



## La lettre du village de Saint-Gibrien n°30 / mars 2023

**SAINT-GIBRIEN 7 MAI 2023**  
**FETE DU VILLAGE**

08h30 : café d'accueil dans la salle communale  
09h00 : départ de la randonnée pédestre et de la balade à vélo

10h00 : début des animations, jeux en bois, structures gonflables, pêche aux canards, casino, penalty, barbe à papa, glaces italiennes, bonbons...  
11h00 : retour de la randonnée et de la balade à vélo  
11h45 : apéritif offert par la mairie  
12h00 : repas tiré du sac  
14h00 : activité tennis pour petits et grands, jeux de société, jeux de cartes, Yahtzee. Formation gratuite au secourisme.  
15h00 : démonstration country  
15h45 : initiation country

**BUVETTE SUR PLACE**

**SAINT-GIBRIEN 7 MAI 2023**



### BOITE A PAINS

Dans la nuit du 25 au 26 février, la boîte à pains a été fracturée pour dérober la monnaie présente à l'intérieur. Des baguettes ont aussi été jetées dans le parc du Château d'eau. Le propriétaire a fait le nécessaire auprès de la police. Même s'il n'y a pas de date de remise en service, celle-ci n'interviendra pas avant le 15 mars.

### ZONE DES CONTENEURS

Même si les dépôts illicites sont en baisse dans le village, la zone des conteneurs dans le village est malheureusement considérée parfois comme une annexe de la déchetterie. Cette zone est destinée aux verres, aux papiers, aux vêtements et aux petits déchets qui tiennent dans la poubelle. Tout le reste doit être déposé à la déchetterie. Les modalités pour se procurer une carte pour la déchetterie :

<https://citoyen.chalonsenchampagne.fr/tel/eservice/decheteries-et-carte-d-acces>

Exemple de trouvaille :



### PROJET BIODIVERSITE

La création d'une zone de biodiversité est à l'étude pour les 2 années à venir. Cette zone englobe la rivière le Pisseleu et les bois autour. Le Pisseleu serpente entre Thibie et Saint-Gibrien sur 10 kms avant de se jeter dans la Marne



### RECENSEMENT

Merci à tous pour votre participation aux opérations de recensement. Après l'exploitation des réponses, il est avéré que le village compte au minimum 562 habitants. Quelques situations particulières sont à l'étude et peuvent encore faire croître ce chiffre. Merci aussi à Mme LOUBIERE pour son action au profit de la commune.



## MA DEMARCHE SANTE

Le programme « ma démarche santé » va démarrer par une conférence de lancement le 17 mars de 10h00 à 11h00 dans la salle communale. Cette activité totalement gratuite, ouverte à tous les retraités de Saint-Gibrien ou d'ailleurs, est d'une durée de 6 mois. Un bilan de forme initial avec des exercices simples sera fait. Le même bilan sera fait au bout des 6 mois. L'expérience prouve que ce programme provoque un réel gain à tous les participants.

**Pourquoi ce programme :** prévenir la perte d'autonomie du plus grand nombre de seniors en adoptant une approche novatrice et ludique de l'activité physique.

### **Pour d'informations :**

Mail : [groupe@ete-indien-editions.fr](mailto:groupe@ete-indien-editions.fr)

Téléphone : 03 10 93 06 60



### **Votre programme Ma démarche santé**

La marche comme outil universel de prévention accessible à tous

#### Créneau:

Les vendredis de 10h00 à 11h00

#### Lieu:

Départ de la Salle des Fêtes de St-Gibrien

#### Durée:

1h par semaine pendant 6 mois à partir du 17 mars 2023



#### Objectifs:

- Changer les comportements quotidiens dans la durée
- Améliorer les capacités physiques de base (équilibre, endurance, force musculaire, souplesse)
- Favoriser l'autonomie dans la pratique de l'activité physique
- Favoriser l'interaction sociale – rencontrer de nouvelles personnes proches de chez soi



### **CHRONOLOGIE DU PROGRAMME**

#### SEMAINE 1

Conférence « active »



Inscription au programme  
SEMAINE 1 à 2

#### SEMAINE 2

Bilan de forme Final et questionnaire



SEMAINE 3 à 23  
Séances collectives de marche couplées à de l'activité physique

#### SEMAINE 24

Bilan de forme Final et questionnaire



Fin du programme pour les participants

Mise à disposition de la mesure d'impact et du bilan final



### **Le Bilan de Forme**



- ◆ **7 exercices** réalisés en groupe avec un Enseignant en Activités Physiques Adaptées.
- ◆ C'est grâce à ce protocole que **nous évaluerons les progrès** tout au long du programme.
- ◆ **Les résultats** traduits sont basés sur des données scientifiques établies en fonction de divers critères.

### **QUEL IMPACT SUR LES SENIORS ?**

Écart moyen entre le bilan de forme initial et final sur nos programmes en 2022



+19%

Force musculaire du haut du corps



+15%

Souplesse



+29%

Force musculaire du bas du corps



+22%

Endurance



+25%

Equilibre

### **OPERATION « HAPPY-TRAP »**

L'association Fagnières en mouvement a associé le village de Saint-Gibrien dans sa lutte contre les frelons asiatiques et les guêpes, et propose **gratuitement** des dispositifs (happy-trap) qui se fixent sur une bouteille en plastique. Ces dispositifs ont déjà fait leur preuve dans le quartier Madagascar à Châlons en Champagne.

### **Plus d'informations :**

Mail : [fagnieresenmouvement@gmail.com](mailto:fagnieresenmouvement@gmail.com)

SMS : 06 84 24 03 86 ou 06 19 70 88 72



Le mélange à mettre dans la bouteille 1/3 de sirop de fruits rouges, 1/3 de bière et 1/3 de vin blanc ne piège pas les abeilles qui elles ne supportent pas l'alcool.

### **LIVRAISON DES BACS JAUNES**

Les bacs jaunes seront livrés entre le mois de mars et le mois de juillet. Ils sont destinés à recevoir les papiers. **L'emploi des sacs jaunes ne sera plus autorisé.**

### **Plus d'informations :**

**NOUVELLES CONSIGNES DE TRI**  
**LES BACS JAUNES ARRIVENT !**  
**DISTRIBUTION GRATUITE JUSQU'EN JUILLET**

> 24 000 bacs seront distribués dans les 46 Communes par 3 équipes d'intervention

> **Contenance des bacs :** 240 litres pour les particuliers et 360 litres pour les habitats collectifs

> **Le bac sera déposé devant votre domicile.** Votre présence n'est pas nécessaire.

> L'emploi du sac jaune ne sera plus autorisé une fois votre bac livré

> **Les emballages et les papiers sont à déposer directement dans le bac,** non imbriqués.

> **Les points de collecte dédiés aux papiers vont progressivement disparaître** car ceux-ci ont intégré la collecte des emballages en mélange depuis le 1<sup>er</sup> janvier

\* d'infos : Direction de l'Environnement Tél : 03 26 00 87 63 15 (appel gratuit depuis un fixe) et développement.durabilite@chalon-agglo.fr

**CHALONS AGGLO**