

Ganges

Comment bien réussir à pallier les problèmes du vieillissement

Le conseil général de l'Hérault, le Clic Trait d'union, la caisse de retraite complémentaire Malakoff-Médéric, l'Arcopred et l'association Ma Vie vous invitent à participer à une conférence sur "Les enjeux du vieillissement", par l'Arcopred, lundi 30 mars, à 14h30, à la salle des fêtes.

Cette conférence sera suivie d'une présentation d'un atelier gym santé, à destination des personnes retraitées, par l'association Ma Vie. À travers les différents médias, nous sommes assaillis de messages de santé, tels que « *pratiquez une activité physique d'intensité modérée durant 30 minutes par jour* ».

Il n'est pas toujours facile de mettre en pratique ces bons comportements et les activités de loisirs et de bien-être sont souvent mises de côté au détriment des comportements à adopter pour être en bonne santé.

En tant qu'acteur de la prévention santé et spécialiste des activités physiques adaptées, l'association Ma Vie vous pro-



■ Ma Vie propose des cours de gym adaptés aux seniors.

pose d'allier une pratique ludique, conviviale et adaptée, encadrée par un professionnel diplômé, autour d'ateliers de gymnastique.

► **Maison des services**, avenue du Mont-Aigoual à Ganges, 04 67 82 14 42 ; clic-traitdunion@voila.fr ; Céline Royes, 06 08 42 19 77 ; mavie.apa@gmail.com.

Corres. ML : 06 38 93 01 30 + midilibre.fr

Une marche pour aider les enfants atteints de leucodystrophies

La population gangeoise qui voudrait participer à la Marche de l'espoir est informée qu'elle aura lieu **dimanche 5 avril**. Elle est organisée par l'association caritative Défi en marche, créée en octobre 2014 pour soutenir les enfants atteints de leucodystrophies, ainsi que par l'association européenne ELA, parrainée par Zinedine Zidane.

Le président fondateur de Défi en marche, Jean-François Castanier, qui prépare un périple de quelque 300 km à pied pour la cause de ces enfants, a rencontré récemment Gérard Pollet, fondateur de L'espoir en chemin, comédien et professeur au conservatoire de Toulouse et vice-président de ELA, afin de préparer des acti-

vités en commun. Il sera d'ailleurs présent tout au long de la journée.

Toutes les personnes sont les bienvenues au repas, même si elles ne font pas la marche. Tarif : 10 €. Le repas sera servi à partir de 12h30 ; il est conseillé de réserver.

Le parcours de 15 km débutera au domaine Salle de Gour, à Saint-Hippolyte-du-Fort, à partir de 8h et passera son chemin, pour la plus grande partie, dans le département de l'Hérault.

Inscription sur place ; tarif : 5 € par personne. Que vous soyez marcheurs, coureurs, adeptes du VTT ou autre, venez et participez !

► **Contact** : 06 29 52 29 65 ; defi.en.marche@orange.fr.

Corres. ML : 06 38 93 01 30 + midilibre.fr

Les échos d'un pont à l'autre

● Le week-end des Randonneurs gangeois

Dimanche 29 mars, les Randonneurs gangeois feront une sortie vers les falaises de Lauret sous la conduite de Gérard Ollier (04 67 73 86 78). Le parcours de 15 km présentera un dénivelé de 480 m et le rassemblement de départ est prévu à 10h30, place Jean-Moulin à Ganges. En cas de mauvais temps, la sortie serait annulée.

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter Joëlle Fabre (04 34 11 54 06), Pierre Francomme (04 67 15 50 79) ou Hervé Dumas (04 67 81 91 48).

● Les bons plans du week-end

Samedi 28 mars, vide-greniers dans la cour du collège public Louise-Michel, de 8h à 14h. Tarif : 5 € les 3,5 m linéaires. Inscriptions possibles le jour même, sur place. La manifestation sera reportée au samedi 4 avril en cas de pluie.

● Paroisse Saint-Pierre

Samedi 28 mars, à 18h, messe anticipée des Rameaux, à Cazilhac. **Dimanche 29**, à 9h, messe des Rameaux dans la chapelle du couvent des Dominicaines ; à 10h30, messe à Ganges.

Corres. ML : 06 63 66 88 32 + midilibre.fr

Saint-Bauzille-de-Putois Un instant familial de grâce et de rock

L'Aire de famille veut promouvoir « l'état d'être ensemble ».

L'association L'Aire de famille a accueilli, samedi dernier, plus de 200 personnes pour la 2^e édition de la soirée Rock'n'roll family. Un événement réalisé dans l'objectif de passer une soirée tous ensemble et de favoriser les rencontres entre les familles sur le territoire. Ateliers chant et danse, découverte de la scène et concerts se sont succédé pour permettre à chacun de s'amuser et de trouver sa place.

Plusieurs espaces étaient aménagés pour l'occasion : l'un dédié aux enfants pour permettre aux plus petits de trouver un lieu adapté et d'intégrer des temps calmes aux festivités, un autre réservé à la buvette-snack achalandée de produits locaux et, enfin, le dancefloor où le jazz-band La Lyre saint-bauzilloise et le groupe local Six-Tease and the Rockets, ont invité le public à se déhancher jusqu'au bout de la nuit !

D'autres événements à venir

Le partage entre petits et grands lors d'animations est un des piliers de l'action. L'Aire de famille propose plusieurs temps d'échanges au sein de son nouveau local, situé dans la salle du centre de loisirs, et des événements extraordinaires dont "Pâquette", samedi 4 avril prochain.

À cette occasion, rendez-vous sur le plan d'eau pour un pique-nique partagé



■ Le jazz-band de La Lyre a mis une magnifique ambiance lors de cette soirée relevée.

et une chasse aux œufs (sur inscription). Une ambiance bienveillante et heureuse régnait ce samedi au plan d'eau... L'intention est à la poursuite de cet « état d'être ensemble » avec le plus grand nombre de personnes.

► **Contact** : 06 63 72 97 12 ; courriel : lairedefamille@gmail.com ; www.facebook.com/lair.defamille.

● Joyeuse pétanque

Le week-end dernier, ont eu lieu les éli-

minatoires doublettes en vue de la qualification des équipes pour le championnat de l'Hérault des 4 et 5 avril, à Béziers. Pour le secteur du pic Saint-Loup, la compétition avait lieu à Assas et 175 équipes étaient au rendez-vous, dont 7 de l'association saint-bauzilloise chez les hommes et 2 chez ces dames. C'est sous la pluie que David et Anthony Turquais ont été sacrés champions du secteur. Félicitations à tous deux.

Corres. ML : 06 19 96 96 63 + midilibre.fr



■ Les jeunes CP et CE1 ont profité de la belle piscine intercommunale.

Notre-Dame-de-Londres

Les écoliers apprennent à nager

Pendant deux semaines, du 9 au 20 mars, les élèves de CP et CE1 de Notre-Dame-de-Londres ont bénéficié de cours de natation dans la magnifique piscine intercommunale de Saint-Mathieu. Ces cours d'initiation ont été programmés tous les matins sur un cycle de dix séances. Encadrés par des maîtres-nageurs, les bambins ont appris

à se familiariser avec le milieu aquatique et à parfaire leur apprentissage de la nage. Une session financée par la mairie tandis que la communauté de communes prenait en charge les déplacements en bus. Les écoliers ont terminé ce cycle enchantés et espèrent que l'expérience sera renouvelée l'an prochain.

Corres. ML : 06 11 77 30 94 + midilibre.fr

Tambourin : la saison estivale débute

La saison hivernale indoor vient à peine de se terminer, avec son lot de résultats convaincants, que voici déjà le début de la saison estivale en extérieur.

Les deux équipes minimes ont remporté leur première rencontre. L'équipe première s'est imposée à Florensac (13-06) tandis que la réserve a disposé de Saint-Pons-de-Mauchiens (13-03). Les benjamins connaissent des débuts plus

difficiles avec déjà deux défaites au compteur, à domicile face à Vendémian (06-13) et à Grabels (02-13).

Les filles seront à l'œuvre, ce **samedi 28 mars**, pour le compte de la Super Coupe dont elles sont les tenantes du titre. Elles affronteront les championnes de France de Cazouls-d'Hérault sur le terrain d'Usclas-d'Hérault, à 14h30.

Corres. ML : 06 11 77 30 94 + midilibre.fr



■ Les filles reprennent la compétition de plein air ce samedi.

Saint-Jean-de-Buèges

● Sortie salades sauvages

Une sortie salades sauvages, organisée par les Écologistes de l'Euzières avec le concours de la municipalité et du foyer rural, est proposée ce **samedi 28 mars** à Saint-Jean-de-Buèges.

Au programme : sortie encadrée, reconnaissance et dégustation. Le départ se fera à partir du parking de la cave coopérative, de 13h30 à 14h30.

Le tout est entièrement gratuit et sans inscription. Rendez-vous donc ce samedi pour découvrir la flore de la vallée de la Buèges.

Corres. ML : 06 71 65 82 11

Mas-de-Londres

Véronique Dour expose ses œuvres

Véronique Dour habite le village depuis plus de dix ans. Qui ne l'a pas croisée sur les sentiers caillouteux de nos collines ou bien près du lac avec ses enfants, car cette passionnée de sport et de décoration trouve dans la nature de l'intérêt pour tout.

Son talent, c'est à travers sa peinture qu'elle l'exprime. Le taureau de combat a été sa première réalisation picturale ; de nombreuses œuvres ont suivi, marquant l'évolution de son travail dans le mouvement, les couleurs, tout ce qui caractérise son don.

Au fil de ses expositions, elle a su démontrer qu'elle avait sa place dans le monde de l'art.



■ Un trait délicat et sensible caractérise ses peintures.

Si vous voulez la découvrir, Véronique expose au caveau de Corconnes jusqu'au mercredi 1^{er} avril. On peut aussi la retrouver sur Facebook ou sur le site www.dour.fr.

Corres. ML : 06 71 64 77 85

Claret

● Cinéma avec Les Amies de Louise

Vendredi 27 mars, Les Amies de Louise proposent un film de Lucas Belvaux, *La raison du plus faible*. La projection aura lieu à 20h30, à la salle Justin. À la fin de la séance, des commentaires pourront être échangés autour de mets salés et sucrés apportés par les participants. Entrée libre.

● Paroisse

Le **samedi 28 mars**, à 18h, bénédiction des Rameaux et messe à Saint-Mathieu Saint-Raphaël. **Dimanche 29**, bénédiction des Rameaux et messe, à 9h, à Fontanès et, à 10h30, à Claret.

Corres. ML : 04 67 59 06 13 + midilibre.fr

ÉLECTIONS DÉPARTEMENTALES

Réunions publiques

● Ganges

Marie-Christine Bousquet et Jacques Rigaud, **jeudi 26 mars**, à 18 h 30, salle des mariages de l'hôtel de ville.

● Castries

Claudine Vassas-Mejri et Yvon Pellet, **vendredi 27 mars**, à 18h30, à l'espace Gare, à Castries.