

## Travaux sur la ville

**Route d'Espeluche** : Du 21 au 25 octobre, la route d'Espeluche et la route de Dieulefit connaissent un reprofilage (reprise du revêtement) et une reprise de l'affaissement de tranchées. Les routes restent ouvertes, circulation par alternance.

Par ailleurs, toute cette semaine, les branches mortes sur tous les platanes des allées provençales sont nettoyées et ramassées. Prudence !

**Chemin des Combes** : reprise de la conduite d'eau potable et de 28 branchements en plomb et réfection complète de la voirie de l'intersection du chemin de Chomillac au ralentisseur de l'avenue des Tamaris.

**Avenue Saint-Lazare** : afin de sensibiliser les automobilistes au respect des limitations de vitesse en agglomération, pose d'un panneau lumineux de limitation de vitesse 50 km/h.

**Rue Ravisa et avenue des Tamaris** : jusqu'au 14 novembre, reprise complète de la voirie. La chaussée sera rétrécie pendant les travaux mais l'accès sera maintenu pour les riverains.

## Permanence de Jonathan-Pierres-Vivantes

Vous avez perdu un enfant, un frère, une sœur, vous souffrez et vous aimez en parler. L'association Jonathan-Pierres-Vivantes est à votre écoute. Ce sont des bénévoles qui se trouvent dans la même situation que vous et peuvent essayer de vous aider à supporter votre douleur et à avancer dans la vie. Des permanences ont lieu le quatrième jeudi de chaque mois. La prochaine aura lieu ce jeudi 24 octobre de 16 h 30 à 18 h 30, dans la salle 407, 4<sup>e</sup> étage, Maison des Services Publics, 1 avenue Saint-Martin à Montélimar. Vous pouvez aussi téléphoner pour prendre un rendez-vous ou obtenir des renseignements au 04 75 53 05 32 ou au 06 08 85 48 51.

## Patrimoine Montilien

Joli succès pour l'association présidée par Amicie d'Arces qui a rencontré de nombreux Montiliens sur son stand au forum des associations, très intéressés par l'action de l'association pour faire vivre la mémoire du patrimoine local et agir pour sa sauvegarde et sa valorisation quand cela est possible. Ce fut aussi l'occasion de s'intéresser à la dernière publication du Patrimoine Montilien que l'on peut désormais trouver, en plus de la librairie Chapitre en centre-ville, au bureau de tabac Le Rallye à Saint-James.

## Montélimar Cap au Nord

# Quand le Nord prend l'accent portugais



L'association culturelle et sportive portugaise témoigne de la diversité des activités présentes sur le nord de la cité montilienne.

Dans le cadre de leurs traditionnelles visites aux artisans et commerçants installés dans la zone nord, les membres du conseil d'administration de l'association Montélimar Cap au Nord et leur présidente, Claire Audigier, ont rendu visite à l'association culturelle et sportive portugaise.

Créée le 26 avril 2008 et im-

plantée au 4 allée Barjac, cette association de la communauté portugaise de Montélimar et ses alentours est présidée par Manuel Da Cruz, secondé en cuisines par Preciosa Batista et Irène Bessa.

Les vendredis, samedis et dimanches, de 10h à 2h du matin, l'association accueille les adhérents pour jouer aux cartes, aux

palets, aux boules ou encore au babyfoot traditionnel, regarder les matchs de football du championnat portugais ou déguster les plats traditionnels à base de morue...

L'association propose des plats à emporter sur commande et ouvre ses portes en semaine sur réservation au 06.61.75.39.82.

## Où en est-on sur le pont-rail des Grèzes ?

Après l'événement technique constitué par la mise en place du nouveau pont-rail des Grèzes, que nous avons relaté dans les pages de La Tribune, le chantier n'est pas terminé mais la phase qui est en cours aujourd'hui est certes moins spectaculaire. Comme on peut le découvrir sur ce cliché, l'heure de la mise en service approche pour les automobilistes. La chaussée a en effet été mise à niveau et il reste à bitumer et à aménager le débouché côté Nocaze pour que les automobilistes puissent y circuler en toute sécurité. Ce n'est plus désormais que l'affaire de quelques semaines...



## Garder la forme : qui connaît le N.I.A ?



Parmi toutes les « spécialités » sportives destinées à nous détendre, à nous entretenir le corps, à faire le vide en nous, il y a le N.I.A. Dans N.I.A., comprenez « Now, I Am » (Maintenant, je suis...). Une discipline qui nous arrive des Etats-Unis, où elle a pris naissance en 1980. Discipline complète, le N.I.A réunit dans ses postures les arts martiaux (tai-chi, taekwondo, aikido) dont elle

prend le meilleur, la danse (jazz, danse moderne), le yoga, voire d'autres méthodes (Feldenkrais, Alexander) jugées appropriées pour favoriser la conscience de soi...

Aux manettes de l'apprentissage de cette technique pluridisciplinaire, Lise Avoic, professeur depuis 25 ans de stretching postural et sophrologie, qui met aujourd'hui son expérience au service du N.I.A, via

l'association « Garder La Forme ». Les séances de N.I.A se déroulent chaque mardi, de 18h30 à 19h30, dans les locaux du gymnase du Bouquet. « Révélation », « Liberté de mouvement et d'expression », « libération de l'esprit » sont en substance les termes qui reviennent le plus souvent dans la bouche des participantes.

Et un essai n'engage à rien...

**Prix littéraire de la ville de Montélimar**  
Concours Juliette Rolier Cestion  
Poésie, contes et nouvelles

Thème libre ou Thème 2014 : Le souffle

Participez du 1<sup>er</sup> octobre 2013 au 31 janvier 2014  
(gratuit pour les moins de 18 ans)

Sonnets  
Formes Fixes  
Humour  
Contes  
Nouvelles  
Classique  
Libre  
Néoclassique

À vos plumes

concours-poesie-jac@laposte.net  
www.prix-litteraire-montelimar.fr

## «Aiguebelle dans la Drôme»

Marylène Marcel-Ponthier dédicait dernièrement son nouvel ouvrage « Aiguebelle dans la Drôme » à la librairie Chapitre à Montélimar.

L'occasion pour notre chroniqueuse de faire de belles rencontres puisque même l'architecte en charge de l'abbaye, M. De Lauzen, en a profité pour venir la saluer ! Des descendants de grande famille également qu'elle se réserve de rencontrer prochainement pour rédiger de futures chroniques !

