

## Le coin des petites annonces

Depuis le 9 septembre, nous sommes environ une quinzaine, chaque mercredi soir à nous retrouver dans la salle A du gymnase Saint-Georges entre 19 h 15 et 20 h 30 pour pratiquer le Qi-Gong - Danse Harmonie (prononcez Tchi-Gong).

Qu'est ce que le Qi-Gong ? Connue depuis plus de trois mille ans en Chine, cette discipline permet avant tout de travailler sur l'énergie (Qi : énergie ou souffle et Gong : travail).

Le Qi-Gong permet d'aborder différentes techniques de respiration, de relaxation et de mouvements permettant de renforcer l'énergie interne du corps et de retrouver le plaisir tout simple de danser et bouger harmonieusement. Il permet aussi de mieux contrôler le stress et les émotions.

Ses vertus sont très nombreuses si on le pratique régulièrement. Le Qi-Gong, c'est la danse de la vie.

Si vous avez envie de découvrir le Qi-Gong, point n'est besoin d'avoir déjà pratiqué la gymnastique, la danse ou d'être un grand sportif. Venez essayer si le coeur vous en dit. Les cours sont gratuits car ils ont lieu dans le cadre de l'Association du Quartier. Seule l'adhésion annuelle de 50 francs est demandée.

Alors, à bientôt !

Christine BAERT.

### **Infos Brèves Infos Brèves Infos Brèves Infos Brèves Infos Brèves Infos Brèves Infos Brèves Infos**

Nous signalons aux enfants et adultes du quartier désireux de jouer au ballon, qu'ils peuvent le faire sur le terrain de football stabilisé du complexe sportif St-Georges (ce terrain est situé à proximité des terrains de tennis et de la rue Paul Coursaget dans le prolongement de l'autre terrain de football engazonné). L'accès y est bien sur gratuit, il est cependant recommandé de signaler votre passage à M. BOUCHETTON, gardien des installations sportives, ce terrain pouvant être inaccessible certains jours car occupé par des clubs sportifs.

Quant aux autres terrains engazonnés (football, rugby), ils sont réservés aux clubs sportifs, et donc interdit à tout autre utilisateur.

Nous vous informons également que vous avez à votre disposition un excellent terrain de pétanque (accès libre) derrière le C.R.J.S.

Nous vous demanderons simplement, amis (petits et grands) utilisateurs de ces installations, de les laisser dans un parfait état de propreté.

\*\*\*\*\*

### **Alzheimer 41**

L'Association Alzheimer 41 vous informe de l'ouverture d'un accueil de jour pour les malades Alzheimer, chaque mercredi depuis le 4 novembre 1998 de 14 h à 17 h.

Animé par des bénévoles, cet accueil a lieu, gratuitement, à la Maison Médicale Mail Pierre Charlot à Blois.

Pour tous renseignements, Tél-Répondeur : 02.54.56.04.86.

\*\*\*\*\*

En cette fin d'année et à l'orée de celle qui précède l'An 2000, que vous souhaiter, que nous souhaiter à tous ?

Nous pensons d'abord à la Paix : quelle revienne dans tous les « points chauds » du globe. Plus près de nous, nous pensons aussi à tous ceux qui souffrent, qui sont atteints dans leur chair et dans leur coeur.

Mais si nous ne pouvons influencer directement sur ces événements, essayons de trouver en cette fin d'année où la nature est si belle, la paix du coeur et la sérénité de l'âme.

C'est la grâce que nous vous souhaitons à tous, au nom de notre Amicale. Bon Noël à tous, petits et grands ! Et que la nouvelle année vous soit douce et bienfaisante.

***Bonnes fêtes de fin d'année.***

Le Conseil d'Administration.