

BULLETIN TRIMESTRIEL D'INFORMATIONS COMMUNALES



Le St Laurentais

N°23

AVRIL / MAI / JUIN

2013

L'association

« Foulées Nordiques de la Prée »

C'est une association loi 1901, affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Les séances sont encadrées par Sylvaine et Chantal animatrices qualifiées. Douze adhérents ont suivi le stage « prévention et secours civique niveau 1 ». L'association se compose de 80 personnes dont 37% sont fourasins, 26% saintlaurentais, 12% rochefortais et 25% viennent de communes avoisinantes. Les femmes sont majoritaires, mais les hommes dépassent les 25% de notre effectif.

Nos parcours privilégiés nous amènent dans les marais, le long des canaux, sur les chemins de la Charente, les sentiers du littoral, les plages. Nous y découvrons les oiseaux et la flore typiques en admirant le paysage magnifique de la côte atlantique. Nous avons foulé le sol des îles Madame, d'Oléron, d'Aix et de Ré.

Les séances durent 2h30 : avec échauffement, marche nordique, et étirements. Séances le mercredi de 9h00 à 11h30 et de 16h30 à 19h00, le samedi de 9h00 à 11h30. Le mardi matin et sur réservation : marche soutenue avec renforcement musculaire, et séance « aide à la marche » qui permet d'aider des personnes à marcher en soulageant les membres inférieurs.

De cours séjours sont proposés : la Dordogne, les Pyrénées à raquettes, Belle île en mer. Un buffet avec soirée dansante est organisée pour tirer les rois en janvier. Cochonnet à la broche et soirée dansante succèdent à l'assemblée générale en fin de saison.

La marche nordique : un sport santé accessible à tous.

Les bienfaits :

Répartition de la charge : le fait « d'appuyer » sur les bâtons répartit la charge et soulage les articulations des membres inférieurs. Les bâtons contenant du carbone absorbent une grande partie des vibrations dues aux poussées. Les vibrations restantes stimulent la formation osseuse et s'avèrent profitables aux personnes atteintes d'ostéoporose. Le dos est étiré à chaque pas et son maintien est renforcé, les articulations sont soulagées.

La marche nordique mobilise une grande chaîne musculaire, 80 à 90% des muscles sont sollicités. Du fait de sa posture, le pratiquant se redresse, améliorant sa ventilation. Le cœur se fortifie, le sang circule mieux : retour veineux amélioré, irrigation des articulations plus efficace.

La marche nordique est une marche plus soutenue que la randonnée. Chacun progresse à son rythme. Des séances spécifiques avec un animateur qualifié permettent de s'entraîner plus en puissance avec des exercices de cardio-training.

L'activité en groupe permet de se reconnaître dans la vie sociale.

La marche nordique est un sport santé par excellence, un sport de plein air, convivial et accessible à tous, conseillé par le milieu médical.

N'hésitez pas à nous contacter : Chantal Hay, tel.: 06 33 26 36 69. Courriel: Fouleesnordiques.presidente@gmail.com

MAIRIE

HEURES D'OUVERTURE AU PUBLIC

Lundi – Mardi de 12h à 17h

Mercredi de 10h à 14h

Jeudi - Vendredi de 10h à 12h

L'accueil téléphonique fonctionne dès 8h00 le matin
au 05. 46. 84. 00. 35

Courriel: st.laurent.de.la.pree@mairie17.com

Blog: <http://saint-laurent.over-blog.fr/>



Le 3^{ème} Lundi de chaque mois de 14 h 00 à 16 h 00 en mairie

Son secrétariat est dans les locaux de la DTPR: 28 rue Chanzy à Rochefort. Tél: 05 46 88 15 79

Vacances & Familles 17

Bat 4-42 cours Paul Doumer – 17100 Saintes

Des vacances d'été à petits prix pour les parents et les enfants, c'est possible dans 16 départements et 300 lieux d'accueil. → Vous avez : un passeport temps libre de la CAF, des bons vacances de la MSA, (etc). Des séjours de 1 à 2 semaines se font en maison individuelle, en caravane ou en mobil home Vous êtes intéressés ?... Vous avez des questions ?... Contactez-le : 05.46.74.38.50

EXEMPLE : Coût d'un séjour de 2 semaines pour une famille de 4 personnes (coefficient CAF ou MSA de 330) quelle que soit la destination : 106 €



L'intérêt sur la santé a marqué les années précédentes : pour preuve, le nombre de participants intéressés sur la conférence Alzheimer et la conférence (DMLA) dégénérescence maculaire lié à l'âge ; permet d'organiser à l'automne prochain, c'est-à-dire le 20 septembre 2013 avec LUCIDE 17, une **nouvelle conférence sur le cancer du sein et colorectal** entouré du Dr Feyler et un réseau de médecins spécialisés.

La 12^{ème} Semaine nationale de l'**artisanat**, organisée par l'APCMA et l'Union professionnelle artisanale (UPA) s'est déroulée dans toute la France du 15 au 22 mars 2013.

L'opération portes ouvertes, visites d'entreprises, de chantiers, démonstrations, débats, concours... De nombreux artisans se sont mobilisés pour inviter le grand public à entrer dans les coulisses de la première entreprise de France.

Thématique de cette édition : "Paroles d'artisans", choisir son futur métier.

N'hésitez pas à vous rapprocher de votre Chambre des Métiers et de l'Artisanat si vous souhaitez, vous aussi, contribuer au savoir-faire, à la qualité, ainsi qu'à l'apport de la production artisanale dans l'économie locale.

La Chambre de Métiers et de l'Artisanat de la Charente-Maritime vous accompagne à la définition de votre projet, à votre entrée en formation et vous propose de vous former à chaque métier de l'artisanat.

Pour en savoir plus : rendez-vous sur le site : <http://www.semaine-nationale-artisanat.fr/> ou www.cm-larochelle.fr consultez la page Actualités.

Par courrier : Chambre des Métiers et de l'Artisanat

Le Prieuré, rue du Château 17000 La Rochelle Tél : 05.46.00.46.80

Événements :

Salon du Recrutement et de la Formation

Rencontrer des chefs d'entreprise, trouver un emploi, choisir une formation

Date : Le 16 Mai 2013 de 10 h 00 à 17 h 00

Ville : Rochefort s/mer

Adresse : Boulevard Pouzet, Salle du Polygone



LA BIBLIOTHEQUE

Voilà déjà 1 an, dans notre petit village de bord de Charente, quelques ombres voyageaient à



la découverte des écritures le mercredi après-midi de 14h à 16h.

L'animateur Michel Robert, passionné, encadrait une dizaine d'enfants de 8 à 14 ans aux ateliers ludiques et éducatifs. A présent, il est parti sur d'autres horizons et si vous souhaitez que certains ateliers reprennent, il vous faut vous motiver! pour un minimum de 10 enfants et s'inscrire auprès de Martine RAYER à la bibliothèque ou par téléphone au 07.77.96.65.92

LES SENIORS AU VOLANT

La **Prévention Routière** de Charente Maritime propose, en collaboration avec les services de la mairie des **stages de remise à niveau** comprenant :

- Les seniors sont-ils assujettis au Permis à points ?
- Comment se placer dans un giratoire à 3 voies ?
- Quels sont les nouveaux panneaux du code de la route ?
- De quels équipements obligatoires votre voiture doit-elle être pourvue?
- Les comportements des automobilistes ont-ils évolués ?
- Faut-il se méfier des médicaments ?
- Quels sont les principaux facteurs de risques sur la route ?
- Peut-on vous enlever votre permis pour une question d'âge ?
- Les nouveaux Radars ?



Autant de questions que les seniors peuvent se poser au moment de prendre le volant ; et il faut y ajouter l'angoisse d'avoir à repasser son permis de conduire au moment de la retraite. Pour y répondre, pour se rafraîchir la mémoire, pour se remettre à niveau, pour éliminer les mauvaises habitudes...

Dans tous les cas leur but sera d'assurer une meilleure mobilité aux seniors Saint Laurentais. Afin de fixer une date de stage Les personnes intéressées peuvent s'inscrire auprès de la Mairie, aux heures d'ouvertures Tél : 05.46.84.00.35

COLLECTE ALIMENTAIRE DE LA BANQUE ALIMENTAIRE 2013



Comme chaque année au Printemps la Banque Alimentaire effectue une Collecte de denrées alimentaires non périssables dans les Grandes et Moyennes Surfaces.

Il s'agit de récupérer, aux sorties du magasin, des denrées alimentaires, qui seront distribuées, tout au long de l'année, auprès des familles les plus démunies de notre Département.

Prochaines collectes : 12 et 13 AVRIL 2013 à l'épicerie Utile et aussi au sein des écoles.

Nous recherchons toujours des volontaires pour effectuer ces collectes qui deviennent aujourd'hui indispensables.

Merci de prendre contact avec la mairie au 05 46 84 00 35, afin de vous inscrire sur la liste des personnes aidantes.

Marlène CHASSIN
Adjointe au Maire
Chargée des Affaires Sociales

DELIBERATIONS

1 – VENTE D'UN IMMEUBLE

Monsieur le Maire expose au conseil municipal que la maison sise au 274 route de la Gare nécessite de nombreuses réparations et que par ailleurs le locataire actuel a fait une demande d'acquisition de ce logement.

Les conseillers municipaux, à l'unanimité,

vu l'estimation du bien réalisée par le service des domaines,

après avoir entendu l'exposé de Monsieur le Maire

considérant que les dépenses indispensables pour remettre cet immeuble en bon état seraient trop élevées, et hors de proportion avec les ressources dont la commune pourrait disposer à cet égard ; que le dit immeuble n'est pas susceptible d'être affecté utilement à un service public communal ; que dans ces conditions il y a lieu de procéder à son aliénation,

autorisent Monsieur le Maire à faire toutes les démarches nécessaires pour aboutir à la vente de cet immeuble.

2 – DEMANDE DE SUBVENTION DETR POUR LA REFECTION TOTALE DES TOITURES DES BATIMENTS ANCIENS DE L'ECOLE AU TITRE DE 2012

Compte tenu de la vétusté des toitures des bâtiments anciens de l'école communale, suite aux nombreuses interventions pour fuites, Monsieur le Maire propose la réfection totale de ces toitures.

Les travaux sont estimés à 22946.45 euros HT, les crédits sont inscrits au budget 2012.

Le financement prévu est le suivant :

autofinancement 22946.45 € soit 73%

DETR 6195 € soit 27%

Le conseil municipal, après en avoir délibéré, décide à l'unanimité, d'accepter cette proposition, sollicite une subvention au titre de la DETR 2012 et donne tous pouvoirs à Monsieur le Maire pour signature des documents afférents à ce dossier.

QUESTIONS DIVERSES

--- Monsieur le Maire présente au conseil municipal les projets et travaux pour l'année 2013.

--- Monsieur LOSTETTER présente la demande de participation financière contre les rongeurs aquatiques nuisibles.

INFOS

La commission d'attribution des places à la **crèche L'Ilot Z'enfants** située à Fouras, dans le Bois Vert, aura lieu au mois d'avril 2013. D'ici là, tous les parents intéressés sont invités à faire leur demande auprès de la directrice Céline Lechémiat. Par ailleurs, toute famille qui le souhaite peut se rendre à l'Espace Parents-Enfants, situé dans l'enceinte de la crèche et ouvert le vendredi matin, pour échanger sur les thèmes liés à l'enfance et à l'éducation.

A très bientôt !

Marion Grilly, secrétaire de l'Association L'Ilot Z'Enfants.

L'institut national de la statistique et des études économiques (INSEE) réalise du 2 avril au 29 juin 2013 une

enquête sur le thème du cadre de vie et la sécurité.

La première partie de cette enquête porte sur la qualité de l'environnement de l'habitat; la seconde aborde les problèmes d'insécurité auxquels les personnes ont pu être confrontées au cours des deux dernières années: cambriolage, vandalisme, vol, agressions, etc...

Dans notre commune, quelques ménages seront sollicités. Un enquêteur de l'INSEE chargé de les interroger prendra contact avec certains d'entre vous. Il sera muni d'une carte officielle l'accréditant.

Nous vous remercions par avance du bon accueil que vous lui réserverez.

Les opérations de démoustication

viennent d'être mises en œuvre sur le territoire de la commune. Ces opérations consistent à réguler préventivement la prolifération des moustiques autochtones, importés et invasifs. Cette régulation s'inscrit dans une démarche de prévention sanitaire des populations résidentes sur la commune. Allergies et transmission de maladies constituant des risques réels pour la santé des concitoyens, dont le West Nile Virus qui envahit actuellement l'Europe de l'Est et du Sud.

L'inscription de notre commune à l'arrêté préfectoral nous garantit de bénéficier d'une surveillance entomologique et d'une protection permanente de notre territoire et de l'expertise d'un établissement public (EID Atlantique), spécialisé et reconnu par les autorités sanitaires nationales.

En application des dispositions de l'arrêté préfectoral 2013, les services de l'EID Atlantique sont autorisés à procéder, du 1er janvier au 31 décembre 2013, aux prospections et aux traitements anti-larvaires sur toutes propriétés publiques et privées visées par l'arrêté.

Afin d'apporter un service de qualité, l'établissement s'est inscrit dans une démarche d'amélioration continue du service apporté aux collectivités et a souhaité, dans un contexte budgétaire et financier contraint, maintenir son budget à niveau constant depuis 4 ans afin de limiter la participation financière des communes par ailleurs recouvrée directement par le département.

Essayez le tennis de table à Fouras

VIE ASSOCIATIVE



Le club pongiste fourasin accueille déjà une trentaine de licenciés en provenance de Saint Laurent de La Prée.

Certains s'illustrent dans le club: Bernard Krismer est un pilier de l'équipe fanion tandis que Jean-Baptiste Leygonie représente le club au plus haut niveau national dans sa catégorie d'âge. Claude Mécène se distingue en vétérans tandis que Sarah Vallot, Amandine Egretaud et Lisa Krismer constituent l'équipe des benjamines championne départementale.

N'hésitez pas à venir les rejoindre. Le club accueille tous les publics, des loisirs aux compétiteurs chevronnés, des poussins (dés 5 ans) aux vétérans.

Le tennis de table se pratique à tout âge, est bon pour la santé, les réflexes et la maîtrise de soi. Ecole de vie, il apprend à respecter les règles et les autres.

Le club pongiste fourasin dispose d'une salle spécifique agréable et bien chauffée. Il propose des créneaux d'entraînement ou de détente tous les jours de la semaine, le matin pour les seniors, l'après-midi pour les scolaires, en soirée pour les loisirs ou les compétiteurs. Des entraîneurs professionnels et bénévoles sont là pour vous accueillir.

Contact : Tél: 06.08.98.98.19 ou courriel: martin_jean-paul@orange.fr



Lisa Krismer, Sarah Vallot, Amandine Egretaud

Championnes départementales benjamines

Pour la 5^{ème} année l'association a organisé pour vos papilles le **repas de la ST VALENTIN**



Les heureux invités à cette soirée mythique n'ont pas été déçus les réservations closes depuis début janvier sans pub. L'association était comblée. L'animateur « Laurent CENY » le DJ habituel en maître de cérémonie accueillait les invités avant les faire danser jusqu'au bout de la nuit. Par les compliments reçus au terme de la soirée tous sont prêts à revenir l'année prochaine.



AGENDA

AVRIL

Dimanche 7: à 15h30, **L'îlot z'enfants et l'îlot Familles** vous invitent au **SPECTACLE : « Mon jardins des 4 saisons »** destiné aux enfants de 0 à 6 ans, à la salle polyvalente. Entrée 2 € .
A l'issue du spectacle, un goûter sera offert aux participants.
Renseignement au 05 46 84 12 38 ou par courriel: lilozenfants@gmail.com



Dimanche 14: le **club du Bon Accueil** organise son **INTER-CLUB** à 14 h 30 à la salle polyvalente de St Laurent.
Au programme cette année : les chorales d'Harmon'île chantant de la Pallice et du club UNRPA de Fouras, le Groupe Folklorique de St Laurent de la Prée, les Sections Country de St Laurent de la Prée et du club Echo de Fouras.
Entrée gratuite - venez nombreux !
Contact : Mme Claudine Martineau 05 46 84 09 47

Vendredi 19: de 20h00 à 22h00 **ZUMBA PARTY**

animée par Astrid et Elodie, « Instructor Zumba ».
Organisée par **l'association Modern' jazz**.
Tarif: 8€ , adhérentes Modern' jazz: 6 €.
Contact: 06 82 60 98 53

Astrid et Elodie
Instructor Zumba

TARIF : 8€/pers
Adhérente Modern'jazz 6€
Infos : 06 82 60 98 53

Vendredi
18 janv - 22 fév - 8 mars
19 avril - 24 mai - 7 juin
de 20h à 22h

L'Asso Modern'Jazz de
Saint Laurent de la Prée
organise à la Salle
Polyvalente une
ZUMBA PARTY

Vendredi 26: à 20h30 **loto** organisé par le **club de Foot** St Laurent / Fouras à la salle polyvalente de St Laurent

MAI

Samedi 4: **LA BELLE RANDO 2013**

Le matin, **entre 9 et 12 heures** : rando pédestre de 9 km environ, ouverte à tous, niveau facile.
Petit ravitaillement offert, buffet à l'arrivée.
L'après-midi : de 14 h à 15h30 : ateliers-découverte sur le matériel en rapport avec la randonnée (podomètre, GPS...)
Un bon de réduction sur le rayon rando (chaussures, vêtements) sera offert à tous les participants, c'est une **co-organisation Décathlon et Lau'Rando**.



Départ et arrivée devant le magasin Décathlon de Rochefort, ainsi que les ateliers.
Rando en boucle, rives de Charente et jusqu'au Vergeroux.
Contact : tél : 05 46 82 89 81 ou 06 60 63 65 29 ou 06 30 60 03 61
ou par courriel : president-laurando@sfr.fr
Manifestation gratuite. Inscription sur place le matin du départ.

Mercredi 8: **CEREMONIE COMMEMORATIVE DU 8 MAI 1945.**

11h30 : rassemblement devant la mairie.
12h00 : cérémonie devant le monument aux morts, remise des décorations, allocutions et dépôts de gerbes.
12h30 : salut aux drapeaux puis vin d'honneur offert par la municipalité.

Samedi 18: FOULEZ NORDIQUE AU PAYS DE FORT BOYARD

L'association "Foulées Nordiques de la Prée" vous accueille pour une journée ouverte aux marcheurs nordiques entre terre et mer en Charente-Maritime. Départs et arrivées au Fort Vauban à Fouras les Bains.

Le matin : parcours de 15 km et 18km à travers les marais, les sentiers de la Charente de Saint-Laurent-de-la-Prée et le sentier du littoral sur Fouras les Bains. Pause café à Saint-Laurent-de-la-Prée.

L'après-midi : parcours de 13 km et 16 km sur Fouras les Bains en longeant le littoral. Ravitaillement plage Nord.

Un parcours facile de 8 km est proposé, accessible aux accompagnants.

Pendant ce week-end de la pentecôte, l'office de tourisme "Rochefort Océan" propose aux marcheurs nordiques et leurs accompagnants de nombreuses activités et services (réservations, visites, conseils...)

Seul, en famille ou entre amis venez visiter notre belle région.

Toutes les informations et réservations sur le site dédié à cette manifestation: <http://fouleznordique.jimdo.com/>

Venez nombreux participer à ce premier rassemblement "marche nordique" en Charente-Maritime.



Dimanche 19: 15ème VIDE GRENIER / BROCANTE organisé par l'association Parenthèses



Route des Coudrées. Prix: 2,50 € le mètre linéaire, ouvert à tous, particuliers et professionnels, installation à partir de 6h30. Restauration, buvette, animation musicale, tombola. Clôture des inscriptions le 12 mai, paiement à la réservation avec pièce d'identité obligatoire.

Contact : association Parenthèses : 07 77 96 65 92 (heure repas) Courriel: associationparentheses@yahoo.fr

Vendredi 24: de 20h00 à 22h00 ZUMBA PARTY animée par Astrid et Elodie, « Instructor Zumba ». Organisée par l'association Modern' jazz. Tarif: 8€ , adhérentes Modern' jazz: 6 €. Contact: 06 82 60 98 53

JUIN

Vendredi 7: de 20h00 à 22h00 ZUMBA PARTY animée par Astrid et Elodie, « Instructor Zumba ». Organisée par l'association Modern' jazz. Tarif: 8€ , adhérentes Modern' jazz: 6 €. Contact: 06 82 60 98 53

Vendredi 14: FÊTE DE L'ECOLE après la classe. La fête est **organisée par l'école** pour le spectacle des enfants **puis l'association des parents d'élèves** prend le relais pour toutes les animations extérieures : jeux, tire à la corde, deux structures gonflables de Yaka jouer, pesée du jambon (lots à gagner), grillades, buvettes. Renseignements: Mme Claire Beslin 06 80 01 17 65.

JUILLET

Samedi 6: à partir de 21h00 l'association Modern' jazz. de saint Laurent de la Prée présente son **GALA DE DANSE** à la salle culturelle de Breuil Magné. Entrée : 5 € - gratuit – 12 ans

FOOTBALL CLUB FOURAS ST LAURENT



Résultats du 1er trimestre

4ème division poule F: 10 ème avec 23 points

5ème division poule C: 4 ème avec 32 points

U 16—U 17—U 18 2ème division poule C: 3 ème avec 25 points

U 13 poule F: 1ère avec 25 points

U 11 poule B: 3 ème avec 13 points

U 11 poule D: 6 ème avec 3 points

Vétéran poule A: 8 ème avec 6 points

Pascal Couturier

Vice Président de St Laurent

Nathalie et Florent vous accueillent à la boulangerie pâtisserie « Le Moulin de la Prée ».

Florent est boulanger depuis 18 ans, il a commencé son apprentissage à 16 ans à La Rochelle. Il a travaillé chez plusieurs patrons, dont le dernier à Clavette. Nathalie qui a suivi des études d'hôtesse et agent d'accueil a cofinancé le projet de Florent pour avoir leur propre boulangerie. Ils réalisent leur rêve de travailler ensemble tout en restant dans la région.

Florent utilise les mêmes produits que son prédécesseur, pour répondre à l'attente de la clientèle, qui appréciait les recettes de Grégory Thin.

On retrouve toujours l'ancienne « Baguette du Moulin » mais sous sa véritable appellation « Baguépi Fleurianne » de la minoterie Le Moulin soufflé. Egalement des nouveautés comme la baguette « Talmière graine » et la baguette « Sarrazine ».



Le pâtissier, Donovan, vient renforcer l'équipe et propose des nouvelles recettes comme l'entremet « Florentin » et il offre désormais la possibilité de commander des pièces montées pour les jours de fêtes.

Tous trois sont séduits par l'accueil chaleureux de la population Saint Laurentaise et par le charme de la nature environnante du village, Florent apprécie particulièrement le chant des grenouilles le soir.

Nous leur souhaitons la bienvenue et une belle réussite dans leur entreprise.

OCB

Concluons par ce proverbe Charentais: *O y at pas de tant pis sans tant meüx !*
Il n'y a pas de soucis sans carré de ciel bleu !