

10/10 : Après-midi jeux, Club de l'Amitié
 14/10 : Scrabble, Club de l'Amitié
 18-19-20 /10 : Théâtre, Montreuil sur les Planches
 24/10 : Après-midi jeux, Club de l'Amitié
 25-26-27/10 : Théâtre, Montreuil sur les Planches
 04/11 : Gai savoir, Club de l'Amitié
 05/11 : Sortie Bowling, Club de l'Amitié
 09/11 : Soirée moules-frites KERMS
 11/11 : Commémoration de l'armistice
 14/11 : Choucroute, Club de l'Amitié
 16/11 : Bibliothèque, présentation des nouveautés à 10h30
 28/11 : Après-midi jeux, Club de l'Amitié
 6-7-8/12 : Téléthon
 7-8/12 : cuisson au four, Montreuil soutient son patrimoine
 12/12 : Bûche de Noël, Club de l'Amitié

Bernadette Damon
 Animatrice de yoga du rire
 36 rue notre dame
 35500 VITRE
 eclatsderires@laposte.net
 ☎06 76 91 42 57



YOGA DU RIRE

Le YOGA DU RIRE arrive dans notre commune, certains d'entre vous ont pu participer à une séance découverte en juin. Bernadette, l'animatrice diplômée, le pratique depuis plus de 10 ans. Le yoga du rire est une activité ludique et sportive qui a été inventé le 13 mars 1995 par le Docteur KATARIA, un indou. La méthode est basée sur le rire sans raison, grâce à différents exercices réalisables pour toutes personnes. Le fait de rire un minimum de 15 mn en continu libère les hormones du bonheur, ce qui permet d'être plus optimiste, de réduire certains maux (douleurs physiques ou mentales). Notre corps ne fait pas la différence entre le rire forcé et le rire naturel. Alors venez prendre votre DOSE (Dopamine, Ocytocine, Sérotonine, Endorphine). Alors pour lâcher prise, venez le pratiquer tous les samedis à partir du 14 septembre 2024 à 10h30 à la salle à l'étage du complexe sportif de Montreuil sous Pérouse. La première séance est une séance découverte donc gratuite, sans engagement. N'hésitez pas à venir tester !!! Pour cette année, ce sera un cours pour adultes*. Pour plus de confort, merci de venir avec votre bouteille d'eau et un tapis de yoga. * je souhaite donner des cours pour des personnes de 20 ans à 80 ans (dans la limite des capacités physiques de chacun).

YOGA

Les cours de yoga auront lieu de 19h15 à 20h15 les mardis soirs. Je vous proposerai plusieurs visions du yoga au cours de la séance: kundalini, yin, yoga danse, nidra. Vous découvrirez comment mieux gérer votre respiration et donc vos émotions, vous pratiquerez des postures pour vous permettre d'amener progressivement plus de flexibilité, des pratiques somatiques, de la méditation guidée et un temps de relaxation. Les postures sont adaptées en fonction des possibilités de chaque élève. Adeline Tissier : vidazen.yoga.massage@gmail.com Tel:0783837108 Carte de 10 séances, 20 séances ou abonnement annuel. Vous pouvez venir faire une séance d'essai.

TENNIS

La saison de tennis reprendra à repris le 9 septembre, si vous souhaitez nous rejoindre pour pratiquer le tennis en loisir ou compétition n'hésitez pas à contacter. Isabelle Garrault 06 17 57 06 21 ou Olivier Pairel 06 84 55 43 16

JOURNEE DE LA FEMME

08 Mars 2025 : Célébrons La journée de la Femme

Les associations GRTEAM, LES VITREZELLES et les SISTER'OSSES, se réunissent pour proposer un évènement "célébrons la journée de la femme" le 8 mars 2025 avec une animation de théâtre d'improvisation.

Les bénéfices de cette journée seront reversés à des associations de lutte contre le cancer, de lutte en faveur de la condition de la femme dans la société.

Pour cette soirée, les organisateurs ont besoin de pantoufles. Merci de déposer vos dons au Salon Un souffle d'hair 3 rue Abbé Pierre Leroy 35500 Montreuil sous Pérouse.

Pour plus de renseignements 06.18.90.03.17 - Fabienne GEMEHL

Les comédiens du dimanche

INFO MONTREUIL

LA RUCHE : VACANCES D'AUTOMNE

VACANCES D'AUTOMNE 2024

L'accueil de loisirs sera ouvert du lundi 21 octobre au jeudi 31 octobre.
 Les inscriptions sont possibles dès aujourd'hui et ce jusqu'au [mercredi 9 octobre](#) dernier délai.

contact : laruche35csf@neuf.fr ou au 07.80.18.15.24

Mardi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

COMMÉMORATION DE L'ARMISTICE LUNDI 11 NOVEMBRE

Le bureau de la section UNC de Montreuil sous Pérouse vous convie à venir nombreux le **lundi 11 novembre 2024 à partir de 11 heures.**

Rassemblement à la Mairie de Montreuil sous Pérouse.

Départ du défilé précédé par les enfants des écoles.

Cérémonie au Monument aux Morts. Dépôt de gerbe et fleurs, allocutions.

Lecture d'un poème par les enfants.

A l'issue de la cérémonie, un verre de l'amitié sera offert par la municipalité.

Comme chaque année, nous sommes reconnaissants de votre présence fidèle et en grand nombre à cette cérémonie quelle que soit votre génération.



WEEK-END TELETHON

Nous vous donnons rendez-vous les **6,7 et 8 décembre 2024** à l'Éspace Albert Sauvée.

Vendredi 6 décembre :

A partir de 19h00, balade nocturne en musique

Samedi 7 décembre :

14h15 : lancement des festivités avec la danse présentée par l'équipe du Téléthon

Pédalons pour le Téléthon : circuit proposé par Vélo Loisirs

Dansons pour le Téléthon : Danse et compagnie

Boutique du Téléthon, jouons pour le Téléthon, panier garni, Tombola (1^{er} lot soirée au Cabaret Moustache)

16h00 : chaîne humaine

concours de « Tout au thon » : cuisinez votre plat à base de thon et apportez le à la salle pour 18h00, un jury délibérera à 19h00 .

Repas (potage, galette saucisse, riz au lait ou crêpe) suivi de la soirée cabaret

Dimanche 8 décembre :

A partir de 9h00 : Randonnée vélo, Marche nordique, Course à pied, Marche familiale

9h30 : cuisson de vos plats dans le four à bois

14h00 : Fest-Deiz

19h00 : Tirage de la tombola

L'Équipe Téléthon de Montreuil sous Pérouse



ÉTAT-CIVIL

Naissances :

02/07/2024 : Syméon HUBERT

16/07/2024 : Robin DAVID

20/08/2024 : Paul LENAERS VALENTIN

Mariages:

17/08/2024 Adeline PONGERARD et

Vincent LE GLOANIC

24/08/2024 Veronika STEINER et

Jérémy MESSÉ

Le secrétariat de la mairie vous accueille :

Mairie - 02.99.75.14.07

mairie@montreuilspouse.fr

www.montreuilspouse.fr

mardi, mercredi	9h - 12h
jeudi	14h - 18h30
vendredi	9h - 12h / 14h - 16h30
samedi	10h - 12h permanence élus

Bibliothèque

02.99.75.17.08

bibliotheque@montreuilspouse.fr

mardi	16 h 30 - 17 h 30
mercredi	15 h - 17 h
jeudi	16 h 30 - 18 h 30
samedi	10 h - 12 h

Accueil de loisirs

02.99.74.30.02 / 07.80.18.15.24

laruche35csf@neuf.fr

mercredi et les vacances scolaires

7h30 à 18h45

Horaires de permanence au bureau :

mardi	9h - 12h30 / 13h30 - 17h30
jeudi	9h - 12h30 / 13h30 - 17h30

Relais Petite Enfance

Lieu d'informations aux familles sur les modes de garde, aux assistant(es) maternel (les) sur la profession, la formation.

07.77.09.85.90

rpe@valdize.fr - <https://rpe.valdize.fr/>

Collecte des ordures ménagères et sacs jaunes :

les lundis en semaines paires

Verres : Parking Espace Albert SAUVÉE, La Corbinais, ZA Gérard 2, La Tachelais

Borne Le Relais dons textile : ZA Gérard 2

Déchèterie de Val d'Izé:

Mer/Ven	14h - 18h
samedi	9h - 12h / 14h - 18h

Déchèterie de Vitré :

lundi	10h - 12h / 14h - 18h
mercredi	9h - 12h / 14h - 18h
jeudi	14h - 18h
vendredi	9h - 12h / 14h - 18h
samedi	9h - 12h / 14h - 18h

RELAIS PETITE ENFANCE



Info n°1 – Reprise des ateliers d'éveil !

Les ateliers d'éveil du Relais Petite Enfance (RPE) ont repris le 17 septembre dans l'Espace Albert Sauvée. Ils sont ouverts aux assistantes maternelles et aux enfants qu'elles accueillent, de 9h45 à 11h30. C'est un espace d'échanges entre professionnelles et d'éveil pour les enfants de 0 à 3 ans.

Les prochains auront lieu les mardis 15 Octobre, 19 novembre et 17 décembre. Chacun peut s'inscrire via le lien suivant : <https://rpe.valdize.fr/inscription/> ou contacter Solène Quéau : rpe@valdize.fr ou 07.77.09.85.90



Info n°2 – Les temps forts à venir. A vos agendas !

Ces moments sont ouverts à l'ensemble des professionnelles, enfants et parents du territoire du RPE :

- Forum des Métiers de la Petite Enfance le Samedi 12 Octobre à Chateau-bourg.
- Séance BBouquine à la bibliothèque de Montreuil sous Pérouse le mardi 19 novembre à 10h30.
- Portes Ouvertes du RPE le mardi 19 novembre à partir de 16h30 et jusqu'à 19h, Salle du Tertre à Val d'Izé.
- Bal de Noël le vendredi 13 Décembre au Pôle Enfance de Balazé à partir de 10h avec la compagnie Tutti Crescendo.

Info n°3 – Vous recherchez un mode d'accueil pour votre enfant de moins de 3 ans...

Le RPE vous accompagne pour vous mettre en relation avec les professionnelles du territoire et sur les démarches à faire en tant que parent employeur. N'hésitez pas à contacter Solène Quéau : rpe@valdize.fr ou 07.77.09.85.90

Séance BBouquine à la bibliothèque de Montreuil-Sous-Pérouse le mardi le 19 novembre à 10h30.

CLUB DE L'AMITIÉ

Programme de fin d'année :

- Le Scrabble aura lieu le 14 Octobre au Complexe Sportif.
- Le Gai Savoir sera le 4 Novembre au Complexe Sportif également.
- Une sortie Bowling à Vitré est prévue le Mardi 5 Novembre, sur inscription préalable.
- Le Pot au feu est remplacé par une Choucroute le Jeudi 14 Novembre à l'Espace Albert Sauvée. Inscription nécessaire.
- La bûche de Noël aura lieu le 12 Décembre Salle du Complexe Sportif.
- Les après-midi Jeux des 2èmes et 4èmes Jeudi du mois auront lieu les 10/10, 24/10 et 28/11. Jeux habituels de cartes, palets et autres.
- La prochaine Assemblée Générale est fixée au Jeudi 9 Janvier 2025.

Pierre Messé : Téléphone Mobile: 06 37 92 63 33E-mail: piersem56@gmail.com

CAFÉ AVC

Je suis Edith Roy, j'habite à Montreuil sous Pérouse, je suis membre du Conseil d'Administration de FranceAVC35 et personne ayant eu un AVC. En accord avec France Avc35 et la mairie de Montreuil sous Pérouse, je vais animer des Cafés AVC à Montreuil sous Pérouse.

Des Cafés AVC existent déjà et sont organisés par FranceAVC35 sur le département, à Rennes et Saint Malo. Les Cafés AVC sont des moments de partage, de retrouvailles, d'échange, d'écoute, de renseignements. On accueille aussi les personnes qui souhaitent juste discuter ! Les Cafés AVC sont destinés aux personnes qui ont eu un AVC ou un AIT et à leur(s) aidant(s). Il n'est pas obligatoire d'être adhérent à France AVC35 pour nous rejoindre.

Il y aura toujours du café ou du thé, des boissons fraîches et des gâteaux faits maison. Nous comptons sur les pâtisseries amateurs locaux.

Ces rencontres auront lieu une fois par mois, les 3èmes lundis de chaque mois, de 14h30 à 17h30, à l'Espace Albert Sauvée (dans la salle de cantine). Notre premier rendez-vous aura lieu le **lundi 21 octobre 2024**.

J'ai hâte de vous rencontrer !

VELO LOISIRS MONTREUIL

Cette année changement de bureau, un grand merci à Pierre-Yves Charil après 23 ans de présidence et créateur du club.

Une belle journée pour notre rando de Juin malgré un nombre de participants un peu faible.

Les sorties ont lieu le jeudi matin et le dimanche matin, venez nous rejoindre dans une ambiance conviviale sur nos chemins et routes en nous contactant au 06.14.82.24.78

MONTREUIL SOUTIENT SON PATRIMOINE

Le week-end du Téléthon les 7 et 8 décembre le four sera allumé. Nous allons cuire du pain et du riz qui seront vendus le samedi.

D'autre part, nous proposons une cuisson lente dans la nuit du samedi au dimanche. Dépôt des plats le samedi soir 18h30 au four. Récupération le dimanche 9h30.

Le dimanche, cuisson de vos plats qui seront à déposer à 9h30, récupération 12h00. Les participations seront reversées pour le Téléthon. Inscription pour les cuissons auprès de André CHEUL 06 22 85 91 72

COUP DE POUCE

Nouveau Bureau : Le Bureau de l'association COUP DE POUCE a été renouvelé.

Nolann GILLES et Agathe PÉRUSSEL sont donc les deux nouveaux présidents et Louison CHEVALIER le nouveau trésorier.

COUP DE POUCE est une association essentiellement composée de jeunes venant de Montreuil-sous-Pérouse et alentours. Elle compte une quinzaine d'adhérents de 14 à 18 ans.

Elle vous propose des services de baby-sitting, d'aide aux devoirs, de bricolage, jardinage, garde d'animaux ainsi que des serveurs pour vos réceptions !

Si vous avez besoin de nous, de renseignements ou bien si vous êtes motivés pour faire partie de notre association, CONTACTEZ-NOUS ! Nolann GILLES : 07.62.34.09.34 coupdepouce.montreuil@gmail.com Instagram : coup_de_pouce35 Facebook : coup de pouce, Montreuil-sous-Pérouse

ASSOCIATION G L S EVENTS

GLS EVENTS votre nouveau prestataire événementiel sur Montreuil-sous-Pérouse, vous propose des prestations animation et DJ pour tous types d'événements.

(Anniversaire, Mariage, Départ en retraite, Kermesse, événement public, associatif, comité des fêtes ou entreprise...)

Le but est de redynamiser, animer et organiser des soirées et événements.

Faire découvrir et redécouvrir la culture musicale et festive.

🎤 Animateur de soirées et d'événements

📍 Montreuil-sous-Pérouse, Bretagne 🎧 Prestation, Animation, Location ✉ contact.glsevents@gmail.com

☎ 07.62.34.09.34 Instagram : [_gls_events_](#) Facebook : Nolann Gilles

