



AUMÔNERIE DES COLLÈGES ET LYCÉES

REPRISE LE SAMEDI 15 SEPTEMBRE

Page 5

aujourd'hui



JOURNAL CHRÉTIEN D'INFORMATION

Paroisses de la Sainte Famille et du Bon Pasteur

DOSSIER J'AI PAS LE TEMPS !



EXPRESSION

Chaque chose en son temps,
un temps pour chaque chose

Page 3



INSCRIPTIONS

Le caté, une force
pour la vie

Page 5





Père Éric Brout



Père Benoît de Masgontier

Coordonnées et blog des paroisses

Sainte famille :

Presbytère de Commentry

28, rue de la République

03600 Commentry

Tél. 04 70 64 32 35

saintefamille03600@orange.fr

Blog : paroissedelasaintefamille.over-blog.fr

Bon Pasteur :

Presbytère de Villefranche

6, place de l'église

03430 Villefranche d'Allier

Tél. 04 70 07 48 75

paroissedubonpasteur03@orange.fr

Éditorial

Le temps ? Dieu nous le donne

L'ambiance d'été se termine peu à peu, laissant place à la reprise qui s'annonce déjà. Voici le chemin de la rentrée... Rentrée scolaire ou universitaire, rentrée professionnelle, rentrée paroissiale. De multiples activités se bousculent, s'entrechoquent dans notre emploi du temps. Au travail, à la maison, la question du temps et du rythme parfois trépidant de nos journées est souvent au cœur de nos préoccupations.

Par la force des choses, nous sommes contraints à faire des choix, à privilégier telle activité plutôt que telle autre, à abandonner au contraire ce qui brise trop fortement notre équilibre de vie. Nous éprouvons là une de nos limites fondamentales : le temps. Nous disposons tous de 24 heures dans une journée. Qu'est-ce que je choisis d'en faire ? Il nous faut concilier rythmes biologique, familial et social, concilier nos envies et les choix qui vont nous construire.

Prenons garde de ne pas passer à côté de ce qui pourrait ensoleiller notre journée, enrichir notre vie intérieure, nous mettre en relation avec les autres. C'est le risque que nous prenons lorsque nous courrons entre les multiples rendez-vous, engagements et activités planifiés dans nos agendas. C'est pour cela que le dossier de ce numéro nous fait réfléchir sur ce sujet du temps.

Oui, la rentrée est là avec ses nostalgies et on a encore en tête la liesse qu'a engendrée la formidable victoire de nos jeunes footballeurs français. La rentrée est aussi là avec ses invitations, ses défis. La paroisse du Bon Pasteur et de la Sainte-Famille sont engagées dans la réflexion « En mission, au plus près de tous ! » à laquelle nous invite notre évêque Mgr Percerou. Elle a pour objet de regarder comment nous pouvons emprunter la route des femmes et des hommes de notre diocèse afin de leur ouvrir la route qui mène à Dieu.

Les deux paroisses ont déjà commencé à mutualiser leurs forces : que ce soit au niveau du journal *Aujourd'hui* distribué toutes boîtes aux lettres ou bien au niveau de la catéchèse des confirmands. N'ayons pas peur des changements mais soyons audacieux et créatifs comme nous y invite le pape François*.

Le temps est avant tout un don que le Seigneur nous fait pour grandir dans son amour. Alors, en cette période de reprise, d'organisation, de choix divers, de contraintes et obligations, et si l'Évangile nous aidait non pas à prendre le temps mais à le recevoir comme un don, comme une grâce ? Car le temps est aussi ce qui rend tout possible... Bonne rentrée à chacun d'entre vous !

* Pape François, Exhortation apostolique, *Evangelii Gaudium*, §33.

DIRECTEURS DE PUBLICATION ET DIRECTEURS DE LA RÉDACTION : P. Eric Brout et Benoît de Masgontier

Éditeur **Bayard Service** Établissement Centre-Alpes-Méditerranée - Savoie Technolac - CS 20308 - 73377 Le Bourget du Lac cedex - Tél. 04 79 26 16 60 bse-centre-alpes@bayard-service.com - www.bayard-service.com

PREMIER SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : Leïla Oufkir CONCEPTION GRAPHIQUE : Karine Moulin MAQUETTISTE : Nadège Landré FABRICATION : Caroline Boretti RÉGIE PUBLICITAIRE : Bayard Service Tél. 04 79 26 28 21

IMPRESSION : Imprimeries Decombat 63118 Cébazat - Dépôt légal : à parution - ISSN 1957-8792

CRÉDIT PHOTOS : Aujourd'hui, sauf mention contraire.

LE GLOBE Cuisine traditionnelle et familiale.
Service midi et soir. Menus à partir de 13€.
Pour l'organisation de vos repas de groupe, nous consulter.

Hôtel - Bar - Restaurant
61, rue de la République
03430 COSNE D'ALLIER
04 70 07 50 26
leglobe03@orange.fr

Century 21 - Agence Pasquet Immobilier
68, bd de Courtais 03100 MONTLUÇON - Tél. 04 70 03 94 50

Qui s'y connaît aussi bien ?
www.century21-pasquet-montlucon.com

Didier DEMANGE
Chauffage - Sanitaire
Energies renouvelables
Les Chaises 03170 DOYET
04 70 07 78 24

BÉZENET
CHAMBRES d'HÔTES
LA LONGÈRE des Gillettes
04 70 07 30 12
www.longeredesgillettes.free.fr

Boucherie Charcuterie d'Éleveurs
SAVEURS du PRÉ

Élodie et Sylvain CARRÉ
06 99 56 71 82
Les Granges - VIEURE
www.saveurs-du-pre.fr

BOULICOT BRANDAO menuiserie

Fenêtres - Volets
Portails - Vérandas
Escaliers - Isolation combles

04 70 64 63 48
ZA la Brande Sud 03600 Malicorne
50, rue Pasquis 03100 Montluçon

FROMAGE FERMIER DE L'ALLIER
Vente aux particuliers à domicile et sur les marchés de COMMENTRY, VICHY

LE BÉZENET au lait entier

Font Saint-Huile 03170 BEZENET
©/Fax **04 70 07 76 76**

Beaumont
Boulangerie - Pâtisserie
Confiseur - Glacier

42, rue Jean Jaurès
03600 COMMENTRY
Tél. **04 70 64 32 30**

Ets LAZARO
Charpentes & Maisons Bois

- Maison ossature Bois
- Charpente traditionnelle
- Couverture
- Garage, Abri de jardin, Véranda, Extension
- Pièces bois à la demande

04 70 05 38 53 - 03170 BIZENEUILLE
www.lazaro-etienne.com

Carrefour market

MONTMARAULT - 04 70 07 36 21
Ouvert tous les jours
9h/12h30 - 14h30/19h15
Dimanche 9h/12h
Station service 24h/24
Stationnement Camping-car

Chaque chose en son temps, un temps pour chaque chose !

« Chaque chose en son temps, un temps pour chaque chose ! » Cette réflexion est tirée d'un livre de la Bible, dans l'Ancien Testament, à une époque où le peuple juif n'envisageait pas encore une vie après la mort. L'auteur, appelé Ecclésiaste (orateur public) écrit par exemple : « *Il y a un temps pour enfanter et un temps pour mourir...* » et, sur ce style, il aligne quatorze paires de contraires qui embrassent toute la vie humaine.¹

Cela dit, l'Ecclésiaste présente le temps comme don de Dieu : « *Je vois l'occupation que Dieu donne aux fils d'Adam pour qu'ils s'y occupent...* » À leur cœur, il donne même le sens de la durée. Mais il y a deux durées. Un psaume² exprime cela d'une formule lapidaire : « *Pour Dieu, un seul jour est comme mille ans, et mille ans comme un seul jour.* » Autrement dit, Dieu est éternel, il n'y a pas en Lui de changement, étant le même hier, aujourd'hui et demain. Par contre, l'homme doit jour après jour, construire sa personnalité. Ce don de Dieu nous est donné pour que nous puissions nous développer. Il faut du temps pour grandir, pour mûrir un projet, pour s'initier à un métier, pour assumer des responsabilités familiales, professionnelles, civiques, politiques, sociales, humanitaires... Saint Pierre dans sa seconde épître nous dit qu'en nous faisant don du temps, « Dieu fait preuve de patience, ne voulant pas que quelques-uns périssent, mais que tous parviennent à la conversion »³.

Cependant, l'Ecclésiaste ne nous appelle pas à l'oisiveté

mais à bien gérer le temps qui nous est accordé.

Jésus-Christ reprendra tout cela en disant : ce n'est pas ceux qui disent « *Seigneur, Seigneur, qui entreront dans le Royaume des Cieux mais ceux qui mettront en pratique la volonté de mon Père qui est aux cieux.* » Et cette pratique se réalise dans le concret de nos existences terrestres, en y mettant justice, vérité, paix...

¹ Livre de l'Ecclésiaste, ch 3.

² Ps 89,4.

³ 2 Pierre 3, 8-9.



À chaque jour suffit sa peine

« *À chaque jour suffit sa peine* »*, nous dit Jésus dans le sermon sur la montagne. Nous avons tous notre lot de peines. N'y ajoutons pas le stress qui nous fait craindre les soucis des jours à venir. D'autre part, ne remettons pas au lendemain ce que l'on peut faire le jour-même afin de ne pas alourdir les peines de demain.

* Matthieu 6, 34.

AURICHE
menuiserie
Artisan - fabricant

BOIS - PVC - ALU
ZA les Brandes Sud - BP 34
MALICORNE

04 70 64 60 16
www.menuiserie.auriche.fr

Les Créations du Bonheur

Robes de Mariées
Costumes
Location et confection d'aubes
Cortège
Chapellerie

76, bd. de Courtais 03100 Montluçon
04 70 03 87 23

CAVEAU CLEAN SERVICES

03420
MARCILLAT-EN-COMBRAILLE
06 60 44 32 52

Nettoyage et entretien de sépultures
Réfection des gravures et lettrages
Contrat d'entretien et fleurissement
Rénovation des bronzes

capifrance

Vous souhaitez vendre un bien immobilier en Auvergne ?

Mettez toutes les chances de votre côté :
évaluation au juste prix - visibilité web exceptionnelle
visites qualifiées - suivi personnalisé

Brigitte SALLÉ, votre conseillère dans l'ALLIER : 06 03 69 35 32
brigitte.salle@capifrance.fr www.capifrance.fr

et vous 04 79 26 28 21

ADESI-PROTEC
La sérénité garantie

Alarme intrusion / Vidéo
Brouillard opacifiant
Maintenance à domicile
Gestion de l'énergie
Mise en conformité électrique
Installation - Vérification - Maintenance

www.adesi-protec.fr - 04 70 05 25 57 - contact@adesi-protec.fr
14, rue de la Savonnerie 03170 DOYET

LES JARDINS DE BEL AIR
112, rte de Paris 03410 St-Victor
06 89 87 57 07

EURL COMBEAU
15, rue des chatonniers 03430 Cosne d'Allier
04 70 07 50 83

VIDANGES GAUME

Assainissement • Fosses septiques • Puits
Piscines • Bacs à graisse • Nettoyage sols
Pompage station • Débouchage et curage conduits

ZA Les Combes RN9 - 03110 BROUT VERNET
Tél. 04 70 58 25 79 - Fax 04 70 56 86 84

Agenda

PAROISSE DU BON PASTEUR

PÈLERINAGE À LA CHAPELLE GIRAUDET (CRESSANGES)

Le 1^{er} septembre

Départ à 18 h, messe à 18 h 30 suivie d'un apéritif dînatoire.

WEMPS : WEEK-ENDS MISSION PRIÈRE SERVICE

22 et 23 septembre sur Cosne-d'Allier, messe le dimanche à 10 h 30.

6 et 7 octobre sur Montmarault, messe le dimanche à 10 h 30.

PÈLERINAGE À ROCLES

Le 20 octobre

Départ à 17 h 30 de l'église, messe à 18 h.

PAROISSE DE LA SAINTE-FAMILLE

RENTRÉE DE LA PAROISSE DE LA SAINTE-FAMILLE

Dimanche 9 septembre

Une seule messe à 10 h 30 à l'église de Commentry, suivie d'un verre de l'amitié.



Fête de l'Armistice

Le dimanche 11 novembre

Hommage aux soldats morts pour la France Cérémonies aux monuments aux morts dans tous les villages.

Messe à 9 h, à l'église de Villefranche (voir le bulletin mensuel de novembre pour la paroisse de la Sainte-Famille).



Horaires des messes

Bénédictio des cimetières

PAROISSE DE LA SAINTE FAMILLE

À l'occasion de la fête de la Toussaint et de la commémoration des fidèles défunts le 2 novembre, le Père Brout ou un des diacres bénira, à votre demande, la tombe de vos proches.

Voir les horaires et les lieux dans le bulletin mensuel d'octobre, en téléphonant au presbytère (Tél. : 04 70 64 32 35) ou en consultant le site de la paroisse :

www.paroissedelasaintefamille.over-blog.fr

MESSE DES FIDÈLES DÉFUNTS

Le vendredi 2 novembre

10 h à Commentry et 10 h 30 à Villefranche.

TOUSSAINT

PAROISSE de la Sainte-Famille

Mercredi 31 octobre

à 17 h à Bizeneuille, 18 h 30 à Nérès,

jeudi 1^{er} novembre

à 9 h 30 à Marcillat, à 11 h à Commentry.

PAROISSE du Bon Pasteur

Mercredi 31 octobre

à 18 h au Montet,

jeudi 1^{er} novembre

à 9 h 30 à Montmarault, à 11 h à Cosne-d'Allier.



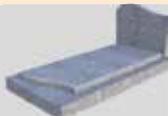
Pour couvrir ses charges de fonctionnement, notre paroisse a besoin de vous :

Nous faisons appel à votre générosité pour nous aider à réaliser les projets de notre paroisse et en faire une Église vivante. Aidez-la en lui faisant un don par chèque (à son ordre).

Complexe funéraire LASCoux

Pompes Funèbres - Marbrerie - Maison Funéraire

13, rue du Progrès 03600 COMMENTRY 04 70 06 65 35



CLEMENT SARL Père & Fils

Couverture
Zinguerie
Maçonnerie

Les Jeanmartins
03600 LOUROUX DE BEAUNE
epclouroux@orange.fr
04 70 64 37 45



Le Grand Café
Bar Glacier Brasserie
Superbe terrasse

58, rue Boisrot-Desserviers
03310 NÉRIS LES BAINS
04 70 03 10 40 - Fax 04 70 28 02 44
Ouvert tous les jours, toute l'année.

sas P. VEZZOSI RGE Plâtrerie - Peinture Décoration

Isolation thermique par l'extérieur • Imperméabilité de façade

17 ter, rue de la Ganne COMMENTRY

04 70 64 33 47

AGRI JARDIN

Produits du terroir Tout pour le jardin l'alimentation animale



12, pl. du Champ de Foire 03600 COMMENTRY
04 70 09 20 16 Fax 04 70 64 43 28



EIRL 2 L'EC Electricité Générale

Neuf & rénovation • Mise en conformité
Chauffage électrique • Dépannage
Automatisme de portail

11, rue de la Peyrus 04 70 07 29 32
03170 CHAMBLET 06 29 55 40 14



**Samedi 30 juin,
4^e édition de La nuit des églises au Montet**

La paroisse du Bon Pasteur participait pour la 4^e année consécutive à la Nuit des églises, manifestation organisée par l'Eglise de France depuis 2010, alliant culture et culte. Croyants ou non, promeneurs d'un soir ou pratiquants... ce fut l'occasion de (re)découvrir l'église du Montet. Dans la pénombre, à la lumière des chandelles, on s'est laissé charmer par les chants polyphoniques de la chorale paroissiale, dirigée par Agnès Adoult. Le président du Groupe de recherches archéologiques et historiques Centre Allier (Grahca), Jean-Pierre Secrétain, a ensuite donné quelques explications sur l'architecture et l'histoire de ce lieu sacré afin de faire découvrir aux visiteurs la richesse du patrimoine local.

BON-PASTEUR - SAINTE-FAMILLE

Pensez aux inscriptions KT

Les inscriptions en 1^{re} année concernent les enfants nés en 2010. Il suffit de venir au centre paroissial pour remplir le formulaire. Les enfants plus âgés qui n'ont pas été catéchisés peuvent encore l'être, qu'ils soient baptisés ou non. Il n'est jamais trop tard pour commencer. La catéchèse est l'affaire de tous les chrétiens. Merci de bien vouloir faire suivre l'info autour de vous !



Et si je donnais du temps pour ma paroisse ?

La paroisse de la Sainte-Famille et du Bon Pasteur sont deux paroisses qui font leur possible pour être accueillantes et ouvertes, afin d'annoncer l'Évangile. Cela ne pourrait se faire sans les bénévoles qui acceptent de donner de leur temps et qui mettent leurs talents au service des autres. Nous avons tous des talents, quel est le vôtre ? Vous savez écouter ? Vous savez compter, la gestion n'a aucun secret pour vous ? Vous êtes jeune et vivez en couple ? Vous avez l'habitude et l'amour des enfants ? Vous aimez accompagner, écouter, compatir ? Vous avez une vraie vie de prière ? Vous souhaitez chanter dans une chorale ? Vous savez jouer d'un instrument de musique ? Vous avez un don pour la décoration florale ? Vous aimez accueillir, écouter, expliquer ? Vous aimez enseigner ou témoigner de votre foi ? Vous avez suivi des formations bibliques ou théologiques ? Cette liste n'est pas exhaustive, mais si l'une de ces propositions vous tente, prenez contact avec votre curé qui saura vous conseiller et vous orienter vers les équipes existantes.



Reprise de l'aumônerie-Collège-Lycée

Soirée pizza

Samedi 15 septembre de 19 h à 22 h 30 Centre paroissial à Commentry. Pour les ados des classes de 5^e - 4^e - 3^e - 2nde. L'aumônerie des jeunes regroupe 2 paroisses : le Bon-Pasteur et la Sainte-Famille. Elle se retrouve une fois à chaque vacance, en soirée.



Ne cours pas si vite !



Un prêtre disait un jour à une jeune paroissienne : « Ne courez pas si vite, vous laissez quelqu'un derrière vous ! » Celle-ci s'est retournée, et ne voyant personne, elle a dit : « Qui donc ? » Le prêtre a répondu : « Le Seigneur, il ne va pas aussi vite ! »
D'où la nécessité, dans la vie, de prévoir chaque journée, chaque semaine, des plages qui permettent à mon âme d'être au même rythme que mon corps et mon psychisme. Des plages qui me permettent de me retrouver moi-même, de retrouver mon cœur. Des plages qui me permettent de ne pas rester à la surface de moi-même, à la surface de la vie, et de ne pas passer à côté de la vie. Il se pourrait que le silence soit aussi vital à l'être humain que l'eau qu'il boit ; et s'il manque de silence, il se dessèche.

Entretien & Dépannage Chaudières - Chauffe-eau - Gaz et Fioul

Jean-François MOUNIER - SAV FRISQUET-CHAPPÉE

16, rue des Buis 03310 Nérès-les-Bains - **04 70 03 26 97**

FONDATION SAINT-LOUIS

EHPAD Maison Saint-Louis

16, rue du Dr Léon Thivrier COMMENTRY - **04 70 64 30 54**

LOCATION VENTE DE MATÉRIEL MÉDICAL À COMMENTRY

• **Isabelle MARTINE PETITJEAN**
19, place du 14 Juillet

04 70 64 30 36

• **Alexandra HOL**

Centre Cial Malicorne "La Brande" **04 70 64 65 70**

• **Corinne LAFANECHERE**
1, rue Christophe Thivrier

04 70 64 31 13

• **Brigitte RADIGON-VERTADIER**
22, rue Jean Jaurès

04 70 64 30 92



Catéchisme

À la Sainte-Famille,

Dans la paroisse de la Sainte-Famille, le catéchisme des enfants de 4^e année se vit différemment. Finis les petits groupes chacun dans son village, les jeunes se retrouvent à la journée, quatre fois par an. L'expérience tentée l'an passé fut particulièrement appréciée par les jeunes et leurs parents. Le père Brout, curé de la paroisse, nous explique les objectifs du projet.

Pourquoi en 4^e année avoir changé la manière de faire le catéchisme ?

Pour plusieurs raisons. Dans notre paroisse, comme dans beaucoup d'autres, le nombre de catéchistes va en diminuant. Comment assurer la catéchèse quand on manque de bras ? Après 3 ans passés dans un petit groupe de quatre ou cinq, l'enfant commence à se lasser. Comment éviter l'érosion inévitable ? La 4^e année correspond à l'entrée au collège. Le temps de la pré-adolescence et les méthodes pédagogiques pratiquées à 8 ans ne peuvent pas être les mêmes à 11 ou 12 ans. On a donc besoin d'animateurs dynamiques prêts à encadrer des adolescents et non plus des enfants, pas facile à trouver dans la paroisse ! Les emplois du temps tant des familles que de leurs enfants sont chargés : entre le collège, les activités sportives le mercredi, les compétitions ou les matchs le samedi, les cours de théâtre, de musique... sans parler des distances géographiques ! Les parents sont toujours sur les routes, les jeunes sont surbookés. Comment faire pour que le KT ne soit pas « un truc en plus à caser dans la semaine » ? Dernier point : l'aumônerie-collège a été créée il y a deux ans et

a pris de l'élan. Ce n'est pas du KT. Comment relier les deux temps qui se succèdent ? Avec la coordinatrice de la catéchèse nous avons réfléchi pour répondre positivement à ces interrogations.

En quoi consiste ce nouveau projet de caté ?

Nous n'avons rien inventé au niveau catéchétique, c'est seulement une autre manière de fonctionner et de penser les choses. Nous avons donc décidé de regrouper la cinquantaine de jeunes qui sont en sixième sur quatre samedis répartis sur l'année pour des journées complètes. À cela s'est rajoutée une sortie en extérieur, l'an passé c'était à Ars, et trois jours de retraite pour préparer plus particulièrement le sacrement de confirmation. Et c'est tout me direz-vous ? Oui et ça fonctionne ! On alterne les activités puisqu'on a du temps devant nous : réfléchir en petit groupe, en grand groupe, sensibiliser à des manières de prier différentes, mener des actions de solidarité, apprendre un répertoire de chants communs, apprendre à tous se connaître dans la paroisse, découvrir en jouant ensemble, partager le repas, débattre... Concrètement, nous sommes deux responsables à

BON-PASTEUR - SAINTE-FAMILLE

Les 75 jeunes des deux paroisses, ensemble pour se préparer à la confirmation

La recollection a eu lieu les 18, 19 et 20 avril à Commentry : les P. Benoît de Masgontier et Eric Brout, aidés par les catéchistes des deux paroisses ont mutualisé leurs forces et leurs compétences pour créer une réelle dynamique de groupe. Trois jours de vacances, courts mais suffisamment denses : jeu découverte, réflexion, chants, détente, enseignement, et rencontre avec l'évêque, Mgr Percerou



un projet innovant

mener le groupe : la coordinatrice KT s'occupe de l'animation et moi de l'enseignement. Les jeunes doivent pouvoir connaître leur curé. Or, la paroisse est si étendue et les activités pastorales nombreuses, ce n'est pas possible. C'est donc une bonne chose que le prêtre soit davantage présent durant cette 4e année d'initiation chrétienne. Sans parler du contenu : se préparer à un sacrement ce n'est pas rien ! Les catéchistes de la paroisse sont présentes quand elles peuvent, elles ne sont plus là pour se positionner comme celles qui savent mais nous secondent. Elles sont au service du projet, au service des jeunes. On encourage aussi les parents à venir nous rejoindre sur une demi-journée ou une journée entière, selon leurs disponibilités. Plusieurs ont accepté l'an passé, soit par envie, soit par curiosité, soit pour donner un coup de main.

Quel a été le bilan de cette initiative ?

Très positif sur le court terme. Malgré des journées denses, les jeunes ont été ravis, les parents également. Cela a demandé un gros travail de préparation avant chaque rencontre mais qui ne sera qu'à réajuster pour cette année. Le calendrier est donné aux parents dès la fin du mois d'août pour l'année à venir et avec la mise en place d'un système de rattrapage exigeant, nous n'avons

quasiment eu aucun absent aux quatre rencontres. Quatre dates, c'est appréciable pour les parents, c'est peu mais en nombre d'heures c'est autant qu'une heure et demie tous les quinze jours ! Sans parler de la dynamique de groupe qui s'est créée dès la première rencontre et nous a fait gagner du temps pour la retraite. À long terme, je ne sais pas. On est là pour semer...

Prêts à repartir donc ?

Et comment ! On y a pris goût nous aussi ! L'an passé, nous avons proposé aux jeunes de la paroisse voisine du Bon Pasteur à se joindre à nous pour la sortie à Ars et la retraite de trois jours. Malgré les difficultés liées aux distances qui nous séparent, ce fut une très belle expérience. Nous avons mutualisé nos forces et les jeunes étaient enthousiastes. Cela s'est retrouvé dans l'atmosphère de nos cérémonies de confirmation, pleines de dynamisme et de jeunesse. Je remercie le père Benoît qui a accepté sans hésiter de travailler avec nous ainsi que les catéchistes des deux paroisses qui nous ont suivis dans ce projet, quelque peu déroutant, se laissant bousculer dans leurs habitudes et leurs manières de faire ! Notre évêque, Mgr Percerou nous a encouragés à renouveler l'expérience. Qu'il en soit ainsi !

21 mai : les confirmands en sortie à Ars-sur-Formans (Ain) sur les pas de Jean-Marie Vianney, saint curé d'Ars.



Confirmation le 09 juin



Paroisse Sainte-Famille, confirmation 03 juin, groupe 1.



Paroisse Sainte Famille, profession de foi 09 juin, groupe 2.





Nos joies et nos peines

BAPTÊMES

Avril

1^{er}: Nohlan VATEL de Blomard, Hugo LAURENT-CHEVALIER de Saint-Marcel en M.
 7: Luna BLANCHET de Commentry
 14: Guillaume DESREUX de Nérès
 21: Marius MICAUD de Verneix
 22: Gabriella MONROSE de Montvicq
 28: Aylène GIRAUD de Saint-Angel,
 Aaron GRIMAL-ROSSEEL de Hérisson
 29: Elian CHEVALIER de Blomard,
 Juliette PINCETON de Marcillat

Mai

6: Hyppolite PONCET-MOISE de Montluçon
 10: Laura ARNAUD de Rocles
 13: Léo BÉNI de Buxières-les-M, Eloa et Lorik BRAULT de Chamblet,
 Margot SARRASSAT de Villebret
 19: Noé BERTHOMIER de Montmarault, Eden BRUN-ESBELIN de Voussac,
 Nalila LIBBRA de Tronget, Ewen SANLIAS de Chamblet
 20: Nolan AZEVEDO-VILLARD de Savoie, Sandro LECLERCQ de Villebret
 26: Maël MONTERO de Doyet
 27: Léana BOIROU de Saint-Sornin

Juin

2: Calvyn AUBERGER de Verneix, Célya GAUDON de Treban,
 Sixtine MELLOUX de Cressanges
 3: Antonin, Mathéo et Féliicia CAQUELIN de Tronget,
 Eléna POUJARD JENDRZEJCZAK de Commentry
 9: Léon CHAPAS de Pont-de-Vaux,
 Léa PELLETIER de Beaune-d'A
 10: Tom JOSEPHIAK de Cosne-d'A
 16: Naïs DRAPEAU de Verneix,
 Jeanne DUPUICHAUD de Saint-Marcel en M, Louise LOTTIN de Marcillat
 23: Lucille CARRÉ GIROD de La Celle-sur-Loire (58), Simon DEROCHE
 de Blomard, Amalia GUIRIZZATO-LOURENÇO de Deneuille-les-M,
 Benjamin PAQUET de Doyet, Manon de Cuffy (18)
 24: Tylia DELANOUE de Cressanges, Axelle LACOUTURE ANDRIEU
 de Chamblet
 30: Anna DECOOL de Chamblet, Arron WEGRZYN de Tronget

MARIAGES

21 avril: Stéphane MOURLON et Vanessa BLONDEAU à Louroux
 Hodement
 19 mai: Florian DURAND et Tiphane GAIN à Montmarault, Vincent
 LETOURNEAU et Aurélie LE PETIT à Hérisson
 26 mai: Stéphane DÉCHAUMES et Virginie POULET à Nérès
 2 juin: Joseph RIBEIRO et Nadège HATMANN à Commentry
 16 juin: Romain LOPEZ et Carole FOURNET à Ronnet
 30 juin: Mickaël DE ALMEIDA et Emilie CABASSUT à Commentry,
 Bertrand GUIBERT et Marine SAMAIN à Hérisson,
 Cyril VIEIRA et Lorie PROVOST à Bézenet

OBSÈQUES

Avril

4: Denise FAYOLLE, 85 ans à Cosne-d'A
 6: Jean JENDRZEJCZAK, 82 ans à Commentry
 10: Madeleine NARGEOT, née DANTON, 84 ans à Commentry
 11: Lucienne LAVEDRINE, née GREGOIRE, 82 ans à Commentry,
 Janine LOZET, 88 ans au Montet
 13: André MELOUX, 84 ans à Beaune-d'A
 14: Jeanne BILLON, née TOURRET, 83 ans à Voussac,
 Jocelyne DUVIVIER, née CAPOËN, 78 ans à Cosne-d'A
 19: Daniel DESTERNES, 58 ans à Rocles,
 Patrice RENAUD, 49 ans à Commentry
 20: Albert MATHONNAT, 91 ans à Larequille,
 Monique PINAUD,
 née DETERNES, 81 ans à Cosne d'Allier
 21: Joël NICOLAS, 67 ans à Chavenon
 22: Irène FERRANDON, née DEPRESLE, 97 ans à Voussac
 24: Raymond PERRIN, 94 ans à Sazeret
 26: Jean-Marc PURET, 66 ans à Commentry
 27: Maria CHAMALET, née TOLOTTI, 88 ans à Nérès
 28: Andrée COGNET, née BARTASSOT, 95 ans à Cosne-d'A



Mai

3: Albert AUZELLE, 91 ans à Buxières-les-M
 7: Paulette BIGNET, née AUDINAT, 88 ans à Commentry
 9: Jeanne BEAUMONT, 98 ans à Cosne-d'A
 12: Monique AUMAÏTRE, née CONFESSON, 81 ans à Tronget,
 Roger MONCELON, 88 ans à Rocles, Camille ROCHELET,
 94 ans à Chamblet
 14: Raymonde ALLOT, née RONDREUX, 100 ans à Commentry,
 René BURLAUD, 90 ans au Theil, Thierry HENRI, 51 ans à Hérisson
 16: Yvette BERNA, née HIVET, 86 ans au Theil
 17: Yvonne BARRET, née JOURDAINE, 96 ans à Commentry,
 Albert GUILLOT, 89 ans au Montet
 18: André DEBORD, 86 ans à Sainte-Thérèse
 19: Didier GOURSONNET, 54 ans à La Celle
 22: Germaine CHARDONNET, née ROUCHON, 87 ans à Ronnet,
 Jacquie JAFFUEL, 68 ans à Nérès
 24: Guy COINDEAU, 88 ans à Marcillat, Yvonne CREUZIEUX,
 61 ans à Cosne-d'A, Joseph NASTYN, 83 ans à Commentry
 25: Lucette DELAUME, née GILBERT, 85 ans à Doyet, Michel GOUYON,
 89 ans à Commentry, Bernard VEYRAT, 73 ans à Saint-Fargeol
 26: Gaston PASSELERGUE, 89 ans à Commentry
 30: Michèle IMBERT, née DELORME, 77 ans au Montet

Juin

1^{er}: Jean-Louis AUCLAIR, 93 ans à Arpheuilles Saint-Priest
 4: Monique CHAPON, née CLEMENT, 89 ans au Montet, Paulette JALLOT,
 née AUFURE, 92 ans à Commentry
 5: Yvette ANGLARET à Montmarault
 6: Joseph MARTIN, 85 ans à Cressanges
 7: Paulette CHOISIER, née MARIAU, 86 ans à Buxières-les-M,
 Ginette PERROT, née THUIZAT, 89 ans à Hyds
 8: Marie-Antoinette NOËL, née MAGUET, 95 ans à Cressanges
 9: Isaura DE ABREU, née GONCALVES à Villebret
 11: Catherine PANNETIER, 59 ans à La Petite Marche
 12: Bernard CANIER, 62 ans à Doyet
 13: Vicor GIDEL, 97 ans à Commentry
 14: Jacques GAUTHIER, 93 ans à Mazirat
 16: François BERR à Cressanges
 18: Gérardo BORTONE, 80 ans à Commentry
 19: André BELIN, 82 ans à Buxières-les-M, Bernard Haller,
 86 ans à Montvicq
 21: Nicole BRAMAT, née FENOUILLET à Cosne-d'A, Paul FROËLHY,
 85 ans à Commentry, Michel ROUGERON, 66 ans à Saint-Angel,
 Simone PASQUIER, née CHERORET, 87 ans à Commentry
 22: Michel CHASTANET, 91 ans à Chavenon
 23: Armandine PIERI, née CHEVALIER, 86 ans à Commentry
 25: Marie MICHEL, née VISINONI, 90 ans à Nérès, Marie-Aimée VOISIN,
 97 ans à Montmarault
 26: Jean-Louis QUICHON, 92 ans à Bézenet, Alice VIALLOU,
 née DEFRETIÈRE, 87 ans à Beaune d'A
 27: Bernadette AUGENDRE, née BERNA, 59 ans à Chappes
 28: Lucienne DELRIEU, née LORUT, 95 ans à Cressanges
 29: Jean-Michel LABOUESSE, 58 ans à Marcillat

J'ai pas le temps !

Le sentiment de manquer de temps fait désormais partie de notre quotidien : les enfants ont des agendas de ministres, les ados sont surbookés, les parents courent partout et les retraités, c'est bien connu, sont débordés ! Le temps n'est pas un objet, même si nous en parlons ainsi, puisque l'on a coutume de dire que l'on peut le « gagner » ou le « perdre ». C'est plutôt l'espace de nos choix. Apprendre à gérer sa liberté, même si ce n'est pas toujours facile au milieu des multiples sollicitations de notre environnement. Et pourtant, une journée fait bien 24 heures pour tout le monde. La question est : « *Qu'est-ce que je choisis d'en faire ? Où est-ce que j'investis ce temps ? Pourquoi exactement ?* » C'est en y répondant que je prends ma vie en main, le temps n'étant qu'une facette de ma liberté. Une bonne gestion du temps peut devenir un outil précieux au service de nos choix de vie. Voilà pourquoi nous avons décidé de consacrer ce dossier à la gestion du temps. Un sujet très concret qui nous invite à aller plus loin, dans notre interrogation sur nos priorités.



Des emplois du temps surchargés, des enfants surbookés !

Foot et caté pour Lucas, natation et arts du cirque pour Mathis, danse, piano et chorale pour Pauline. Chaque semaine ressemble à un tourbillon. « *Mes petits-enfants ont entre 8 et 14 ans et courent tout le temps!*, constate Jean-François. *L'école est à peine terminée qu'ils doivent se dépêcher de partir au sport. Si ce n'est pas le sport, c'est la musique. Sans parler des devoirs qui prennent du temps!* »

Lucas, Mathis et Pauline ne sont pas les seuls dans ce cas. Nombreux sont les parents qui combinent d'activités leurs enfants, n'ayant quasiment plus de temps pour s'ennuyer ou approfondir ce qu'ils font. Peut-être pour

combler leurs propres angoisses ou frustrations, peut-être pour répondre aux pressions de la société...

Aujourd'hui, pour être de « bons » parents, il faut s'occuper de ses enfants, les éveiller, leur donner le maximum d'outils pour se défendre. Inquiets de les laisser passifs devant la télévision ou l'ordinateur, ils veulent les faire bouger, se dépenser afin de leur assurer un bon développement du corps. Les parents sont inquiets devant l'avenir qu'ils trouvent incertain. Le monde du travail nous le démontre tous les jours : pour réussir, il faut être polyvalent.

Aurions-nous oublié que le rêve et l'ennui sont indispensables à l'enfant et qu'il est parfois bon de ne rien faire ? « Leur seule occupation devrait être de jouer, de s'ennuyer et d'imaginer et non d'être obnubilés par les horaires, regrette Jean-François. » Ce grand-père n'a-t-il pas raison ? En effet, après une certaine période d'ennui, l'enfant se met à rêver, à jouer avec tout et n'importe quoi (cailloux, bouts de bois, papier...) et développe sa vie intérieure. C'est alors qu'il se construit. Il développe son imagination, lui permettant d'aménager le réel, de le comprendre et de s'y construire petit à petit sa place, apprivoisant la solitude et l'angoisse.

Laissons-leur des temps de rêve, d'ennui ou d'oisiveté qui sont des moments privilégiés de créativité.

L. D.



C'est bien connu, les retraités sont débordés !

Gérant d'un commerce, quand j'étais en activité, le temps me manquait. Entre l'approvisionnement, la mise en rayon, la vente, la comptabilité, le renouvellement du stock, je n'avais pas de temps à donner aux autres. Je me disais « *Vivement la retraite, j'aurais beaucoup de temps libre!* » J'y suis et pourtant : je n'ai pas le temps, je suis même débordé ! Si certains s'ennuient, je ne suis pas dans ce cas. Impliqué dans différents services

paroissiaux, dans la vie familiale, en particulier les petits-enfants et dans une passion pour les fleurs et le jardin, je suis très occupé. Je me plains, mais c'est bon signe finalement. Je me sens animé, en vie, utile.

Cependant, le temps passe trop vite, les journées ne sont pas assez longues pour tout faire et avec l'âge, on est plus lent mais quel bonheur de donner et partager ce précieux temps.

Claude Croci



Elle n'arrête pas !

Comment passer de la pâtisserie à une vie de retraitée au milieu de tous ? À Villefranche, Dédé accueillait des clients toute la journée. Qu'à cela ne tienne, maintenant c'est elle qui ira vers les autres !

À Crok'loisirs, elle accompagne les enfants avec les animatrices dans les activités culinaires, les jeux. Elle raconte des histoires aux plus jeunes.

À Villefranche-Animation, elle participe à l'organisation des animations musicales, de la fête du village, des marches nocturnes, etc. Elle assure également une permanence paroissiale, rend visite à des personnes âgées à la maison de retraite. Et pour se faire encore plaisir, elle chante à la chorale et jardine !

Propos recueillis par Colette Bazin

Maladie... Une autre vie... Un agenda modifié

Après une vie débordante d'activités choisies, nous voici stoppés par cette maudite maladie sournoise qu'est le cancer dont souffre mon mari depuis quatre ans.

Nous étions maîtres de nos emplois du temps.

Aujourd'hui, nous subissons les jours et les horaires imposés par les services médicaux ; nous ne contrôlons plus rien, nous vivons au jour le jour, conditionnés par les traitements, les radios, les scanners, les analyses et l'état physique de mon mari.

Dans les salles d'attente, le temps s'écoule au ralenti. Comme nous, les malades et leurs accompagnants sont patients et ne montrent pas de signe de lassitude. Au contraire, un sourire éclaire ces visages souffrants pour accueillir un nouvel arrivant. Pour moi, la lecture est un excellent moyen d'évasion dans ces lieux lourds d'inquiétude et de souffrance. Heureusement, la présence et le soutien de nos enfants, de nos petits-enfants, de nos parents et amis proches nous permettent de rester connectés à la vie quotidienne.

M. R.





Donner et recevoir

Quelle place laissons-nous à nos cinq enfants et quatorze petits-enfants? Pas toujours la première, malheureusement, mais surtout pas la dernière, bien heureusement! La maison est trop grande toute la semaine, mais beaucoup trop petite quand tout le monde débarque chez papo et mamou!

Chaque journée en commun est trop longue et trop courte pour caler tout ce qu'on aimerait partager mais vécue avec le sourire et ce mélange de râlerie et d'appréciations, de fierté même, qui nous laisse penser qu'ils ont aussi leur part (ô combien) dans ce ministère. Qui donne, qui reçoit? Bien malin celui qui peut savoir!

René, diacre depuis 4 ans et Dominique son épouse

sas DIDIER MOUSSU
Travaux publics
et particuliers
04 70 64 92 80
06 49 42 90 01



10, pl. V. Hugo
COMMENTRY
pascalemoussu@gmail.com

SALON DE COIFFURE MIXTE NICO-COIF




04 70 09 23 44
68 bis, rue Jean Jaurès
03600 COMMENTRY

INSTITUTION SAINTE-LOUISE-de-MARILLAC

École Sainte-Philomène Collège Saint-Joseph Lycée Sainte-Louise

www.saintelouise.fr
150, bd de Courtais MONTLUÇON
04 70 28 76 36

Vous accueillez, mais a aussi besoin de vous :
Animation pastorale, Dons...

Section hôtellerie

SARL Ludovic GAY PLOMBERIE - CHAUFFAGE - SANITAIRE

76, rue de La Grange
03600 COMMENTRY

04 70 64 46 63
Fax 04 70 08 63 09

Climatisation
Pompe à chaleur :
air/eau - eau/eau
Panneau solaire

Sanitaire - Chauffage
Gaz
Fioul
Bois





Créa Synergie

Coordination Sécurité (SPS)
Prévention des risques professionnels
Formation
(Incendie, Evacuation, SST, Gestes de premier secours etc...)

www.crea-synergie.com - 04 70 02 46 74 - contact@crea-synergie.com
14, rue de la Savonnerie 03170 DOYET

Au Plaisir de Lire
Librairie - Papeterie - Carterie - Presse



OUVERT 7J/7
(sauf dimanche après-midi)

8, rue Christophe Colomb
03600 COMMENTRY

Au Plaisir de Lire
04 70 64 30 68

SARL GAUME



Plâtrerie - Peinture
Isolation - Façades

11, plan de Foire COSNE D'ALLIER
04 70 02 01 22
sarl.gaume.alain@bbox.fr

Ets Da Silva Frédéric
Couverture/Maçonnerie
Zinguerie/Carrelage



2, rue de l'Égalité 03170 Montvicq
06 69 03 21 80
etsdasilvafrederic@gmail.com

La Basse-Cour
de Camille et Louis



Vente à la Ferme
Poulets, dindes,
œufs, volailles
élevées en plein air

DURDAT-LAREQUILLE
06 10 33 20 15

Le dimanche, un jour sacré



Xavier Madet, est éleveur à Deux Chaises depuis 34 ans. Marié avec Bérénice, ils ont la joie d'être parents de cinq enfants. Depuis son plus jeune âge, le dimanche est un jour à part dans la semaine. Ce n'est pas seulement un jour moins travaillé, mais aussi un temps consacré à la célébration eucharistique, à la prière, au partage. « *Quand j'étais gamin, raconte-t-il, j'avais pris l'habitude de suivre mes parents à la messe. Je ne me posais pas de questions... À 20 ans, pendant mon service militaire, il m'arrivait d'être de garde le week-end et donc je ne pouvais pas aller à l'église le dimanche! C'est à ce moment-là que j'ai compris à quel point la rencontre avec Dieu était importante, je dirais même primordiale. Maintenant, je m'organise pour ne plus manquer*

ce rendez-vous d'amour avec Jésus. C'est devenu pour moi une priorité. »

Alors que la société actuelle respecte de moins en moins le repos dominical, ce père de famille tient à transmettre la foi chrétienne et ses valeurs aux siens et il en fait un temps privilégié. Avec un métier prenant qui ne permet guère de repos, Xavier rappelle que son père, lui aussi agriculteur, faisait une pause dans son boulot, ce jour-là : « *C'est vrai, précise-t-il, qu'il est difficile de s'absenter, surtout pendant les foins, les vêlages et agnelages mais je pars à la messe confiant en me disant que Dieu pourvoira à mon absence. Jamais je n'ai regretté mon choix. »*

Pour Xavier, comme pour l'ensemble des chrétiens, le dimanche garde un sens particulier. Jour du Seigneur, premier jour de la semaine, il fait mémoire de la résurrection du Christ. Il est important que les croyants se retrouvent pour écouter la Parole de Dieu et partager le pain de l'eucharistie. « *La messe est un lieu où je suis en communion avec Dieu et avec les autres chrétiens, explique Xavier. Je viens y puiser la force nécessaire pour bien vivre ma semaine. »*

Le dimanche est pour Xavier et sa famille une halte privilégiée pour cultiver le sens de l'Homme.

D. L.

La messe est un lieu où je suis en communion avec Dieu et avec les autres chrétiens. Je viens y puiser la force nécessaire pour bien vivre ma semaine.

Parole de syndicaliste...

Le dimanche, en dehors de son côté religieux, est aussi le jour commun de repos et constitue ainsi un temps de repos collectif important, qui permet aux parents de s'occuper de leurs enfants, aux militants associatifs de s'occuper de leurs associations, aux sportifs de pratiquer leur passion, aux amis et aux familles de se retrouver, etc. Il permet de préserver un temps qui ne soit pas

celui de la consommation. Toutes les études montrent que l'immense majorité des Français veut préserver ce temps de repos collectif. La vraie question n'est pas : « est-ce que ça vous arrange de pouvoir acheter n'importe quoi à n'importe quel moment » mais de se demander si le consommateur qui achète le dimanche ne risque pas d'être demain le salarié qui travaillera le dimanche !

Soutien anonyme d'un Sympathisant

† **POMPES FUNÈBRES BARRET**
ARTICLES FUNÉRAIRES
COMPOSITIONS FLORALES
12, Grande Rue LE MONTET
04 70 47 10 17
04 70 47 14 80
Hab. 96.03.188

MEGNIEU PAYSAGES
Entreprise de services à la personne
Entretien de Parcs & Jardins
Tél. 04 70 07 55 97
Le Bourg - 03350 LOUROUX BOURBONNAIS
francesca.megnieu@orange.fr

Hôtel de France
Restaurant
1 rue Max Dormoy
033390 Montmarault
04 70 07 60 26
Fax 04 70 07 68 45

POSE **OUVERTURE**
ARTISAN MAÇON **CAVEAUX**
DEVIS GRATUIT
MAÇONNERIE,
TERRASSEMENT,
CARRELAGE,
RAMONAGE,
ANTI-MOUSSE
03430 **CRÉPIS** maison
VILLEFRANCHE D'ALLIER neuve ou ancienne
06 84 55 15 38

OFFERT par un Sympathisant !

ASTER entreprise
Nous réalisons votre site Internet !
BAYARD SERVICE WEB

SIMPLE, COMPLET, EFFICACE.
CONÇU POUR LES BESOINS DES COMMERÇANTS, ARTISANS ET ENTREPRENEURS.
06 48 15 41 94
www.aster-entreprise.com

Rencontre

« Prendre une journée de repos dans la semaine c'est important »

Beaucoup d'employés ou fonctionnaires ont le week-end pour souffler. Ce n'est pas le cas de tout le monde : commerçants, artisans, agriculteurs, professions médicales, travailleurs de nuit... ont un temps de repos hebdomadaire qui n'est pas forcément le samedi-dimanche. C'est le cas de Christelle, gérante d'un salon de coiffure à Montmarault.

Dans la rue Victor Hugo, petite rue calme qui rejoint la place du village, sur ma droite se trouve « Les cheveux de Chloé ». J'entre dans le salon où je suis attendue par la propriétaire. C'est avec une grande gentillesse que Christelle m'accueille sur son lieu de travail. Originnaire du Cantal mais bourbonnaise depuis son enfance, elle a racheté le salon à Montmarault et s'y est installée il y a presque sept années de cela. Maman de trois enfants, la jeune coiffeuse de 38 ans préfère ne pas travailler le mercredi. « *Souvent, en effet, les salons sont fermés le lundi mais pour des raisons de garde et avec la scolarisation des enfants, j'ai fait le choix du mercredi. Je voulais garder du temps pour ma famille.* » Ce temps de repos n'en est pas vraiment un car en réalité, avec ses trois enfants âgés de 2 à 11 ans, Christelle est bien occupée. Entre les tâches ménagères de la semaine et les activités sportives et culturelles des petits, elle n'arrête pas une seconde. « *Le mercredi, dit-elle, est le jour où je ne vais pas au travail, c'est le jour où je me consacre à mes enfants. Je peux m'en occuper, les voir grandir, le temps passe si vite!* »

Dans une ambiance contemporaine au design épuré, mais colorée et fleurie avec soin, Christelle porte une attention

particulière à sa clientèle. Tout en répondant à mes questions, elle prépare ses mélanges pour teinture. Au-dessus de son plan de travail, sont alignés soigneusement des bocaux de poudre, aux couleurs variées. Après réflexion sur les pratiques d'utilisation de pigments artificiels, la jeune coiffeuse n'a pas hésité à se former pour changer ses habitudes de travail. Depuis deux ans, elle s'est spécialisée dans la coloration végétale qui utilise des produits 100 % naturels. Tel un peintre avec son pinceau et sa palette à la main, elle ajoute : « *J'aime mon métier mais je ne vis pas que pour le boulot. Les clients sont habitués à la fermeture du salon le mercredi, ils s'en accommodent tout à fait et trouvent que c'est légitime de prendre un temps de repos dans la semaine. Je leur raconte souvent que le soir je ne mange pas des cheveux en salade! C'est une plaisanterie mais c'est une manière de leur dire qu'il y a un temps pour tout.* ». Ainsi, Christelle peut concilier vie professionnelle et vie familiale, pour être une femme pleinement épanouie.

Deschamps. L..



Le week-end, c'est relâche !

Après la semaine ultra-chronométrée avec un agenda bien bouquet, ponctué de quelques urgences, le planning des enfants parfaitement orchestré entre nounou et grands-parents... le week-end, c'est place à la détente : zéro programme et des sorties selon les envies du moment ! Petit-déjeuner à la boulangerie, car on se rend compte qu'il n'y a plus de pain, une sieste avec les enfants, on

entend les cloches sonner, on n'est pas loin, et si on allait à la messe ? Un dîner improvisé avec les copains ou tout simplement un week-end farniente à la maison, isolés du reste du monde !

Pourvu qu'il n'y ait pas de contraintes, 100 % de plaisir et qu'on puisse prendre son temps !

Julia E.

ANTENNES SERVICE
ÉLECTRICITÉ
ANTENNES - ALARMES
Lino PASSALACQUA - antenne.service@gmail.com
22, chemin des Rondières
03310 Durdats-Larequille
04 70 64 46 20

BOUESNARD ARCHITECTE DPLG
28, av. des Rémorets 03600 COMMENTRY
Tél. 04 70 64 95 64
bouesnard03@orange.fr

Jardinerie Millien Horticulteur - Fleuriste
23, rue de l'Étang 03170 DOYET
04 70 07 76 34
www.jardineriemillien.com

LE FABRICANT DE BARRES À TROUS
FORÉCREU
L'entreprise familiale Forécreu, avec un ancrage cinquantenaire dans la tradition locale des métiers de la forge, apporte sa contribution au développement régional et international. Elle remercie les hommes et les femmes qui, par leur savoir-faire et leur bonne volonté, y participent.

Florence Fosse : le bénévolat, c'est que du positif



Florence Fosse est artiste chorégraphe. Après avoir vécu dans le sud de la France, elle est venue s'installer dans l'Allier pour changer de vie. Elle a monté une association de comédie musicale sur Villefranche et Le Montet pour laquelle elle est bénévole. Florence aime créer, mais surtout, elle est animée par l'envie de transmettre ses connaissances et les partager. Ainsi, chaque année, un spectacle est réalisé dans un esprit de convivialité. Très prise par le

travail pourtant, les heures qu'elle passe avec les enfants sont des bulles de bonheur. Regarder sur scène les petits artistes fiers de montrer à leurs proches la progression d'une année, quelle joie ! Florence a plaisir à dire que son salaire est le sourire qu'elle partage avec les enfants. Comme beaucoup de bénévoles en France, elle donne de son temps. Pour elle, ce n'est que du positif.

Propos recueillis par Deschamps L.

En vacances, je posais ma montre...

« Excusez-moi, je n'ai pas le temps... Je repasserai... ! » Combien de fois répondons-nous de la sorte ? Les hommes courent, les voitures courent, la ville court et même la campagne, à son tour, court... Tout le monde court pour ne pas perdre de temps et personne ne prend le temps... Il est bien de courir pour travailler, pour s'étourdir, pour avoir l'impression de vivre pleinement mais ne faudrait-il pas, de temps en temps, faire une halte. N'est-ce pas dans « la pause » que l'on découvre les détails. Ce monde de frénésie nous fait trop souvent passer à côté de l'essentiel et nous enferme dans les routines du quotidien. Il y a quelques années, lorsque j'arrivais en vacances, je posais ma montre et ne la reprenais que le jour de la rentrée. Ma voiture elle-même était aussi au repos dans le garage, frein à main desserré... libre ! Le matin

je goûtais le plaisir de m'asseoir sous le saule pleureur, en prenant le petit-déjeuner, tranquillement... Depuis que je suis en retraite, je ne sais plus profiter de ces instants pour regarder, contempler et pourtant tout à côté de moi, il y a de belles choses, de belles âmes qui me font aimer la vie et espérer. J'accepte de nombreuses occupations bénévoles qui m'empêchent souvent de prendre le temps et c'est peut-être aussi pour me persuader que j'existe car comme l'écrivait Victor Hugo : « Agir, c'est vivre »... Malgré tout je suis très heureux de rendre service. Mais de temps en temps je pourrais dire : « Pouce ! Arrête de courir et prends le temps » car prendre le temps « c'est pour aimer » comme le chante J.-C. Gianadda.

Guy Gagnière

 **market**
COSNE D'ALLIER
Route de Hérisson
Ouvert du lundi au samedi
de 9h à 19h30 et dimanche de 9h à 12h30


S.a.r.l.
LAGARDE
"L'Esprit de Service"


COSNE D'ALLIER
04 70 07 58 57
sarl-lagarde.com


Aux Fleurs Jumelles
Fleurs & Déco
64, rue de la République 03430 Cosne d'Allier
04 70 07 26 38
Commandez par ☎ et réglez par 💳 - Livraison à domicile


**MAISON D'ACCUEIL
ET RÉSIDENCE POUR L'AUTONOMIE**
28, rue des Combrailles
03420 MARCILLAT EN COMBRAILLE
04 70 51 60 01


Divine' Coiff
salon de coiffure
visagiste
homme & femme
du mardi au vendredi : 9h/12h-14h/19h
samedi 8h/17h. Sur rendez-vous.
86, Gde Rue 03420 Marcillat en Combrailles
04 70 51 62 99

MICRO SYSTEME 03
Entreprise informatique
Installation, vente, réparation, formation
et réseau informatique
04 70 51 49 71 - 06 12 66 11 98
39, Gde Rue Marcillat
2, rue de la Guillaumette **DOMERAT**
microsysteme03@free.fr


Corps & Ame
SOINS DE BEAUTÉ
EN INSTITUT ET À DOMICILE
71, Grande Rue Soins bio
03420 Marcillat-en-Combraille
04 43 01 64 06

Être à l'écoute de soi

Affairés, connectés, hyper-sollicités, on est trop souvent dans l'immédiateté avec nos « dépêche-toi! », « vite, j'ai pas le temps! ». Outre cette forte pression extérieure, on a l'habitude du tout-tout-de-suite avec l'ordinateur et les smartphones et on voudrait que, dans la tête, ça aille aussi vite. Or, ce besoin d'aller vite demande de l'énergie, et donc encore plus d'espace pour se reposer. De fait, le corps a besoin de temps de pause. Prendre soin de soi : aller se balader, faire une heure de sport, partir en week-end, lire un bon bouquin, sortir au cinéma ou au théâtre, visiter une exposition, méditer... s'arrêter. Respirer. Prendre du temps pour ce qui est bon pour soi. Il faut donc laisser des cases blanches dans nos emplois



du temps, de la place pour l'imprévu. La plupart des maux psychiques contemporains ont d'ailleurs à voir avec cette difficulté à se protéger : burn-out, charge mentale, harcèlement... Lorsque la difficulté à écouter notre for intérieur s'impose, notre corps se charge d'envoyer un signal, parfois violent.

Entre le fait d'être auto-centré, qui révélerait une attitude de cœur égoïste et le « prendre soin de soi » qui est devenu « vous le méritez », avec toute une démarche mercantile qui s'est développée autour du bien-être, on doit rester à l'écoute de soi et veiller à notre équilibre car lorsqu'on est régénéré, on peut à nouveau recommencer à prendre soin des autres.

D. L.

Le billet
d'humeur
de Bruno

J'ai tout à gagner !

Les jours se suivent et ne se ressemblent pas. Les temps sont compliqués, car je subis une période d'inactivité. J'ai perdu mon emploi, il y a de cela

quelques mois. Je suis au chômage et je ne veux sous aucun prétexte me laisser aller à des distractions qui me détourneraient de ma recherche active.

Mes journées sont contrairement à ce que l'on peut imaginer très remplies. Je recherche sur internet des offres d'emploi, je réponds à des annonces, je sollicite des rendez-vous, je profite pour faire un bilan de compétences, je rencontre des professionnels de mon secteur pour partager avec eux nos expériences... Je ne veux sous aucun prétexte laisser aucun temps libre dans mon emploi du temps; je veux me donner le sentiment et à ceux qui m'entourent que je suis très occupé. L'angoisse du temps libre m'est insupportable.

Un matin, le téléphone retentit : Isabelle, une de mes amies, me fait part de ses difficultés. Elle est directrice d'une maison qu'elle a fondée et qui a pour vocation d'accueillir de jeunes handicapés mentaux.

Le concept de sa maison est de pouvoir offrir aux jeunes une éducation scolaire adaptée, un éveil à l'autonomie, tout cela dans un cadre qui se conforme à une vie semblable à la vie de famille et où les temps de prière rythment la journée. La difficulté qu'elle rencontre est qu'elle n'a plus de cuisinière pendant

quinze jours pour sa vingtaine de jeunes et le personnel. Me voilà confronté à un dilemme : je voudrais lui rendre service mais je n'ai pas le temps; et puis je ne sais pas cuisiner pour autant de personnes ! Qu'importe, sans plus longtemps réfléchir, j'accepte le remplacement au pied levé dès le lendemain. Mon Dieu, dans quoi me suis-je embarqué ? Viens à mon secours !

Toute la maisonnée a eu vent de mon arrivée. Me voilà dans la cuisine qui se transforme en hall de gare. Tout le monde veut connaître Bruno le Cuisinier !

J'improvise, je cuis, je saute, j'égoutte, je tourne... je suis en nage... l'heure du déjeuner arrive. Je rentre enfin dans le réfectoire avec mes plats et voilà qu'une holà s'organise. Je suis ému de l'accueil qui m'est réservé. Isabelle reprend les choses en main et rappelle à tous que nous devons commencer ce déjeuner par un bénévolat pour remercier le Seigneur de ce repas qui va être servi.

Les jours suivants, les enfants ne me quitteront plus et toutes les raisons sont bonnes pour venir me rendre visite dans ma cuisine. Quel moment merveilleux ! J'ai encore en mémoire ces regards, ces complicités, ces moments d'affection et de partage. Le dernier jour, Marie, une jeune trisomique qui ne communique avec personne, vient dans ma cuisine, m'attrape, m'embrasse et me serre très fort dans ses bras. Elle ne l'avait encore jamais fait à personne, me dit Isabelle...

La vie reprendra son cours, je n'ai rien perdu, pas même mon temps, j'ai tout gagné !

Grand Bazar Starjouet 23, pl. du 14 juillet
Carterie - Articles religieux COMMENTRY
Déguisements sur commande 04 70 64 34 02

HÔTEL LE CENTRE et PROXIMA
10, rue Capitaine-Migat 03310 NÉRIS-LES-BAINS
04 70 03 10 74

Soutien anonyme
d'un
Sympathisant

Neuf et Rénovation
Carrelage
Entreprise
de Maçonnerie
**NOGUEIRA
Hernani**
34 Rue de la Commune de Paris - 03000 COMMENTRY
Tél : 04 70 64 61 54 - Port. : 06 26 80 06 96

Thermévasion
EXCURSIONS
AUTOCARS
GRAND TOURISME
Xavier et
Véronique
ROBIN
Le Grenouillet
04 70 03 20 34 03310 Nérès-les-Bains
www.thermevasionvoyages.com

Pascal COILLE
967, rue Bois-Forêt
03600 COMMENTRY
www.coille-electricite.fr
04 70 05 86 12 - 06 95 04 91 66
ÉLECTRICITÉ GÉNÉRALE CHAUFFAGE
CLIM - AUTOMATISME DE PORTAIL
POMPE À CHALEUR
DÉPANNAGE - ALARME

La valeur du temps

Pour apprendre la valeur d'une année,
Demande à l'étudiant qui a raté un examen.
Pour apprendre la valeur d'un mois,
Demande à la mère qui a mis un enfant au monde trop tôt.
Pour apprendre la valeur d'une semaine,
Demande à l'éditeur d'un journal hebdomadaire.
Pour apprendre la valeur d'une heure,
Demande aux fiancés qui attendent de se revoir.
Pour apprendre la valeur d'une minute,
Demande à celui qui a raté son train, son bus ou son avion.
Pour apprendre la valeur d'une seconde,
Demande à celui qui a perdu quelqu'un dans un accident.
Pour apprendre la valeur d'une milliseconde,
Demande à celui qui a gagné une médaille d'argent aux Jeux Olympiques.
Chacun de tes instants a grande valeur.
Partage-les avec une personne de choix
et ils deviendront encore plus précieux.

(Anonyme)

**Soutien
anonyme**
d'un
sympathisant

COMEG
Constructions Mécaniques
27, RUE DE L'EMBARCADÈRE
03600 COMMENTRY
04 70 07 34 84

PONÇAGE ET FINITION PARQUETS
Menuiserie 79, RN - 03170 BÉZENET
04 70 07 34 15
06 70 38 72 74
MELIN
La qualité à vos mesures.
Menuiseries bois et PVC, Escaliers,
Fermetures de bâtiments,
Agencements, Vitrieres

**SELARL VETO
du MONTET**
Dr **NIGOND Joëlle**
39, route Nationale
Le MONTET
04 70 47 32 32

*Les
Cheveux
de Chloé*
6, rue Victor Hugo 03390 MONTMARAULT
04 70 07 60 87
Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30
Samedi de 8 h 30 à 17 h 30
Fermé le mercredi

CB
Céline Bargoin
Architecte DPLG
06 12 59 77 46
09 81 30 59 83
48 rue du Fbg St Pierre
03100 MONTLUÇON contact@cb-architecte.fr
www.architectes.org/architectes-pour-tous/celine-bargoin

PIZZA 18h 21h
A emporter
Tour 2 Pizz
06 82 55 52 58
Lundi : Montvicq
Mardi : Domerat
Mercredi : Chamblet
Jeudi : Domerat
Vendredi : Doyet
Samedi : Nérès les Bains
f tour2pizz03

**AUX BAINS
LES CHIENS**
Toiletage
canin
Salon
Isabelle PHILIP
14, rue Guy Suramy
NÉRIS-LES-BAINS
A côté du stade
Sur RDV au **04 70 06 24 31**

**Mikaël
FERDER**
vous accueille du mardi au samedi de 9h à 12h
et de 14h à 19h et le lundi de 14h à 19h à Domérat
Opticéum
*Chez nous, toutes les Mutuelles
vous remboursent.*
2, rue de l'Hôtel de Ville
COMMENTRY
04 70 09 24 55
C. C^ol Casino DOMERAT
(à côté : Pharmacie et Banque Polulaire)
04 70 64 24 20
4, place Péron
CERILLY
04 70 66 18 81

PARIS CONSEIL
**ÉTUDE ET DÉVELOPPEMENT
DE PRODUITS
PHARMACEUTIQUES**
24, rue du Progrès
03600 COMMENTRY
04 70 03 29 82
Fax 04 70 03 29 40

SARL LAUVERGNE-COLLINET
Travaux Publics
Carrières - Démolition
Centre d'enfouissement
Fibrociment amianté
57, rue Jean Jaurès 03600 COMMENTRY **04 70 64 31 03**

AU CHANT DU GRILLON
RESTAURANT TRAITEUR LESPINARD -DESSEAUVES
Repas de famille Plats à emporter
Banquets - Mariages - Communions
03420 MAZIRAT © 04 70 51 71 50 - Fax 04 70 51 73 85
www.desseauves-restaurant-traiteur.com

POMPES FUNÈBRES FAUCHERON
POMPES FUNÈBRES & MARBRERIE
CONTRATS D'OBÈQUES
La Culture du Respect
Maisons funéraires Montluçon, Domérat et Malicorne
MONTLUÇON DOMERAT COMMENTRY
43, av. RÉPUBLIQUE 9015, RUE J. MOULIN 29, RUE JEAN JAURÈS
04 70 03 86 57 04 70 20 16 16 04 70 64 94 38

merci à nos annonceurs
ROCHE Distributeurs
PRODUITS PETROLIERS
Gazole ■ Carburants ■ Lubrifiants ■ Dégraissants industriels
25, av. du 8 mai 1945 - 03100 MONTLUÇON Tél. 04 70 08 89 00
«L'énergie est notre avenir, économisons-la !» **MENSUALISATION**