Coursan

Collecte de sang : « La mobilisation est essentielle »

La première collecte de sang de l'année aura lieu ce lundi 13 mars et demain mardi 14. de 15 h à 19 h dans la salle nolyvalente de la route des plages. Il est possi-ble de se pré-



inscrire mais on Les bénévoles vous attendent nombreux

peut aussi se rendre à la collecte sans avoir pris rendez-vous préalablement « La mobilisation de chacun est essentielle, insiste la présidente Josette Gianet. Nous avons connu des situations critiques où les stocks étaient vraiment insuffisants et même au plus bas. Il y a les fêtes, les vacances, on a moins de dons mais il y a aussi toujours des accidents, des accouchements difficiles, des besoins journaliers... en fait on a toujours besoin de sang. Il faut savoir qu'il faut près de 2,5 millions de dons de sang par an pour faire face à la demande ». À la suite de René Valls, Pierre Alemany et Roger Guilhem, Josette Gianet est à la tête de l'association coursannaise depuis 1992 (elle est aussi donneuse depuis près de 60 ans, vice-présidente du comité régional et présidente de l'union départementale depuis 2017). Elle regrette la baisse des dons depuis quelques années, les années Covid ont été très compliquées mais la remobilisation et l'arrivée de jeunes lui font voir un ciel plus serein : « Il faut que tout le monde comprenne que le don du sang est un acte irremplaçable. On compte sur vous »

Volley: bon samedi pour l'entente AJP/MJC



L'équipe régionale

Ce samedi, les M15/M18 dépar**tementales 4x4** se déplaçaient à Carcassonne. 16 équipes étaient présentes. Après un bon tournoi, Coursan 1 finit 12° et Coursan 2 termine 16°. Les M15 bi-départementales 6x6 se déplaçaient à Roubia qui comptait bien faire chuter le leader invaincu. Victoire des Coursano-pérignanaises 3 sets à 0 sans trop grande difficulté qui continuent leur parcours sans faute. Félicitations pour la combativité et le mental des filles. Une mention spéciale aux coachs pour la préparation d'avant match.

Les M18 régionales se rendaient chez le leader Vendres pour se donner en cas de victoire une chance d accéder au demi-finale régionale. Chose faite avec une victoire, lors d'un match très serré, 3 sets à 1. Félicitations au groupe qui s'est bien investi lors des entraînements et aux coachs qui ont su remotiver les joueuses. Enfin, les M18 bi-départementales 6x6 recevaient leurs homologues de Lattes Montpellier. Félicitations aux filles et aux coachs qui se relancent dans ce championnat après leur victoire 3 sets à 1.

Prochain conseil municipal

Ce jeudi 16 mars le conseil municipal se réunira en séance publique salle J.-Miro à 18 h 15 avec l'ordre du jour suivant : présentation et vote du compte de gestion 2022, présentation et vote du compte administratif 2022, débat d'orientations budgétaires 2023, autorisation d'engagement des dépenses d'investissement avant vote du budget 2023, etc.

Montredon-des-Corbières Informations municipales

logiciel, l'agence postale communale sera fermée les jeudi 16 et mercredi 22 mars. L'accueil

En raison d'un changement de de la mairie restera ouvert de $10~\mathrm{heures}$ à $13~\mathrm{heures}$ et de 15 heures à 17 heures, mais pas l'agence postale communale

Ouveillan

Une commission extra-municipale dédiée au patrimoine

Le conseil municipal s'est tenu la semaine dernière. Il a été voté, à cette occasion, la création d'une commission extramunicipale dédiée au patrimoine de la commune.

Le maire Jean-Paul Chaluleau avait fait de la démocratie participative une de ses priorités. Il s'agit d'associer un maximum de citoyens de la commune à des proiets communs

Présidée par le maire et en suppléance par Isabelle Vanderhooft. adjointe en charge du patrimoine, elle est constituée des élus chargés du patrimoine au conseil mu-



Le conseil municipal a validé la création de la commission extra-municipale sur le patrimoine. Serge Vives.

nicipal, de six membres titulaires et de six membres suppléants is-sus de la population. Cette composition éclectique compte d'anciens ouveillanais mais aussi des citoyens plus récemment instalAu-delà de la composition de cet organe consultatif citoyen, c'est bien l'ensemble des Ouveillanais qui pourra participer aux différents projets par le biais d'engagements bénévoles ponctuels. Ouveillan figure parmi plus riches du Grand Narbonnais en termes de patrimoine, on compte parmi ces monuments : la grange cistercienne de Fontcalvy dont la sécurisation, la réfection constitueront le fil rouge durant quelques années de l'activité de cette commission, l'église de Saint-Jean-l'évangéliste datant du XI^e siècle, la glacière et autres richesses locales.

Cette commission sera également chargée dans un premier temps de proposer une organisation des journées du patrimoine ayant pour thème « le patrimoine vivant » qui se tiendra les 16 et 17 septembre.

Il est à noter que cet organe extramunicipal n'a pas de vocation dé-cisionnaire, il conseille et fait des propositions au conseil municipal qui reste l'organe décideur en la

Serge Vives

Moussan

La tempête tombe un arbre au parc Rouaix

Les deux jours de tempête que la commune a subie, n'auront fait que quelques dégâts. Les quelques tuiles de la mairie tombées dans le patio Henri Olive, n'ont heureusement blessé aucun em-

Les massifs Le Ciala, le Roucan et le Plana ont vu quelques pins se pencher et perdre quelques branches, le plus impressionnant a eu lieu au parc Rouaix. Un laurier haut d'une douzaine de mètres situé en bordure de la piste n'a pas résisté aux rafales de vent entraînant dans sa chute toute la guirlande de lumières du parc. Là aussi plus de peur que de mal car ni le public, ni aucun agent communal n'était présent sur ce lieu lors de cette chute.

Aujourd'hui c'est le calme après la tempête, il ne manque plus qu'à nettoyer tous ses désagréments.



Au parc, l'arbre n'a pas résisté aux rafales de vent.

Gruissan

Des musiques fréquentielles pour un bain relaxant

Le centre balnéoludique propose aux baigneurs une nouvelle méthode de relaxation intense, aux multiples bienfaits: la diffusion sonore de fréquences dans le bain musical. Probablement une première en France, le bassin musical de la balnéo diffuse toute au long de la journée une série de musiques dites fréquentielles, de la marque dédiée à la relaxa-tion HzO – musique et bien être. Passionné et sensible au bien être en général, notamment celui des baigneurs, le directeur de centre balnéo ludique, Thierry Sfoggia, a choisi de collaborer avec un producteur local, le studio Le Chalet à Gruissan : « Nous avons à cœur d'apporter le plus grand soin dans notre approche de la relaxation, la sonothérapie en fait partie », déclarait-il.

Une technologie qui fait ses preuves

Quand certains redoutent les fréquences des antennes 5G, il s'agit



Nouveauté de la balnéo : des fréquences à l'écoute du bien-être, en diffusion dans le bassin chauffé.

ici, bien au-delà de la détente, de soulager des maux : le corps humain est constitué de plus de 70 % d'eau, les vibrations des fréquences HzO irradient le corps et l'esprit pour des effets multi-ples et bénéfiques sur tous les plans de l'être. Chacune a son domaine d'action et de nombreuses études menées dans le monde démontrent désormais

l'efficacité de leurs pouvoirs. Il existe 9 fréquences dites « sa-crées » : de 174 à 963 hertz.

À disposition des baigneurs, un panneau au niveau du bassin musical et des flyers indiquent les plages horaires de diffusion de chaque fréquence et leurs champs d'action, rendant l'expérience plus attractive. L'utilisateur a le choix de s'immerger

dans le soin qu'il désire Aux 9 fréquences ont été ajoutés le chant des baleines et la fré-quence de Schuman. « C'est hyper relaxant, je me suis endormi et ma copine aussi. Quand on se

colle à l'enceinte située à l'entrée du bassin, on sent les vibrations à travers le dos et le ventre. C'est vraiment très agréable », rappor-

tait un couple. Créée par Jonathan Latorre, au studio de créations musicales et enregistrement Le Chalet à Gruissan, pendant le premier confine-ment, HzO a grandi et voyagé à travers le monde, jusqu'en Israël notamment où le chercheur en neurosciences, David Lefrancois, a collaboré avec Jonathan sur un projet de cohérence cardiaque à partir des fréquences : « Une fréquence, c'est une note. Celles-ci sont des notes graves qu'on a mis en avant pour en tirer le meilleur bénéfice. Leurs écoutes prolongées et répétitives favorisent leurs

actions », précise le musicien.

DU CHÂTEAU À LA MER

À l'occasion des Mardis de l'emploi saisonnier, la Maison du travail saisonnier du Grand Narbonne va à la rencontre des chercheurs d'emploi, salariés ou employeurs pour les aider à préparer la saison. Informations, offres d'emploi..

Rendez-vous le mardi 14 mars de 9 h à 12 h devant le Palais des congrès.

Le mardi 14 mars à 18 heures, *Piro Piro*, de Sung-ah Min, Miyoung Baek. À 20 h 30, L'astronaute, de Nicolas Giraud.

• ÉYÉNEMENT 7^s ART Jeudi 16 mars, dès 18 h au cinéma Pierre Richard, c'est la Fête du court métrage. La Ville, Ciném'Aude et Occitanie Films invitent le public à devenir jury. De nombreux programmes et courts films seront proposés en accès libre et gratuit.