

Février 2015



La gazette du Cruci-Falgardien

## LE MOT DU MAIRE

Noël est passé... 2015 est déjà bien entamé. Hélas la nouvelle année a bien mal commencé. La France endeuillée a pleuré 17 victimes innocentes au nom de l'obscurantisme et du fanatisme. Pour une fois, permettez-moi de faire une entorse, d'oublier nos problèmes quotidiens et de me tourner vers les enfants. D'avoir une note d'optimisme car je préfère voir le sourire d'un enfant que la haine et la colère dans les yeux d'un adulte.

J'ai promis à Elise, une petite fille adorable (elle se reconnaîtra), de lui dédier un petit conte. Petit conte, bien sûr, aussi destiné à tous les enfants de Lacroix-Falgarde.

Aujourd'hui, le mot du Maire s'adresse à eux.

### L'Arc en ciel

Un jour, il y a longtemps, longtemps, le ciel était triste, très triste et il pleurait. Pendant des jours et des jours, la pluie tombait sur la terre, les ruisseaux, les rivières et les fleuves débordaient. Tous les animaux étaient inquiets, la terre inondée n'allait plus leur offrir à manger. Alors le roi des oiseaux qui était très vieux, un peu déplumé mais qui était un sage, eut une idée. Il appela l'oiseau du paradis car lui seul avait la possibilité de voler très haut et de s'approcher du ciel.

Le roi des oiseaux lui dit : "tu vas ramasser une plume de tous les oiseaux du monde, on fera avec un grand éventail qu'on offrira en cadeau au ciel". Ainsi, merles, pinsons, alouettes... Tous donnèrent une plume. Chargé de son présent l'oiseau du paradis s'envola vers le ciel. Une fois arrivé il lui dit : "Oh ! Que tu es triste ! Tu sais nous on t'aime, et pour te le prouver, accepte ce modeste cadeau".

Le ciel prit l'éventail, se mit à sourire, essuya ses larmes. Alors dans le ciel on vit un immense arc-en-ciel de toutes les couleurs. Ces couleurs c'était celles des plumes de tous les oiseaux de la terre. Quand vous verrez un arc en ciel regardez-le bien et pensez à tous les oiseaux qui nous entourent.

*Michel Chalié*

## SOMMAIRE

### Dans notre commune :

TAP et PEDT à Lacroix-Falgarde  
Le point Finance

### Les infos du Sicoval :

Forfaits SKI  
Refonte de la distribution du bulletin du Sicoval  
La redevance incitative

### Action sociale et solidarité :

MCEF

### La vie des Associations :

Foyer Rural  
Etre son Tao  
Lacroix O Parfum  
LFAN  
Arbres et paysages d'Autan  
L'Garde la Forme  
Les Amis de la Gleysette  
CLSP (Foot)  
LEC : appel aux associations

### Infos du secrétariat :

Délivrance des certificats d'hérédité  
Horaires de la médiathèque pendant les vacances de février  
Abandonnés quelques jours avant Noël  
Horaires de la Mairie pendant les vacances scolaires  
Nouveaux tarifs et horaires à la médiathèque

### Les animations de la Médiathèque

### Agenda

MAIRIE DE LACROIX-FALGARDE  
Tel : 05.61.76.24.95  
Fax : 05.61.76.71.57  
mairielacroix.falgarde@wanadoo.fr  
www.lacroixfalgarde.fr

## DANS NOTRE COMMUNE

### *Temps d'activité périscolaire (TAP) et plan éducatif de territoire (PEDT) à Lacroix-Falgarde*

La rentrée scolaire de Septembre a vu la mise en place de la réforme des rythmes scolaires au niveau de notre commune. Cette réforme a pour objectifs de mieux répartir les heures de classe sur la semaine, alléger la journée de classe et programmer les séquences d'enseignement à des moments où la faculté de concentration des élèves est la plus grande. Elle a pour conséquence une réduction du volume horaire d'enseignement journalier. Cette réduction est comblée par la mise en place des Temps d'Activité Périscolaire ou TAP. Ils permettent l'accès à des activités sportives, artistiques ou culturelles sur un temps supposé scolaire. Le concept est noble, mais aucun accompagnement n'a été donné aux communes. Beaucoup d'interdits ont été définis, mais pas de conduite à suivre. Néanmoins cette réforme devait s'appliquer en concertation (rectorat, écoles, mairie, parents d'élèves). Quand les horizons et objectifs des divers partenaires sont très différents comme ici, la chose n'est pas aisée. La formule a été négociée par l'ancienne municipalité et sa mise en place concrète a été effectuée par la nouvelle équipe. Nous avons appliqué, en nous donnant les moyens de la réussite, l'organisation définie, même si elle ne correspondait pas aux réflexions que nous avons menées de notre côté. Avoir des vues différentes ne signifiant pas avoir raison, nous avons mené une enquête détaillée auprès des familles ayant des enfants scolarisés à Lacroix-Falgarde pour faire un premier bilan de ces premiers mois de fonctionnement du TAP.

De cette enquête il ressort :

Que 75% des parents sont satisfaits par l'organisation actuelle (une heure chaque soir)

Que seul le tiers des parents envisage une modification de l'organisation pour la rentrée prochaine alors que plus de la moitié se disent insatisfaits par la non convergence des horaires (bus,

départ anticipé vers d'autres activités extérieures) obligeant les enfants à se tourner vers le TAP libre (activité libre encadrée) et non vers le TAP activités (activités spécifiques en lien avec le projet pédagogique d'école).

Que 80% des parents sont satisfaits des TAP dits d'activité mais seuls 50% sont satisfaits du TAP libre souvent assimilé à une garderie.

Que 70% des parents souhaitent la mise en place d'une étude surveillée avec aide aux devoirs : nous essayons de mettre cela en place aussi rapidement que possible.

Cette enquête constitue une base de réflexion pour les différents partenaires (parents d'élèves, rectorat, écoles, mairie) pour envisager, si cela est jugé utile et possible, une modification de l'organisation actuelle à la prochaine rentrée scolaire. Toute éventuelle modification devra figurer dans le plan éducatif de territoire ou PEDT qui est actuellement en cours de rédaction. Celui-ci est un contrat pédagogique qui lie l'école, la mairie et le rectorat. Il implique de fait l'organisation des TAP, qui doit être conforme au contenu du projet pédagogique. Le rectorat avait initialement demandé aux communes de rendre ce PEDT pour le 31 Décembre. C'est pourquoi nous avons hâté le retour des questionnaires sur le TAP avant les vacances de Noël. Néanmoins, le rectorat a constaté que les municipalités, de par la réforme des rythmes scolaires, n'étaient pas en mesure de le faire à cette date. Le délai a été repoussé au 1 juillet 2015.

*Véréna Poinsot et Jean-Daniel Marty.*

### *LE POINT FINANCE*

Suite à l'interpellation, en conseil municipal, de certains conseillers concernant leurs inquiétudes sur les comptes 2014 et 2015 nous tenons à amener quelques précisions :

Actuellement l'équipe s'est lancée dans une politique drastique de réduction des coûts de fonctionnement de la commune. En effet, nous renégocions les contrats en faisant appel à des mises en concurrence systématiques de devis, dans le but de financer les projets indispensables, pour le bien et la sécurité de la collectivité.

Ainsi, lors du dernier conseil municipal, sur la base d'une aide proposée aux sinistrés des communes inondées du Sud-est, un débat s'est ouvert concernant l'équilibre de notre budget. Une interrogation a surgi sur la bonne gestion actuelle et à venir des comptes de la municipalité.

**Nous avons hérité d'une situation qui est la suivante :**

- Les équipements photovoltaïques placés sur le bâtiment communal derrière l'école et fonctionnels depuis 2 ans, ne faisaient l'objet d'aucun contrat de rachat de l'électricité produite de la part ERDF.
- Les terrains de tennis, refaits à hauteur de 63000€ d'investissement, ont un éclairage aux normes fédération française de tennis (FFT) de coût énergétique élevé.
- En ce qui concerne l'achat du terrain de l'autre côté du Cossignol (destiné antérieurement à une zone sportive), nous sommes dans l'obligation de l'acquérir dans le cadre d'une déclaration d'utilité publique, DUP (expropriation actée par l'ancienne équipe municipale). Néanmoins, nous ne pourrions probablement pas lui donner l'affectation souhaitée, en raison d'une incompatibilité entre le projet et notre POS (qui va évoluer en PLU cette année)
- Enfin nous avons donné suite au projet, très avancé, de la construction des « vestiaires du football » en respectant l'enveloppe allouée, malgré l'absence de prévision des raccordements en eaux usées, arrivées d'eau et électrification.

**Comment avons-nous géré cette situation ?**

- Pour le photovoltaïque, nous avons réalisé les démarches auprès d'ERDF et pour le moment nous n'avons pas de retombées financières pour la commune, car nous sommes dans l'attente d'un décret fixant le tarif. Nous

sommes optimistes quant à la perception rétroactive des sommes revenant à la commune en 2015. Si cela avait été diligenté en son temps, nous percevrions des revenus fixes, à un taux plus intéressant, depuis plus de 2 ans.

- A notre grand étonnement, l'économie de l'éclairage de nuit n'a pas atteint les 10 000 euros anticipés. Cela est vraisemblablement lié à la mise en place des éclairages intenses au niveau des terrains de tennis, de la rue Aignan Carrière, de l'impasse Frédéric Mistral et de l'entrée de Falgarde. Dans ce cadre, nous nous posons la question de savoir s'il est nécessaire pour notre commune d'avoir des éclairages aux normes de la FFT. Il est à noter que la mesure d'extinction des lumières (toujours controversées) nous a permis de ne pas faire s'envoler la ligne budgétaire énergétique.
- En ce qui concerne l'achat du terrain derrière l'école, nous sommes contraints d'en réaliser l'achat puisque la rupture de cet engagement aurait représenté un coût équivalent au prix de l'acquisition du terrain.
- Enfin, bien que nous ayons réalisé sans surcoût les « vestiaires du football », nous avons décidé dans un premier temps d'en étendre l'utilisation au plus grand nombre. Néanmoins, et de façon surprenante, seuls les 2/3 de la somme affectée à sa réalisation du projet étaient disponible en caisse lors de notre prise de fonction, en avril dernier.

**Notre démarche, aujourd'hui:**

Nous allons voter très bientôt les comptes de la commune, avec ces aléas non prévus au budget prévisionnel 2014, sans nécessiter de prélèvement sur les réserves communales, démontrant ainsi notre aptitude à gérer la commune.

En ce qui concerne le budget prévisionnel 2015, nous ne sommes pas encore en mesure de vous donner plus d'informations. En effet, la dotation que l'Etat doit nous attribuer ne nous a pas été communiquée, mais sera selon les dernières estimations en chute. Par anticipation, seul un terrain « City Park », que nous souhaitons implanter à côté à l'école (attendant au dojo), apparaîtra dans la rubrique des investissements, car il bénéficiera d'importantes subventions.

*Véréna Poinot, adjointe au budget*

# FORFAITS DE SKI A TARIFS REDUITS

En vente aux PIJ de Castanet et Ramonville  
Du 12 janvier au 27 mars 2015

	Pour les - de 30 ans	Pour les + de 30 ans	Tarifs en stations
AX les THERMES	24 €	32 €	26,50 / 35 €
SUPERBAGNERES	19,50 €	27 €	24 / 31,50 €
	Pour les - de 28 ans	Pour les + de 28 ans	Tarifs en stations
ST LARY	29,50 €	35 €	32,90 / 38,50 €
FONTROMEU	28 €	33 €	31 / 36 €
GUZET	23 €	27 €	25 / 29,50 €
PEYRAGUDES	25,50 €	35,50 €	32,50 / 37,50 €

#### ATTENTION :

- Stocks limités, sous réserve de disponibilité  
⇒ Notre conseil : téléphonez-nous !
- Forfaits vendus sans assurance
- Paiement par chèque uniquement



#### Renseignements PIJ Ramonville :

Mardi, mercredi et vendredi de 14h à 19h  
Jeudi de 14h à 18h

Place Jean Jaurès  
Tel. 05 61 75 10 04

#### Renseignements PIJ Castanet :

Du lundi après-midi au vendredi matin  
De 9h à 12h et de 14h à 18h

Maison des Solidarités (ancienne Mairie)  
Tel. 05 34 66 73 14

### Refonte de la distribution du bulletin du Sicoval

Le service de communication du SICOVAL prépare actuellement la refonte de la diffusion du magazine SICOVAL Info. Courant 2<sup>ème</sup> trimestre 2015, le mode de distribution se fera par abonnement gratuit. Les habitants auront la possibilité de s'abonner pour recevoir le magazine via le site internet Sicoval, le téléphone et par lettre T, que vous trouverez notamment dans le Sicoval Info que vous avez reçu chez vous ou en mairie.

### La redevance incitative : c'est pour 2016 !

Opérationnelle ? Repoussée ? Abandonnée ? En recevant leur facture du 2<sup>nd</sup> semestre 2014, beaucoup d'habitants ont été surpris de ne pas voir leurs efforts de réduction et de tri des déchets récompensés. Pourquoi ?

La mise en place de la redevance incitative était annoncée pour 2014. Cela n'a pas été le cas, pour deux raisons :

- des ajustements techniques plus importants que prévus sont encore en cours, comme l'aménagement de certains équipements (dont les points de collecte collectifs),

l'adaptation du logiciel de facturation...

- Les élus de l'agglomération désignés en mars 2014, ont souhaité se familiariser avec ce nouveau système de facturation avant de confirmer sa mise en place. C'est aujourd'hui chose faite. Ils ont donc décidé que ce mode de facturation serait mis en place en 2016.

Prochaine étape : la « facturation à blanc »

Etape préparatoire à la mise en œuvre de la redevance incitative, une « facture à blanc » (simulation : à ne pas payer) sera adressée aux

habitants en 2015, en même temps que leur redevance de juillet (à payer).

Chacun pourra ainsi comparer le montant de sa facture actuelle avec le montant de ce qu'aurait coûté ce même service calculé en mode incitatif.

Une facture Déchets calculée de façon incitative se compose :

- d'une part fixe qui comprend l'abonnement au service, le volume du bac gris, la maintenance des bacs, un forfait pour 12 collectes ...

- d'une part variable calculée en fonction du nombre de sorties du bac gris (déchets) à partir de la 13<sup>ème</sup> sortie du bac gris. Les sorties plus fréquentes en été peuvent être compensées par des présentations moins nombreuses en hiver.

Vous vous posez d'autres questions sur la redevance incitative ?

Rendez-vous sur la page d'accueil du site : [www.sicoval.fr](http://www.sicoval.fr) « La redevance incitative en 1 clic »

## ACTION SOCIALE ET SOLIDARITE

### *La Maison des Communes Emploi Formation du Sud Est Toulousain*

La MCEF du Sud-est Toulousain organise dans le cadre de son programme d'actions différentes manifestations durant le 1<sup>er</sup> semestre 2015. Sont prévus sur différentes dates :

- Un atelier sur l'utilisation des réseaux sociaux professionnels dans le cadre d'une recherche d'emploi, d'orientation professionnelle.
- Un atelier ayant pour objectif de cibler les sites internet les plus utiles dans le cadre d'une recherche d'emploi et/ou de formation
- Des réunions d'information sur la formation à destination demandeurs d'emploi et des salariés.

Renseignements et inscriptions auprès de la Maison Commune Emploi Formation du Sud-est Toulousain :

Village d'entreprises-Bât.10-

25 rue PG de Gennes

31670 Labège

Tél. : 05 61 28 71 06 – [www.mcef.midipyrenees.fr](http://www.mcef.midipyrenees.fr)

Horaires : 8h30-12h30 et 13h30-17h30 (fermée le jeudi après-midi et à 16h30 le vendredi)

## LA VIE DES ASSOCIATIONS

### *LES INFOS DU FOYER RURAL*

La présidente et toute l'équipe du Foyer Rural

vous présentent leurs meilleurs vœux pour cette nouvelle année. Nous essayerons de vous apporter de nouvelles idées, de nouveaux challenges, de nouvelles réussites pour construire ensemble les projets de demain.

2014 s'est révélée riche en événements mais la fin de l'année a été marquée plus particulièrement par l'audition de musique du 12 décembre qui a



rassemblé un grand nombre de personnes. Le concert a ravi l'ensemble de l'auditoire.

Puis le 17 décembre, les élèves du groupe Eveil et Eveil+ (4 à 12 ans), vêtu de rouge et blanc, ont présenté un spectacle de ZUMBA à l'occasion des fêtes de fin d'année. Avec seulement 4 mois d'expérience le spectacle des enfants a rencontré un vif succès et la soirée s'est prolongée autour d'un buffet « auberge espagnole » au grand bonheur des parents et enfants.

2015 sera lui aussi ponctué par 3 grandes manifestations.

✦ Le 3 avril, notre **Atelier Théâtre Adulte** en partenariat avec le Foyer Rural de Vieille-Toulouse donnera une représentation. 14 comédiens s'articuleront autour de petits textes comiques parlant de sujet tel que les plaideurs, des hommes de loi ou bien du droit.

✦ Le 25 mai, le **Gala de Danse** de fin d'année se tiendra dans la salle de spectacle Altigone à Saint-Orens, tout comme l'année passée. Au vu du succès rencontré, nous avons souhaité renouveler l'expérience.

✦ Le 12 juin, nous retrouverons l'**Audition Musicale** de fin d'année. Écouter, apprécier, s'évader voilà ce que réserve d'ores et déjà cette date.

Venez nombreux, encourager et apprécier le travail des artistes, des sportifs, des bénévoles au travers de ce panel d'activités et de manifestations.

Nous vous réitérons nos bons vœux et pour ceux qui ont pris de bonnes résolutions en ce début d'année n'attendez plus : il reste des places dans les cours proposées par le foyer rural. N'hésitez pas à prendre contact avec le secrétariat au 05.61.76.27.57.



L'équipe du Foyer Rural

## ETRE SON TAO

Discipline énergétique issue de la médecine traditionnelle chinoise, le QI GONG est une méthode aux bienfaits multiples qui apporte une réponse aux problèmes actuels de notre société... Cette pratique corporelle de santé, forme de méditation en mouvements, peut nous amener à un nouvel art de vivre en relation avec les énergies qui nous entourent.

Les mouvements lents et le travail de la respiration, permettent une meilleure conscience du corps et un équilibre corps-esprit en procurant calme, équilibre et harmonie.

L'association ETRE SON TAO propose sur Lacroix-Falgarde :

- des cours hebdomadaires (tous niveaux) les mardis de 19h à 20h15 dans la salle de spectacles (séance découverte offerte), hors vacances scolaires.

- des stages à thèmes, prochaines dates à venir de

14h30 à 17h30 :

**21 mars : Qi Gong de l'ouverture et de l'étirement** (pour renforcer le système musculaire et assouplir le corps) stage pour femmes et hommes

Information sur le site d'Etreson Tao :

[www.ETRESONTAO.COM](http://www.ETRESONTAO.COM)

## LACROIX O PARFUM

L'association LACROIX O PARFUM organise un LOTO le dimanche 8 mars 2015 à 15h00 dans la salle du foyer rural de Lacroix-Falgarde. De nombreux lots vous seront proposés : Filets garnis, jambons, tablette, etc. Un voyage clôturera la dernière partie.

Nous vous attendons nombreux !!

L'association LACROIX O PARFUM vous rappelle que nous organisons un tournoi de tarot le deuxième vendredi de chaque mois et un concours de belote le dernier vendredi de chaque mois à 20h30 à l'ancien DOJO de Lacroix-Falgarde.

Nous vous accueillerons en vous offrant café, thé ou tisane pour passer tous ensemble une soirée simple et chaleureuse !

## LFAN AGENDA Le temps des plaisirs 1<sup>er</sup> semestre 2015



Parmi les nouvelles activités,

l'association LFAN vous invite à

rejoindre " Le temps des plaisirs " pour partager des moments de convivialités.

Des sorties loisirs avec visites organisées suivies d'un repas au restaurant vous sont proposées.

Ci-dessous, voici votre programme pour le premier semestre 2015.

(En cas de mauvais temps, les sorties peuvent être reportées)

Date	Visite de	Lieu de départ	Heure Départ
12/02	Minerve (Hérault) l'après-midi « l'écluse de l'Aiguille » (Puichéric)	Ancien dojo	8h
26/03	Mazères Ariège et le domaine des oiseaux	Ancien dojo	8h
21/05	Mirepoix et le village des roses « Camon »	Ancien dojo	8h
11/06	Le Somail et le musée du chapeau plus sa grande librairie ancienne.	Ancien dojo	8h

Adhésion à l'association :

- 20 euros pour 1 personne
- 30 euros pour un couple

Le coût de la sortie (restaurant + covoiturage+ visites) vous sera communiqué au fur et à mesure en temps voulu, quelques semaines avant la sortie.

Pour tous renseignements s'adresser à :

Mme Viviane Armengaud, 06 24 08 09 56 ou lfanrando@gmail.com

## **ARBRES ET PAYSAGES D'AUTAN**

### ***Des plantations locales pour favoriser la biodiversité au jardin***

Au jardin, sur les espaces verts, autour du potager ou du verger bio, il est important de prévoir la plantation de haies champêtres. Composée d'arbres et d'arbustes de pays, la haie champêtre est un milieu riche à forte valeur écologique. Elle joue un rôle important dans le maintien de la biodiversité : l'accueil des auxiliaires de cultures et des pollinisateurs, l'apport de matières organiques, le maintien des équilibres écologiques... Voici quelques conseils pour planter une haie champêtre qui vous rendra de nombreux services !

#### **Planter des arbres et des arbustes de pays**

Connaissez-vous le cornouiller sanguin, la viorne lantane, le troène des bois, le prunellier, l'érable champêtre ou l'alisier torminal... autant d'arbustes et d'arbres de pays qui s'adaptent parfaitement à nos sols et qui formeront rapidement une haie champêtre et variée. Rustiques, adaptées au sol et au climat, peu gourmandes en eau, les essences locales demandent très peu d'entretien et offrent des sources de pollens, de nectars et de petits fruits variés tout au long des saisons !

#### **Accueillir nos « aides jardiniers »**

Pour de nombreux oiseaux, petits mammifères, insectes et pollinisateurs, la haie champêtre constitue un habitat privilégié. C'est à la fois un lieu de vie permettant aux animaux de se cacher, de se déplacer, de se reproduire mais c'est aussi un vrai garde-manger ! Plus la haie sera variée dans sa forme et sa composition, plus elle offrira de possibilités d'accueil. Tous ces animaux sont de précieux « aides jardiniers » car ils favorisent la pollinisation de nos fruits et légumes et permettent de limiter les ravageurs des cultures. Les coccinelles s'occupent des pucerons, les carabes, crapauds et petits oiseaux des limaces, chenilles et escargots...

#### **Un paysage et un cadre de vie améliorés**

La haie champêtre est souvent utilisée pour délimiter plusieurs zones au sein d'un jardin, elle est une limite naturelle et permet parfois d'habiller

un grillage, une clôture, un mur... Elle protège souvent les jardins des nuisances sonores, visuelles et assure une protection contre le vent et les intempéries. Les arbres et arbustes de pays aménagent votre jardin tout en préservant l'identité du paysage local.

#### **Quelques conseils pour réussir la plantation d'une haie champêtre**

- **De jeunes plants** : pour une bonne reprise et une croissance rapide, plantez des arbres et arbustes jeunes. Un plant de 1 an a un système racinaire intact qui lui permet de « démarrer » dès le premier printemps.
- **Un travail du sol en profondeur** : pour permettre aux racines de se développer ; faites de grands trous (40x40x40 cm), en prenant soin de garder la terre de surface... en surface !
- **Des plantations en hiver** : la plantation doit être réalisée dès que les arbres sont au repos, c'est à dire de fin novembre à début mars.
- **Un paillage biodégradable** : les copeaux de bois permettent de garder l'humidité au pied des plants, limite la pousse de l'herbe les premières années et enrichissent le sol en se dégradant.

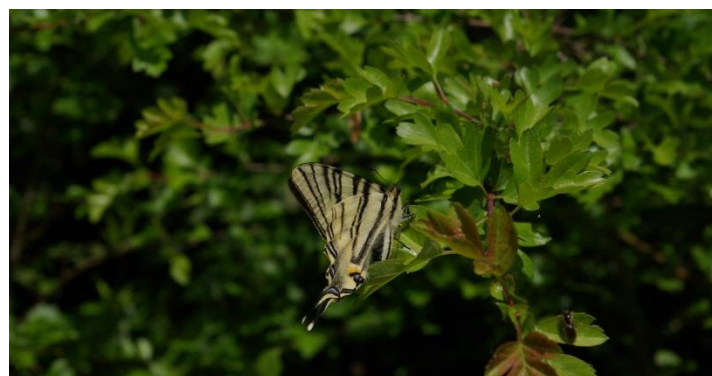
#### **Réaliser un projet de plantation**

Arbres et Paysages d'Autan est une association dont l'objectif est de promouvoir le rôle de l'arbre et de la haie champêtre. Avec son programme de plantation soutenu par la région Midi-Pyrénées, l'association accompagne les particuliers, les associations et les collectivités dont la commune de Lacroix Falgarde... dans leurs projets de plantations et d'aménagement. Si vous souhaitez planter dans vos jardins, nous vous aidons dans l'élaboration de votre projet d'aménagement, dans le choix des végétaux et dans la réussite de votre projet de plantation.

Pour en savoir plus, contactez-nous :

Tél : 05 34 66 42 13 - Courriel : [apa31@free.fr](mailto:apa31@free.fr)

Site : [www.arbresetpaysagesdautan.fr](http://www.arbresetpaysagesdautan.fr)



## L'GARDE LA FORME

### Section enfants : Activités multisports

Lundi 17h-18h : nouveau créneau depuis cette année : enfants de 3 à 5ans

Possibilité de récupérer les enfants à l'école et de les amener à la salle du Dojo

Mardi 9h-9h45 : gym BB de 9 mois à 3 ans (gym éveil et motricité accompagné d'un adulte).

Mercredi : 16h-17h : enfants de 6 à 12 ans

17h-18h : enfants de 3 à 5 ans

Il reste encore des places pour certains cours. Possibilité de faire deux séances d'essai gratuites.

--- Gym câline : de 9 mois à 3 ans : éveil et motricité de l'enfant accompagné d'un adulte.



### Séance ponctuelle un samedi par mois

Voici les dates proposées pour le 1<sup>er</sup> trimestre 2015

- Samedi 31 janvier
- Samedi 28 février 9h45-10h30 au dojo
- Samedi 14 mars

Selon le nombre d'inscrits : deux cours peuvent être organisés dans la même matinée. Ouverts à tous. Préinscription obligatoire.

--- Stages multisports :

Vacances de février : nouveaux : 2 ½ journées sont proposées par groupe la 1<sup>ère</sup> semaine

- Mardi 10 et mercredi 11 : 9h-12h : 3-5 ans
- Mercredi 11 et jeudi 12 : 14h-17h : 6-12 ans

Stages ouverts à tous, même non licenciés. Possibilité de s'inscrire sur les deux ½ journées.

### La Marche Nordique Sport Santé :

Vous souhaitez découvrir cette activité : venez participer à une séance d'initiation !!

Considérée comme du « Fitness » extérieur, la marche nordique est une discipline très complète comprenant une activité au grand air et conviviale

tout en faisant travailler son corps dans sa globalité...

En effet fort de ses atouts sur la santé, elle est en plein essor car accessible à tous : de la personne sédentaire ou ayant eu des soucis de santé à une personne sportive de haut niveau souhaitant un entraînement à côté complémentaire. Les bienfaits sur la santé sont :

- l'augmentation de l'endurance à l'effort.
- l'amélioration de la capacité pulmonaire et de l'aisance respiratoire grâce à une meilleure posture due aux bâtons qui permettent de se tenir bien droit.
- la diminution du rythme cardiaque.
- l'amélioration de la tonicité musculaire générale : entre 80 et 90% des muscles du corps travaillent !!
- meilleure circulation du sang.
- la régulation du tissu adipeux et de la surcharge pondérale : la marche nordique a des bienfaits sur le métabolisme car elle suscite une utilisation très complète du corps.

Si on compare diverses activités :

- ✓ Elle entraîne une consommation calorique importante de l'ordre de 400 à 600 cal/h
- ✓ Presque équivalente à la course à pied qui est : entre 500 et 600 cal/h, alors que la marche simple : 240 à 300 cal/h
- ✓ la santé des articulations : le fait d'avoir des bâtons permet de répartir la charge sur l'ensemble du squelette et soulage ainsi les articulations...
- ✓ la diminution des maux de dos et des douleurs lombaires
- ✓ des bienfaits sur les os : la marche nordique a des bénéfices reconnus sur le squelette et sur la croissance osseuse : elle permettrait donc de lutter contre l'ostéoporose.
- ✓ un sport excellent pour le bien-être et le cerveau : la pratique physique régulière d'une activité sportive permet d'agir sur l'anxiété et la résistance au stress, réduire le risque de dépression, améliorer l'humeur, et stimuler la vascularisation du cerveau.





Deux séances sont proposées tous les 15 jours, encadrées par Audrey LAVIT

**Le mardi 19h30-21h et le jeudi 14h-15h30**

Places encore disponibles lors du cours du jeudi. Il est possible de faire une séance d'initiation.

Pour tout renseignement et tarifs, veuillez contacter l'animatrice

Association L'GARDE LA FORME

Melle LAVIT Audrey

06 19 39 75 73

### **LES AMIS DE LA GLEYSETTE**

Une nouvelle année d'expositions commence dès la fin janvier pour "les Amis de la Gleysette". Nous accueillerons tout d'abord un peintre et une céramiste potière. Puis nous proposerons aux enfants de l'école du village une journée de création artistique et ensuite une exposition de peinture et de sculpture.

Fin Mars, les monotypes d'une artiste bien connue dans la région seront accrochés aux murs de la Gleysette. Juste avant, vous pourrez venir emprunter des œuvres à l'Artothèque, un rendez-vous désormais bien établi deux fois par an à la Chapelle.

Nous vous attendons nombreux.

*La présidente, Liliane Barliot*

## **INFOS DU SECRETARIAT**

### **A PROPOS DES CERTIFICATS D'HEREDITE**

La Mairie ne délivre plus de certificats d'hérédité. Pour en obtenir un, pensez à vous adresser à un notaire.

### **CLSP**

Le club de football du Confluent -Lacroix -Falgarde-Saubens-Pinsaguel souhaite une bonne et heureuse année à tous les habitants de ces 3 communes, qui se sont réunies depuis 2 ans maintenant pour ne former qu'un seul club.

En septembre 2014, pour les inscriptions, nous avons eu un très grand nombre d'inscriptions pour les catégories concernant l'école de foot, de 5 ans à 13 ans.

Nous avons toutes les catégories et même depuis cette saison une équipe féminine senior.

Bravo aussi à l'équipe 1 sénior, qui à mi-parcours du championnat, est première de son classement.



Photo de la catégorie U8-U9

### **LOISIR EDUCATION CITOYENNETE (LEC) :**

#### ***Appel à candidature des associations***

Le LEC, qui s'occupe de l'organisation des temps d'activités périscolaires (TAP) sur l'école de Lacroix-Falgarde, lance un appel aux associations du village pour obtenir des bénévoles afin d'aider à encadrer les TAP activités à partir de fin avril 2015.

Informations et candidatures à déposer à l'adresse : [tap-lacroixfalgarde@loisireduc.org](mailto:tap-lacroixfalgarde@loisireduc.org)

### **HORAIRES DE LA MEDIATHEQUE PENDANT LES VACANCES DE FEVRIER**

Durant les vacances scolaires, du 7 au 22 février inclus, la médiathèque sera ouverte aux horaires habituels pendant les vacances de février (voir page suivante pour le détail des horaires).

## **ABANDONNES QUELQUES JOURS AVANT NOEL**

A quelques jours de Noël la directrice de l'école primaire a fait une drôle de découverte.

Quatre chiots lâchement abandonnés dans un carton, certes avec dans le fond un vieux vêtement pour leur tenir un peu chaud. Mais ces adorables chiots de couleur bringée n'étaient pas sevrés et nécessitaient donc beaucoup de soins, leurs yeux n'étaient pas encore ouverts et ils avaient faim.

Ce qui aurait pu être un joli conte de Noël, s'ils étaient restés un peu plus longtemps auprès de leur maman pour ensuite être proposés à l'adoption a viré pour 3 d'entre eux au cauchemar : toute la matinée sans lait maternel puis fourrière et euthanasie.

Un seul a été recueilli, soigné, choyé par l'un des agents du service technique. Un grand merci à lui et à sa famille pour leur grand cœur et le bonheur qu'ils vont apporter à ce chiot.

Si vous ne souhaitez pas avoir de chiots demandez conseil à votre vétérinaire et si cela arrive portez-les dès la naissance chez un vétérinaire pour malheureusement les euthanasier, ou gardez-les jusqu'à ce qu'ils soient sevrés (deux mois) et les proposez à l'adoption. Mais surtout ne les abandonnez pas dans la nature 8 à 15 jours après leur naissance comme ce fût le cas. Car vous les condamnez à mort : rares sont les personnes qui acceptent d'élever des chiots comme des nouveaux nés (biberons la nuit par exemple) sans compter le manque d'éducation primordiale et fondamentale de leur mère.

**NOUS RAPPELONS QUE TOUT ACTE DE MALTRAITANCE ET DE CRUAUTE ENVERS LES ANIMAUX PEUT ETRE PUNI PAR LA LOI. L'ART.521 -1 du CODE PENAL PREVOIT 2 ANS DE PRISON ET 30 000 € D'AMENDE EN CAS D'ABANDON.**

*Mme NOYES, secrétaire*

## **HORAIRES DE LA MAIRIE PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES**

Durant les vacances scolaires, du 7 au 22 février inclus, la mairie sera ouverte :

- ❖ Le mardi, jeudi et vendredi et samedi de 9h à 12h ;
- ❖ Le mercredi de 14h30 à 17h30

## **NOUVEAUX HORAIRES ET TARIFS DE LA MEDIATHEQUE**

Après une période d'essai de trois mois, l'ouverture du lundi est maintenue. La médiathèque est ouverte aux horaires suivants:

Lundi : 16h30-18h30  
Mardi : 16h-19h  
Mercredi : 10h-12h et 15h30-18h30  
Jeudi: 16h30 – 18h30  
Samedi: 10h30 – 12h30

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2015, les tarifs et conditions d'inscription sont les suivants:

### Les justificatifs

- une pièce d'identité
- un justificatif de domicile de moins de 3 mois (quittance loyer, facture EDF...)

Les tarifs d'inscription (12 mois à compter de la date de la première inscription):

Crucifalgardiens:

- Individuel: 10 euros +1 euro la carte (uniquement lors de la première inscription)
- Famille: 20 euros +1 euro la carte (uniquement lors de la première inscription)

Extérieurs à la commune:

- Individuel: 20 euros +1 euro la carte (uniquement lors de la première inscription)
- Famille: 30 euros +1 euro la carte (uniquement lors de la première inscription)

La signature du formulaire d'inscription vaut acceptation du règlement intérieur de la médiathèque.

### Nombre de prêts possibles

- Individuel: 5 documents écrits, 3 documents sonores et 1 DVD
- Famille: 15 documents écrits, 9 documents sonores et 1 DVD

### La durée d'emprunt

La durée de prêt est de 3 semaines.

### Les collections

Plus de 10 000 documents-vous sont proposés : les collections de la bibliothèque sont enrichies par des dépôts réguliers de la Médiathèque Départementale.

La consultation sur place de tous les documents est libre et gratuite.

### Comment vous rendre à la médiathèque?

Route de Falgarde, complexe médiathèque-dojou proche des écoles

## LES ANIMATIONS DE LA MEDIATHEQUE

### Cameroun



Du 23 janvier au 25 février, vous pourrez découvrir l'exposition Tam-Tam Couleurs prêtée par le Conseil Général:

Il n'y a pas d'âge pour être curieux de tout, et quoi de plus merveilleux que de découvrir le monde à travers l'art. L'exposition propose un voyage dans 15 pays africains. Le principe est simple : sur chaque panneau, sous le nom du pays se trouvent une photo aquarelle, des objets et des tissus pour une invitation au voyage. Une fiche indépendante, correspondante à chaque panneau, évoque de façon ludique et sensible le pays.

Tout public

### Madagascar



Les samedis 28 février et 28 mars à 10h30, deux conférences sur le thème « Les peintres de l'école de Paris » proposée par Marie Brunner.



Le samedi 14 mars à 10h, le spectacle « Les saisons d'Antonia: le printemps » de la compagnie Les Ailes du monde, pour les enfants de 9 mois à 4 ans.

Pour les conférences et le spectacle, il est impératif de réserver au 05 61 76 85 74 ou [mediathequelacroixfalgarde@orange.fr](mailto:mediathequelacroixfalgarde@orange.fr)

## AGENDA

QUAND ?	QUOI ?	OU ?	Renseignements
<b>FEVRIER 2015</b>			
10 et 11 février, 9h-12h	Stages multisports 3-5 ans		Melle LAVIT Audrey 06 19 39 75 73
11 et 12 février, 14h-17h	Stages multisports 6-12 ans		Melle LAVIT Audrey 06 19 39 75 73
12 Février, 8h	Visite de Minerve (Hérault) l'après-midi « l'écluse de l'Aiguille » (Puichéric)	Départ Ancien dojo	Mme Viviane Armengaud, 06.24.08.09.56 ou lfanrando@gmail.com
18 février	journée de création artistique enfants de Lacroix-Falgarde	La chapelle de la Gleysette	Les amis de la Gleysette
Du 23 janvier au 25 février	Exposition Tam-Tam Couleurs	médiathèque	05 61 76 85 74 ou mediathequelacroixfalgarde@orange.fr
28 février, 9h45-10h30	Gym câline de 9 mois à 3 ans	dojo	Melle LAVIT Audrey 06 19 39 75 73
28 février, 10h30	conférences sur le thème « Les peintres de l'école de Paris » proposée par Marie Brunner.	médiathèque	05 61 76 85 74 ou mediathequelacroixfalgarde@orange.fr
Du 28 février au 1 <sup>er</sup> mars	Exposition de Christine ESCAUT, peintre et Eric LAVIGARIE, sculpteur	La chapelle de la Gleysette	Les amis de la Gleysette
<b>MARS 2015</b>			
8 mars, 15h00	loto	salle du foyer rural	
14 mars, 9h45-10h30	Gym câline de 9 mois à 3 ans	dojo	Melle LAVIT Audrey 06 19 39 75 73
14 mars, 10h	spectacle « Les saisons d'Antonia: le printemps », pour les enfants de 9 mois à 4 ans.		61 76 85 74 ou mediathequelacroixfalgarde@orange.fr
21 mars	Qi Gong de l'ouverture et de l'étirement		Information sur le site d'Etre Son Tao : www.êtresontao.com
Du 21 mars au 22 mars	Nelly BONNEFIS Monotypes et peinture	La chapelle de la Gleysette	Les amis de la Gleysette
26 Mars, 8h	Visite de Mazères (Ariège) et le domaine des oiseaux	Départ Ancien dojo	Mme Viviane Armengaud, 06 24 08 09 56 ou lfanrando@gmail.com
28 mars, 10h30	conférences sur le thème « Les peintres de l'école de Paris » proposée par Marie Brunner.		05 61 76 85 74 ou mediathequelacroixfalgarde@orange.fr
29 mars	Artothèque	La chapelle de la Gleysette	Les amis de la Gleysette
<b>AVRIL 2015</b>			
3 avril	Atelier Théâtre Adulte		Secrétariat du Foyer Rural 05.61.76.27.57
<b>MAI 2015</b>			
21 mai, 8h	Visite de Mirepoix et le village des roses « Camon »	Départ Ancien dojo	Mme Viviane Armengaud, 06 24 08 09 56 ou lfanrando@gmail.com
25 mai	Gala de Danse de fin d'année	salle Altigone à Saint-Orens	Secrétariat du Foyer Rural 05.61.76.27.57
<b>JUIN 2015</b>			
11 Juin, 8h	Visite du Somail et le musée du chapeau plus sa grande librairie ancienne.	Départ Ancien dojo	Mme Viviane Armengaud, 06 24 08 09 56 ou lfanrando@gmail.com
12 juin	Audition Musicale de fin d'année		Secrétariat du Foyer Rural 05.61.76.27.57