



SPORT

La Boule Ferrée l'emporte

» Ce samedi s'est déroulé la deuxième journée des Interclubs Hautes-Alpes à la grosse boule. Le club local, la Boule Ferrée Embrunaise recevait au boudrome couvert de la gare l'équipe 2 de l'Argentière-La-Bessée.

La journée se déroule en trois phases, le matin les premières parties en quadrette, doublette et tête à tête, puis après la pause de midi, les épreuves de précisions aux tirs et aux points. Puis un nouvel affrontement des quadrettes, doublettes et tête à tête. Les Embrunais n'ont laissé aucune chance à leurs adversaires remportant la totalité des parties et inscrivant donc 33 points.



CULTURE

Mathias Dupuis en conférence

» La ville d'Embrun, en partenariat avec le Pays d'Art et d'Histoire du Pays Serre-Ponçon Ubaye Durance, organise cette semaine la deuxième conférence dédiée au patrimoine religieux. Vendredi 27 octobre à 18h à la Maison des Chanonges. Mathias Dupuis, doctorant, responsable du service départemental d'Archéologie des Alpes-de-Haute-Provence vient faire état des apports récents de l'archéologie sur les techniques de construction et l'architecture religieuse dans la partie nord de la province ecclésiastique d'Embrun (XII^e-XIII^e siècles).

EMBRUN

AGENDA

AUJOURD'HUI

→ **Cours de retouche photos sur Photoshop**
L'Université du Temps Libre Embrunais/Serre-Ponçon propose 15 cours de retouche photos avec le logiciel Photoshop.

Tous les jours de 9 h à 10 h 30. Jusqu'au vendredi 9 mars. À la salle de la Manutention. ☎ 04 92 54 45 72.

→ La faune dans son écrin

Les gardes-moniteurs et les gardes-monitrices du Parc National des Ecrins, naturalistes, montagnards, habitués à côtoyer la faune sauvage, font parfois des rencontres particulières qu'ils réussissent à photographier.

Chaque auteur raconte le moment de la prise de vue. Tous les jours de 9 h 30 à 12 h et de 15 h à 19 h.

À la maison de pays - ancienne église Saint-Donat, place du théâtre, Gratuit. Communauté de communes de Serre-Ponçon : ☎ 04 92 43 55 50.

DEMAIN

→ Marché bi-hebdomadaire

En matinée. Tous les mercredis, samedis. Place Barthelon.

→ 3^e Foire aux Skis

La Ressourcerie de Pralong, gérée par la Régie Smictom Serre-Ponçon, organise mercredi, vendredi après-midi et samedi toute la journée, pour la 3^eme année, une Foire aux Skis. Renseignements :

06 88 34 51 66.
Mercredi 25 et vendredi 27 octobre de 14 h à 17 h.
Samedi 28 octobre de 9 h 30 à 12 h 30. De 14 h à 17 h.
À la Ressourcerie de Pralong. Smictom : ☎ 04 92 43 76 27.

JEUDI 26 OCTOBRE

→ Grand jeu de piste

Dès 4 ans. À réaliser en famille. RDV place Barthelon. Gratuit et sans inscription.

nfos : 04 92 43 72 72 de 15 h à 16 h 30.

VENDREDI 27 OCTOBRE

→ **Conférence "Cathédrales alpines"**
Mathias Dupuis, responsable du Service Départemental d'Archéologie des Alpes-de-Haute-Provence vient faire état des apports récents de l'archéologie sur les techniques de construction et l'architecture religieuse dans la partie nord de la province ecclésiastique d'Embrun (XII^e-XIII^e siècles). À 18 h à la Maison des Chanonges, Gratuit.

Service culturel de la ville d'Embrun : ☎ 04 92 44 30 87.

DIMANCHE 29 OCTOBRE

→ Loto de la Paroisse d'Embrun

La Paroisse d'Embrun organise son loto dans les salles de la cure, place Auguste Thouard. À 15 h. ☎ 04 92 43 00 54.

LES EXPOSITIONS

Centre d'art contemporain Les Capucins

→ Jusqu'au 4 novembre : "The fun never sets" d'Eva Taulois, du mercredi au dimanche de 15 à 19 heures (sauf jours fériés).

À la maison des Chanonges

→ Jusqu'au 4 novembre : "Les Chanonges, un chapitre dans l'histoire", exposition anniversaire des dix ans d'ouverture au public. Du mercredi au samedi de 15 à 18 heures.

À la maison de pays

→ Jusqu'au 4 novembre : "La faune dans son écrin", photographies des gardes-moniteurs du Parc national des Ecrins. Sur la mezzanine, du mardi au samedi de 9 h 30 à midi et de 15 à 19 heures.

Galerie de l'Épicerie du terroir

→ Présentation des peintures de l'artiste Zach. Place Barthelon, du mardi au samedi, de 8 h 30 à 12 h 30 et de 15 h 30 à 19 h 30.

UTILE

PERMANENCES, OUVERTURES ET FERMETURES HABITUELLES

→ **Bibliothèque municipale**
Les lundis, jeudis et vendredis de 15 h à 18 h ; les mercredis de 9 h à 12 h et de 15 h à 18 h et les samedis de 9 h à 12 h.

URGENCES, SERVICES

DE GARDE

→ **Pharmacie de garde**
Jusqu'au jeudi 26 octobre. Pharmacie Paraniar : ☎ 04 92 43 37 69.

→ Urgences

Composer le 15.

→ Sapeurs-pompiers

Composer le 18 ou le 112.

→ Gendarmerie

Composer le 17.

CIRCULATION

→ Info-routes

RN94 et RN 85, tél : 04 92 24 44 44.

VIE ASSOCIATIVE

L'association Gym nature forme, dont la doyenne a 90 ans, tenait son assemblée générale

La santé et le bien-être jusqu'à au moins 90 ans

L'association embrunaise Gym nature forme (GNF) a tenu son assemblée générale ordinaire, vendredi, à la salle de la Manutention. L'association GNF est affiliée à la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV). Elle compte à ce jour 212 adhérents. 169 femmes (80 %) et 43 hommes (20 %), majoritairement âgés de 50 à 60 ans. La doyenne a passé 90 ans. La majorité des adhérents (70 %) suivent une seule activité et 30 % pratiquent deux activités ou plus.

Des activités très suivies

Le bilan d'activité de la saison 2016-2017 présenté par la présidente Françoise Steinville, fait apparaître une baisse de fréquentation de l'activité de marche nordique qui était l'activité principale à l'origine de l'association. On note en revanche une diversification grandissante des activités.

La marche nordique compte encore 59 participants répartis en trois niveaux et la marche active 14 participants. Toujours dans les activités extérieures, 19 personnes participent aux randos, à pied toute l'année ou en raquettes en hiver.

Autre activité qui se déroule autant que possible en extérieur, la Gym nature compte 8 participants.

Les activités sportives en salle se déroulent toutes au dojo Lapeyrouse à Embrun.

L'activité Sport Santé "spécial dos" marche très bien avec 22 participants. Les pilates concernent 63 personnes (deux niveaux). Le work renforcement et work cardio : 26 personnes. La gym douce : 21 personnes. Le stretching et relax et le stretching renforcement postural : 23 personnes.

Un groupe body zen et pilates décentralisé à Châteauroux-les-Alpes fon-



À l'assemblée générale de l'association Gym nature forme, Guylaine et Sylvie tenaient à animer la réunion avec des séquences d'humour.

tionne bien également. Le Fit'Ball Pilate va changer de jour pour s'adapter à la demande, tandis que la marche personnalisée semble souffrir d'un déficit de communication. Le groupe gym super seniors rassemble 8 personnes âgées de 75 à 90 ans. Le 15 mai dernier la doyenne Jacqueline a fêté ses 90 ans avec le groupe.

Des danses de salon

Les danses de salon individuelles (en ligne) ou en couple, attirent 44 adhérents au pavillon de danse. Un succès dû à la qualité des intervenants et au fait que les danses ajoutent au travail physique une dimension relationnelle et sociale très complémentaire au bien-être. Tous les cours sont assurés par quatre éducatrices sportives diplômées d'État : Guylaine, Sylvie, Chantal et Claire. Les cours de danse de salon sont assurés par deux animateurs de

danse : Martine et Gilbert.

Des animations pour renforcer le lien social

Au-delà des cours pour les activités physiques régulières, les adhérents sont invités à participer à différentes animations communes qui renforcent le lien social : actions pour le Téléthon, participation à la Fête du plan d'eau, au forum des associations embrunaises.

GNF a organisé le 20 mai au plan d'eau d'Embrun, ainsi qu'une Soirée Trappeurs à Pierre-Arnoux. GNF a organisé fin septembre la 5^e édition de la Marche nordique embrunaise. Le samedi 30, des animations ont permis d'établir de nombreux contacts. Une conférence sur "la santé par le sport" a rassemblé 50 personnes. Le dimanche 1^{er} octobre les 90 participants à la marche nordique ont retrouvé les membres du club pour le repas de

midi en pleine forêt du Mont-Guillaume.

Gym nature forme a réalisé cette année une enquête de satisfaction très complète auprès de ses adhérents, atelier par atelier. Les résultats de l'enquête ont été présentés devant l'AG et analysés pour voir comment améliorer le fonctionnement et répondre au mieux aux besoins exprimés.

Les activités, de plus en plus, s'adressent à de petits groupes. Cette tendance vers le "sur-mesure" avec individualisation des prises en charge, atteint toutefois une limite : celle du coût abordable. D'autant que l'association met un point d'honneur à recevoir des personnes en situation financière difficile.

L'association labellisée "Sport santé" peut recevoir des personnes orientées sur prescription médicale (dans ce cas certaines Mutuelles remboursent une partie des frais).

Un bilan comptable détaillé

Le budget 2017-2018 prévoit une augmentation des charges de 8 000 € environ, due à l'augmentation des loyers et des charges de personnel. L'association compte sur le renouvellement des subventions (CNDS 3 000 €, communes 9 000 €, OICS 500 €) et espère augmenter ses recettes par l'augmentation du nombre d'adhérents (cotisations, licences).

Les rapports et les comptes de l'association ont été approuvés.

L'association a changé l'adresse. Le siège social de GNF est maintenant au Bâtiment Lapeyrouse, rue du Séminaire.

Informations sur le site <http://gymnatureforme.fr>, courriel : contact@gymnatureforme.fr, Téléphone : 06 89 61 85 78.

Projets et nouveautés pour la saison 2017/2018



Les projets ont été dévoilés lors de l'AG.

De nombreux projets avec ouverture de trois séances d'aquagym au nouveau centre aquatique intercommunal (petit bassin) : aquagym détente (exercices faciles adaptés à chacun), aquagym tonique et stretching.

- Ouverture d'un cours "multi-activités" spécial "Sport santé" sur toute l'année. Alors que les autres activités cessent pendant les congés scolaires, la multi-activités Sport santé fonctionnera sur 48 semaines, ce qui veut dire qu'il n'y aura que deux périodes d'arrêt de deux semaines dans toute l'année.

"Sports santé" permettra cet hiver de remplacer chaque samedi matin la marche nordique par une séance de ski nordique.

- Un partenariat avec l'hôtel-restaurant Les Bartavelles permet un accès privilégié des adhérents de GNF au SPA.

- Un partenariat avec des associations caritatives embrunaises pour recevoir des personnes pauvres.

- La Marche nordique embrunaise sera reconduite en 2018 pour la 6^e édition, sauf qu'elle ne se fera plus à l'automne (pour cause de calendrier trop chargé) mais au printemps : les 5 et 6 mai 2018.

le dauphiné

POUR NOUS SUIVRE :

Vous pouvez maintenant nous suivre quotidiennement sur :

Facebook
Le Dauphiné Libéré
Hautes-Alpes



Twitter
@LeDL05et04

POUR NOUS JOINDRE :

Immeuble « Le Guil » - 79, rue Clovis Hugues - 05200 EMBRUN
Pour contacter la rédaction : 06 46 43 71 66
ou écrire à : guillaume.faure@ledauphine.com et LDLredBriancon@ledauphine.com
Pour contacter la publicité : 04 92 51 21 46
ou écrire à LDLcentregap@ledauphine.com