

L'actu de Beine-Nauroy



#48 Bulletin municipal :: juillet 2023

BEINE
- NAUROY

Sommaire

—

Ma commune Vie locale 4

L'actu du Grand Reims 7

Environnement..... 8
Préservons et économisons l'eau ensemble
Comment faire pour prendre soin de cette
ressource essentielle tout en continuant
à profiter de ses bienfaits ?

Portrait 9
Jenny Mongrolle, Bibliothécaire à Beine-Nauroy

Bibliothèque 10

Entreprise locale 11
Une nouvelle activité arrive dans votre
commune : la réflexologie !

Agenda 12

En images



Fête nationale

Jeudi 13 juillet

À partir de 19h - cour Diakow

Moment de convivialité

Apéritif offert par le comité des fêtes

Pique-nique tiré du panier

Barbecues mis à disposition - Buvette sur place

À partir de 22h

Départ cour Diakow jusqu'au terrain de foot

Retraite aux flambeaux, feu d'artifice

À partir de 23h - cour Diakow

Bal du comité des fêtes

Vendredi 14 juillet

11h30 - Monument aux morts

Cérémonie officielle

Vin d'honneur



Romain BONHOMME
Maire de Beine-Nauroy

Au niveau national à mi-mandat, les démissions d'élus locaux atteignent un niveau sans précédent. En 3 ans et sur la France entière, près de 1 300 maires ont démissionné.

Au-delà des situations personnelles, car l' élu local est aussi un humain avec une vie familiale et professionnelle, plusieurs raisons sont avancées pour expliquer cette situation : un mandat chronophage, un champ de responsabilités large qui engage la responsabilité personnelle et pénale du maire, un relâchement de certains vis-à-vis du respect du pacte républicain et des règles de vie en communauté, un accroissement de la bureaucratie et des normes qui retardent les projets, la réduction des moyens financiers...

Le mandat d' élu municipal est effectivement un mandat exigeant, mais tellement enthousiasmant par son côté humain et collectif. Je considère que l' élu est avant tout un citoyen au milieu des citoyens.

Alors s'il y a parfois à certaines occasions, des situations décevantes (de celles évoquées ci-dessus par exemple), qui peuvent abîmer la bonne humeur ou créer une crispation spontanée invitant au renoncement, à ne pas répondre, à ne pas agir tant les obstacles sont parfois nombreux. Les nuages de morosité dans la tête des édiles, sont à l' image de notre météo estivale : ils se dissipent très vite ! L'intérêt général et l'actualité nous ramènent très vite à la nécessité du côté opérationnel avec de nombreux dossiers à mener et à faire avancer.

Alors, il n'est pas possible dans ce court édito de lister l'ensemble des actions réalisées depuis mai 2020. Je citerais simplement quelques chiffres symboliques.

En 3 ans ce sont : environ 3 250 h/an consacrées par les élus à la gestion municipale et intercommunale, une moyenne de 3 à 4 réunions hebdomadaires, 1,7 M € d'investissement en 3 ans, 265 dossiers d'urbanisme traités, 70 000 € consacrés à la vie associative et aux familles ...

Au terme de ces 3 années : riches, intenses, passionnantes, je souhaiterais renouveler mes remerciements au personnel communal pour son action quotidienne sans faille et aux élus municipaux toujours assidus, actifs comme au premier jour, à votre écoute pour continuer de faire mieux, continuer d'aller plus loin ensemble au service d'une commune toujours plus rayonnante.

Je vous souhaite une excellente lecture de cette édition de l'Actu.
Bon été à tous

R. BONHOMME



**Monsieur le Maire reçoit
sur rendez-vous à la mairie
de Beine-Nauroy**

Horaires d'ouverture

NOUVEAU

Tous les jours sur rendez-vous
et le mercredi de 15h à 19h
sans rendez-vous !

**Possibilité
de rencontrer
la municipalité
sur rendez-vous**

Nous contacter

Mairie de Beine-Nauroy
4 place de la Mairie
51 490 Beine-Nauroy
03 26 03 27 63
beinauroy.mairie@wanadoo.fr

État civil

Naissances

- Clémentine VILLÉ
née le 08/06/2022
- Rose THONNELLIER
née le 12/05/2023

Mariages

- Adèle ALEXANDRE
et Yoann LECHENAU
mariés le 27/05/2023
à Beine-Nauroy
- Amélie LEMONNIER
et Julien PERIGNON
mariés le 10/06/2023
à Beine-Nauroy
- Mélody DEVASSINE
et Antoine TISSIER
mariés le 08/07/2023
à Reims

ÉLECTIONS SÉNATORIALES

En 2023 seront renouvelés les 3 postes de sénateurs de la Marne. Pour la France, ce sont 170 sièges à renouveler. Comme tous les conseils municipaux, une réunion s'est tenue le 9 juin pour désigner les 3 grands électeurs de Beine-Nauroy appelés à élire les futurs législateurs.

À noter, l'élection des sénateurs aura lieu le 24 septembre 2023.

VIE COMMUNALE

LA MUNICIPALITÉ À VOTRE RENCONTRE !



Aller à la rencontre des habitants, c'est l'objectif des réunions de quartier. Ces moments de partage et de dialogue sont autant d'occasions pour répondre aux préoccupations des habitants mais aussi d'évoquer les projets en cours ou à venir de la commune.

Pour quoi faire ?

- Apporter des réponses aux problématiques locales : les sujets de préoccupations liés à la vie du quartier sont abordés, que ce soit pour des projets structurants ou des soucis du quotidien.
- Expliquer et détailler les projets de la municipalité.
- Donner la parole aux habitants et créer un lien de proximité avec les élus et les équipes municipales.

Comment ça fonctionne ?

Organisées à la mairie, les réunions prennent la forme d'un dialogue entre élus et citoyens. Une invitation est adressée aux riverains du quartier concerné.

À ce jour déjà trois réunions ont eu lieu : quartiers rue de Mouchery, rue de Prunay et quartier de la Filature. L'occasion d'évoquer les questions d'urbanisme, de travaux autour de la salle polyvalente et sur le secteur de Mouchery, de voiries et d'assainissement, mais aussi de lutte contre les incivilités (rodéos, malveillance sur les équipements publics et le mobilier urbain, nuisances sonores...).



Les comptes-rendus des Conseils municipaux sont à retrouver sur :
<https://mairie-beine-nauroy.fr/decouvrir-beine-nauroy/le-conseil-municipal/comptes-rendus/>

De nouveaux panneaux signalétiques



Une signalisation d'information visant à repérer les principaux équipements et bâtiments de la commune a été mise en place. Elle facilitera la localisation et vise à renforcer l'attractivité des activités dans la commune.



CAMBRIOLAGES

VIGILANCE PENDANT LES VACANCES

En lien avec la communauté de brigades de Witry-lès-Reims, nous vous rappelons les réflexes simples avant un départ en vacances : bien verrouiller portes et fenêtres, fermer volets et portails, placer objet de valeur en lieu sûr, demander à un voisin de relever le courrier et de simuler une présence.

Il est fortement conseillé de signaler son absence à la gendarmerie de Pontfaverger en remplissant le formulaire suivant : <https://psl.service-public.fr/mademarche/OperationTranquilliteVacances/demarche>

Les voisins et référents vigilants des vacanciers sont invités à alerter les forces de l'ordre dès que des comportements suspects sont repérés : un véhicule qu'on n'a pas l'habitude de voir dans le quartier, le passage répété d'une personne, des marquages à la craie...



Le rodéo urbain, un délit passible d'un an de prison et de 15 000 € d'amende

Roues arrière, vitesse excessive, contresens... Le rodéo consiste à s'adonner à une conduite répétant de manière intentionnelle des manœuvres violent le Code de la route et qui entraînent un risque manifeste pour la sécurité des personnes ou un trouble à la tranquillité publique.

Les « rodéos urbains » constituent une infraction au code de la route. Ce dernier prévoit des sanctions applicables (voir les articles L. 236-1 à L. 236-3 du code de la route). Depuis la loi du 3 août 2018, les rodéos urbains constituent un délit passible d'un an de prison et de 15 000 € d'amende, avec facteurs aggravants pour les faits commis en réunion ou sous l'emprise d'alcool ou de drogue.

Si la ruralité offre de grands espaces et des terrains de jeux propices aux balades en cyclo ou en moto, il n'en demeure pas moins que les règles du code de la route doivent être strictement respectées.

La pratique du « wheeling » est interdite dans les rues du village.

La vigilance s'impose également aux abords des habitations et en dehors des horaires diurnes afin de préserver la sérénité de tous.

CHIENS DANGEREUX

Rappel des obligations et précautions à prendre par les propriétaires

La commune rappelle aux propriétaires de chiens d'attaque (catégorie 1) ou de chiens de garde et de défense (catégorie 2) que des règles s'imposent dans l'espace public. Pour la sécurité de tous, les chiens classés « dangereux » doivent obligatoirement porter une muselière en plus de la laisse. Le propriétaire doit être dans toutes circonstances en mesure de maîtriser son chien.



La numérotation des habitations une identification obligatoire

Cette absence peut compliquer la tâche des services à domicile, du ramassage des déchets ménagers, de la distribution du courrier, et surtout, de l'intervention des secours (ambulance, médecin, pompiers).

Nous vous rappelons que la numérotation de votre habitation est obligatoire et doit être visible de la voie publique ou d'une voie privée ouverte à la circulation publique. Si l'immeuble ou la maison est en retrait, le numéro doit être signalé en front de voirie.

Voici les endroits possibles où placer votre plaque de numéro de maison :

- Posez directement la plaque sur votre façade de maison.
- Placez la plaque sur ou à côté de votre porte d'entrée.
- Positionnez la plaque sur votre portail.
- Collez la plaque sur votre boîte à lettres.

Tu es un.e jeune Beinais.e de 17 ans et tu cherches un job ? Passe ton BAFA et la mairie t'aidera à hauteur de 50 % du coût de la formation !

Afin d'impliquer les jeunes dans la vie de la commune, **la mairie de Beine-Nauroy, en partenariat avec l'association Les Marmousets, propose une aide financière individuelle au Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateurs (BAFA) pour les jeunes du village.**

Le BAFA est un diplôme qui permet d'encadrer des enfants et adolescents en centres de vacances ou de loisirs. Cette

formation comprend 2 sessions théoriques (1 stage de base et 1 pratique de 14 jours de travail effectifs minimum), puis un stage d'approfondissement.

Avant toute décision de prise en charge par la commune, tu devras effectuer un essai de 2 semaines consécutives pendant les vacances au sein de l'accueil de loisirs Les Marmousets. Alors si tu es intéressé.e, envoie ta candidature avant fin juin avec tes motivations et tes disponibilités pour ta période d'essai à :

• **l'association Les Marmousets marmousets51490@hotmail.com**

• **et à la mairie de Beine-Nauroy beinauroy.mairie@wanadoo.fr**

RETOUR EN IMAGES

Pâques

Cette année, la chasse aux œufs en famille a eu lieu le samedi 8 avril



Fête des voisins

26 mai 2023 : Première Fête des voisins organisée par le comité des fêtes. Moment de convivialité et de partage, cette fête contribue à la bonne ambiance de notre commune. C'est l'occasion de rencontrer ou d'apprendre à mieux connaître ses voisins autour d'un buffet où chacun peut mettre à contribution ses talents culinaires.

Célébration du 8 mai 2023



Journée déchets

Samedi 13 mai, s'est déroulée la 1^{ère} édition du Nettoyage de Printemps. Une matinée rythmée par l'entraide, la convivialité et la bonne humeur. A l'occasion, les bénévoles ont eu le droit à une visite des nouveaux locaux CPI et ateliers municipaux.



Quelles sont les règles pour construire une clôture ?



Tous travaux pour édifier une clôture doit faire l'objet d'une déclaration en mairie. Vous devrez déposer une déclaration préalable (cerfa n° 13703*09) avec toutes les pièces justificatives nécessaires (plan de masse, plan de situation, photographies...).

Les réglementations évoluent en fonction de la zone du PLU. Les zones les plus courantes dans le village sont les zones « UC » et « UD » qui représentent 90 % du territoire beinais.

Pour la zone dite « UC » représentant le centre bourg du village (voir carte : intérieur du rouge), les règles du PLU sont les suivantes :

« Les clôtures édifiées en limite d'emprise du domaine public seront constituées :

- Soit d'un mur plein d'une hauteur minimale de 2m et maximale de 3m
- Soit d'un mur n'excédant pas 1,20m de hauteur, surmonté d'une grille, le tout n'excédant pas 2m de hauteur
- Soit d'un grillage double ou non d'une haie vive, le tout n'excédant pas 2m de hauteur.

Les clôtures édifiées en limite séparative ne devront pas excéder 3m de hauteur par

rapport au terrain naturel. Les clôtures existantes peuvent être remises en état aux mêmes caractéristiques qu'aux clôtures existantes. »

Pour la zone « UD » représentant une grande partie du village (voir carte : intérieur orange, extérieur rouge), voici ce que dit le PLU de Beine-Nauroy :

« Les clôtures édifiées en limite du domaine public seront constituées :

- Soit d'un mur n'excédant pas 1,20m de hauteur, surmonté d'une grille, le tout n'excédant pas 2m de hauteur
- Soit d'un grillage double ou non d'une haie vive, le tout n'excédant pas 2m de hauteur.

Les clôtures édifiées en limite séparative ne devront pas excéder 3m de hauteur par rapport au terrain naturel. Les clôtures existantes peuvent être remises en état aux mêmes caractéristiques qu'aux clôtures existantes. »

> Pour toute question relative à l'urbanisme, n'hésitez pas à contacter la mairie au 03 26 03 27 63 ou à urbanisme.beinenauroy@orange.fr

Communauté urbaine du Grand Reims

LE PLAN PLUIE du Grand Reims

Le 30 mars 2023, le conseil communautaire du Grand Reims a adopté son Plan Pluie. Il s'agit d'un schéma directeur et d'un zonage de gestion des eaux pluviales réalisés sur l'ensemble des 143 communes de la Communauté urbaine.

L'objectif est de proposer un programme de mesures et d'aménagements du territoire pour favoriser l'infiltration (revêtements perméables, espaces végétalisés...), le stockage (bassins infiltrants, chaussées drainantes, mûrs végétalisés...) et la réutilisation (cuves de récupération, arrosages des plantations...) de l'eau de pluie.

Cette démarche répond à deux enjeux majeurs

- **Réduire le risque d'inondation** : l'eau stockée dans les sols permet de diminuer les volumes s'écoulant en surface, donc le risque de saturation des rivières et des réseaux.
- **Reconquérir le bon état des masses d'eau** : une meilleure gestion des eaux pluviales passe avant tout par

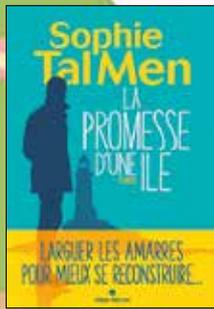
une approche préventive visant la limitation à la source des apports de pollution.

Alors que les épisodes de sécheresse intense se font de plus en plus fréquents dans notre pays en raison du réchauffement climatique, le Plan Pluie permettra une **meilleure recharge des nappes grâce à une eau accessible toute l'année**. Et de meilleure qualité puisqu'une eau qui ruisselle moins se charge moins en polluants.

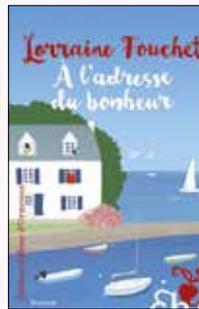
Permettre aux eaux de pluies de mieux s'infiltrer, c'est aussi favoriser la biodiversité et les îlots de fraîcheur en été, tout en évitant de nouveaux ouvrages coûteux par la réduction d'eaux pluviales à canaliser.



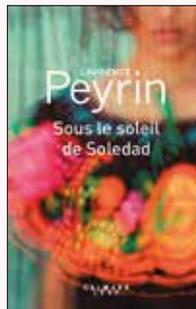
Coups de cœur



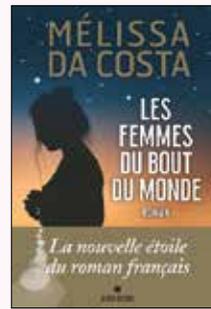
Sophie Talmen
La Promesse d'une île



Lorraine Fouchet
A l'adresse du bonheur



Laurence Peyrin
Sous le soleil de Soledad



Mélissa Da Costa
Les Femmes du Bout du Monde

Fermeture estivale
du 14 juillet
au 15 août 2023
Réouverture
mercredi 16 août



À venir

BIG BANG BD

2 expositions

Du 2 au 27 octobre

Exposition

Comme une bête en case
prêtée par la bibliothèque
départementale de la Marne

Du 20 au 24 novembre

Exposition par
**l'illustrateur Thomas
Labourot**

BIG BANG BD
La bande-dessinée agit le réseau Culture & Vieilles
Médiathèque de Bourgogne-Fresne

Animations
SAMEDI 25 NOVEMBRE
DE 10H À 13H
Médiathèque de Bourgogne-Fresne

Atelier manga de 10h à 12h
Surprises
Concert animé à 13h
Rencontres auteurs et allocutés de 10h à 13h

Minna Yu	Bengal	Benoît Blary
Sourya	Pascal Regnaud	Hoan Vi Hu

Tout public, entrée libre

4 ateliers

Dès 7 ans, gratuit sur inscription

Mercredi 11 octobre 14h
Je dessine Kawaii

Mercredi 18 octobre 14h
**Atelier proposé par
l'illustrateur Bengal**

Mercredi 8 novembre 14h
Fabrique ton badge

Mercredi 22 novembre 14h
**Atelier proposé par
l'illustrateur Thomas Labourot**

La clôture de cet événement BD se déroulera à la médiathèque de Bourgogne-Fresne samedi 25 novembre avec au programme des rencontres et dédicaces avec les auteurs de BD, un atelier manga et un concert dessiné !!



Jenny Mongrolle bibliothécaire à Beine-Nauroy

Bibliothécaire : un rôle de transmission

À l'approche de l'été, rien de tel qu'un bon livre pour accompagner vos journées, pour vous évader.

N'hésitez pas à pousser la porte de la bibliothèque pour trouver votre bonheur. L'abus de lecture n'est pas dangereux pour la santé !

■ En s'éloignant de la définition du dictionnaire, si vous deviez définir votre métier en trois mots...

Passionnant, diversifié et parfois méconnu.

■ Conseillez-nous un livre qu'il faut avoir lu au moins une fois dans sa vie ?

Le Petit Prince, d'Antoine de Saint Exupéry
C'est un conte philosophique que l'on peut mettre entre toutes les mains, raconter ou lire à tout âge et transmettre.

L'ACTU : Depuis combien de temps travaillez-vous à Beine ?

J'y travaille depuis une quinzaine d'années. Je suis tout de suite tombée sous le charme de ce lieu qui se trouve dans les locaux de l'ancienne école. Une belle manière de réhabiliter ce bâtiment chargé d'histoire. L'occasion de lui redonner vie, d'en faire un lieu où les gens ont plaisir à venir.

L'ACTU : Parlez-nous de votre formation

Le Bac en poche, j'ai d'abord suivi des études d'histoire et d'histoire de l'art, pour ensuite intégrer une école formant au métier de libraire. J'ai exercé pendant plusieurs années à Reims puis j'ai décidé de m'orienter vers le métier de bibliothécaire. J'ai alors participé à la formation proposée par l'Association des Bibliothécaires de France.

L'ACTU : Pourquoi avez-vous choisi le métier de bibliothécaire ?

Par passion pour les livres. Pour tous les livres : du roman aux bandes dessinées, de l'album jeunesse aux documentaires, du manga aux romans policiers. Je souhaitais retirer l'aspect commercial du métier de libraire pour qu'il ne reste que l'échange et le partage. J'aime ce rôle qui consiste à accueillir toute sorte de public : des tout-petits, des jeunes, des ados, des moins jeunes... À moi de les conseiller, de les orienter dans leurs recherches, de trouver le livre qui leur correspond. À moi d'éveiller leur curiosité, de leur donner l'envie de lire car la lecture permet de s'ouvrir au monde, de s'évader du quotidien, de parfaire ses connaissances... Je crois en cet adage « *Un enfant qui lit sera un adulte qui pense* ».

L'ACTU : Quelle est votre fonction au sein de la bibliothèque ?

Je suis responsable de la bibliothèque. Mais celle-ci fonctionne aussi grâce à une équipe de super

bénévoles. Elles sont dévouées, très impliquées et d'une grande aide.

L'ACTU : Que fait la bibliothécaire ?

Le prêt de livres, ce n'est que la partie visible de l'iceberg ! Nous n'avons d'ailleurs pas que des livres à prêter mais aussi des revues, des DVD, des CD, des liseuses... Nous proposons aussi en partenariat avec la Bibliothèque départementale de la Marne un service de prêt de livres numériques, de films, de presse en ligne et d'autoformation.

Et sinon je range, je réserve, je cherche, je découvre. Je sélectionne, je trie, je pilonne, je désherbe, j'achète.

Je catalogue, je tamponne, je couvre, je réceptionne, je commande. J'accueille, je conte, je fais le lion, le loup, l'ours ou la sorcière...

Je bricole, je découpe, et prépare des ateliers
Je travaille en réseau, je statistique et je rends des comptes. Je suis aussi parfois infographiste, historienne, archiviste, programmatrice.

Et puis aussi animatrice, informaticienne, formatrice, déménageuse, conteuse. Je veille, je gère, je réserve. Je programme et prépare des événements, expositions, ateliers, lectures, concert...

L'ACTU : Avec tous les changements liés au numérique, le livre a encore un intérêt à être défendu ?

Les avancements et les changements liés au numérique sont des plus qui viennent augmenter l'offre et permettent de mieux le faire connaître, mais je ne crois pas qu'une nouvelle pratique se substitue forcément à la précédente.

Rien ne pourra remplacer le plaisir de tenir un livre dans ses mains et de tourner les pages une à une. A l'heure où l'on passe énormément de temps sur les écrans, il permet de se reposer les yeux, on peut l'emporter partout et il ne nous lâche pas subitement pour un problème de batterie. ■



SÈCHERESSE

Préservons et économisons l'eau ensemble

Comment faire pour prendre soin de cette ressource essentielle tout en continuant à profiter de ses bienfaits ?

Le service technique généralise le paillage pour préserver et nourrir ses sols, réduire la consommation en eau et limiter la prolifération des mauvaises herbes. Le paillis conserve l'humidité et réduit le volume d'eau qui s'évapore naturellement. L'arrosage devient beaucoup moins fréquent, la terre se dessèche moins vite.

Les conseils des jardiniers municipaux pour économiser de l'eau dans votre potager et massifs de fleurs

- J'utilise le paillage qui maintient l'humidité du sol et évite la pousse des herbes folles.
- J'arrose le soir ou le matin aux heures les plus fraîches pour éviter l'évaporation.
- 1 binage vaut 2 arrosages.
- Je plante dans mes balconnières des fleurs et des plantes plus résistantes à la sécheresse : géraniums, sauge bleue, verveine...

Le plan de gestion différenciée des espaces publics

Le recours aux pesticides et l'éradication spontanée de la végétation ne sont plus compatibles avec les enjeux de préservation de l'environnement et en particulier avec la qualité de l'eau. La gestion différenciée consiste à adapter le mode d'entretien des espaces en fonction de leur fréquentation,

de leur usage et de leur localisation. Les fréquences d'intervention ainsi que les moyens humains et matériels sont adaptés, en essayant de maintenir une gestion la plus douce possible.

La gestion différenciée permet de favoriser la diversité des êtres vivants et des milieux naturels, appelée biodiversité. Les espaces verts, comme les espaces naturels, servent aussi de lieux de vie pour des espèces animales et végétales sauvages de plus en plus menacées par l'urbanisation et la destruction ou la fragmentation de leurs milieux naturels.

La gestion différenciée se caractérise par la mise en œuvre de pratiques de gestion différentes comme :

- l'espacement des fréquences de tonte,
- la fauche annuelle en fin d'été, sur certains sites, au lieu de plusieurs tontes dans l'année,
- le paillage des pieds d'arbres, pieds de haies et massifs avec des copeaux de bois,
- le désherbage alternatif : thermique, mécanique, manuel, ou pas de désherbage du tout,
- la taille douce des arbres et arbustes,
- l'enherbement spontané des espaces minéraux non fréquentés,
- la lutte biologique contre les ravageurs,
- le recyclage des déchets verts.



Nouvel espace Mouchery

En remplacement des frênes abattus pour raison de sécurité, l'espace Mouchery a fait l'objet d'un réaménagement pour créer un espace paysager de repos. De nombreux arbres ont été replantés avec des essences locales : une vingtaine d'arbres d'ornement et fruitiers (cerisiers, poiriers, pommiers) et des bosquets (cornouiller, aubépine, trène des bois...) afin de privilégier une adaptation rapide et une résistance plus importante au changement climatique. Ces travaux ont pu être réalisés en régie par les équipes techniques en mettant à profit de tous leurs compétences de paysagistes. Prochainement du mobilier urbain viendra finir de compléter cet espace.



L'écopâturage : des boucs et moutons pour nos espaces verts

Nos petits animaux opèrent des transhumances depuis quelques mois. Vous pouvez les retrouver dans différents sites de la commune : site des ateliers municipaux, rue du Moulin, rue Saint-Rémy.



Rachelle Denéchère habite de Beine-Nauroy depuis 19 ans.

Une nouvelle activité dans votre commune : la réflexologie

Après une première vie professionnelle en tant que préparatrice en pharmacie, Rachelle Denéchère reste attachée à la santé en choisissant d'intégrer une formation de 8 mois à Annecy, un centre certifiant en réflexologie.

Rachelle pratique son activité à son domicile à Beine-Nauroy, sur rendez-vous du lundi au vendredi.

Le but de la réflexologie est d'amener le corps à un état d'équilibre, en effet on retrouve la cartographie de notre corps sur nos pieds, nos mains.

En stimulant des zones dites « réflexes » par différentes pressions, un message est transmis au système nerveux afin de réguler l'organisme. Rachelle, à l'aide de techniques manuelles, travaille sur des zones spécifiques choisies en fonction de la demande et de l'état de santé du bénéficiaire.

Elle pratique la réflexologie plantaire, palmaire et s'est récemment formée au micro-massage crânien.

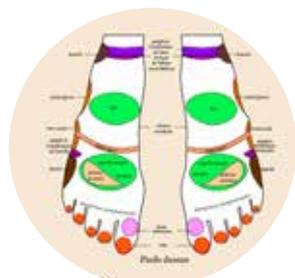
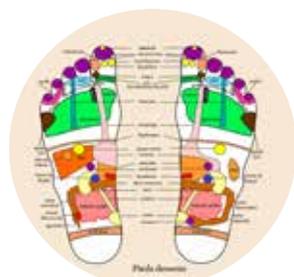
La réflexothérapie est accessible à tous, petits et grands ! Elle veille à respecter scrupuleusement indications et contre-indications propres à l'état

de santé de la personne qui reçoit le soin pour l'accompagnement d'un suivi thérapeutique ou pour agir de façon préventive.

La réflexothérapie s'adresse également à toute personne en quête de bien-être, de détente, de relaxation et de lâcher-prise ou encore pour l'accompagnement des troubles fonctionnels liés au stress, des douleurs et tensions associées.

- Relâche vos tensions
- Améliore la circulation sanguine
- Améliore la qualité du sommeil
- Migraines chroniques
- Troubles fonctionnels (douleurs musculaires, troubles digestifs, maladies de la peau, douleurs menstruelles, mal de dos, troubles respiratoires) qui ont été diagnostiqués par votre médecin.

Il convient de préciser que la réflexothérapie constitue un complément idéal à la médecine conventionnelle mais qu'en aucun cas elle ne s'y substitue. ■



« Quel que soit le motif de votre venue, mon objectif est de vous aider à vous sentir plus léger grâce à la détente et en meilleure forme grâce au soulagement que vous ressentirez après chaque séance. » Rachelle

Contacts

06 27 86 39 95

rachelle.denechere@gmail.com

7 rue de Prunay

51490 Beine-Nauroy

1^{er} juillet

Festival KOLENZIK

12 juillet

Don de Sang :: de 15h30 à 19h30 :: la Salle Polyvalente

13 juillet

Festivités et bal avec le groupe Pierrick Sanderson, Feu d'artifice
:: Cour Diakow :: Comité des fêtes

14 juillet

Cérémonie officielle :: Monument aux morts :: Cour Diakow

Du 17 au 21 juillet

Chantier Jeunes à Nauroy

11 août

Nuit des Étoiles :: Observatoire de Beine-Nauroy

8 septembre

Forum des associations :: Salle polyvalente :: par les Associations du village

9 septembre

Astronomic Run :: par BCS

16 et 17 septembre

de 10h à 17h :: Ouverture du site du village détruit de Nauroy (balades libres et commentées sur le chemin de mémoire) :: Nauroy :: Les Amis de Nauroy

17 septembre

Tournoi de Pétanque :: par le CAB

23 et 24 septembre

Fête patronale :: par le Comité des fêtes

1^{er} octobre

Baby Broc :: Salle polyvalente :: BNE

2 octobre au 25 novembre

Ateliers et expositions "Événement BD" :: Bibliothèque

Automne 2023

Bébés en fête :: Bibliothèque

ERRATUM ACTU#47:

**Horaires de la
boulangerie**

Fermée le lundi
7h-13h/16h-19h
de mardi au vendredi
7h/13h les samedi
et dimanche
Ouverte les jours fériés



PRATIQUE

**Nouveaux horaires
de la mairie**

Depuis le 1^{er} juin 2023,
la mairie a assoupli les
facilités d'accès au public.

**La mairie sera désormais
ouverte et accessible
tous les jours sur
rendez-vous et le
mercredi de 15h à 19h
sans rendez-vous !**

Vous pouvez prendre
rendez-vous
par téléphone
au **03 26 03 27 63**
ou par mail sur
**beinauroy.mairie
@wanadoo.fr**