

ÉDITION Le Creusot

Samedi 24 juillet 2010



LE CREUSOT

PAGE 5

Les activités de CVJ en images

Plusieurs ateliers (chant, sport, aikido, tennis) ont été proposés cette semaine.

LE BREUIL

PAGE 6

Les footballeurs sur le chemin de la reprise

La trêve estivale touche à sa fin, les entraînements reprennent le lundi 2 août.

TORCY

PAGE 6

Le plan anti-rats mis en place

Les choses bougent pour régler le problème de ces nuisibles envahissants.

BILLET D'HUMEUR

C'est bon pour le moral

PAR JEANNETTE MONARCHI

D'aucuns pourraient être dubitatifs quant aux vertus bénéfiques de ces méthodes douces de bien-être. L'acupuncture, le qi kong... des noms barbares derrière lesquels se cache une source de détente, de relaxation, d'introspection. Loin d'être nocives pour la santé, elles aident l'usager à être mieux dans son corps et dans sa tête. Au même titre qu'il faut manger sainement, faire de l'exercice physique, la médecine chinoise regorge de ressources thérapeutiques destinées à rétablir l'harmonie au sein des flux d'énergie. Ces pratiques ancestrales à pratiquer en parallèle à la médecine visent à l'épanouissement individuel et au bien être. On sait que le moral compte énormément pour combattre une maladie ou tout simplement pour affronter le quotidien. Chacun d'entre nous a ses trucs et astuces pour garder ou retrouver la pêche dans un univers de stress. Alors si ces méthodes sont bonnes pour le moral, il ne faut pas les fustiger sans essayer.

SANTÉ. Maria Annell et Laurent Jannot ont testé de nouvelles pratiques de bien-être qu'ils vous proposent de découvrir à votre tour. **PAGE 2**

Objectif bien-être !



Comme l'acupuncture, le qi gong est considéré comme faisant partie de la médecine alternative. Photo Aurélien Gaudriot.

COUCHES

PAGE 7

Intercommunalité : aide apportée pour la salle culturelle

La communauté de communes autour du Couchois a tenu sa dernière réunion avant la pause estivale. La reprise s'annonce riche. En plus d'une inauguration attendue pour novembre du site Ehpad et de la salle culturelle (et ludothèque), les conseillers auront à honorer également l'inauguration, fin août, des terrains multisports.

SOLDES

jusqu'à **-50%**
Selon dates en vigueur

Parquets
Sols stratifiés
Lambris
Accessoires
Service pose TVA 5,5%

création **PARQUETS**
le spécialiste du parquet

8 bd du 8 mai - TORCY - Tél. 03 85 78 51 09