir les insignes de Chevalier de l'Ordre du mérite agricole de France, pour sa "contribution remarquable à la gastronomie française et à son art de vivre au Canada". Sauf que, le 5 janvier 2015, il se retrouve allongé sur un lit des urgences cardiaques, épuisé. Son cœur a lancé un message de détresse : il s'est oublié. Philippe Maschinot avoue avoir pensé à l'époque qu'« un chef d'entreprise ne [devait] pas faillir ». Les choses ne s'arrangent pas. Pour vaincre son état de stress, il se remet à marcher sur de longues distances.

En mars 2015, il repart sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle pour rejoindre le mont Sainte-Odile : 4 500 km

en 172 jours. Ses pas l'ont mené dans des endroits superbes et lui ont permis de belles rencontres. Comme avec ce Japonais, qui lui faisait remarquer qu'il « marchait trop vite ». Du coup, Philippe a écouté. Il a pris son temps. En traversant la Suisse, il n'était plus chef d'entreprise ! Le fou de travail a vendu sa boulangerie à son associé en janvier 2017.

Philippe Maschinot ne donne pas de recettes miracles contre l'épuisement au travail. Pour lui, c'est la marche. Chaque personne a son propre remède. L'ancien boulanger suggère toutefois que pratiquer une activité physique peut s'avérer bénéfique. Il fait sienne la devise de l'écrivain Henri Vincenot : "Rien n'asservit l'homme qui marche".

Plus d'infos : www.revenir.ca