



SEPTEMBRE 2021

LA CROIZETTE

Bien vivre à Lacroix-Falgarde...



Le mot du maire (p.2)

Vie municipale : Informations générales (p.3-4)

Environnement/RNR (p.5-6)

Entretien : un élu / un agent (p.7)

Album / Evènements (p.8)

Associations (p 9-15)

Pratique /Agenda (p.16)

Mairie de Lacroix-Falgarde

Avenue des Pyrénées

Tel : 05-61-76-24-95

contact@lacroixfalgarde.fr

www.lacroixfalgarde.fr

Conception : Mairie de Lacroix-Falgarde

Directeur de publication :

Jean-Daniel MARTY, Maire

Impression : Imprimerie CAZAUX

Tiré en 1200 exemplaires



Chères Cruci-falgardiennes, chers Cruci-falgardiens,

Comme l'année dernière, cette rentrée a lieu dans un contexte sanitaire laissant peser des incertitudes sur l'organisation de notre vie quotidienne. Ces incertitudes impactent notre mode de vie et modifient profondément notre relation à l'autre et notre façon d'appréhender le vivre ensemble.

La mise en place du pass sanitaire illustre parfaitement ces difficultés et les paradoxes de notre société. Une société où chacun se fait le défenseur des libertés individuelles mais dans laquelle nous souhaiterions être affranchis des risques associés à nos choix. Nous pouvons naturellement réclamer le droit à ne pas être vacciné, mais peut-on réclamer dans le même temps le droit de mettre sciemment la santé des autres en danger ? La Déclaration des Droits de l'Homme et du Citoyen (article 4) nous donne une réponse « *La liberté consiste à pouvoir faire tout ce qui ne nuit pas à autrui. Ainsi l'exercice des droits naturels de chaque homme n'a de bornes que celles qui assurent aux autres membres de la société la jouissance des mêmes droits.* »

Décrié par certains car limitant nos libertés individuelles, attendu par d'autres souhaitant retrouver une vie normale, le pass sanitaire ne doit pas nous empêcher de nous poser les bonnes questions. Ce n'est pas le pass sanitaire qui restreint nos libertés mais le virus. Et cette année encore, toujours pas de traitement à ce virus, les seules protections sont les gestes barrières et le vaccin.

Concernant les vaccins il est étonnant pour le scientifique que je suis, toujours empli de doute, de voir comment chacun est rempli de certitudes et comment les nouveaux outils d'informations sont devenus des vecteurs de désinformations.

Est-ce que ce nouveau vaccin a été développé en un an ? Non les vaccins à ARN messenger sont le fruit de plus de vingt ans de travail d'équipes de recherche à travers le monde. Est-ce que les vaccins à ARN présentent un risque ? Probablement mais dans des cas limités que la pharmacovigilance permettra d'évaluer plus finement. Est-ce que le virus présente un risque ? Certainement ayant déjà fait a minima 4.5 millions de morts sur la planète et les chiffres démontrent que le risque que le virus fait encourir est largement supérieur à celui lié aux différents vaccins pour une large partie de la population. Est-ce qu'être vacciné garantit de ne pas être contaminé ? Non mais des études scientifiques ont démontré que cela diminuait pour les populations vaccinées l'occurrence des formes graves et des décès. Est-ce qu'être vacciné garanti de ne pas être contaminant ? Non d'où l'importance des gestes barrières, le vaccin n'est qu'un outil, pas la solution miracle...

Cette crise se prolonge et il nous faudra sans doute apprendre à vivre avec le virus et ses variants dans les prochaines années. Il est également à craindre que cette crise ne soit qu'une répétition générale des débats qui nous attendent au regard des bouleversements climatiques à venir et qui questionneront de façon beaucoup plus critique nos modes de vie (mais cela est une autre histoire...)

Mais commençons cette année (scolaire) sur une note plus positive. Elle sera pour la commune synonyme de transformation : transformation numérique avec l'équipement numérique des salles de cours de l'école et l'arrivée prévue en 2022 de la fibre sur la commune ; transformation de notre cadre de vie avec, après la rénovation cet été du réseau d'eau potable, la première tranche de travaux pour la réalisation de déplacement doux le long de l'avenue des Pyrénées.

Elle sera également synonyme de bien vivre. De par leur nombre et leur dynamisme, nos associations sont plus que jamais une chance. Véritable poumon de notre commune, elles ont malgré un contexte difficile joué pleinement leur rôle en créant ou retissant un lien social rendu si fragile en cette période : j'en veux pour preuve depuis Juin le succès du nouveau lieu intergénérationnel qu'anime l'association La Croizette, l'enthousiasme sans cesse renouvelé de l'association 3L qui fait tant pour notre culture, la participation des associations à l'animation des temps d'activité périscolaire... Nos associations sont une chance et elles ont besoin de nous pour les faire vivre. Nous espérons ainsi vous retrouver nombreux le samedi 4 Septembre au forum des associations (dans le respect des gestes barrières...) pour plus que jamais bien vivre à Lacroix-Falgarde.

Jean-Daniel MARTY

Motion sur le projet mobilité de la commune



Lors de son conseil du mois de Mai 2021 le conseil municipal a adopté une motion portant sur les projets communaux de déplacements doux (piéton, cycle et transports en commun). Cette motion vient compléter des motions similaires votées sur

les communes de Pinsaguel et Pins-Justaret. L'objectif étant d'afficher une volonté politique commune auprès de nos partenaires financeurs (région, département, SICOVAL, TISSEO...) pour le développement de réseaux de déplacements structurants sur notre bassin de vie.

Texte de la motion adoptée :

« La commune de Lacroix-Falgarde souhaite développer la mobilité au sein du bassin de vie de la confluence Garonne-Ariège. Ce bassin inclut des communes du SICOVAL (Lacroix-Falgarde, Goyrans...) et du MURETAIN (Pinsaguel, Pins-Justaret...).

Dans cet objectif, il semble en particulier nécessaire de créer/développer à court et moyen terme des modes de déplacements selon deux axes complémentaires :

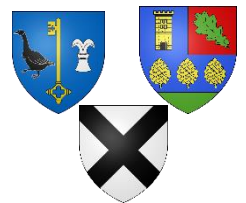
- **un réseau de déplacement doux structurant** (piste cyclable/voie piétonne) s'appuyant en particulier sur les schémas directeurs des deux intercommunalités et permettant un rattachement au réseau REV 31. Ce réseau devra assurer des passages sécurisés au sein de nos communes (création d'un passage pour la traverse de la RD820 permettant l'accès au collège et au lycée via Lacroix-Falgarde, Pinsaguel et la partie nord de Pins-Justaret...) et entre les deux rives de l'Ariège (déplacement doux sur l'ancien pont en fer...).

- **une ligne de bus régulière entre Pins-Justaret et Ramonville** permettant l'accès des administrés des 3 communes au terminus de métro de Ramonville, au pôle scientifique Ranguel /Paul SABATIER (ou alternativement Empalot) et à la gare de Pins-Justaret.

Considérant les besoins de mobilité de proximité entre nos communes (collège, lycée, commerces et services, trajets vers les entreprises, activités associatives)

Considérant que les réseaux de transports actuellement proposés par le réseau TISSEO (TAD 119) ne permettent pas l'accès aux communes situées de l'autre côté de l'Ariège alors que les besoins de déplacement vers cette zone sont largement sollicités par notre commune : pour des déplacements vers les pôles scolaires de Pins-Justaret dont dépend Lacroix-Falgarde, pour un accès à Toulouse via la gare de Pins-Justaret, pour l'accès aux commerces...)

Considérant que les maires de Pinsaguel et Pins-Justaret ont chacun pour ce qui les concerne adopté et soutenu, le projet de développement de la mobilité de ce bassin de vie en prenant attache auprès du Président du Conseil Départemental et du Président de Tisséo.



Considérant le rapport exposé par Monsieur le Maire, le Conseil Municipal

- Valide cette motion de soutien à l'étude et au développement de ces deux modes de déplacement et s'associe aux demandes des maires de Pinsaguel et Pins-Justaret

- Sollicite la mise en service par TISSEO d'une ligne Pins-Justaret-Ramonville intégrant des arrêts dans les communes de Pinsaguel et Lacroix-Falgarde ; une desserte vers le collège de Pins-Justaret et une desserte vers les commerces de Pinsaguel.

- Sollicite des études structurantes entre les deux intercommunalités autour du développement d'un réseau de déplacement doux sûr et sécurisé incluant la problématique de la traversée de l'Ariège (rénovation du pont en fer...) et les déplacements entre intercommunalités et entre communes

- Demande à être associé aux études de faisabilité qui seraient conduites par les organismes en charge de ce dossier. »

Conseil municipal. Voici l'ordre du jour du conseil municipal du 23 Juin :

1. Petits travaux urgents - SDEHG
2. Convention avec l'association Lacroix'zet
3. Vote de la subvention pour l'association Lacroix'zet
4. Budget : décision modificative n°2
5. Convention avec l'association VTT 31
6. Accord de principe pour une cession d'espace vert communal
7. DIA en attente de décision

Les comptes-rendus sont à retrouver sur le site de la mairie :

www.lacroixfalgarde.fr/les-proces-verbaux.

Travaux sur l'avenue des Pyrénées. Les travaux de renouvellement d'une conduite d'eau potable et de ses branchements Avenue des Pyrénées sont enfin terminés. Ils ont occasionné de nombreuses gênes (et bouchons...) pour les habitants et les commerçants, mais étaient rendus nécessaires par la vétusté de notre réseau.



Ces travaux précèdent ceux qui ont pour objectif l'aménagement de déplacements doux et qui seront réalisés en 2022 et 2023 (dates non fixées). Nous ferons tout pour minimiser dans la mesure du possible les gênes relatives à ces futurs travaux (programmation sur les périodes de vacances scolaires en particulier).



Lieu de rencontre intergénérationnel. Vous avez été nombreux à être au rendez-vous hebdomadaire du lieu de rencontre intergénérationnel mis en place sur la zone du centre commercial. Son activité se poursuivra tout au long de ce mois de Septembre (tous les Jeudi : 18h30-22h30, le Samedi 04/09 : 9h30-13h30, certains Vendredi (10/09...) : 18h30-22h30 et tous les Dimanche 9h30-13h30) avant de revenir pour les fêtes de fin d'année.

Rentrée. La rentrée est déjà là. Cet été notre école n'a pas pris de vacances et a fait peu neuve pour accueillir dans les meilleures conditions nos enfants : aménagement des sanitaires du côté élémentaire, installation des jeux offerts par l'association des parents d'élèves dans la cour, travaux de peinture sur les menuiseries extérieures...



Aménagements sur la zone du ramier communal

La zone du ramier communal dont une partie est située dans la réserve naturelle régionale est le cadre privilégié pour de nombreuses activités de détente sur notre commune. De nouveaux aménagements ont été ou vont être réalisés sur cette zone dans les prochains mois pour mieux valoriser cet espace de convivialité et de détente :

- La zone d'accès près du parking du vestiaire de foot a été reménagée pour minimiser les occupations illégales sur le terrain de foot. Par la même occasion un espace d'entraînement pour le vélo Trial a été aménagé sur cette zone par l'association de VTT.
- Un **nouveau barbecue** a été installé en juillet près de l'ancien dojo. **Trois tables de pique-nique supplémentaires** seront installées autour de celui-ci.
- Des **barres de tractions** seront installées en cette fin d'année près du vestiaire du foot.



Séminaire de l'agence régionale de la biodiversité le 8 Juillet 2021

L'agence régionale de la biodiversité a organisé le 8 juillet un séminaire ponctué de visites sur la zone du ramier de Lacroix-Falgarde.

Cette agence a pour mission d'étudier et préserver la biodiversité en s'appuyant sur 3 grands piliers d'actions : valorisation de la connaissance et participation citoyenne, mise en réseau des acteurs de la biodiversité et accompagnement des porteurs de projets.



Qu'est ce que la biodiversité ?

La biodiversité désigne l'ensemble des êtres vivants et les écosystèmes dans lesquels ils vivent. Elle s'intéresse aux interactions des espèces entre elles et avec leur milieu.

Elle joue un rôle prépondérant dans l'équilibre

des écosystèmes, dont l'être humain fait partie. Dans notre territoire fortement marqué par la présence humaine, l'expression de la biodiversité dépend d'un fragile équilibre entre pression anthropique et paramètres environnementaux.

Le ramier communal source de biodiversité.

Dans ce contexte le ramier de Lacroix-Falgarde situé au cœur de la réserve naturelle est le dernier méandre de l'Ariège avant la confluence avec la Garonne. Issue d'un passé mouvementé, sa mosaïque de milieux naturels est le refuge de nombreuses espèces végétales et animales, comme l'emblématique Loutre d'Europe.



WCUD 2021 – Samedi 18 septembre de 9h30 à 12h30



Un **World Clean Up Day RNR**, c'est une façon de rassembler collectivités, associations et citoyens autour de la valorisation du patrimoine naturel. Depuis quelques années, des chantiers de ramassage ponctuels sont organisés de manière isolée sur la Réserve. Si ces opérations partent d'un bon sentiment, elles ont parfois lieu sur des périodes peu favorables à la biodiversité (site de reproduction, nidification, dérangement ponctuel...) sur des sites parfois fragiles et donc soumis à la réglementation de la RNR. Afin de limiter les impacts négatifs et surtout de fédérer les initiatives de nettoyage de toutes les associations et collectivités sur le territoire de la réserve naturelle, l'équipe gestionnaire a souhaité coordonner une action commune en s'appuyant sur la journée du WCUD **le samedi 18 septembre prochain**.

De Toulouse à Venerque, en passant par Portet-sur-Garonne et Pinsaguel, ce seront près d'une **quinzaine de partenaires**, communes et associations, qui mobiliseront **plusieurs dizaines de bénévoles** pour nettoyer les ramiers, les berges, les sites à forte affluence, les cours d'eau affluents de l'Ariège et de la Garonne... à pied ou sur l'eau.

La **Mairie de Lacroix-Falgarde** s'associe à la démarche et vous propose de vous mobiliser pour participer à cette matinée de ramassage, de 9h30 à 12h30 sur le ramier de Lacroix-Falgarde. Inscription conseillée sur :

<https://www.helloasso.com/associations/nature-en-occitanie/evenements/wcud-2021-nettoyons-la-reserve> (Sélectionner le chantier sur Lacroix)

Fête de la RNR – Dimanche 19 septembre de 10h00 à 18h00 – Goyrans

Les associations ConfluencesS Garonne-Ariège et Nature En Occitanie, en partenariat avec la Mairie de Goyrans, organisent la 8e édition de la Fête des ConfluencesS. Ce sera l'occasion de fêter la Réserve. Le rendez-vous est fixé au **dimanche 19 septembre de 10h à 18h** sur la Place des Marronniers de Goyrans.

Ce rendez-vous annuel permet également de valoriser et faire découvrir les initiatives citoyennes et associatives présentes sur le territoire de la Réserve Naturelle Régionale, tout en profitant d'un moment festif et convivial autour d'un village avec de nombreuses animations pour tous les publics.

Programme disponible sur le site de la RNR : www.rnr-confluence-garonne-ariege.fr



Mieux connaître vos élus et vos agents municipaux



Elsa Descaillot. Adjointe au Maire, en charge des affaires scolaires, des associations et du CCAS.

Originaire de l'Aveyron, je me suis installée sur la commune de Lacroix-Falgarde en 2015. J'ai travaillé dans les secteurs de la vente, de la santé puis gérante d'un restaurant-snack au cœur de Toulouse et depuis peu je me reconvertis dans l'immobilier.

Mon rôle en tant qu'élue est assez varié. Concernant les associations, je fais le lien entre elles (sportives, culturelles, de parents d'élèves, ...). Je suis là pour les aider à mettre en place leurs projets, organiser des événements, des rencontres, des soirées festives, etc., tout en m'assurant de la faisabilité des projets et de la mise en place des différents protocoles, notamment en matière de sécurité sanitaire.

Mettre en relations ces acteurs de la vie sociale du village permet de renforcer les liens entre les habitants de la commune, de favoriser l'entraide et le vivre-ensemble. C'est d'autant plus essentiel ces derniers temps avec l'épidémie qui a mis à mal les relations sociales de la population.

C'est ainsi que j'essaie de faire vivre mon village.

Mon travail auprès des associations ne pourrait se faire sans la collaboration et les connaissances de Valérie pour un travail efficace, rapide et performant.



Valérie ROUGÉ-BIGA. Agent en charge de l'accueil de la Mairie, des associations et du CCAS

Après avoir travaillé dans le privé où j'ai occupé des fonctions dans le secteur commercial, j'ai intégré en 2007 la fonction publique territoriale.

Recrutée par la Commune de l'Isle Jourdain (32), du fait de ma polyvalence et mes facultés d'adaptation et dans le cadre de mon évolution de carrière j'ai été affectée dans plusieurs services et ai pu me forger une solide expérience.

Au mois de mai 2017, alors en poste au service comptabilité et ressources humaines de la Communauté des Communes de La Gascogne Toulousaine (plus de 20 000 habitants), j'ai rejoint votre commune.

Dotée d'un sens des relations humaines, attachée au service public et à l'intérêt général, j'ai la charge de l'accueil des administrés de Lacroix-Falgarde.

Également affectée au service associations et au Centre Communal d'Action Sociale, j'assure le relais entre les usagers et les élus, et la préparation des dossiers.



Souvenir de l'excellente soirée organisée par l'association LFAN et passée en compagnie de Sylvain Cazalbou et de ses musiciens (crédit photo Patrick Batard)



Les travaux cet été sur l'avenue des Pyrénées redevenue le temps d'une fuite de gaz une rue piétonne...



Retrouvez la vidéo de l'événement Ridin'Family au terrain de bosses le 13 juillet à Lacroix sur:
<https://www.youtube.com/watch?v=EISCjm6cAiA>



L'éphémère guinguette a fêté ses dix ans



La sortie et la fête de l'école sur le ramier municipal

L'Arbre du Satyre



Crédit photo : Axelle Picard

La compagnie théâtrale L'Arbre du Satyre est installée à Lacroix-Falgarde depuis maintenant 6 ans. Le projet artistique de la compagnie est principalement de réduire les distances sociales et culturelles à travers un théâtre familial et fédérateur. En pratique, c'est faire naître le désir de théâtre dès l'école, en multipliant les ateliers et en favorisant la pratique amateur. Cela avec un théâtre accessible, qui à la fois rassemble et contribue à l'émancipation de chacun. Pour l'Arbre du Satyre, la démocratisation du théâtre est toujours une bataille et elle nécessite d'organiser la rencontre entre les artistes et le public et c'est ça qui fait la différence. Pour parler chiffres, la compagnie L'arbre du Satyre à Lacroix-Falgarde c'est : 1 compagnie professionnelle, 1 compagnie amateur, 3 spectacles de qualité professionnelle par an au sein de la salle du Foyer Rural du village, 5 ateliers théâtre (enfants, ado, adultes), 3 rendez-vous saisonniers de spectacles d'ateliers et 2 animations théâtrales par semaine durant les TAP à l'école du Cossignol. A terme, avec l'aide de la Mairie et des différents acteurs du territoire, nous avons comme projet d'élargir notre activité afin de vous proposer une offre culturelle toujours plus diversifiée pour le plaisir du plus grand nombre. Venez nous rencontrer au forum des Associations le 4 septembre, nous serons ravis d'échanger sur nos projets et activités avec vous.

L'Ephémère Guinguette



Il y a maintenant 10 ans que l'Ephémère Guinguette s'est installée sur le Ramier de Lacroix Falgarde, profitant de ce magnifique espace naturel pour y accueillir un public de tout âge et de tout style, à l'ombre des grands chênes.

L'association a été créée avec cet unique objectif : faire de cet espace un lieu de partage, de joie et de convivialité, avec, en son cœur, une piste de danse.

Ce projet s'auto finance depuis sa création et peut vivre grâce au professionnalisme de son équipe salariée ainsi qu'à l'implication d'un grand nombre de bénévoles impliqués tout au long du projet : montage du site, programmation musicale, accueil du public et des artistes, service au bar...

Nous espérons que cette année pourra à nouveau accueillir les danseuses et danseurs sur notre planète verte ! En tous cas, depuis le 11 juin, jour de notre réouverture, nous avons le plaisir d'entendre à nouveau résonner les notes de musique des groupes en live, et de découvrir les souriresSous les masques.

Notre programmation est en ligne sur notre site : <http://www.lephemereguinguette.com/>. Nous ouvrons les vendredis de 17h à minuit, les samedis de midi à minuit et les dimanches de midi à 22h.

Vous trouverez sur place de la restauration avec l'association La dinette d'à Côté et une buvette tenue par les bénévoles de l'association L'Ephémère Guinguette.

Nous remercions la Mairie pour son soutien et pour la mise à disposition de ce petit bout de paradis verdoyant. Nous faisons en sorte de réduire les nuisances de stationnement liées à la fréquentation de la guinguette et espérons que nos efforts permettront aux riverains de mieux vivre les week-ends.



Foyer Rural

L'actualité du Foyer

Malgré des conditions difficiles pour initier des actions, le Foyer reste mobilisé et actif.

Nous nous appelons Sandra, Cécile, Claire, Karine et Virginie. Nous avons repris le flambeau en avril 2021 et nous travaillons pour vous préparer une rentrée riche en nouvelles activités sportives et culturelles.



Nouveautés :

Au programme : équipe de professeurs agrandie et nouvelles activités.

Dès septembre, vous aurez le choix entre divers cours de Fitness/bien-être, Danse, Dessin, musique, etc.

Parmi les nouveautés : Cross Training, Cardio Boxe dès 13 ans et cours de HIIT avec Audrey; cours de Zumba en famille dès 6 ans, cours de Bodystretch avec Gaëlle; Cours de Yin Restoratif avec Karine.

Et bien sûr, retrouvez tous vos cours et professeurs préférés !



Infos et inscription :

Nous avons hâte de vous retrouver au **Forum des associations le 4 septembre**. Des ateliers découverte et d'initiation seront proposés tout au long de cette journée

Suivez notre actualité sur Facebook : www.facebook.com/foyeruralacroixfalgarde

Et sur notre site internet : <http://foyerrural-lacroixfalgarde.fr/>

Contact : f31120@orange.fr

Aïkido

Un art martial traditionnel, sans compétition, pour tous à partir de 13 ans à Lacroix-Falgarde au Dojo Municipal, Route de Falgarde. L'Aïkido est la synthèse des techniques japonaises ancestrales de combat à mains nues, au sabre et à la lance.

C'est une activité qui procure le bien-être, la détente et l'épanouissement personnel.

Jours et horaires :

Lundi : 19 h à 20 h 30

Vendredi : 19 h à 21h

Inscription : possible toute l'année lors des cours

Professeur : 7ème dan, Cadre technique national + enseignants 3ème et 4ème dan, diplômé(e)s d'état

Renseignements : 06 95 31 77 45

aikidolacroixfalgarde.wordpress.com/

Garonne Agility

Cela fait 21 ans que notre club canin Garonne Agility et ses éducateurs bénévoles accompagnent des équipes humain/chien ; du chiot de 3 mois au chien compétiteur ; en éducation, en obéissance ou en agility.

En 2020, la pandémie nous aura privé de fêter les 20 ans de l'association pour laisser place à un coaching à distance de nos adhérents, par vidéo, par l'organisation de concours photos ou autres

jeux et défis afin de continuer à partager ensemble et d'assurer cette mission qui nous tient à cœur : aider chaque chien à s'intégrer dans notre société et à s'épanouir ; aider leurs propriétaires à construire avec eux une relation de plaisir, de coopération basée sur la compréhension et la confiance.

Quel bonheur de retrouver les terrains et nos adhérents en ce début d'année marquée par la reprise des cours, l'organisation d'un concours d'agility sur deux jours début juin, notre participation au concours photo de la commune, l'organisation d'un stage compétiteurs encadré par une des meilleurs agilitystes professionnels du monde d'origine polonaise, puis de notre tout premier événement à but caritatif : « des p'tits chiens pour des p'tits singes » en ce mois de juillet en faveur de l'association « Les Amis de Jack », sauveuse de chimpanzés en République démocratique du Congo. Lors de cet événement, Garonne Agility a récolté et envoyé 729 € ; ce qui permet de nourrir la totalité des rescapés du sanctuaire pour un mois entier.

Nos compétiteurs en Obéissance et en Agility ont aussi retrouvé les terrains de concours ; deux d'entre eux étant sélectionnés au championnat de France d'Agility ; un autre terminant premier avec un excellent en classe 2 en concours d'obéissance.

La pause estivale des cours d'éducation et d'agility loisir nous permettra de préparer la rentrée de septembre, le prochain concours d'agility du 2 et 3 octobre, et de développer de nouvelles idées comme celle d'une balade canine écologique et responsable ayant pour but de participer à garder propre ce bel espace du ramier.

<https://garonneagility.jimdofree.com/>

<https://www.facebook.com/garonne.agility.33>

**Judo Club de Lacroix-Falgarde**

Pour la rentrée qui est prévue normale, le Judo Club sera au forum des associations le samedi 4 septembre à la Halle du Ramier.

Une reprise des cours le mardi 7 septembre aux horaires prévus en fonction des catégories d'âges.

Il y a toujours la possibilité de récupérer les enfants aux écoles de Lacroix Falgarde pour les deux premiers cours.

La proximité de l'école nous permet de vous proposer la possibilité de prendre vos enfants directement à la fin des TAP (Temps d'Activités Péri-scolaires) à 17h15 ou à la garderie



(à 17h45 pour le mardi et 18h pour le jeudi). Les nouveaux ont la possibilité d'effectuer 2 séances d'essais avec prêt de matériel.

	Mardi		Jeudi
Babies judo (2018/2017/2016) (Un cours au choix)	17h15-18h	où	18h15-19h
Mini poussins 2015/2014 Poussins 2013/2012	18h-19h	et	17h15-18h15
Benjamins 2011/2010 Minimes 2009/2008	19h-20h	et	19h-20h
Ados et Adultes 2007 et avant	20h-21h30	et	20h-21h30

Pour tous renseignements :

Tél : RAFY Virginie 06 11 30 93 01

Ou par email : rafy_virginie@orange.fr ou judolacroixfalgarde@gmx.fr

Site de la Mairie de Lacroix Falgarde rubrique « vie des associations »

Site internet du club : <https://judo-club-lacroix-falgarde.ffjudo.com/>

LFAN

Présente au forum des associations Lacroix Falgarde Amusons Nous, propose toujours :

- Les sorties **randonnées** tous les mardis. Les circuits font entre 11 et 13 kms, en matinée dans les environs. Ou bien sur la journée, avec repas tiré du sac entre 16 et 20 kms dans un cercle de 100 kms. Ces randonnées sont accompagnées par des animateurs formés par la FFRP.

Renseignements au 06 17 61 63 78.

-Un atelier d'**art floral** a lieu un après-midi par mois salle Alain Dupuy. L'animatrice vous fera faire des compositions florales très originales à thème en fonction des saisons et des fêtes (Noël, Paques etc.) et vous repartirez avec un magnifique bouquet.

Renseignements au 06 73 87 27 43

- Jocelyne et Xavier reprendront les **ateliers cuisine et pâtisserie** en septembre - octobre. Il y en aura trois de chaque sur la période de septembre à décembre. Jocelyne animera l'atelier cuisine 1 mois sur 2 le jeudi et le mois suivant le samedi. Xavier interviendra. Dans chaque atelier nous accueillerons 8 personnes.

Renseignements au : 06 58 19 64 75.

-Un **atelier créatif** intergénérationnel (de 12 à 90 ans), où les seniors et les plus jeunes partagent leur savoir-faire en confectionnant des objets originaux où chacun laisse aller son imagination. (Exemple : pochettes tissus, bonnets, écharpes, napperons et tous produits recyclables comme plastique, carton, papiers, bois etc....) ainsi que des moments de détente : jeux, goûters et sorties. Tous les lundis de 14h à 18h salle Danton Cazelle.

Renseignements au 06 73 87 27 43

-Après le succès rencontré lors de notre **concert** du 2 juillet avec **Silvain Cazalbou**, nous vous attendons nombreux pour un nouveau concert le 15 octobre avec **Nirman** dont la maman habite à Lacroix Falgarde.



L'école de vélo Ridin'family



L'école de vélo de Lacroix-Falgarde propose des cours de VTT et de BMX aux enfants à partir de 6 ans et aux adultes par des **moniteurs professionnels diplômés d'état**.

Le VTT pour apprendre à rouler sur des terrains accidentés dans le but de randonner en sécurité ou dans un objectif de compétition (Enduro, Trial, TRJV, ...).

Le BMX Freestyle ou VTT Dirt Freestyle pour apprendre à exécuter des figures acrobatiques sur un pumtrack (bosses et virages relevés).

Le club de VTT, par l'intermédiaire de ses membres, propose des sorties VTT hebdomadaires sur les coteaux et au-delà. Une section Route vient d'être ouverte.

Venez nous rencontrer sur le Forum des associations samedi 4 septembre ou mercredi 8 septembre pour la reprise des cours et des séances d'essai.

Plus d'infos ici :



Contact : contact@ridin-family.com

Site internet : <https://www.ridin-family.com>

Réseaux sociaux : <https://www.facebook.com/RidinFamily/>

<https://www.instagram.com/ridinfamily/>

L garde la forme

Section enfants :

Activités Multi Sports : gym au sol, parcours de motricité, jeux de coopération et collectifs, jeux de balles et ballons, jeux de lutte, expression corporelle, jonglerie, accro gym, trampoline, etc...

Les cours reprendront à partir du lundi 13 septembre au Dojo.

- Lundi pour les 3-5 ans avec la possibilité de récupérer les enfants à l'école de Lacroix Falgarde et les amener directement au Dojo.

- Mardi 9h-9h45 : gym bébé de 9 mois à 3 ans accompagné d'un adulte : parents/grands-parents /assistantes maternelles

- Mercredi : 16h-17h les 6-12ans (possibilité de récupérer l'enfant au Clsh uniquement à 16h) et 17h18h les 3-5 ans



Stages enfants à la ½ journée : 3h prévues aux vacances scolaires : préinscription obligatoire et ouvert à tous même non licenciés.

Les samedis pour la gym des tout petits (9 mois à 3ans) reprendront à partir d'octobre à raison d'un samedi /mois et de 2 à 3 séances dans la matinée selon le nombre d'inscrits : inscription et paiement à la séance. Ouvert à tous.

Section Marche Nordique et Bungy PUMP :

Deux secteurs de marche qui ouvrent la possibilité de marcher plus souvent et varier les lieux de pratique : **Lacroix Falgarde et ses alentours** semaine paire et **Labarthe sur Lèze et ses alentours** semaine impaire.

Jours de marche :

Mardi soir : 19h30-21h et jeudi soir : 19h30-21h (uniquement semaine paire)

Jeudi après-midi : 13h45-15h15

Vendredi 12h45-13h45 : Atelier Bungy Bump tous les 15jours

Les sorties du samedi seront relancées avec deux disciplines : à la découverte des sentiers du Sicoval préinscriptions obligatoires, ouverts à tous. Paiement à la sortie.

Contact : Mlle LAVIT Audrey au 06 19 39 75 73

Mail : lgardelaforme31@gmail.com

Le Souffle du Dragon Bleu

L'association vous propose des séances hebdomadaires de Qi Gong ainsi que des stages en w.e. animés par Cécile Raisson diplômée de l'Ecole Ling Gui (méthode Dr. Liu Dong et Me Liu He).

Qu'est-ce que le Qi Gong ?

Une pratique ancienne de mouvements de santé permettant de se détendre et se régénérer à la fois, à l'écoute du corps, du souffle, et accessible à tous.

D'où vient-il ?

C'est un des outils de la Médecine traditionnelle chinoise, vieille de plusieurs millénaires, donc ancré dans le passé et très actuel dans la réponse à nos besoins.

Les bienfaits :

Innombrables ! Anti-stress, anti-fatigue et surtout **prévention** des maladies et des maux de notre société par la mise en mouvement des énergies dans notre corps, nous permettant une meilleure gestion de nos émotions.

Que fait-on concrètement ?

On revitalise le corps et l'esprit = disponibilité et bien-être (automassages, échauffement...) puis on pratique des mouvements doux coordonnés à la respiration avec des objectifs précis (on tient compte des besoins énergétiques du moment, de la saison, des capacités de chacun...), enfin on termine en douceur avec un travail respiratoire simple (calme, stabilité).

Rentrée 2021-2022 :

Le lundi 13 septembre 2021 Salle F. Mistral (derrière la Mairie)

Cours le lundi **18 H 40 -19 H 45**. Un cours de découverte est offert sans engagement.

L'année est répartie sur les 3 trimestres scolaires.

Pour tout renseignement : 06 79 67 72 48

cecileraisson@gmail.com

Site :souffledudragonbleu.info



Tennis Club de Lacroix-Falgarde



Déjà la rentrée 2021-2022. Petit retour en arrière sur l'année écoulée.

Tout avait bien commencé avec une augmentation des effectifs. Puis est arrivée la 2ème vague COVID 19. Rien n'a été facile et pourtant nos enseignants Mathieu, Rémi, Hugo, Guillaume ont tout fait pour que tous les cours des petits et grands soient assurés !

Un grand merci à eux et aux parents qui nous ont soutenu.

Pour les adultes ce fut un peu plus difficile compte tenu des horaires de travail de chacun et des heures de couvre-feu, mais le maximum a pu être fait.

Nous avons essayé dans ces moments difficiles de faire plaisir à tous les adhérents en offrant un joli tee-shirt rouge au logo du TCLF.

Nous avons mis en place le TAP pour les enfants de l'école et le « tennis santé » grâce à l'accréditation de Mathieu par la ligue Occitanie.

L'année s'est achevée comme d'habitude avec la fête de l'école de tennis sur 2 journées. Tous les enfants participants ont apprécié les jeux, le goûter, le diplôme et un modeste cadeau.

Pour les grands, pas de tournoi OPEN mais un petit tournoi interne. Damien en est sorti vainqueur face à une très belle opposition de Hugo, un enfant du club ! Bravo et merci à tous les participants avec des bonnes prestations des ados Neil, Pablo, Teo. Une réussite !

Septembre 2021 : nous sommes heureux de reprendre le chemin des courts

Dans l'attente du plaisir de revoir petits et grands. Bon courage et bonne rentrée à tous !

Joie et Bien être 31



Joie et Bien être 31 vous propose des séances de **Yoga du rire** qui vous permettent de cultiver et développer votre joie de vivre, votre bonne humeur, dans la bienveillance et la convivialité au sein d'un groupe chaleureux et dynamique. C'est facile, amusant et bon pour la santé. La pratique est basée sur le principe du rire « sans raison » (le cerveau ne faisant pas la différence entre un rire provoqué et un rire naturel) : les effets bénéfiques sur la santé sont les mêmes.

Le rire est un antidote naturel au stress, grâce à la libération d'endorphines (hormones antidouleur). Par son action sur le diaphragme, il agit également sur le système respiratoire ainsi que sur tous les organes de l'abdomen, en opérant un véritable massage. Il agit également sur le sommeil, le système immunitaire ...

Les séances de Yoga du Rire sont très variées :

1- Exercices de rire, de respiration, jeux coopératifs, sophrologie ludique, libération émotionnelle, psychologie positive, méditation pleine conscience....

2- Pour mener progressivement au fou rire naturel lors de la méditation du rire, grâce à l'effet de contagion du groupe. Il s'ensuit un moment de relaxation qui permet d'inscrire les bienfaits du rire. On sort de la séance en étant dynamisé, régénéré, revitalisé...

C'est une pause que l'on s'accorde, qui permet de souffler, évacuer son stress, libérer ses émotions...

Séances de Yoga du rire pour adultes, le **mercredi de 19h30 à 20h30**



Des ateliers enfants sont également organisés, ponctuellement le samedi de 14h30 à 15h30. Ils permettent aux enfants de **canaliser leur énergie, gérer leur stress et leurs émotions**, découvrir leur respiration de manière ludique, et leur apporte calme et détente.

Pour tout renseignement et inscription, veuillez contacter :

Mme METAIS Maguy

Tel : 06 16 99 04 23

Mail : contact@joieetbienetre31.fr

Site : <https://www.joieetbienetre31.fr/>

Facebook: <https://www.facebook.com/yoga.du.rire.lacroix.falgarde>

Panneau lumineux. Vous désirez connaître les informations diffusées sur le panneau lumineux : **téléchargez l'application CityAll** (Disponible sur App Store et Google Play)

AGENDA

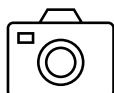
SEPTEMBRE

Samedi 4 septembre de 14h à 18h :

Forum des associations sous la Halle

Samedi 11 septembre à 11h :

Vernissage et remise des prix du concours photos à la médiathèque



Dimanche 12 septembre : festival

Itin'errances sur la commune de Lacroix-Falgarde. RDV sous la Halle du ramier à 12h pique-nique ou à 13h30 pour la balade spectacle (5 euros/personne, gratuit - de 12 ans)

Samedi 18 septembre de 9h30 à 12h30 :

WCUD (World Clean Up Day). Chantier sur Lacroix-Falgarde (voir article p. 6)

Samedi 18 septembre: Repas-concert organisé par le Comité des fêtes

Dimanche 19 septembre de 10h à 18h :

fête de la RNR à Goyrans (voir article p. 6)

Samedi 2 et Dimanche 3 octobre :

Concours Agility

OCTOBRE

Vendredi 8 octobre : pièce de théâtre proposée par l'Arbre du Satyre



Vendredi 15 octobre à 21h :

Concert de Nirman

Samedi 16 et Dimanche 17 octobre :

Festirando VTT au Ramier

Octobre-Novembre : « Le jeu vidéo à l'honneur » : sensibilisation des parents et des enfants, ateliers,



tournoi Mario Kart 8 sur Switch... Les dates précises seront annoncées ultérieurement. (en partenariat avec le CCAS, la Médiathèque, le CD31 et le Sicoval)

Rappel des horaires de tontes et d'interdiction de brûlage des déchets :

Par arrêté préfectoral du 23/07/1996, les travaux de bricolage et de jardinage susceptibles de causer des nuisances sonores, sont autorisés :

Les jours ouvrables de 8h30 à 12h et de 14h30 à 19h30 ; les samedis de 9h à 12h et de 15h à 19h ; les dimanches et jours fériés de 10h à 12h et de 16 h à 18h.

Nous vous rappelons également qu'il est interdit de brûler les déchets ou de faire un feu.

CNI-Passeport : La mairie vous rappelle qu'elle ne reçoit pas les demandes de papiers d'identité. Il vous faut prendre rendez-vous sur internet auprès d'autres mairies (Muret, Cugnaux, Montgiscard, Castanet etc...)

facebook

Retrouvez toutes les actualités sur la page facebook de la mairie :

<https://www.facebook.com/News-Lacroix-Falgarde-100676775293369>

Site web de la mairie :

www.lacroixfalgarde.fr