Saint-Grégoire
# MAGAZINE
MARS AVRIL 2020

## 15 MARS
## ÉLECTIONS MUNICIPALES

**Décodage**
I LES ÉLECTIONS MUNICIPALES
I DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Ville_de_saint_gregoire
@Ville.desaintgregoire
@VilleGregoire

# Sommaire


4 **Images**

6 **Saint-Grégoire, c'est eux !**
*Sarah Jardin*
*Caroline et Clément*
*Sylvain Lefebvre*
*Mélanie Beucher*

8 **Carte blanche**
*Florilège Molière*

9 **Décodage**
*Les élections municipales*
*Vos documents administratifs*

14 **Vie associative**
*C2I*
*Soul à douche*
*Courir à Saint-Grégoire*
*Vide grenier de l'UGSEL*
*Greg' Swing*
*Les boucles du Hameau*

16 **Echos d'éco**
*Millésime & Co*
*La Rencontre*
*BeMalt*
*Marie-Hélène Lejeune*

18 **Actus**
*Toilettage des arbres*

19 **Territoire**

20 **En bref**

22 **Zoom sur**
*Moins solo, plus écolo*

DU 25 JANVIER AU 16 FÉVRIER

## *Le froid d'Arctique s'est invité au Centre d'Animation de la Forge*

***Une vingtaine d'artistes nous a proposé une très belle exposition autour de son aventure sur la banquise à bord du Manguier. Des univers artistiques différents et uniques qui nous ont fait voyager !***


**Saint-Grégoire, Magazine** - Edité par la ville de Saint-Grégoire - Directeur de la publication : Pierre Breteau - Rédaction et mise en page : service communication - Photographies : service communication, associations - Conception graphique : Agence Peuplades - Impression : IOV Communication (ARRADON) Tirage : 5000 exemplaires. Distribution : Société JBA Communication. Dépôt légal à parution.

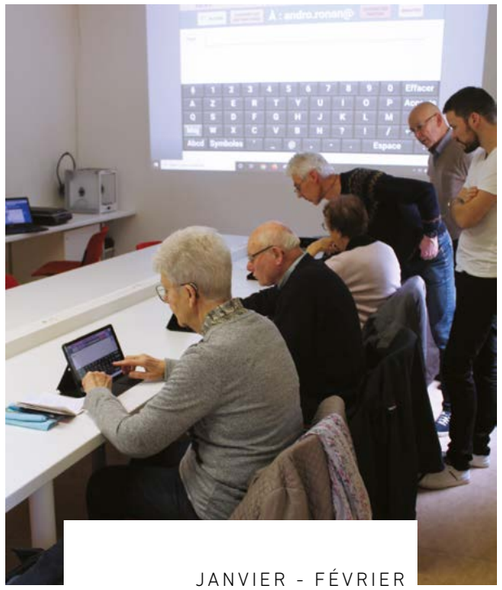
JEUDI 16 JANVIER
***Près de 600 personnes pour la cérémonie des voeux***

DIMANCHE 19 JANVIER
***L'année a débuté avec un évènement sportif incontournable, Les Métropolitaines ! 4000 coureurs, enfants, femmes et hommes ont arpenté les rues grégoriennes.***

©Yves Mainguy

JANVIER- FÉVRIER
***À la Médiathèque, les élèves des écoles Paul-Emile Victor et Notre Dame ont participé aux animations scolaires et découvrent les collections de l'espace jeunesse.***

4 FÉVRIER
***À Coloriage, les tout-petits ont partagé avec les seniors un bel après-midi musical autour de jeunes étudiants venus leur jouer des chansons d'enfance.***



JANVIER - FÉVRIER
***Les seniors ont participé à des ateliers numériques avec le Clic Noroit en partenariat avec le Club Informatique et Internet.***

SAMEDI 8 FÉVRIER
***Les jeunes s'engagent dans le Conseil Consultatif de la Jeunesse et se rencontrent régulièrement pour échanger et mener ensemble des projets.***

Engagement

# Sarah Jardin, le rayon de soleil de la Résidence Bellevue !

**L'Ehpad la Résidence Bellevue accueille depuis plusieurs années des jeunes en service civique, venant confirmer une orientation de carrière. Une mission qui souffle un vent de jeunesse aux résidents, et qui enrichit ceux qui la mènent. Comme en témoigne Sarah Jardin.**

Destiné aux jeunes âgés de 16 à 25 ans, souhaitant s'engager au service de la collectivité, le service civique offre l'opportunité d'acquérir de l'expérience dans un secteur qui intéresse. Les Ephad sont invités à les accueillir et ainsi changer la perception portée sur ces structures qui peinent à attirer des compétences. En témoigne l'expérience de Sarah, 19 ans, qui est arrivée à Saint-Grégoire en septembre dernier, un BAC ST2S et une année de psychologie en poche. Sarah a l'opportunité de s'engager, de donner de son temps à l'établissement et aux résidents. Accompagnée par Corinne, l'animatrice de l'établissement, elle renforce le lien social, participe au dynamisme de la Résidence en proposant des temps d'accompagnement individuel : discussions, sorties, petits chevaux… «*Je ne pensais pas m'attacher aussi rapidement aux résidents. J'apprends énormément d'eux, le dialogue se fait très naturellement. Je n'avais jamais travaillé avec des personnes âgées, maintenant, c'est ce que j'ai envie de faire ! Des liens complices se nouent*.» nous confie Sarah.

En parallèle de l'animation, Sarah élabore des projets de vie personnalisés pour recueillir les données de vie des résidents, appréhender leurs attentes et les mettre en corrélation avec les moyens de la structure, organiser leur quotidien à la Résidence Bellevue. «*Le service civique est un tremplin vers la vie active et un excellent moyen de se confronter à la réalité du terrain*.», conclut Sarah.

Innovation

# Caroline et Clément

## une idée qui a du muscle !

**C'est autour d'une table de restaurant que l'histoire commence. Caroline et Clément évoquent leur envie d'entreprendre et d'innover. La soeur de Caroline, Servane, kinésithérapeute leur lance avec humour « *trouvez-moi une solution pour détecter la contraction du muscle transverse abdominal !*»**

Ils repartent avec cette petite phrase en tête et l'idée commence à mûrir. D'abord, qu'est-ce que le muscle transverse abdominal ? Un muscle profond dont la contraction ne se détecte pas alors qu'il a toute son importance lors, notamment, de séance de rééducation. Le couple passe plusieurs mois à se documenter et conceptualiser un appareil permettant de détecter cette contraction. Après deux ans de recherche et une maquette réalisée dans leur salon, ils quittent leurs emplois respectifs et se lancent, avec l'appui de leur réseau, dans la création d'un produit totalement innovant. Après plusieurs tests concluants et l'avis précieux de Servane, la machine est lancée. Ils travaillent avec des laboratoires rennais puis malouins. Ils créent l'algorithme permettant d'analyser les signaux reçus par les électrodes du Blueback Physio et ainsi remonter l'information utile. Depuis mai 2019, leur appareil est commercialisé et a déjà fait ses preuves. Et comme l'innovation ne s'arrête jamais, ils ont déjà des pistes d'évolution, notamment pour travailler la performance sportive !

Environnement

# Sylvain Lefebvre,

## parlons biodiversité

**Avez-vous déjà exploré la faune et la flore de votre jardin ou sillonné votre pelouse à la découverte d'un petit monde qu'il est important de préserver et que l'on peut même développer ? La Médiathèque vous propose une rencontre avec Sylvain Lefebvre auteur du film «Jardin Sauvage» autour de la biodiversité.**

Passionné par la faune sauvage et sensible à la préservation de notre environnement, Sylvain est aussi passionné par l'image. Lorsqu'il s'installe en Bretagne avec sa famille, il observe, alors, avec attention la vie de son jardin et décide de la filmer sous toutes les coutures. Sur son temps libre, la famille aménage le jardin pour y développer cette biodiversité et accueillir de nombreuses espèces. La mare est très vite colonisée par de nombreux animaux et les nichoirs accueillent les familles de mésanges ! Avec peu de choses, Sylvain transforme son jardin en un véritable refuge pour la biodiversité et reproductible par tous.

Filmé à huit clos pendant 4 années, sans artifice, «Jardin Sauvage» vous dévoile la vie (extra)ordinaire d'un jardin où la faune et la flore vivent en harmonie. Découvrez, dans un voyage naturaliste et de proximité, la métamorphose d'une libellule, le premier envol d'une mésange ou encore la vie d'un écureuil, des abeilles…

**Rendez-vous vendredi 20 mars à 19h à la Médiathèque Paul Ruaudel. Après la diffusion du film, Sylvain échangera avec le public sur son expérience et répondra aux questions.**

Sport

# Mélanie Beucher

**Encore très peu connu il y a quelques années, le triathlon est une discipline qui devient de plus en plus populaire, tant pour se lancer un nouveau défi que pour varier les entraînements. C'est d'ailleurs, comme ça que Mélanie Beucher s'est lancée dans la compétition, il y a 4 ans maintenant !**

«*J'ai découvert le club de Triathlon de Saint-Grégoire grâce à mon conjoint. J'y ai découvert plus qu'un sport, une vraie famille, avec une ambiance très dynamisante. Je me suis donc lancée sans prétention, j'étais plutôt une adepte du sport canapé !*» nous raconte Mélanie. A raison d'une moyenne de 6 heures d'entraînement par semaine, elle réussit à se faire une place dans l'équipe et participe aux différentes compétitions que le club propose. Rappelons que le club de Triathlon de Saint-Grégoire, il y a 4 ans, se composait d'une dizaine de filles pour une centaine d'adhérents, aujourd'hui, il en compte 38 pour 250 personnes au total. «*Il y 2 ou 3 ans, le club a souhaité prioriser ses inscriptions vers les femmes quel que soit leur niveau, ce qui explique cette évolution. On observe un effort pour intégrer les femmes dans cette discipline; par exemple lors des compétitions, nous débutons par la natation et le coup d'envoi pour les femmes est donné 5 min avant celui des hommes. Ca peut paraître anodin, mais cela nous permet d'éviter les mouvements de foules et les gros bras qui peuvent vite devenir dangereux … Par ailleurs, la Fédération Française de Triathlon de Bretagne nous encourage en organisant des stages 100 % féminin 2 à 3 fois par an. Ce qui nous donne la possibilité de rencontrer les filles des autres clubs bretons et de se retrouver sur les compétitions* ».

A Saint-Grégoire, le groupe de filles est vraiment soudé, des liens amicaux se sont construits et consolidés au fil du temps. Nous avons créé une page Facebook pour nous motiver les unes et les autres notamment pour les entraînements, pas facile de sortir de son canapé lorsqu'il fait déjà nuit!

# Florilège Molière

***La Saison Culturelle grégorienne vous invite à découvrir le théâtre baroque. Dans une douce mise en scène, dont seule la fabrique à théâtre a le secret, laissez-vous emporter par les textes de Molière.***

La fabrique à théâtre propose ici aux amoureux de Molière, et à ceux qui vont le rencontrer, un réjouissant parcours parmi les scènes fameuses des comédies de Jean-Baptiste. Si l'esthétique de la scénographie repose sur l'éclat chaleureux des bougies, sur les costumes et le maquillage, le «décor» lui-même n'est constitué que de quelques évocations, sous forme d'éléments de mobilier et d'accessoires qui viennent animer l'espace scénique délimité par les pendrillons.

Cette simplicité de moyens fait entièrement place au jeu, aux personnages et à l'esprit de la comédie, pendant que diction et gestuelle baroques dévoilent toutes les facettes des dialogues savoureux pour une totale redécouverte, accompagnée des musiques de Lully, Beauchamp et Charpentier, fidèles compagnons de Molière.

## Une séance scolaire

Molière est un auteur incontournable des bancs de l'école. Au collège Immaculée, les classes de 6e étudient cette année deux œuvres : «amour médecin» et «médecin volant». Par ailleurs, deux classes de 5e ont joué des extraits des «Fourberies de Scapin». En écho au travail réalisé en classe, les collégiens se rendront à l'EMC2 pour une séance de Florilège Molière dédiée. Ils vont vivre une expérience de spectateurs et découvrir le théâtre dans sa tradition baroque. « *C'est une belle opportunité pour les élèves, certains ne sont jamais allés au théâtre. Cela nous permet de mener une réflexion, avec eux, en cours, sur ce qu'ils auront vu, rejouer des scènes et passer de l'explication de textes à la scène* » nous expliquent les professeurs de français qui accompagneront les jeunes. Un bord de scène sera proposé par la compagnie après la représentation. Ce moment privilégié permettra aux élèves d'échanger directement avec les comédiens.

**Théâtre**

***Jeudi 2 avril***

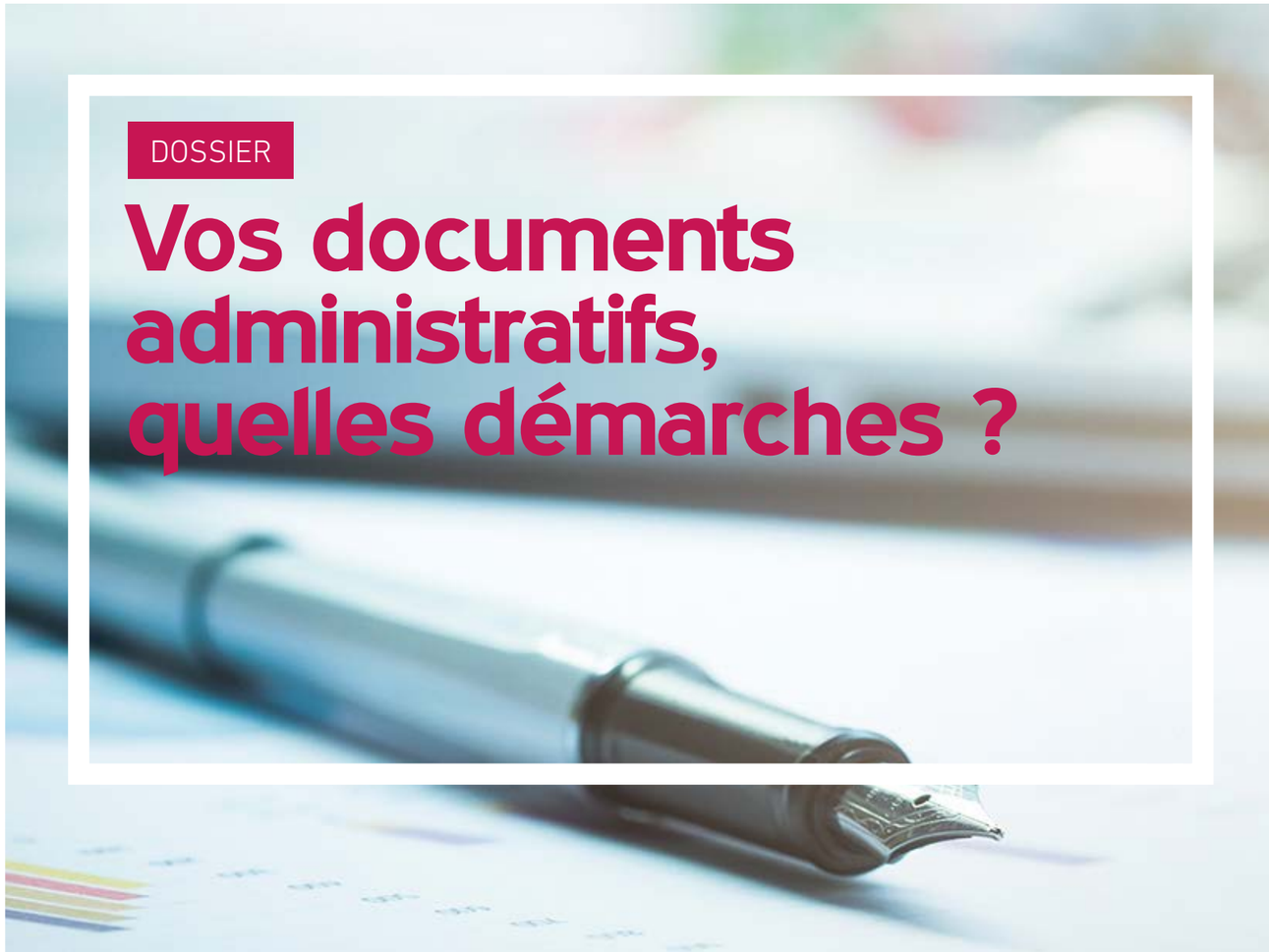
***à 20h à l'EMC2***
1 avenue Alphasis - Saint-Grégoire

***Tarifs :***
CAT. A : 25€ / 20€
CAT. B : 20€ / 15€
- de 12 ANS 10 €

***Réservations***
Billeterie en ligne sur
www.saint-gregoire.fr
02 99 23 19 23

DOSSIER

# Les élections municipales



DOSSIER

# Vos documents administratifs, quelles démarches ?

# Le 15 mars 2020
# Les élections municipales
# Mode d'emploi

**7675**

*électeurs inscrits sur les listes de Saint-Grégoire*
*+*
*15 électeurs européens*

**66%**

*de taux de participation aux dernières élections municipales à Saint-Grégoire*

***L'élection des conseillers municipaux se déroule au scrutin majoritaire plurinominal à deux tours, avec panachage : au premier tour, des candidats sont élus s'ils ont obtenu la majorité absolue des suffrages exprimés et le vote d'au moins le quart des électeurs inscrits ; au second tour, la majorité relative suffit. Dans les communes de 1 000 habitants et plus, les listes doivent être constituées d'autant de femmes que d'hommes, avec alternance entre un homme et une femme.***

## *Les bureaux de vote*

Les électeurs inscrits sur les bureaux 1, 2, 3, 4 et 7 voteront au Centre d'Animation de la Forge, ceux inscrits aux 5, 6, 8 et 9 seront invités à se rendre aux Jardins de l'Ille, rue Abbé Filaux. Vous trouverez le numéro de votre bureau sur les pages intérieures de votre carte d'électeur.

**Attention pour pouvoir voter * :**

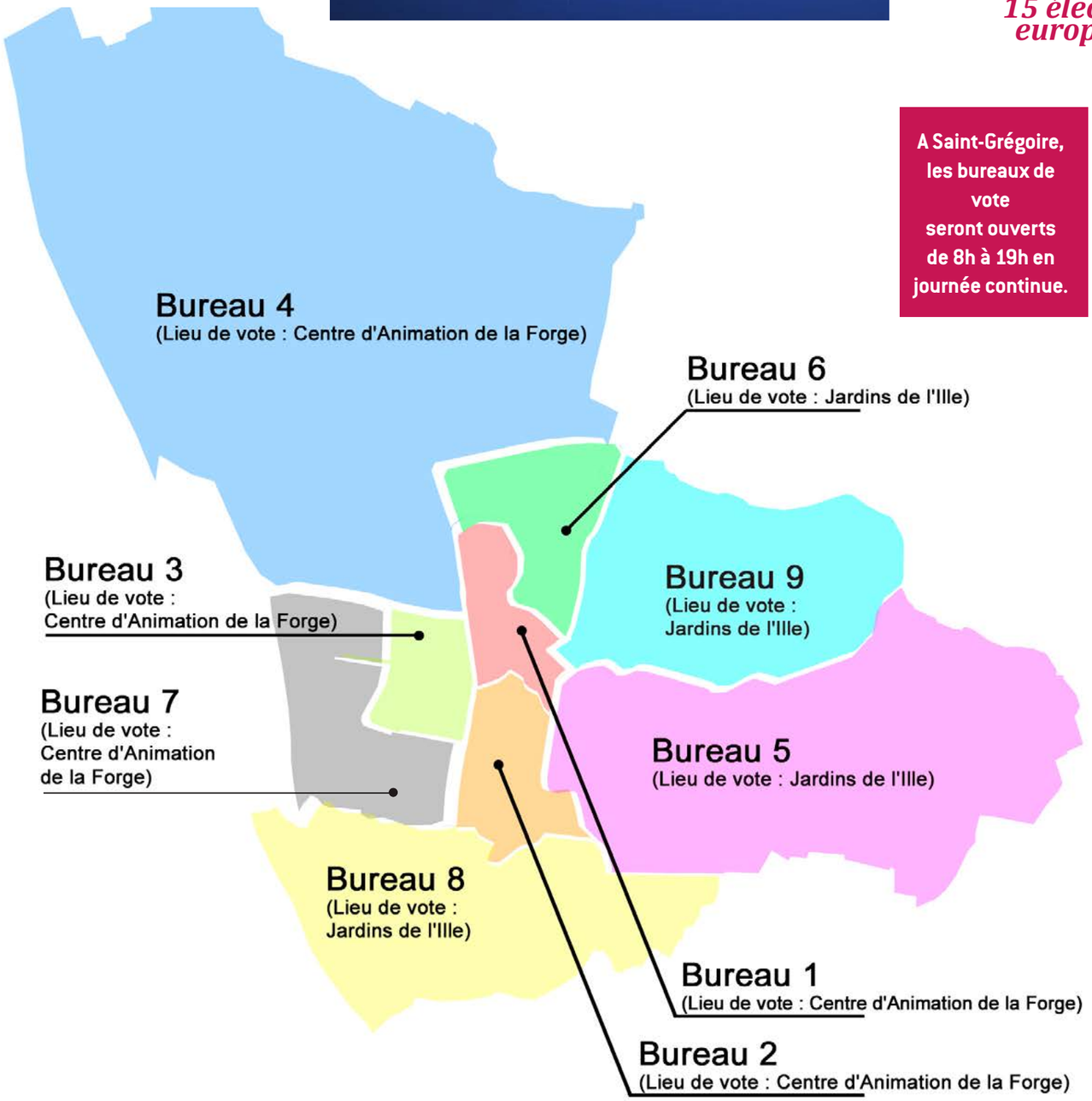
- Votre pièce d'identité (Carte Nationale d'Identité ou Passeport) devra être valide ou expirée depuis moins de 5 ans.
- Le permis de conduire avec photo.
- Si vous n'avez pas votre carte d'électeur, chaque centre de vote dispose d'un espace d'accueil pour obtenir une attestation et ainsi aller voter.

Vous devez cependant être inscrit sur les listes électorales de Saint-Grégoire.

## *Cartes d'électeur*

Les cartes du dernier scrutin (élections européennes en Mai 2019) sont toujours valables. De nouvelles cartes seront transmises aux personnes ayant signalé un changement d'adresse ou de civilité au service Etat Civil de la Mairie, aux personnes arrivées sur la commune depuis les élections de Mai 2019, ainsi qu'aux jeunes majeurs.

**Retrouvez toutes les pièces d'identité valables pour voter sur www.saint-gregoire.fr*




**A Saint-Grégoire, les bureaux de vote seront ouverts de 8h à 19h en journée continue.**

## *Documents de propagande*

Ces documents seront distribués en boîtes aux lettres par la Poste à compter du 9 Mars.

**Attention, il n'y aura peut-être qu'un seul tour.**

## *Voter par procuration*

Vous pouvez faire établir une procuration pour permettre à une personne inscrite sur la liste électorale de votre commune de voter à votre place. Vous devez le faire au moins une semaine avant les élections avec une pièce d'identité, le prénom, le nom (nom de jeune fille, si nécessaire) de la personne recevant la procuration, sa date de naissance ainsi que son adresse complète. La procuration doit être établie au Tribunal d'Instance de Rennes, au commissariat de police, à la gendarmerie la plus proche, au Consulat ou à l'Ambassade de France si vous résidez à l'étranger. Pour gagner du temps, il vous est possible de télécharger l'imprimé de demande de procuration (CERFA 14952*01). Ce formulaire est accessible sur http://service-public.fr. Celui-ci sera à présenter aux organismes mentionnés ci-dessus.

## Quelques dates clés

**2 *Mars*** — Ouverture de la campagne électorale officielle.

**14 *Mars*** — Début de l'interdiction de diffusion de nouveaux tracts et de tout message ayant le caractère de propagande électorale.

**Fin Mars** — 1er Conseil Municipal. Elections du Maire par ses conseillers et définition des délégations

# Vos documents administratifs, quelles démarches ?

***Pas facile de s'y retrouver entre les demandes de cartes d'identité, les attestations, les certificats. Quels documents sont à transmettre, à qui je m'adresse, quand et comment ?***
***L'accueil unique de la ville de Saint-Grégoire vous permet de vous aiguiller et d'effectuer certaines démarches. Il est votre premier interlocuteur en mairie.***

## *Sur rendez-vous*
du lundi au jeudi et le samedi

### *Carte d'identité*
L'instruction des cartes nationales d'identités (CNI) est sécurisée et dématérialisée.

En 1er lieu, vous devez vous rendre sur le site de l'ANTS, *www.ants.gouv.fr,* pour remplir une pré-demande en ligne afin de gagner du temps.

Vous devrez ensuite imprimer votre pré-demande et prendre rendez-vous à la mairie, du lundi au jeudi ainsi que le samedi, pour l'instruction de votre dossier. Les personnes qui ne sont pas équipées d'un matériel informatique pourront se rendre en mairie.

Ce dispositif concerne aussi bien les premières demandes de CNI que les renouvellements, même en cas de perte ou de vol.
Tous les mineurs, quel que soit leur âge, doivent être présents au rendez-vous pour l'instruction du dossier, accompagnés d'un parent ou représentant légal. À partir de 12 ans, une prise d'empreinte digitale est obligatoire et l'enfant doit également être présent lors de la réception de sa carte nationale d'identité.

Les délais d'obtention des titres varient en fonction des périodes.

### *Passeport*
Les démarches ainsi que les pièces justificatives pour l'instruction des passeports sont identiques à celles des cartes nationales d'identité. En revanche, il vous faut fournir un timbre fiscal de 86 € pour un majeur, 42 euros pour les 15/18 ans et 17 euros pour les moins de 15 ans. La durée de validité du passeport pour les personnes majeures est de 10 ans et de 5 ans pour les personnes mineures.

**8360**

***CNI / passeports instruits en 2019 par Saint-Grégoire***

***Délais d'obtention des titres** (en moyenne)*
***= 3 à 4 semaines***
*(de sept à janv)*
***=+ de 5 semaines***
*(de fev à juin)*

## *Sans rendez-vous*
du lundi au samedi

### *Attestation d'accueil*
Tout Grégorien qui veut accueillir en France un membre de sa famille ou un ami d'origine étrangère pour maximum 3 mois, dans le cadre d'une visite privée et familiale, doit établir un justificatif d'hébergement.
Le demandeur, ou hébergeant, doit se présenter en personne et fournir les pièces justificatives à la mairie de son domicile.

### *Attestation de vie*
Avant de verser votre pension, vos caisses de retraite doivent s'assurer que vous êtes toujours en vie. Vous devez dès lors justifier de votre existence par le biais d'une attestation de vie (voir condition en mairie).

### *Attestation de domicile*
L'attestation de domicile peut être réclamée par certaines administrations étrangères pour justifier d'une domiciliation sur la commune. Tout départ de France pour une installation à l'étranger nécessite l'établissement d'un «certificat de changement de domicile» signé par le Maire qui doit être établi avant le départ pour l'étranger. Pour les personnes étrangères, ces formalités sont à faire auprès de la Police des Frontières.

### *Recensement militaire*
Tous les jeunes Français, garçons et filles, doivent se faire recenser à la mairie de leur domicile. Cette obligation légale est à effectuer dans les 3 mois qui suivent le 16ème anniversaire. Cette attestation leur sera réclamée s'ils passent un examen ou concours (CAP, BEP, BAC, permis de conduire, ...) et pour effectuer la JAPD (Journée d'Appel de Préparation à la Défense).

### *Médaille du travail*
La médaille du travail est attribuée aux salariés du privé uniquement, ayant 20, 30, 35 ou 40 années d'ancienneté. C'est au salarié d'en faire la demande et de constituer le dossier :
- avant le 15 avril pour la promotion du 14 juillet
- avant le 1er octobre pour la promotion du 1er janvier

### *Légalisation d'une signature*
La légalisation d'une signature vous permet de faire authentifier votre propre signature sur des actes sous seing privé. Cette démarche est à faire dans votre mairie de domicile et est soumise à certaines conditions.

***La liste des pièces justificatives est disponible sur le site www.saint-gregoire.fr***

**7**

***c'est le nombre d'agents de l'accueil unique***

**30**

***c'est le nombre de personnes maximum pouvant être reçues le vendredi sans RDV pour les CNI/ passeports***

## *En ligne*
www.saint-gregoire.fr

Le site internet de la ville permet aux administrés d'effectuer leurs démarches directement de chez eux ou à partir de leur smartphone : démarches administratives, prises de rendez-vous, ...

Vous n'avez pas besoin de vous déplacer en Mairie pour obtenir un certificat d'inscription scolaire à Paul-Emile Victor, pour le recensement militaire ni pour prendre rendez-vous afin de faire ou (re)faire vos cartes nationales d'identité ou passeports.

Les agents de l'accueil unique sont à votre disposition aux horaires d'ouverture de la Mairie pour répondre à toutes vos questions.

***Un clic suffit : www.saint-gregoire.fr***

LOISIRS

# C2i, de l'initiation aux nouvelles pratiques

Robert Vigouroux, Gérard Meyer et Roger Cousin, les présidents qui se sont succédés pendant ces 10 ans

***Les membres fondateurs du Club Informatique et Internet ont démarré, il y a dix ans, avec un atelier tourné vers l'initiation informatique et bureautique. Depuis les demandes des adhérents se sont diversifiées et les personnes se sont équipées. Les jeunes retraités, déjà familiarisés à l'informatique dans le milieu professionnel, cherchent à pratiquer l'informatique «plaisir» !***

C2i anime 24 sessions chaque semaine. Les 32 bénévoles proposent des ateliers sur l'utilisation des tablettes, des smartphones, sur la retouche photo, les réseaux sociaux ou encore les démarches en ligne. « *Les seniors sont très en demande d'aide concernant les démarches administratives qu'ils sont obligés de réaliser par internet. Nous avons aussi des adhérents à l'aise avec l'informatique à qui nous proposons des ateliers plus pointus, comme l'impression 3D* » précisent les membres du bureau. Le club organise des conférences thématiques tout public ainsi que des événements pour réunir l'ensemble des adhérents et maintenir la bonne ambiance.

### *Des stands d'information et d'échange pour fêter les 10 ans*

Le vendredi 27 mars prochain, le club organise au Centre d'Animation de la Forge, un «forum» ainsi qu'une conférence sur la sécurité numérique animée par Christophe Bidan, directeur de Supelec Rennes. Tous les Grégoriens sont les bienvenus pour échanger sur les différentes thématiques : composition de livre photo, retouche photo, les tablettes pour les seniors, domotique pour l'habitat, ou encore imprimante 3D, les sujets seront vastes.

**Vendredi 27 mars de 16h à 18h : stand de présentation**
**18h15 : conférence- Centre d'Animation de la Forge.**
Info + : www.c-2i.org

CULTURE

# De la douche à la scène

***Soul'à douche adopte un répertoire autour du swing et du jazz, mêlant fantaisie, légèreté et bonne humeur, le tout pour donner et faire partager ses émotions au public. Vous aimez ? Ça tombe bien, l'ensemble vocal remonte sur scène en avril et vous propose une soirée musicale qui risque de vous surprendre !***

Soul'à Douche se compose de 23 choristes répartis en 4 pupitres. Pour leur concert, ils seront accompagnés de 7 musiciens du groupe rennais Tutti Combo coaché par Florent Gross. Le tout sous la houlette de leur chef de chœur, Agata Krawnik, chanteuse de jazz professionnelle. La soirée promet d'être rythmée !
«*L'idée c'est vraiment de créer la surprise, de sortir des sentiers battus. Le répertoire que l'on a choisi a une tonalité différente de ce que l'on a l'habitude d'entendre ! C'est aussi ça Soul' à Douche, on aime être en décalé, aller là où l'on ne nous attend pas !*» s'amuse Danièle Ganachas, présidente de l'association.
L'association s'est d'ailleurs produite lors de la fête de la musique à Rennes, non pas dans le centre, mais dans le hall de la gare. Plutôt insolite ! Et pourtant le pari a payé !

Avec plus de chansons, plus de musiciens, plus de charme, plus de swing, plus de rires et de bonne humeur et pour le même prix, vous avez le choix entre deux dates : le samedi 4 et/ou le dimanche 5 avril !

Réservez vite vos places !

**Samedi 4 avril à 20h30 et dimanche 5 avril à 15h au Centre d'Animation de la Forge - Tarifs unique 8€ (buvette sur place)**
Réservations par SMS au 06 24 44 19 09 ou par mail :
resa.souladouche@gmail.com
Info + : facebook /Chorale-Soulà-douche

SPORT

# Courir à Saint-Grégoire : sport et partage

***La course à pied est un sport devenu tendance depuis plusieurs années. S'il est facile de la pratiquer en solo à Courir à Saint-Grégoire, on aime la convivialité d'un groupe pour se dépasser et partager.***

La performance sportive n'est pas un objectif du club mais les membres sont souvent surpris de dépasser leurs limites et d'atteindre des distances qu'ils pensaient inaccessibles. Avec une bonne préparation assurée par les trois coachs du club les mardis et jeudis soir, les sorties du mardi, jeudi et dimanche matin et une bonne motivation, tout est possible !

Ambiance bienveillante, écoute et bonne humeur règnent au sein du club. Les membres participent activement aux courses locales et sont les forces ouvrières des Métropolitaines qui ont lieu chaque année à Saint-Grégoire.

Le club propose également aux membres de participer à des courses majeures en France et à l'étranger, comme le marathon de New-York, de Paris ou de Barcelone. Cette année, ils partiront avec les couleurs du club dans le Médoc et porteront les nouveaux maillots de la #teamCSG !

Un dynamisme sportif et amical ouvert à tous les coureurs, peu importe les distances parcourues ou les temps réalisés. Le club s'ouvre aussi à tous les terrains de la course, sur route, au trail, en passant par les courses solidaires !

Le club a mis en place en 2015 une pause déjeuner sportive pour les salariés des entreprises grégoriennes. Ils se retrouvent les lundis et jeudis midi et ont accès aux vestiaires du Cosec. Vous êtes une entreprise grégorienne ? Renseignez-vous auprès du club pour vos salariés.

Vous n'avez plus qu'à chausser vos baskets !

**courirasaintgregoire@gmail.com - 07 67 01 33 96**
**facebook : courirasaintgregoire / instagram : courirasaintgregoire**

EDUCATION

### Vide grenier

Forte du succès grandissant des précédentes éditions, l'UGSEL de l'école Notre Dame vous convie à son traditionnel vide grenier, dimanche 15 mars dans la cour de l'école ! Les retours positifs des vendeurs tant sur l'affluence que sur leurs ventes font écho au plaisir des acheteurs de chiner une grande variété d'objets à prix doux ! L'association vous propose tout au long de la journée un stand de galettes-saucisses et une petite restauration.
Les bénéfices de l'organisation seront dédiés au financement des sorties scolaires et des classes découvertes !
Pratique : Emplacement de 2m. Tarif : 6€. Infos et réservations à ugselstg@gmail.com ou au 06 27 27 78 53

A NE PAS MANQUER

### Greg Swing

©Daria Esikova

***Ça va swinger au Centre d'Animation de la Forge !***
Greg'Swing organise une soirée dansante le samedi 28 mars au Centre d'Animation de la Forge.
La soirée débutera à 20h30 par une initiation d'1/2h au Lindy Hop. Le groupe VENI VEDI SWINGI vous fera ensuite danser toute la soirée. LES SWINSATIONALS enflammeront la piste avec des démonstrations de danse.
Venez nombreux les rejoindre pour une soirée swing. Entrée : 10€

### La boucle des Hameaux

L'édition de la course cycliste «La Boucle des hameaux» se déroulera dimanche 26 avril. Organisée par Jean-Louis Bondoux, du Vélo-club rennais, organisateur de l'épreuve, en partenariat avec l'Union commerciale grégorienne (UCG), cette épreuve invite trois courses réservées aux écoles de cyclisme, ainsi qu'une course pass'open pour les adultes.

Les coureurs évolueront sur la boucle de 3 km, qui démarre à la Grande-Épine, passe au Champ-Renard, au Ceriseret, à la Noé-Huet, avec une arrivée sur la route de Betton.

**Dimanche 17 avril, courses jeunes à partir de 14 h, pass'open à 15 h 30.**
**Petite restauration et buvette sur place.**

RENCONTRE AVEC

# Millésime & co

***Niché dans l'ancien commissariat de police, dans le centre-ville, Anne et Bruno ont créé il y a 9 ans un bistrot gastronomique bar à vins.***

***Comment est né votre concept ?***
C'est le fruit d'un pari ! Nous voulions créer un restaurant en cœur de ville pour faire revivre un lieu chargé d'histoires. Millesime est une illustration des bistrots à la française où se mêlent fraîcheur et saveurs d'ici et d'ailleurs confrontant cuisine d'hier et d'aujourd'hui.

***Un lieu aux multiples facettes.***
Pousser la porte de Millésime c'est pénétrer dans une cave à vins avec ses tonneaux mange debout, dans une ambiance chaleureuse. Dans la cuisine ouverte le travail du soir se fait autour d'ardoises gastronomiques.

A midi c'est à l'étage, réparti autour de deux salles ou au rez-de-chaussée avec la terrasse, que tout se joue. La carte change chaque semaine, au fil des saisons et des inspirations de Bruno et avec un large choix de vins de petits producteurs, tous déclinés au verre.

Le maître mot d'Anne & Bruno recevoir comme ils aiment être reçus.

**Millésime & co**
**14 rue Alphonse Milon - 02 23 25 61 09**
**Ouvert du lundi au vendredi midi, le jeudi et vendredi soir. Les autres soirs sur réservation de groupe**
**Salles privatisables de 10 à 40 couverts.**

# La Rencontre

***Depuis le 6 janvier dernier, Serge et Liliane Ridard ont passé la main à Priscillia et Alexandre qui ont désormais repris le restaurant La Rencontre à Maison Blanche !***

***La Rencontre, avenue de la Libération à Maison Blanche. Ouvert du lundi au vendredi de 7h à 19h. Tél 02 99 63 13 97***

Pour la pause méridienne, pas de changement notable, le couple vous propose, du lundi au vendredi, une cuisine essentiellement traditionnelle, faite maison et sans produits surgelés sous forme de buffet. Avec 12,70 € seulement, vous faites un repas copieux composé d'une entrée, d'un plat, fromages et dessert avec café. Chaque jeudi, une spécialité vous est proposée : tartiflette, tête de veau, choucroute…!
En revanche, Priscillia et Alexandre proposent dorénavant, une pause détente entre amis, entre collègues ou en famille. Autour d'un verre, ils étendent l'offre «bar» en ouvrant les portes de l'établissement jusqu'à 19h ! Vous pouvez également privatiser cet espace pour vos événements personnels (anniversaires, repas familiaux, …).

# BeMalt

***BeMalt est une entreprise de commercialisation de bières artisanales sur internet. Amateurs de bières, Bemalt vous offre un large choix de cet élixir et saura vous faire voyager à travers des saveurs surprenantes.***

Le concept est né d'un constat simple : l'engouement des gens pour la bière associé à son côté festif et convivial et l'apparition de nombreuses bières artisanales dans toutes les régions de France. Bemalt surfe alors sur cette tendance, se tourne vers les brasseurs artisanaux, dont le marché est surtout local, et leur propose de commercialiser leurs produits sur Internet.
*« J'aime ce moment d'échange avec les professionnels, qui ont tous une histoire à raconter, un parcours atypique et surtout des produits de qualité. Nous avons la même passion, celle de la bière et je prends vraiment plaisir à les rencontrer !»* explique Anne-Hélène Vayrac, gérante de l'entreprise. *«J'ai deux objectifs pour développer mon entreprise, faire connaitre et apprécier les bières de chaque région dans toute la France grâce à une notoriété croissante sur le Web et aller au contact des restaurateurs pour leur proposer une gamme variée de bières locales »*.

**BeMalt - www.bemalt.fr - ahvayrac@bemalt.fr - 06 33 99 12 47**

# Direction Solutions

***Vous prenez de nouvelles fonctions au sein de votre entreprise, vous changez de travail ou êtes en pleine transition professionnelle ? Et vous avez besoin d'être boosté ou accompagné dans le développement de cette nouvelle perspective ? Marie-Hélène Lejeune vous donne les outils pour y parvenir.***

Peu importe votre secteur d'activité, elle travaille avec vous sur l'estime de soi, la confiance et la gestion du stress et des émotions. Son accompagnement vous donne les clefs pour vous faire prendre conscience de votre environnement et de vos performances. A travers des échanges construits, des mises en situation, Marie-Hélène vous suit dans la mise en place d'actions pour atteindre vos objectifs. En moyenne, 8 à 10 séances sont nécessaires en fonction des personnes, si elles sont rapprochées au début, elles peuvent s'espacer dans le temps en fonction de l'avancée de votre projet. « *C'est une démarche dynamique, la personne doit manifester l'envie d'être en mouvement. Par le questionnement et l'écoute active, je fais effet miroir pour l'amener à s'ouvrir à de nouvelles perspectives et trouver ses propres solutions.*» Si la démarche est souvent personnelle, elle peut aussi intervenir au sein des entreprises dans le cadre de la gestion d'équipe.

**Direction Solutions - 06 09 91 41 82**
**mhlejeune@direction-solutions.com / www.direction-solutions.com**

# Pour une ville plus verte :
## le toilettage et l'élagage des arbres, c'est de saison !

***Chacun peut s'accorder à reconnaître que les branches et racines des arbres en bordure des voies risquent de compromettre aussi bien la commodité et la sécurité de la circulation routière et piétonnière.***

### *L'élagage*

La réglementation oblige les propriétaires à couper, à leurs frais, toutes les branches du tronc qui avancent sur le domaine public et qui constituent directement ou indirectement un danger pour les usagers :

- risques de chute de branches, voire d'arbres sur la chaussée par grand vent,
- routes glissantes par les feuilles mortes en période humide,
- diminution de la visibilité de la signalisation, masquée par les branches basses.

La ville organise annuellement une campagne d'élagage sur le domaine public de Janvier à Avril, par les services techniques de la ville ou par des entreprises privées. Une fois l'élagage réalisé, les branches et dépôts sont transformés en copeaux disposés ensuite dans les parterres communaux.

### *Le toilettage*

Contrairement à l'élagage, cette pratique consiste à couper certaines branches afin de redonner une forme à l'arbre. Ainsi, toutes les branches mortes et les lierres sont retirés.

Il est à noter que, dans un souci d'accessibilité, la ville s'efforce de planter des arbres à racines pivotantes. Celles-ci s'enfoncent verticalement dans le sol et évitent ainsi de déformer la chaussée.

### *En bon voisinage*

La distance à la limite de propriété se mesure à partir du milieu du tronc jusqu'à la ligne séparative des deux propriétés. Quelle que soit l'option choisie, votre voisin est en droit d'exiger l'élagage, à votre charge, des branches dépassant sur son terrain.

*Mitoyenneté* : des voisins qui s'entendent peuvent décider de planter en mitoyenneté, c'est-à-dire sur la limite de propriété. Cela réduit les coûts, facilite l'entretien, chacun s'occupant de son côté, et réduit l'emprise de la haie sur chaque terrain. Attention toutefois : le jour où votre voisin exigera que la haie soit arrachée, vous ne pourrez pas vous y opposer.

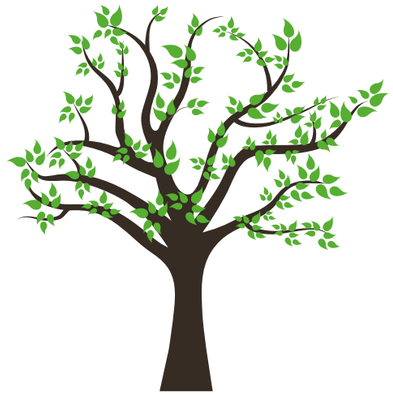
*1 arbre abattu = 2 pousses plantées*

*A Saint-Grégoire, les variétés plantées sont diversifiées afin d'avoir des fruits à l'année !*

### *Protection des arbres*

- Les arbres ou arbustes que l'on compte tailler régulièrement pour qu'ils n'excèdent pas 2 mètres de hauteur peuvent être plantés à une distance minimale de 50 cm de la limite de propriété.
- Les arbres ou arbustes dont la hauteur est, ou deviendra, supérieure à 2 mètres doivent être plantés au minimum à 2 mètres de la ligne séparative des propriétés, que ce soit en zone urbaine ou agricole.

*La prescription trentenaire* : Le délai de 30 ans commence à compter du jour où l'arbre a été planté.
Passé ce délai, le voisin ne peut plus demander l'étêtage ou l'arrachage mais peut quand même exiger l'élagage des branches : ce droit est imprescriptible *(article 673 alinéa 3, code civil)* même si lui, ou ses prédécesseurs, n'ont pas réagi pendant des années. La prescription trentenaire peut se prouver par différents moyens : témoignages de personnes ayant connu les lieux au moins 30 ans plus tôt, des photos de l'époque, expertise…
Par contre, si l'arbre meurt, le propriétaire ne pourra plus faire valoir ces exceptions et devra respecter la réglementation s'il replante.



Un arbre est un végétal «vivant», soumis à une durée de vie, qui est en moyenne de 150 ans !

Il ne faut donc pas hésiter à planter en amont pour remplacer ceux qui sont voués à être déracinés

*Sur l'ensemble du Bassin Versant, les agriculteurs de Saint-Grégoire sont ceux qui ont le plus planté d'arbres sur les surfaces agricoles !*

### *Parlons biodiversité !*

La biodiversité évoque la diversité du vivant, cela recouvre l'ensemble des milieux naturels et des formes de vie (plantes, insectes, animaux, champignons, bactéries…).

Quand on parle de biodiversité, rapidement il devient évident que les arbres et arbustes font partie intégrante de cet ensemble, tant en termes d'espèces que de milieux qu'ils contribuent à créer. Loin des haies monospécifiques qui bordent trop souvent les habitations et qui n'apportent que peu d'intérêt en termes paysagers et naturels, Saint-Grégoire a pris l'option de planter des haies champêtres, composées d'essences variées,qui fourmillent de vie !
Au sein d'une haie champêtre, on rencontre des arbres et arbustes adaptés aux conditions locales de sol et climat. Ces essences se développent donc très bien toutes seules et cela réduit d'autant les nécessités d'interventions (arrosage, traitements phytosanitaires, etc.). Elles sont également particulièrement attractives pour la faune (insectes, oiseaux, etc.) car elles proposent à la fois un lieu de vie et de nourriture (fleurs, fruits) tout au long de l'année.

## EXPRESSION DE L'OPPOSITION

### Il est nécessaire de refaire société.

**Face aux amertumes, frustrations, délitement actuel du lien social, il y a urgence à reconstruire du vivre ensemble. Le rapport consumériste au monde peut et doit être contrebalancé par des engagements plus altruistes et collectifs.**

Au niveau de la commune, deux axes méritent considération : l'engagement associatif et la participation à la vie citoyenne.

**L'engagement associatif :**
Si l'on devait valoriser les heures données par les bénévoles au monde associatif, le PIB du pays s'en trouverait fortement gonflé. Beaucoup d'entre vous en effet consacrent de leur temps à l'animation locale et l'on ne peut que s'en réjouir : activités sportives, musique, théâtre, téléthon etc. La participation au forum annuel des associations en témoigne éloquemment. Ces engagements contribuent au bien-être général et au bien vivre. Souhaitons qu'il y ait toujours des candidats volontaires pour présider les associations ou simplement composer les bureaux.

**La participation à la vie citoyenne :**
Les bonnes volontés semblent aujourd'hui plus rares. C'est vrai qu'être élu exige de l'abnégation et de la disponibilité pour maîtriser des dossiers administrativement de plus en plus complexes. L'intercommunalité a de surcroît brouillé la visibilité sur le qui fait quoi.

Ainsi l'appartenance à Rennes Métropole fait remonter certaines décisions au niveau intercommunal : voiries, traitement des ordures, eau potable et assainissement, équipements divers, etc. Le citoyen peut perdre pied et se désintéresser progressivement de la vie municipale. Pourtant les décisions sont toujours préparées ou étudiées à l'échelon local. Les enjeux perdurent.
Sauf exceptions ponctuelles (voire intéressées), le public des séances du conseil municipal se raréfie. Il est vrai que sociologiquement Saint-Grégoire est une commune privilégiée et que le turnover immobilier y est important. Ce sont là des explications possibles.

C'est bien à ce niveau communal que l'on peut revivifier la vie démocratique du pays.

---
Nous, les sept élus de l'opposition, qui avons œuvré pendant ce mandat, remercions tous les grégoriens qui se sont intéressés peu ou prou à nos tribunes, qu'ils partagent ou non nos idées.
Nous remercions aussi une dernière fois ceux qui nous ont fait confiance en 2014.
Nous espérons avoir servi nos convictions et notre commune à notre modeste place.

elus@saintgregoire-democratiesolidarite.fr

**Information tribunes**
***Nous sommes à 15 jours des élections municipales de mars 2020 et nous nous trouvons donc en période électorale.***
Conformément à la législation en vigueur la « tribune libre – expression de la majorité » et l'éditorial du Maire ne paraîssent plus, pendant cette période, dans Saint-Grégoire, Magazine.

**Toutes vos questions trouvent des réponses**

**Adressez vos questions au maire**

par courrier :
Hôtel de ville
Rue Chateaubriand
35760 Saint-Grégoire

ou par mail :
maire@saint-gregoire.fr

Expéditeur
Nom : .....
Adresse : .....
Téléphone : .....
Mail : .....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



# Petite enfance
# Relais Parents Assistants Maternels (RPAM)

Le RPAM est un service gratuit à destination, comme son nom l'indique, des parents ou futurs parents et des assistants maternels et gardes d'enfants à domicile. Ce service est le guichet unique pour vos demandes de place en accueil en collectif au sein des structures petite enfance de la ville (Les deux multi-accueils et le jardin d'enfants). L'animatrice du RPAM vous informe également sur les possibilités d'accueil chez un assistant maternel. Elle vous conseille dans vos démarches et vous transmet les informations sur vos droits et devoirs en tant qu'employeur. Si vous êtes un(e) assistant(e) maternel(lle) ou garde d'enfants à domicile, le RPAM vous accompagne au quotidien en vous informant sur les aides, les formations et sur vos droits et devoirs de salarié du particulier employeur.

Contact : 02 99 23 41 77 - rpam@saint-gregoire.fr

### Des ateliers d'éveil
Cet espace est aussi un lieu d'échange et d'éveil. Des ateliers d'éveil sont ainsi proposés aux familles et aux assistants maternels et gardes d'enfants à domicile deux fois par semaine, les mardis et vendredis matin. L'occasion de découvrir la vie en collectivité dans un lieu adapté aux tout-petits et, pour les parents, de rencontrer des professionnels de la petite-enfance.

# Jouer en famille et entre amis - au Pass'âge

## Soirée du jeu
Les animateurs de la Maison des Jeunes invitent les jeunes de 10 à 17 ans à partager une soirée autour du jeu, **vendredi 20 mars à partir de 19h**. Tu es fan des jeux de conquête de territoire comme le « RISK » et tu aimes jouer avec tes amis tout en te remuant les méninges ? Viens jouer avec nous à différents jeux : « Les Aventuriers du Rail », « Catan », « 7 Wonders Duel », « Risk », « Bang » et pleins d'autres.
Tu pourras également jouer, virtuellement, à deux Escapes Game grâce au jeu « UNLOCK ! » et son application pour téléphone.

Soirée gratuite sur inscription à passage@saint-gregoire.fr - 02 23 25 09 12. Penses à prévoir ton pique-nique !

## Fête du jeu
Le Conseil Consultatif des Jeunes organise la deuxième édition de la fête du jeu « d'hier à aujourd'hui »
**Samedi 4 avril de 14h à 20h au Pass'âge.**
Venez jouer en famille, avec vos amis, vos voisins…
Il y aura des jeux adaptés de 3 à 99 ans.

Au programme :
Bornes arcades, jeux de société, de stratégie, jeux en bois traditionnels, jeux vidéo, flipper, jeux de rôle, Escape Game, babyfoot, jeux interactifs… et de nombreuses surprises vous attendent.

INFO + Maison des jeunes le Pass'âge, rue Paul-Emile Victor : 02 23 25 09 12 ou passage@saint-gregoire.fr

# Festival Robinson
# Appel aux bénévoles

Rejoignez la «Team Festival» les 13 et 14 juin 2020 et entrez dans les coulisses de l'évènement. Les missions sont multiples (accueil du public et des artistes, réparation du site, gardiennage parking, logistique, restauration…) et l'ambiance toujours sympa. Une demi journée, une journée ou les deux jours, vous pouvez intégrer l'équipe selon vos disponibilités. On vous attend !

Info + : culture@saint-gregoire.fr ou 02 99 23 19 23

#MOINSSOLO
#PLUSECOLO
La rubrique

# STOP au gaspillage alimentaire !

***Le gaspillage alimentaire en France représente en moyenne sur une année 45 repas mis à la poubelle par personne, l'équivalent de 30 kg dont 7 Kg de produits alimentaires encore emballés, soit 400 euros à la poubelle pour un foyer de 4 personnes.***

## Éviter le gaspillage alimentaire au moment des courses

Plutôt que d'improviser au supermarché, préparez une liste de courses pour éviter les achats compulsifs et le gaspillage alimentaire. Achetez ce dont vous avez besoin, en fonction du nombre de personnes et des quantités souhaitées. Ne vous laissez pas tenter par les offres alléchantes qui vous proposent deux paquets pour le prix d'un, si vous savez d'avance que vous ne pourrez pas tout consommer. En magasin, pensez également à vérifier les dates de péremption des aliments. En revanche, sachez aussi qu'il existe des aliments périmés que l'on peut toujours consommer. Ainsi, il n'est pas dangereux de consommer après la date limite les produits ayant la mention « À consommer de préférence avant » tels que les biscuits.

## Faire face au gaspillage alimentaire à la maison

À la maison, commencez par consommer les aliments qui se périment rapidement. Pour mieux assurer vos stocks, vous pouvez congeler certains produits. Indiquez sur ces derniers la date d'emballage pour savoir où vous en êtes et pour éviter le gaspillage alimentaire. Utilisez votre frigo de manière à garder à l'œil les produits les plus fragiles.

Et notez, par exemple, que même si la porte de votre frigo semble tout à fait adaptée à accueillir vos bouteilles de lait entamées, il est préférable de les stocker plus à l'intérieur pour éviter que votre lait ne prenne un petit coup de chaud à chaque ouverture.

**Pense-bête** : pour bien conserver vos aliments, la température de votre réfrigérateur ne doit pas excéder 6 °C.

## Faire face au gaspillage alimentaire à table

Au lieu de jeter les restes, conservez-les pour le repas suivant, ou inventez des recettes en fonction des aliments restants. Vous pouvez facilement préparer une soupe, une sauce, voire du hachis avec des restes de viande. Les restes de pain peuvent être accommodés sous forme sucrée (pain perdu) ou salée (croûtons, farces, fondue savoyarde) ou même, servir à préparer de la chapelure qui se conservera environ trois mois.
En dernier recours, car ces usages-là restent généralement considérés comme une forme de gaspillage alimentaire, certains restes d'aliments peuvent également servir à nourrir nos animaux de compagnie ou ceux d'un refuge. D'autres peuvent vous servir à faire du compost.

**Ici votre publicité**

Vous êtes une entreprise,
grégorienne ou non,
et vous souhaitez réserver des insertions
publicitaires sur cette page du magazine.
Pour connaître les modalités, les tarifs et
réserver des espaces, contactez le service
communication de la ville :
02.99.23.19.23.
ou communication@saint-gregoire.fr

Saint-Grégoire

Ville_de_saint_gregoire

@Ville.desaintgregoire

@VilleGregoire