

► Le YOGA : une discipline trop lente et ennuyeuse ?

Voici une question qui est souvent posée lorsqu'on souhaite débiter le yoga.

Loin certes, d'être une pratique de performance et de compétition, le yoga propose une multiplicité de postures, de variations, d'enchaînements, qui s'effectuent au rythme des inspirations et des expirations, et qui font de cette discipline une pratique riche de découvertes dans la fluidité du mouvement et la connaissance de soi.

Au début, l'apprentissage peut être lent, la première séance est souvent chaotique puisqu'il nous faut découvrir et gérer les postures, coordonner chaque partie de notre corps tout en apprenant à respirer correctement et à calmer le mental. Mais progressivement, notre corps intègre les enchaînements, les prises de postures, le geste conscient.



Tout l'art est de travailler avec l'énergie et non avec sa seule force musculaire. La discipline, la régularité et l'écoute de son corps et de son souffle, ainsi que de l'attention ...voici les véritables enseignements du yoga. En attendant, la reprise de nos cours en salle les jeudis à 18h30. Nous proposons des cours en visio aux mêmes horaires.

Infos et renseignements : 06 61 50 59 13 ou laochelle.yoga.relaxation@gmail.com
www.laochelle-yoga-relaxation.fr

► Affluence pour le Père Noël au Square de la Pépinière

Chaude ambiance ce samedi 19 décembre de 17h30 à 19h30 (couvre-feu oblige !) au Square de la Pépinière de Villedoux, dernier né des quartiers qui constituent le village.

C'est à l'initiative du collectif d'habitants, unanimes, conduits par Sébastien Richard, qu'en dépit des incertitudes le rendez-vous pris avec le Père Noël a obtenu un succès franc et massif.

Près de 500 adultes accompagnés de leurs enfants, venus des quartiers voisins, ont pu faire connaissance pendant que les photos avec le Père Noël se succédaient en cadence tout en respectant les gestes barrières et les distanciations.

De nombreux cadeaux offerts par les sponsors (Le Fournil de Villedoux, Carrefour Contact Saint-Xandre et Hyper U Beaulieu) ont été distribués pendant que les parents profitaient des boissons chaudes proposées par le Comité des Fêtes et d'Animations « FELAVI » partenaire.



La municipalité qui a contribué aux décorations lumineuses était bien représentée, le maire François Vendittozzi en tête.

VIE ÉCONOMIQUE

► Direction bien-être

Soins et accompagnement par le toucher corporel :



- Massage bébé et enfant
- Massage Trager®

Christel MARIE
Sur rendez-vous
au **06 79 07 88 34**
Villedoux

christel8marie@gmail.com
www.direction-bienetre.sitew.fr

Numéros utiles

SOS médecins : 36 24 (0,15€/min).

SPA de Lagord, rue de la Guignarderie :
05 46 34 32 03 (Animaux errants sur la commune).

Pharmacie de garde : 32 37 (0,35€/min).

Nous vous rappelons qu'en cas d'urgences, de jour comme de nuit, il vous est recommandé de contacter directement la gendarmerie, en composant le 17.

Retrouvez le bulletin infos et d'autres informations sur la commune sur le site internet : www.villedoux.fr

Etat civil

NAISSANCE

Julien ECKENSPIELLER.....né le 8 décembre
Félicitations aux heureux parents !


Villedoux
www.villedoux.fr

Bonne année 2021

Villedoux infos

Janvier 2021

► Prendre rendez-vous avec

- **Le Maire :**
François VENDITTOZZI
- **Les adjoints :**
David WANTZ : Finances et économie communale
Corinne SINGER : Affaires générales et ressources humaines
Daniel BOURSIER : Environnement, aménagement et travaux
Marie-Christine QUEVA : Cohésion sociale et solidarités
Jean-Philippe TOLEDANO : Jeunesse, culture et vie associative
- **Auprès du secrétariat :**
Par téléphone : 05 46 68 50 88
Par email : accueil@villedoux.fr
- **Accueil physique :**
Lundi et mercredi : 8h30-12h30
Vendredi : 13h30-16h30
- **Accueil téléphonique :**
Du lundi au vendredi : 8h30-12h30
Mardi, jeudi et vendredi : 13h30-16h30
- **Autres emails :**
servicegeneral@villedoux.fr
urbanisme@villedoux.fr
asvp@villedoux.fr

Voeux du Maire

Rendez-vous mi-janvier sur le site Internet de la mairie pour découvrir les vœux de Monsieur le Maire !

Chères concitoyennes,
Chers concitoyens,

L'année 2020 s'achève non sans avoir été l'une des pires années depuis longtemps... « Annus Horribilis » disent tous les commentateurs !! Effectivement elle aura été marquée par ce virus scélérat qui est venu frapper nos familles, nos amis, nos proches... Mais plus encore la Covid19 aura démontré la fragilité de notre système de santé, de notre organisation sociale et de nos modes de gouvernance. Par la succession des périodes de confinement plus ou moins strictes et par le centralisme de prises de décisions parfois incompréhensibles, nous avons pu mesurer la fragilité de notre société confrontée à la dangerosité de l'infiniment petit. Notre dépendance à une organisation économique basée sur les flux internationaux de marchandises et de biens, nous a fait mesurer la difficulté de maintenir un niveau d'activité pour tous sans obtenir le soutien financier de l'Etat. Et pourtant, tout n'est pas noir à l'aube de la nouvelle année.

En effet 2021 est porteuse des espoirs fantastiques que l'Homme a su faire naître par sa capacité d'adaptation. Nous sommes les témoins de ce fantastique effort de créativité qui a conduit les scientifiques du monde entier

à développer des vaccins et des remèdes pour lutter contre le virus.

Nous sommes les témoins de cette capacité à se réinventer qui nous a conduit à de nouveaux modes d'exercices professionnels, ou à de nouvelles façons de consommer. C'est face à l'adversité que nous puissions au plus profond pour nous recréer, pour être résilients.

Alors en ce début d'année, gardant une confiance inébranlable dans ce que l'Homme a de meilleur, je souhaite à tous de sortir de cette crise sanitaire, de retrouver la sérénité et le bonheur de vivre-ensemble, de réinventer un mode de vie vertueux et protecteur de l'essentiel, la vie. Je n'oublie pas ceux qui ont souffert et souffrent encore et leur souhaite à tous de retrouver une bonne santé. Je souhaite à toutes et tous beaucoup de bonheur et de réussite en 2021. Cette année sera nécessairement celle d'un renouveau, d'une reconstruction en préservant notre environnement et notre biodiversité.

Je vous souhaite à toutes et tous une excellente année 2021.

**Le Maire,
François VENDITTOZZI**

INFOS GÉNÉRALES

Le CCAS pense à nos aînés

Le Centre Communal d'Action Sociale de Villedoux a offert des colis de Noël aux aînés de la commune à l'occasion des fêtes de fin d'année. Une belle initiative très appréciée par tous.



Le canal enfin accessible aux villedousais

Comme promis, la liaison cyclo-pédestre reliant la rue du Fiton au canal Marans-La Rochelle a été mise en service courant décembre.

Vous pouvez dès à présent l'emprunter pour vos balades.



Parc à sapins

Comme chaque année, vous pouvez déposer votre sapin dans les différents parcs mis à votre disposition dans le village.



Vente de bois

La commune vend au profit du CCAS (Centre Communal d'Action sociale) de Villedoux 12 stères de bois de nature, de diamètre et de taille différents.

Le prix du stère a été fixé par délibération à 30€ (règlement par chèque). La vente est réservée aux villedousais.

Réservation : jusqu'au 15 janvier 2021 auprès de la mairie 05 46 68 50 88

Distribution : bois à venir chercher le samedi 23 janvier 2021 de 9h à 12h aux ateliers du service technique qui dispose d'un gabarit de 1m³ pour calculer le stère.

ENFANCE & JEUNESSE

Le Père Noël est passé à l'école !



Vendredi 18 décembre, le Père Noël est allé rendre visite aux petits villedousais de l'école des Portes du Marais.

Contents de pouvoir le rencontrer, ils lui ont chanté une petite chanson et en récompense le Père Noël leur a distribué des chocolats.

Une réouverture prochaine de la maison des jeunes ?

C'est avec beaucoup d'espoir que Marie souhaite de nouveau ouvrir la maison des jeunes.



Il est important, pour le bien de tous, de respecter les gestes barrières et toutes les mesures de sécurité pour avoir l'opportunité de se retrouver à la maison des jeunes. Restez connecté, Marie vous informera d'une possible ouverture dès le mois de janvier suivant les divers discours de notre gouvernement. Prenez soin de vous, meilleurs vœux pour cette nouvelle année !

L'accueil de loisirs démarre cette nouvelle année avec de nouveaux projets !

Nos petits bouts vont partir à la découverte de l'hiver au travers d'activités manuelles et sportives.



Tandis que l'autre groupe enfilera sa toque et son plus beau tablier pour participer à TOP CHEF édition spéciale Villedoux !

N'oubliez pas que les vacances d'hiver arrivent à grand pas, pensez à réaliser les inscriptions de vos enfants à l'accueil de loisirs via le portail famille.



L'équipe d'animation

Collecte pour la Banque Alimentaire : les villedousais très généreux



Les villedousais ont fait preuve d'une grande solidarité à l'occasion de la collecte pour la Banque Alimentaire organisée les 28 et 29 novembre derniers à l'école des Portes du Marais.

Les dons ont ensuite été remis à l'association Solidarité Pays Marandais.

NOUVELLES DES ASSOCIATIONS

Le Comité FELAVI a tourné la page de l'année 2020 avec succès

Le Comité des Fêtes et d'Animations « FELAVI » a tourné la page de l'année 2020 avec brio en apportant du mouvement durant la deuxième quinzaine de décembre en organisant avec le concours de la municipalité deux marchés supplémentaires à ceux des samedis, les mercredis 23 et 30 décembre avec quelques commerçants supplémentaires qui ont été les bienvenus.

Malheureusement le mauvais temps du mercredi 23 a contrarié sa fréquentation. Le Père Noël est venu de façon impromptue distribuant des friandises aux enfants présents tandis que les parents se réchauffaient sous le barnum du Comité FELAVI en dégustant des boissons chaudes.

Autre initiative du Comité FELAVI : le concours des maisons décorées extérieurement. Le jury composé d'Adeline Benet, Laura Vidal, conseillère municipale déléguée, et Richard du Comité FELAVI ont eu à faire un choix difficile qui a abouti à récompenser le jeune Arthur, pas peu fier des décors auxquels il a prêté la main.



Assemblée générale au Jardin du Canal

L'association Le Jardin du Canal tiendra son assemblée générale le vendredi 29 janvier à 20h00, en salle annexe de la mairie.



Après le bilan de l'année écoulée, nous nous projeterons sur l'année 2021, procéderons au renouvellement des adhésions et accueillerons les nouveaux jardiniers intéressés pour nous rejoindre. Vous souhaitez jardiner, entouré de conseils, dans un esprit d'ouverture et de partage, le jardin du canal vous accueille. La soirée se poursuivra par un moment de convivialité.

Pour toute demande d'adhésion : Zapoirier@free.fr ou 06 63 67 81 32. Arnaud Poirier