



# La Plume

Septembre 2024 - N°255



## Actualités du mois

**13 septembre 14h30**

Initiation au yoga - page 9

**14 septembre 19h30**

Moules frites - page 11

**21 septembre 15h**

Dictée de rentrée

**17 au 23 septembre (inclus)**

Fermeture de l'agence postale

## Bibliothèque

**Club des tricoteuses**

4 et 18 septembre. 14h à 17h

**Préparation d'octobre rose**

**Club des jeux**

11 septembre 15h à 17h

**Papotage**

25 septembre 15h à 17h

## Sommaire

Mot du Maire	2
Conseil municipal	4
Pass'Sport 2024	5
La vie du village	6
ABC	7
Coup de cœur de Karine	8
Cours de yoga	9
Comité d'animation	10
Le sommeil	12
Recettes	13
L'Ambroisie	14
Services pratiques	15



26, Grande Rue 79110 Loubillé

Tél : 05 49 07 80 15

Courriel : [mairie-loubille@paysmellois.org](mailto:mairie-loubille@paysmellois.org)

Site internet : [www.loubille.fr](http://www.loubille.fr)

Page Facebook : Commune de Loubillé

Directeur de la publication : le maire de Loubillé



*Village des artistes*



Les vacances d'été sont terminées pour le plus grand nombre et j'espère qu'elles furent à la hauteur de vos attentes, malgré un début d'été plutôt maussade.

Le mois de septembre signifie rentrée, que ce soit pour la scolarité ou le travail. Pour les élus, c'est l'occasion de voir l'aboutissement des dossiers sur lesquels nous nous sommes investis durant de longs mois.

En ce qui concerne les travaux de la première tranche de la rénovation de la Grande Rue, reste la plantation des vivaces, arbres et autres végétations, qui sera planifiée en octobre-novembre. Je tiens à remercier la société EIFFAGE pour la prestation de ses équipes et le respect sans faille du planning des travaux.

Je déplore toutefois les incivilités de certains, qui s'autorisent certaines libertés sur la voie publique sans demander au préalable un accord auprès de la Mairie. Je vous rappelle que l'équipe municipale est à votre écoute et reste disponible.

La deuxième tranche des travaux commencera certainement cette fin d'année ou début d'année prochaine. Je tiens à préciser que le pouvoir du Maire n'étant pas respecté, je ferai appel à la gendarmerie pour éviter par exemple le non-respect des déviations, comme il a été regrettable de le constater durant ces premiers travaux.

Nous allons également tout mettre en œuvre pour terminer la nouvelle salle associative. Je remercie tous les bénévoles des associations qui nous ont permis de partager des bons moments de convivialité et de bonne humeur.

Les jeux olympiques nous ont apportés de nombreuses médailles. Nous avons tous vibré au rythme des compétitions et ressenti de la fierté lorsqu'une médaille récompensait un athlète, quelle que soit sa discipline. Durant ces quelques semaines, le sport a rassemblé toute une nation. Nos sportifs nous ont enseigné qu'en travaillant dur et sans relâche, en se donnant les moyens de ses ambitions, on obtient ce qu'on doit obtenir.

Bonne rentrée à tous.

## **FERMETURE DE L'AGENCE POSTALE**

L'agence postale sera fermée du mardi 17 septembre au lundi 23 septembre inclus pour congés.

Merci de vérifier vos avis de passage en boîte aux lettres concernant les lettres recommandées et colis, il vous sera indiqué que les objets et courriers seront à retirer à l'agence postale de Couture d'Argenson qui se situe rue de l'Eglise.

Horaires d'ouverture de l'agence de Couture d'Argenson :

Du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30



The summer holidays are over for most of us, and I hope they lived up to your expectations, despite a rather gloomy start to the summer.

September means back to school and back to work. For elected representatives, it's an opportunity to see the completion of the projects we've been working on for many months.

With regard to the first stage of the renovation of Grande Rue, there remains the planting of perennials, trees and other vegetation, which will be scheduled for October-November. I would like to thank EIFFAGE for the work carried out by their teams and their unfailing adherence to the work schedule.

However, I deplore the cheek of some people who allow themselves certain freedoms on the public highway without first requesting permission from the Town Hall. I would remind you that the municipal team is here to listen to you and remains available. The second phase of the work will certainly begin at the end of this year or the beginning of next year. I would like to make it clear that, as the Mayor's powers are not respected, I will be calling in the gendarmerie to ensure, for example, that the detours are not disregarded, as was regrettably the case during the initial works.

We will also be doing everything we can to complete the new community building. I would like to thank all the volunteers from the associations who have enabled us to share some great moments of conviviality and good humour.

The Olympic Games brought us many medals. We were all thrilled to see the competitions and felt proud when a medal was awarded to an athlete, whatever their discipline. During those few weeks, sport brought an entire nation together. Our athletes have taught us that by working hard and relentlessly, by giving ourselves the means to achieve our ambitions, we can achieve what we set out to do.

Happy return to school to our students!



## **POST OFFICE CLOSURE**

The post office will be closed from Tuesday 17th September until (and including) Monday 23rd September for holidays.

Please check your letterboxes for the delivery slips for any parcels or letters that need to be signed for. These can be collected from the office in Couture d'Argenson, rue de l'Eglise. Open Monday to Friday 9.30am to 11.30am.



## Résumé du compte rendu de la réunion du conseil municipal du 10 juin 2024.

### Ordre du jour :

- 1. Action sociale, recomposition du groupe d'élus ;**  
Après débat, tour de table et rappel des noms des membres non-élus de l'action sociale, les élus ne changent rien.
- 2. Modalités de remboursement des frais de formation des bénévoles de la bibliothèque - Délibération n° 74/06/2024 ;**  
Conformément à la réglementation en vigueur et après délibération, le Conseil municipal autorise le remboursement par la collectivité, sur présentation de justificatif, des frais de restauration et de déplacements et donne délégation à Monsieur le Maire pour dresser et tenir à jour la liste des bénévoles, (annexée à la délibération).
- 3. Mise à disposition de la salle des fêtes et gratuité des photocopies aux associations ;**  
Le Comité des fêtes disposera gratuitement de la salle des fêtes à la place du versement de la subvention annuelle attribuée aux associations. Les associations pourront effectuer gratuitement des photocopies pour la publicité de chacun de leurs événements dans les limites suivantes : 10 affiches couleurs A4 et 100 flyers en noir et blanc (50 feuilles A4).
- 4. Actualisation Taxe locale sur la Publicité Extérieure -TLPE ; Délibération n°75/06/2024**  
Le conseil municipal, décide à l'unanimité d'actualiser les tarifs de la Taxe Locale sur la Publicité Extérieure (TLPE), applicables sur le territoire au 1 er janvier 2025.
- 5. Participation financière de la population au repas du 13 juillet.**  
Les montants seront revus en 2025.
- 6. Adresse du silo route de Longré ; Délibération n° 76/06/2024**  
Le Conseil Municipal, après en avoir délibéré, décide à l'unanimité la numérotation suivante : 10 BIS route de Longré Parcelles ZL 50 et 51
- 7. Accompagnement numérique sur-mesure avec l'Agence Nationale pour la Cohésion des Territoires – ANCT et Mellois en Poitou ; Délibération n° 77/06/2024**  
Le conseil municipal souhaite que la commune bénéficie de cet accompagnement. Après délibération et à l'unanimité, le conseil, autorise monsieur le maire à signer la convention proposée par l'ANCT.  
Questions diverses : Demande de nettoyage et entretien du parc Simone Veil

L'intégralité du compte rendu est visible sur le panneau d'affichage de la mairie et sur le site de la commune.



Pass'sport Loisirs permet de bénéficier d'une réduction sur le prix de l'inscription à une activité sportive **et** un abonnement Ecole des Loisirs par enfant.

## Montant de l'aide accordée par enfant (dans la limite de la dépense réelle)

QF de 0 à 500 : aide de 60 € maxi + abonnement Ecole des loisirs

QF de 501 à 600 : aide de 50 € maxi + abonnement Ecole de loisirs

QF de 601 à 700 : aide de 40 € maxi + abonnement Ecole des Loisirs

QF de 701 à 800 : aide de 30 € + abonnement Ecole des Loisirs à hauteur de 30 €

## Clubs concernés

<b>Cirque et théâtre</b>	Le clown à crête
<b>Danse moderne</b>	Foyer Culturel de Chef-Boutonne
<b>Équitation</b>	Écuries du Breuil
<b>Football</b>	Écoles de foot FC Boutonnais ou Fontenille
<b>Judo</b>	Foyer Culturel
<b>Tennis</b>	Tennis Club Chef-Boutonne
<b>Tennis de table</b>	TTCB
<b>UNSS</b>	Collège François Truffaut
<b>Pêche étang de Javarzay</b>	Carte enfant jusqu'à 16 ans
<b>Pêche en rivière</b>	Carte personne mineure
<b>Djembé</b>	Foyer culturel
<b>Maison pour tous</b>	Chef-Boutonne
<b>+</b>	
<b>Ecole des Loisirs</b>	Abonnement contracté par l'intermédiaire de l'établissement scolaire

## Conditions

- enfant scolarisé de la maternelle à la 3ème (incluse)
- résider dans la commune
- avoir un quotient familial CAF ou MSA inférieur à 800 €

## Documents à fournir

- un justificatif de domicile
- le livret de famille
- l'attestation de quotient familial de la CAF (si elle est complète, pas besoin des deux premiers documents) ou de la MSA

## Mise en œuvre

Un coupon au nom de l'enfant est rempli par le CCAS de sa commune (2 coupons s'il souhaite prendre aussi un abonnement livres), coupons qui seront remis par la famille au club ou à l'école pour déduction.

Le club ou l'école appose son cachet et renvoie les coupons au CCAS de Chef-Boutonne qui centralise et transmet ensuite à chaque commune pour paiement.



Le mystère de la souche d'arbre trouvée pendant la première tranche des travaux de la grande rue est enfin élucidé.

Voilà la preuve en photo. Merci à toutes celles et tous ceux qui se sont mobilisés pour résoudre cette énigme et tout particulièrement à Jacqui Brown sans qui rien n'aurait été possible.

Mais, au fait, de quelle essence d'arbre s'agit-il ?

Le mystère reste entier...



## Fête Nationale

Merci aux élu(e)s pour une super soirée conviviale !



## Lire et faire lire



La rentrée des classes approche. La plupart des enfants de Loubillé rejoignent l'école de Couture d'Argenson où ils sont accueillis dans les quatre classes de l'école.

Chaque semaine en accord avec les autorités et les enseignants, deux « mamies », Monique et Françoise, viennent faire la lecture aux enfants sous couvert de l'association nationale « Lire et faire lire ».

(« Lire et faire lire » est un programme éducatif et une association française créés en 1999 par Alexandre

Jardin et Pascal Guénéé, ayant pour but le développement du plaisir de la lecture et de la solidarité intergénérationnelle en direction des enfants fréquentant les écoles primaires et les structures éducatives et culturelles telles que les centres de loisirs, les crèches ou les bibliothèques.)

En effet de la PS de maternelle au CM2, les lectrices lisent à voix haute, albums et livres de littérature de jeunesse qu'elles ont découverts et aimés. C'est un réel plaisir pour les petits auditeurs que d'entendre lire des histoires adaptées à leur âge et de leur donner l'envie d'eux-mêmes, de lire et d'aller rechercher les ouvrages entendus, à la bibliothèque par exemple.

C'est pour les lectrices, un vrai bonheur que de voir les yeux s'écarquiller, les sourires apparaître, des rires jaillir, les questions se poser sur les textes lus et bien souvent dans un silence attentif.

Elles sont attendues souvent avec impatience par les enfants qui leur font toujours un accueil remarqué.

Vive la rentrée !

---

## Concours Photos

« **On en voit de toutes les couleurs** » ouvert jusqu'au 15 décembre 2024,

Envoyer vos clichés à [espaceloubille@gmail.com](mailto:espaceloubille@gmail.com)

Le livre photos sur le précédent concours « **jeux d'ombres** » vous attend à la bibliothèque.

## Préparation d'octobre rose

Pour la campagne annuelle de communication destinée à sensibiliser les femmes au dépistage du cancer du sein, le club de tricot a besoin de laine rose. Si vous avez de la laine dont vous n'avez plus besoin, veuillez la déposer à la bibliothèque.

Merci.





## Va où le vent te berce – Sophie TAL MEN

« Va où le vent te berce » est l'histoire d'une rencontre, celle d'Anna et de Gabriel. Anna, jeune neurologue revient à Brest sur ses terres natales et dans l'hôpital où elle était interne, donner naissance à son petit garçon après avoir vécu un drame. Gabriel au parcours familial compliqué devient à la demande insistante de son frère « berceur de bébés » et va être amené à s'occuper d'Andréa, le fils d'Anna. Autour de ces personnages principaux gravitent d'autres figures très attachantes, famille, amis, les liens se tissent, se resserrent.

Sophie Tal Men nous raconte la rencontre de ces deux écorchés avec tendresse et bienveillance, non il n'y a pas une once de mièvrerie dans cette histoire, seulement de bons sentiments, un peu de douceur dans un monde de brutes, voilà qui fait du bien !

L'ouvrage est disponible à la bibliothèque aux éditions Gabelire (en grands caractères). Vous trouverez également en rayon : « Entre mes doigts coule le sable » de la même auteure.

### Focus sur le roman feel good

« Va où le vent te berce » est ce qu'on appelle un roman feel-good (en français : se sentir bien). Ce type de roman est très en vogue aujourd'hui avec des auteurs à succès : Mélissa Da Costa, Maud Ankaoua, Virginie Grimaldi, Valérie Perrin... Pourtant il ne date pas d'hier, on peut dater son apparition de 1868 avec « Les quatre filles du docteur March ». Les pays anglo-saxons ayant été les premiers à publier ce style de romans, ce sont eux qui lui ont donné le nom de feel-good.

Les romans issus de ce genre littéraire ont pour but d'aborder des sujets du quotidien (le deuil, la vieillesse, la solitude, les liens familiaux, l'amitié...) sous un angle optimiste sans pour autant empêcher les émotions de surgir. Ils peuvent nous faire rire, sourire, pleurer, mais leur point commun est de toujours finir de manière positive.



Accès à la bibliothèque possible les jours et heures d'ouverture de l'agence postale et le mercredi de 15h à 17h

Suivez l'actualité d'ABC sur sa page Facebook :

ABC DE LOUBILLE



Andrée Gerbaud, enseignante de yoga de l'aplomb (ou yoga de la vie quotidienne) depuis de nombreuses années, propose d'ouvrir une session de « yoga de l'aplomb » pour débutants à Loubillé, au sein de l'association ABC.

**Les cours sont ouverts à tous, le vendredi de 14h 30 à 15h 30, de septembre à juin.**

Ils débuteront le vendredi 13 septembre à la bibliothèque, en attente de la fin des travaux de la maison des associations (cf le mot du maire).

Les deux premiers cours sont gratuits. Se munir d'un coussin et d'une petite couverture pour le premier cours.

Chacun pourra ainsi décider de poursuivre ou non cet enseignement tout au long de l'année.

Si vous êtes intéressés, venez vous inscrire à la poste ou à la bibliothèque aux horaires habituels.

## ***Qu'est ce que le Yoga de l'aplomb ?***

Andrée Gerbaud :

« La détente musculaire obtenue par des postures simples entraîne une relaxation profonde ce qui nécessite une attention à toutes nos crispations.

Cela ne peut se faire que si le squelette est bien placé selon la force de gravité.

L'aplomb c'est donc trouver l'équilibre du corps dans la gravité et retrouver mieux-être, légèreté et détente psychique. »

*« Elève depuis une dizaine d'années dans ce cours de yoga. Je remercie les enseignantes de m'avoir appris, à positionner correctement mon bassin dans tous les actes quotidiens et d'ainsi conserver un dos droit, souple et sans douleur ! » - FTC*



La jeune fille bien assise, le dos droit, montre comment la pratique du yoga de l'aplomb, peut amener à se positionner, (s'asseoir) correctement.



## **Amies, Amis du Comité d'Animation,**

Notre repas Entrecôte du 28 juillet dernier, fut une réussite sur tous les plans. Nous remercions vivement tous nos convives pour leur présence et leur bonne humeur.

Le Président tient à saluer tous les bénévoles pour leur travail, leur spontanéité tout au long de cette journée, pour apporter à ce repas entrecôte annuel, gaieté, joie et franche rigolade.

Nous remercions tous nos fournisseurs locaux, oucherie de la place à Chef Boutonne, fromager etc....

Notre prochaine manifestation aura lieu le 14 Septembre 2024 et sera le fameux repas Moules - Frites à 19h30 à la salle des fêtes Gérard Collet.

Qu'on se le dise.....Venez Nombreux.





## SOIREE MOULES /FRITES

### 14 SEPTEMBRE 2024

Organisation  
Comité d'Animation de Loubillé



**Au Menu à partir de 19h30 à la salle des fêtes :**

Tarif :  
14 € par personne

Moules

Frites

Fromage

Dessert

Boissons non comprises

**Réservation :**

- Danièle FERRARO 05.49.07.83.87  
06.82.61.13.78

N'oubliez pas d'apporter vos couverts



Les principaux troubles du sommeil sont l'insomnie, l'apnée du sommeil, le syndrome des jambes sans repos, le somnambulisme, la perturbation du rythme circadien, la paralysie du sommeil ou encore l'hypersomnie. Un tiers de la population française souffre d'un trouble du sommeil.

**L'insomnie** est particulièrement courante puisqu'elle touche un français sur 5 dont 9 % en souffrent sévèrement. Elle désigne les difficultés à s'endormir, à rester endormi où à obtenir une bonne qualité de sommeil. Elle se manifeste ponctuellement ou chroniquement par des difficultés à s'endormir, des réveils nocturnes ou trop tôt le matin et une fatigue au réveil. Elle s'accompagne toujours de conséquences dans la journée : fatigue, difficultés de concentration ou d'attention, irritabilité, altération de la qualité de vie. L'anxiété, le stress et la dépression sont à l'origine de plus de la moitié des insomnies. L'insomnie est parfois secondaire à différentes maladies telles que le reflux gastro-oesophagien. Elle peut aussi être liée à l'environnement de vie (bruit, température, abus d'alcool ou de médicaments).

**Le syndrome des jambes sans repos (SJSR)** est un trouble neurologique qui entraîne une envie irrésistible de bouger les jambes durant le sommeil. Le mécanisme de cette pathologie qui touche 5 % de la population adulte n'est pas connu. La génétique pourrait jouer un rôle dans son apparition de même que la carence en fer, le diabète, les pathologies rénales et la grossesse.

**Les apnées du sommeil** affectent environ 4 % des hommes et 2 % des femmes et sont plus fréquentes après 50 ans. Il s'agit d'un trouble respiratoire qui entraîne des interruptions de la respiration pendant le sommeil. Ces pauses respiratoires sont provoquées par une obstruction du pharynx empêchant le passage de l'air. Cette obstruction provoque un arrêt de la respiration qui ne peut reprendre qu'à la faveur de micro-éveils très fréquents. Plusieurs dizaines, parfois des centaines d'apnées sont observées dans une même nuit. Les apnées du sommeil entraînent de forts ronflements, des réveils en sursaut, des somnolences diurnes, des difficultés de concentration et des troubles de l'humeur.

Sur le long terme, des problèmes cardio-vasculaires peuvent apparaître. Le traitement de référence est la mise en place d'un masque nasal qui insuffle de l'air dans les voies aériennes empêchant ainsi le ronflement et la fermeture du pharynx.

*A suivre...*





## SOUPE FROIDE DE CONCOMBRE

### Ingrédients

1 gros concombre, 2 yaourts nature ou du fromage blanc, une cuillère de jus de citron, un peu de crème fraîche, sel, poivre.

### Préparation

Dans un mixer, découper le concombre épluché en petits dés. Ajouter les yaourts ou le fromage blanc, la crème fraîche, le citron, sel et poivre. Mixer le tout.



## CARDE A « L'ADRIEN »

### Ingrédients

Une botte de carde (ou blettes), un peu de bouillon, crème fraîche, sel, poivre.

### Préparation

Enlever les feuilles vertes, découper les tiges en petits carrés. Dans une casserole, faire revenir les tiges, ajouter un peu de bouillon pour qu'elles n'attachent pas, laisser cuire doucement, lorsque les tiges sont tendres, mettre les feuilles vertes quelques minutes. Ajouter la crème fraîche et servir aussitôt.



## LOUB'ARTS

N'oubliez pas de vous préparer pour  
**HALLOWEEN**  
le 31 octobre

Des surprises vous attendront dans la  
Salle des fêtes de 16h à 21h





## COMMENT PARTICIPER À LA LUTTE CONTRE L'AMBROISIE



Signalez sa présence grâce à  
**SIGNALEMENT AMBROISIE !**



Sur **SIGNALEMENT-AMBROISIE.FR**

par téléphone au 0 972 376 888 ou par mail [contact@signalement-ambroisie.fr](mailto:contact@signalement-ambroisie.fr)

Application **SIGNALEMENT-AMBROISIE** disponible sur





## Ouverture de la mairie :

Lundi : de 9h à 12h

Mercredi et vendredi : de 14h à 18h

Pour rencontrer le maire ou un adjoint, il est conseillé de prendre RDV.



## Agence postale communale et bibliothèque

Du mardi au vendredi : 10h -13h

Le samedi : 9h - 12h

**Permanence Bibliothèque** : Le mercredi de 15h à 17h

**Fermé** mardi 17 au lundi 23 septembre (inclus)



## Messe :

Horaires affichés à l'église ou se renseigner à la paroisse.



## Communauté de communes Mellois en Poitou

2 place de Strasbourg 79500 Melle

Tél : 05 49 290 290 - [www.melloisenpoitou.fr](http://www.melloisenpoitou.fr)



## Déchetterie de Chef-Boutonne (Route d'Aubigné) :

Été: du 01/04 au 30/09

Hiver: du 01/10 au 31/03

Du lundi au samedi  
09h30 à 12h - 14h à 18h

Du lundi au samedi  
09h30 à 12h - 14h à 17h



## Gendarmerie de Chef-Boutonne (Espace Mérovéa)

Tel : 05 49 29 80 05 ou composer le 17

Lundi et samedi : de 8h à 12h

Mardi : de 14h à 18h



## Permanence des pharmacies :

En cas d'urgence, s'adresser à la gendarmerie.

### Participant à l'élaboration et à la distribution de ce journal :

Chantal et Christian Bory - Jacqui et Adrian Brown - Hélène Collet

Kate et Neil Collins - Dominique Coutisson - Karine Daix - Paula Lassey - Sue Maxam

Martin O'Neill - Sylvie Patri - Christine Petraut - Françoise Thomas Collet - Lesley Walsh



« Je voudrais remercier chaleureusement la vingtaine de bénévoles qui s'est investie lors du passage du 38ème tour cycliste du Poitou-Charentes, pour son dévouement à assurer la sécurité des spectateurs et des coureurs, pour une animation sans incident. Merci également aux cuisinières et cuisiniers pour leurs grillades très appréciées et une après midi passée dans la bonne humeur. Sans vous rien ne se fait. Avec vous tout est possible. Merci et à l'année prochaine. »  
Roger.



Clin d'oeil aux présentateurs de véhicules anciens