



Le Chambon se met en mode yoga

Le festival Om Shanti réinvestit le centre d'Eymouthiers les 18 et 19 mai. Une vingtaine de professeurs dispenseront plus de 70 cours tout le week-end. Il reste quelques places.

Julie KOCH
j.koch@charentelibre.fr

Kurma, nidra, hatha, yin, iyengar, vinyasa... Difficile de s'y retrouver pour un novice. Ce ne sont pas des noms de plats indiens mais différents types de yoga. Le festival Om Shanti déroule un menu très varié pour sa troisième édition au Chambon. Plus d'une vingtaine de professeurs dispenseront plus de 70 cours le samedi 18 et le dimanche 19 mai dans le centre d'Eymouthiers. Le rendez-vous est devenu un incontournable du genre. «La plupart des participants réservent leur place dès l'ouverture des inscriptions en janvier. Beaucoup viennent pour la troisième année de suite», s'enthousiasme Frédérique Buisson, professeur de yoga à Angoulême et organisatrice de l'événement. Une grande majorité prend la route depuis la région bordelaise. Certains depuis la Savoie et le Var.

L'an dernier, le festival avait pris ses aises sur quatre jours. Intenable. «C'est beaucoup trop lourd au niveau de l'organisation, j'ai préféré repasser à deux jours, c'est préféré repasser à deux jours, c'est beaucoup plus gérable». Mais deux jours encore plus intenses. De quatre salles, le festival passe cette année à sept. 150 personnes peuvent être accueillies en même temps chaque jour, contre 70 l'an dernier. «La capacité maximale du Chambon, c'est 180 personnes. Autant qu'on puisse satisfaire le maximum de monde», argumente l'organisatrice.

Depuis le début, les professeurs sont bénévoles et tous les bénéfices reversés à l'association Karuna-Shechen fondée par le moine bouddhiste Matthieu Ricard. Elle met en œuvre des pro-



Les cours du festival affichent rapidement complet.

Photo archives Quentin Petit

jets humanitaires pour les populations défavorisées d'Inde, du Népal et du Tibet. Le festival lui a reversé 8 000€ en 2017 et 12 000€ l'an passé.

Le yin yoga très prisé

«On espère faire aussi bien. Pour la première fois cette année, un représentant de l'association sera présent pour animer des conférences». Les tarifs - de 79€ pour la seule journée du dimanche à 250€ pour le pass week-end - ne bougent pas. L'hébergement et les repas sont inclus.

Au rang des nouveautés, Frédérique Buisson cite trois intervenants centrés sur la méditation au bol chantant. «Il y aura aussi

une professeure de danse indienne, elle utilise des postures de yoga dans les mouvements».

Pour elle, la tendance du moment s'appelle le yin yoga. «C'est très méditatif, ça permet de travailler le relâchement musculaire. Les gens fatigués et stressés sont très demandeurs», analyse-t-elle.

Trois concerts rythmeront les vendredis et samedi soirs. Les lève-tôt pourront profiter des cours dès six heures du matin. De la marche méditative sera aussi possible le long du lac. «C'est un site parfait pour ce festival, en plein nature, je ne me vois pas le faire ailleurs».

Six conférences seront aussi organisées sur le lâcher-prise, le mal de dos ou l'hygiène de vie. «Il y a

un choix énorme, chacun y trouvera son compte. C'est ouvert à tout le monde, même à ceux qui ne pratiquent pas ou qui ont des problèmes de santé. Il y a beaucoup de relaxation allongée accessible à tous», insiste Frédérique Buisson. Pas de cours dédiés aux enfants en revanche. Trop compliqué à organiser. Les adolescents à partir de 15 ans sont les bienvenus. Une vingtaine de places sont encore disponibles. Les inscriptions sont possibles jusqu'au dimanche 12 mai.

Soirée d'ouverture vendredi 17 mai à partir de 17h, samedi de 6h à minuit et dimanche de 6h à 18h.
Pass de 79 à 250€. Tous les détails sur www.festivalyogashanti.fr.
Inscriptions possibles jusqu'au dimanche 12 mai.

Zoom

■ Agris

En pyjama à la bibliothèque!



À l'initiative de Myriam Tein Baï, responsable de la bibliothèque, une soirée pyjama a été organisée pendant les vacances scolaires. 18 enfants sont arrivés, en pyjama, avec doudous et couvertures. L'espace jonché de tapis était prêt à les accueillir. Certains parents avaient aussi joué le jeu de la tenue de nuit. L'association Récréagris s'était pour sa part occupée de la logistique (chocolat chaud et gâteaux) et Liliane Bénito, bénévole, a lu et théâtralisé «10 contes pour rêver toute la nuit» de Carmen Gil.

■ La Rochefoucauld

Du tennis à la course de canards

Des affiches annonçant la première duck race -course de canards- fleurissent un peu partout à La Rochefoucauld. Le club de tennis est à la manœuvre. «On cherchait une idée originale pour récolter des fonds pour l'école de tennis», explique Simon Lablanche, vice-président. Le principe est simple: les joueurs parrainent un canard lâché sur la Tardoire le 15 septembre. Les premiers à l'arrivée remporteront des prix. «On a mis en vente 2 000 tickets, on espère monter jusqu'à 4 000», commente le vice-président. Ils sont disponibles au club et à la boulangerie «Au délice du pain», boulevard du 8-Mai.

Renseignements au 06.52.08.89.05

L'arrivée de la fibre optique à Grassac se précise

La société Axion, spécialisée dans les télécommunications, a fait récemment étape à Grassac afin d'y installer le «nœud répartiteur» destiné à déployer la fibre optique. En moins d'une heure, à l'aide d'un camion-grue, le caisson volumineux de 20 tonnes a été posé dans le réceptacle creusé à cet effet il y a quelques semaines. À l'intérieur de ce caisson, 5 sous-répartiteurs vont être disposés pour développer la fibre sur Grassac mais aussi sur les communes voisines.

Au sein de la communauté de communes La Rochefoucauld-Porte du Périgord, un autre nœud

répartiteur a été installé à La Rochefoucauld le même jour. Pranzac suivra.

Prochainement, toutes les adresses de Grassac vont être équipées d'une prise de raccordement qui permettra aux habitants qui le souhaitent de bénéficier d'un accès à Internet via la fibre optique. Sylvie Bernard, maire de la commune, présente sur les lieux au moment de la mise en place de ce nouvel équipement, précise qu'une réunion publique sera organisée le moment venu afin d'informer la population sur les démarches à accomplir avant de connecter les prises.



La maire de grassac a assisté à la pose du nœud répartiteur.

Photo CL

Charente Libre

Recherche
PORTEUR (H/F)

Montbron - Eymouthiers

- Vous connaissez parfaitement et/ou habitez la commune ou les communes limitrophes ci-dessus.
- Vous désirez améliorer vos revenus
- Vous possédez un véhicule
- Vous disposez de quelques heures le matin (avant 8h).

Merci d'adresser CV et courrier à: CHARENTE LIBRE
Fabienne FAUREAU - Responsable portage
CS10000 - 16903 Angoulême Cedex 9 - ou f.faureau@charentelibre.fr

■ TAPONNAT-FLEURIGNAC

8 Mai. À 11h, place de la mairie avec dépôt de gerbes au monument aux morts et à la stèle. Un pot sera ensuite servi à la salle socioculturelle.

■ SAINT-GERMAIN

8 Mai. Un dépôt de gerbe aura lieu à 10h30 au monument aux morts et sera suivi du verre de l'amitié à la mairie.

■ MONTBRON

Thé-dansant. Le club des aînés organise un thé dansant demain à la salle des sports Placide-Brunet de S'-Sornin. Réservations au 05 45 23 13 15 ou au 05 45 23 17 64.

LA ROCHEFOUCAULD ▶ VENDREDI 10 MAI
LECLERC SODIROCHE



Pierre LOUTY
dédicace
son nouveau roman
La fille de la meunière

Brillante, Manon rêvait d'un bel avenir mais le vent mauvais souffla sur la Charente... Une aventure inoubliable!

Editions de LA VEYITZOU - NEUVIC-ENTIER