

**Plaine de l'Ain****Le transport à la demande Touquan bientôt en place**

Un point de prise en charge est implanté près de la mairie d'Ordonnaz. Photo Roger Neyret

Touquan, tel est le nom de baptême du nouveau service de transport à la demande que la communauté de communes de la Plaine de l'Ain, en partenariat avec la Région Auvergne-Rhône-Alpes, propose aux habitants de ses 53 communes, à partir du 18 septembre.

Une nouvelle solution pour se déplacer, adaptée aux activités quotidiennes : aller faire ses courses, prendre le train, se rendre à un rendez-vous médical, voilà des exemples des nombreuses possibilités offertes par ce nouveau service.

**Quatre secteurs concernés**

Il sera organisé en quatre secteurs correspondant à des bassins de vie : Ambérieu-en-Bugey, Meximieux, Lagnieu et l'Albarine sont les quatre secteurs à l'intérieur desquels il sera possible de se déplacer, mais on ne pourra pas se rendre d'un secteur à l'autre, à l'exception du centre hospitalier d'Ambérieu-en-Bugey qui sera accessible quel que soit le secteur de

prise en charge.

L'exemple d'Ordonnaz situé dans le secteur de l'Albarine.

Par exemple, depuis le point de prise en charge à proximité de la mairie d'Ordonnaz, dans le secteur de l'Albarine, les utilisateurs du service pourront rejoindre sept points de dépôt : la mairie, l'Ehpad et la gare de Tenay ainsi que les commerces, la maison France Services, l'église et la Maison de santé de Saint-Rambert-en-Bugey.

**Un mode d'emploi simple**

Après réservation par téléphone au 04 8000 7000 pour indiquer les points de prise en charge et de dépôt souhaités, il suffit de se rendre au lieu de prise en charge pour être emmené au point de dépôt choisi.

Ce service est accessible à tous pour un tarif unique de 2 € par trajet.

**De notre correspondant Roger Neyret**

<https://www.cc-plainede-lain.fr/fr/tad-transport-a-la-demande.html>

**LE PROGRÈS****Recherche correspondant(e) local(e) de presse pour la commune de Ambérieu-en-Bugey**

**Vous vous intéressez à la vie publique ?**

**Vous êtes disponible, vous vous sentez proche des gens ?**

**Vous disposez d'un véhicule, d'un ordinateur et d'un appareil photo numérique ?**

**N'hésitez pas à proposer votre candidature**

comme correspondant local presse du *Progrès*. Cette tâche, qui s'exerce sous le statut de travailleur indépendant, ne doit pas être considérée comme un travail à part entière, mais comme une activité ponctuelle, particulièrement enrichissante sur le plan humain.

Le ou la correspondant(e) doit résider dans la commune ou dans les environs.

● **Agence d'Ambérieu-en-Bugey**

Tél.: 04.78.14.79.00 - [lpramberieu@leprogres.fr](mailto:lpramberieu@leprogres.fr)

**Lagnieu****Le club alpin prépare sa Fête annuelle, prévue en septembre**

Le club alpin de Lagnieu propose une nouvelle fois sa fête annuelle en septembre. L'occasion de rencontres sportives autour de la randonnée et du vélo au cœur de paysages magnifiques, mais aussi de mieux connaître les activités que propose l'association durant toute l'année.

Dimanche 17 septembre aura lieu la fête annuelle du club alpin de Lagnieu. Au programme, trois parcours de randonnée choisis afin que tous les niveaux puissent participer : des circuits de 11 km avec 400 m de dénivelé positif, 20 km pour 550 m de dénivelé positif et 30 km prévus pour les initiés et bien entraînés avec un total de montées d'une longueur de 1 000 m.

Le VTT sera également mis à l'honneur lors de cette journée avec des itinéraires de 20 km, 35 km et 50 km pour des dénivelés positifs respectifs de 350, 950 et 1 500 mètres.

**Initiation à l'escalade**

Les inscriptions et départs sont prévus, allée Guy de La



Le club alpin de Lagnieu, c'est aussi de la haute montagne. Photo Philippe Bonnet

Verpillière, salle omnisports de Lagnieu entre 7 h 30 à 10 h 00. Il est conseillé de prévoir un pique-nique, mais des petits ravitaillements seront installés sur les parcours. Parallèlement, de l'initiation à l'escalade sera organisée au gymnase. Une autorisation parentale est demandée pour les mineurs.

Pour les différentes arrivées, les marcheurs et cyclistes pourront déguster les crêpes offertes par le club alpin. Des gobelets réutilisables, réalisés spécialement

pour l'évènement par Eco-cup seront utilisés.

**De notre correspondant Philippe Bonnet**

Pour la randonnée, renseignements au 06.72.05.67.69 ou 06.02.25.38.96.

Pour le VTT, Tél. 06.03.93.68.13. info : [caf.lagnieu.info@gmail.com](mailto:caf.lagnieu.info@gmail.com).

Inscriptions : pour les randonnées, 7 €, adolescents 5 €. Pour le VTT, 8 €.

Les enfants de moins de 12 ans ont un accès gratuit à toutes les disciplines.

**Serrières-de-Briord****Yoga Val & Bleu développe son offre de cours**

Yoga Val & Bleu sera présente au forum des associations le 8 septembre. Photo Franck Drevet

Vous avez peut-être remarqué des groupes pratiquant le yoga dans le parc du Point Vert samedi dernier. Ces sessions hebdomadaires sont proposées par Yoga Val & Bleu sous la houlette de Valérie Ertorteguy. Elle organise des séances d'essai pour les personnes souhaitant comprendre cette discipline durant tout l'été. « Le yoga peut être pratiqué par toutes et tous. Il apporte l'assouplissement des tissus, aide au renforcement musculaire en douceur et fait travailler l'équilibre. On étire l'ensemble des grands groupes musculaires et, avec une pratique régulière, on peut corriger des erreurs de postu-

re développées tout au long de notre vie et de notre activité professionnelle. Ce qui atténue grandement les problèmes de dos chroniques ».

**Un nouveau studio à l'automne**

Au sein de l'association Yoga Val & bleu, Valérie Ertorteguy enseigne un yoga traditionnel dans lequel le travail respiratoire permet l'accès aux postures. Depuis la création de l'association en 2022, ses cours sont suivis par une vingtaine d'élèves du village mais aussi de l'Isère tout proche. Valérie dispense aussi des cours en entreprise, chaque semaine chez Plastic Omnium

et encadre un cours hebdomadaire sur chaises destiné aux 15 séniors d'un club de Vignieu en Isère.

Un studio exclusif de 60m sera opérationnel à l'automne et permettra la multiplication des horaires de cours proposés à la carte et l'accueil de beaucoup plus d'élèves. La réservation en ligne s'effectue sur le site [www.yoga-valleebleue.fr](http://www.yoga-valleebleue.fr) qui donne aussi de nombreuses autres informations sur les cours proposés : cours particuliers, sur chaise, enfants, femmes enceintes, maman/enfant.

● **De notre correspondant Roger Robin**