

Les Échos de la Marcaissonne

Le journal d'Auzielle - Juillet 2023 - N°248



UN MOIS DE FOLIE À AUZIELLE !



Ce mois de juin fut très riche en événements de toutes sortes. Est-ce ainsi chaque année ? Il ne semble pas, même si, premier mois d'été et fin d'année scolaire, Juin est toujours très chargé pour les parents, les bénévoles des associations, les élus, et tous les Auziellois, en général. Quoi qu'il en soit, ouf ! On clôture avec le vide-grenier déplacé pour cause de pluie, pour se débarrasser des vieilleries et se vider la tête dans la bonne humeur, avant les vacances. On les a bien méritées ! Cependant, la fête a continué encore un peu avec la première « Plein Air » de Studio7, le 10 juillet. Ceux qui n'ont pu participer ou faire un saut dans les divers lieux où se déroulaient toutes ces manifestations pourront les découvrir dans ce numéro des Échos. Bonnes vacances ! Rendez-vous fin septembre !

M.A



Saint Jean 2023 avec le Comité des fêtes d'Auzielle



SUR VOTRE AGENDA

9 juillet : Studio 7- Première soirée Plein air
11 au 13 juillet : MJC- Stage Harry Potter
14 juillet : Fête Nationale
22 juillet : Studio 7 - 2^e soirée Plein air

26 août : Studio 7 - 3^e soirée Plein air
28 août : MJC – Ouverture des inscriptions
2 septembre : Studio 7 – Dernière soirée Plein air
9 septembre : Matinale des associations

8, 9, 10 septembre : La fête du village
1^{er} octobre : Les courbes du 31 : Octobre rose
20 octobre : Bouclage des Echos

Brèves



Le 2 juin, aux Contours, pour la « Fête nationale des voisins »



Ça fait un peu « Verdun » mais c'est pour barrer la route aux « campeurs sauvages »



Le VGPR : « une espèce rare et originale de fourre-tout »

VOICI ENFIN VENUE LA FIN DE L'ANNÉE SCOLAIRE, L'HEURE DES VACANCES BIEN MÉRITÉES !

Les élèves ont refermé les cahiers, les maîtresses ont rangé les craies. Mais cette année n'est pas comme les autres à Auzielle, car nous disons « Au revoir ! » à deux de nos maîtresses, pour qui a sonné l'heure du vrai bonheur, celui de la retraite !

Fini les cours, les contrôles à corriger. Libérées ! Délivrées ! Comme dirait la chanson !

En cette fin de mois de juin, Claude Benguigui qui a fait toute sa carrière d'institutrice à l'école maternelle d'Auzielle et Marie-Noëlle Benacquista, directrice de l'école élémentaire depuis 2011 ont eu la surprise de retrouver leurs élèves anciens et actuels et leurs parents pour leur souhaiter tout le meilleur pour la suite.

Il ne reste qu'un mot pour conclure : « Merci maitresses et bonne retraite ! »



COMMISSION COHÉSION SOCIALE

Le BARAMITIE, ce nouveau lieu pour se rencontrer, jouer, avancer son ouvrage, discuter,... est une réalité. Il a ouvert ses portes début mai .

Les créneaux :

- **Mardi : 14h - 16h /**
- **Jeudi : 10h - 12h**

Les bénévoles de la commission Cohésion Sociale ont eu le plaisir d'accueillir des auziellois curieux et heureux de cette initiative. Le Baramitié se met en pause le 30 juin durant la période estivale pour mieux vous retrouver à partir du **5 septembre**.



Accueil des nouveaux arrivants

Vous avez emménagé à Auzielle en 2022 ou 2023 ? Venez nous rencontrer lors de la matinale des associations le **SAMEDI 9 SEPTEMBRE de 10h à 12h30 au Pigeonnier**.

Nous nous ferons un plaisir de vous donner toutes les informations utiles sur notre commune.

La matinée se clôturera par un apéritif offert par la mairie.

La Commission COHESION SOCIALE

Concordia

La mairie d'Auzielle et l'association Concordia organisent **deux chantiers internationaux afin de travailler à la réfection et à la mise en valeur de l'espace couvert du pigeonnier**.

- Un chantier adolescents du 12 au 26 juillet
- Un chantier adultes du 2 au 16 août

Si certains souhaitent participer à l'un des ces chantiers merci de le faire savoir à l'accueil de la mairie. Il est aussi possible de proposer d'accueillir les bénévoles pour un repas, pour une après-midi piscine ou pour tout autre proposition chaleureuse.



Journées du patrimoine et inventaire des arbres

JOURNÉES DU PATRIMOINE 2023

Cette année Auzielle participera aux Journées du patrimoine le **dimanche 17 septembre de 14h à 19h**. Au programme :

- Visite guidée et commentée de l'église et de son clocher
- Circuit de découverte du « Auzielle historique »
- Visite virtuelle et histoire du château à studio7 (si possible)

Toute suggestion complémentaire sera étudiée.

Pour ce faire nous avons besoin de bénévoles qui serviront de guides et qui recevront une petite formation pour cela. Si vous êtes prêt à assurer cette fonction, merci de vous faire connaître en mairie.

D'avance merci.



INVENTAIRE DES ARBRES DE LA COMMUNE

Dans le cadre du Sicoval, un inventaire de l'ensemble des arbres communaux est en cours. Un certain nombre d'outils est mis à la disposition des bénévoles qui sont prêts à participer à cette action. Les personnes qui souhaitent participer à cet inventaire, sont priées de se faire connaître rapidement à la mairie.

Une réunion de formation à l'usage des outils du Sicoval mis à la disposition des bénévoles sera organisée dès que la liste des bénévoles sera établie.





Médiathèque

La matinée du jardin

Samedi 13 mai à Auzielle, les amateurs de jardinage ont bravé la météo pour le plus grand plaisir des organisateurs. Tous ont pu profiter d'un moment de partage autour d'activités telles que la découverte de l'apiculture, le parcours des auxiliaires de jardin ou encore l'atelier semis et bouture... La table du troc a vu défiler une grande variété de plantes et nous remercions tous les jardiniers amateurs ou confirmés qui ont contribué à ce succès. Nul doute que l'évènement sera reconduit l'année prochaine, alors préparez d'ores et déjà vos plantations !



Un petit mot de votre bibliothécaire

« Depuis ma prise de fonction en 2019, j'ai pris un immense plaisir à faire vivre la médiathèque d'Auzielle. Vous écouter, vous conseiller, vous surprendre, vous rendre agréable ce lieu exceptionnel ont été mes motivations et je vous remercie pour l'accueil chaleureux que vous m'avez réservé. A partir du mois de juillet je continuerai ma carrière dans le milieu de la lecture publique mais au sein de la médiathèque départementale. Un grand merci à la municipalité et à l'équipe de bénévoles pour leur confiance et leur soutien indéfectible. Madame Valérie Larue, bibliothécaire de formation, assurera la succession et écrira, avec vous, un nouveau chapitre !
Bibliothécairement vôtre, Aurélie Asselin. »





L'EIMSET a fêté ses 35 ans !

L'EIMSET (l'École Intercommunale de Musique, d'Auzielle, Labège et Escalquens) a célébré ses 35 ans durant tout le Week-end en se produisant en concerts sur les trois communes.

Samedi 17 juin, en l'église d'Auzielle, nous avons pu écouter les ensembles de flûtes à bec, guitares et harpes. Un très joli concert d'une rare qualité, exécuté par les enfants de l'école. Saluons le travail de ces enfants et de leurs professeurs qui se sont donné à fond pour la réussite de cet anniversaire et aussi l'excellence de cette école qui ne cesse de nous enchanter depuis 35 ans. Longue vie à l'EIMSET !



VIE ASSOCIATIVE

La Forme devant soi

• DU 9 AU 14 MAI, AUBRAC-CHEMIN URBAIN V

Randonnée itinérante sur les traces d'URBAIN V ; les marcheurs ont parcouru environ 100 kms sur le tronçon d'Aumont Aubrac jusqu'à MENDE, Découverte de grands espaces et d'immenses pâturages avec une météo très variable.



• DU 9 AU 11 JUIN, EURONORDIC WALK

Dans le Vercors à Méaudre avec une participation active du club. La 11^e édition de ce rassemblement européen de la marche nordique proposait un programme de 5 parcours de 9 à 24 kms ainsi qu'une nocturne de 11 kms. Les organisateurs ont souligné l'implication du club « LA FORME DEVANT SOI » liée à une 10^e présence consécutive.



• LE 16 JUIN DERNIER, FÊTE D'ÉTÉ DU CLUB

Elle a eu lieu au parc du pigeonier. Après les Inscriptions, partage en toute convivialité d'un buffet autour d'une formule auberge espagnole pour laisser place à une soirée dansante.



Couleurs d'Auzielle

Comme tous les ans à pareille époque, l'association « Couleurs d'Auzielle » présidée par Michèle Cathala Guyot, a organisé sa grande exposition d'artistes amateurs et professionnels. Plus d'une vingtaine d'exposants ont présenté leurs œuvres. Après le vernissage d'usage, en présence d'Étienne Brémand, premier adjoint, et d'élus, un nombreux public a pu, pendant deux jours, profiter des œuvres exposées et deviser avec les artistes, tous présents pour expliquer à leurs visiteurs les tenants et aboutissants de leurs réalisations.

Une exposition très appréciée par toutes les personnes qui ont fait le déplacement ce week-end. On a pu une fois encore voir les œuvres de Brigitte Blouvac, locale de l'exposition et les superbes sculptures en bronze de Frédéric Vilamazotta venu de Roquettes.

Le vide-grenier étant annulé en dernière minute pour cause d'intempéries, les visiteurs de l'exposition ont pu s'attarder davantage sur les superbes réalisations présentées. Les dirigeants de Couleurs d'Auzielle prenaient rendez-vous pour

l'année prochaine en espérant de meilleures conditions climatiques.





Un mois de juin intense pour la MJC

Les animations et les événements se sont multipliés tout au long de ce mois de juin

Les clubs Espagnol et Italien nous ont préparé une soirée méditerranéenne exceptionnelle.



Les clubs Théâtre et Danse classique se sont produits devant une salle enthousiaste.



La 1^{re} scène ouverte organisée a permis de donner un coup de pouce aux talents de notre territoire et de valoriser les clubs Cirque et Hip-hop de la MJC.



Enfin, pour achever cette riche saison, rien de tel qu'un apéritif de clôture délicieusement accompagné de la chorale, des guitaristes, des photographes et des créateurs de la MJC.



À venir... le stage vacances :

Bienvenue à Savantis, l'école des apprentis Sorciers!

Dans l'esprit d'un Escape Game scientifique, les enfants vont être plongés dans la peau d'un jeune sorcier ou d'une jeune sorcière, apprentis à l'école française de sorcellerie du nom de Savantis. Si votre enfant aime l'univers des sorciers façon « Harry Potter », ce stage est fait pour lui. Il va vivre des histoires fabuleuses remplies d'expériences, d'énigmes et autres mystères à résoudre.

Avec « les savants fous »

Du 11 au 13 juillet –
14h/17h À partir de 6 ans
70/80€ les 3 jours.

Inscription par mail:
mjcauzielle@gmail.com ou
par internet

Saison 2023/2024 :

Le programme des activités et la programmation théâtrale de la saison prochaine arrivent très prochainement. Vous pourrez vous inscrire à vos activités favorites dès le 28 août !

Vous allez aussi découvrir les 5 spectacles programmés entre septembre et mars.

MJC AUZIELLE

Activités

2023

2024

Rendez-vous donc très prochainement sur notre site internet : mjcauzielle.fr ou sur nos réseaux :



Studio 7

Au cinéma, l'été commencera comme le précédent s'était terminé, avec les séances en plein air

Ce sera dès le dimanche 9 juillet avec *Les Magnétiques*, plongée cinématographique et musicale dans les années 80. Pour l'occasion, Jeff animera un superbe karaoké dont il a le secret à partir de 20h30, et vous pourrez pousser la chansonnette entre amis ou en famille, et reprendre les tubes d'hier et d'aujourd'hui à tue-tête jusqu'à l'heure de la projection.

Pour la seconde, ce sera *Le Sommet des dieux*, le samedi 22 juillet. Un magnifique film d'animation et d'aventure, qui sera accompagné d'un concert de **Claude Delrieu** (accordéoniste, chanteur et guitariste) dès 20h30 dans les jardins du ciné, pour attendre les étoiles en musique.

La petite bande et *En corps* suivront respectivement les samedis 26 août et 2 septembre, la dernière séance voyant revenir Jeff Matsone pour un concert, accompagné du groupe vocal No Name, afin de finir l'été en beauté.

Tout au long des vacances, profitez du jardin éphémère installé devant le cinéma pour prendre le temps de souffler un peu, et, pourquoi pas, de se rafraîchir avec une boisson ou une petite glace, en vente à la caisse du cinéma.

Les enfants ne sont jamais en reste à Studio 7, avec l'événement *Élémentaire* ainsi que l'inclassable *Marcel le coquillage*, mais aussi des rendez-vous **Ciné-goûter**, avec *Chonchon le plus mignon des cochons*, et **Ciné-doudou**, autour de *Ollie & compagnie* et *Piro piro*.

Les amateurs d'explosions ou autres films d'aventure à gros budget ne seront pas en reste, avec les sorties de *Mission Impossible Dead reckoning Partie 1*, d'*Oppenheimer* et d'*Indiana Jones et le cadran de la destinée* pour un dernier tour de piste.

Toutes les informations sont sur le site www.cinemastudio7.com

UNE NUIT SOUS LES ÉTOILES

4 SÉANCES EN PLEIN-AIR

Cinéma Studio 7

Karaoké
Les Magnétiques
9 juillet

Concert
Claude Delrieu
Le sommet des dieux
22 juillet

La petite bande
26 août

Concert
Jeff Matsone
En corps
2 septembre

Buvette
Restauration

Tout public
Participation libre
au chapeau

Renseignements et horaires
www.cinemastudio7.com

Jardins familiaux : la « Maison » des insectes

Un **abri** ? une **maison** ? non, une **villa** ? que dis-je un **PALACE** ?

Les insectes qui côtoient les jardiniers ne sont pas tous leurs ennemis (ex : les pucerons, les doryphores) mais peuvent être aussi leurs alliés (coccinelle).

Aussi, le 13 Mai, lors de la *Journée des Jardins*, notre talentueux Maître Bâtitteur, **Thierry**, secondé par ses deux apprentis **Ewen** et **Njall** décida de leur édifier en un temps record *une Maison de rêve*.

Vous les curieux qui passez par là, si le portail des Jardins est ouvert, n'hésitez pas à venir admirer cette merveille sise à gauche de l'entrée, contre le cabanon de l'ALAE.

JC. Desangles



La JSAL



ENFIN, LE DERNIER

Pour les autres équipes, la saison 2022-2023 se termine avec des résultats assez mitigés.

L'équipe Seniors I descend en série inférieure, ce qui empêche la II d'accéder à celle-ci malgré ses bons résultats.

Samedi 24, ce fut la clôture avec la matinée « Fête de l'Ecole de Foot » animée de main de maître par notre ami **Patrice LAURENT**.



WEEK-END RÉCUPÉRATEUR À ROSAS

Après une saison harassante- compétitions sportives, actions sociales, animations festives -nos vétérans méritaient bien un week-end de récupération en Catalogne, à Rosas.

Vendredi 16 Juin, ce sont 26 participants, le torse ceint de leurs magnifiques polos Bleus, les lunettes « **connardos** » campées fièrement sur le crâne, qui rejoignirent le Centre de Vacances près de Rosas où un accueil **très chaleureux** leur fut réservé. Dès leur arrivée, apéro et repas récupérateurs suivis de la vision sur grand écran de la Demi -finale **Stade-Racing 92**.

Le samedi fut consacré aux activités sportives (**sauf foot**) : padel, piscine, apéro, sieste, pétanque, etc.

Dimanche 18, retour à la « casa » avec une escale à la Junquera, pour des courses évidemment !



TROPHÉE « JEAN-LUC HARDY »

Ce vendredi, le temps n'était pas vraiment de la partie (vent, fortes pluies) et le terrain en piteux état.

Pourtant, rien n'empêcha le déroulement du match entre les **CRICQUETS**, (sélection de la Brigade de Gendarmerie de St.Orens) et les **Vétérans de la JSAL**. Pour l'obtention du « **Trophée Jean-Luc HARDY** », Jean-Luc créateur de cette équipe des **CRICQUETS** et grand ami du Club d'Auzielle.

Le match fut très indécis, mais finalement les Auziellois par une victoire (2/1) conservèrent dans leur vitrine le magnifique trophée.

Une douche réconfortante et le verre de l'amitié effacèrent rapidement les sévices du mauvais temps.

Rendez-vous est pris pour la Saison 2023-2024.



Saint Jean 2023 avec le Comité des fêtes d'Auzielle - Chaud, Chaud, Chaud !



COMITÉ DES FÊTES D'AUZIELLE

Sous un soleil magnifique, une soirée délicieuse... nous avons œuvré. Merci de nous avoir fait confiance encore une fois. Ce fut réussi : plus de 250 inscriptions au repas et plus de 90 lampions brûlés !

Nous avons dit bonjour à l'été, au revoir à la pluie, que nous espérons revoir quand même avant la fin août. Nous espérons que nous aurons brûlé toutes nos mauvaises pensées, notre stress quotidien et que cela nous permettra à tous d'aborder les vacances avec sérénité.

En tout cas, l'apéritif nous a invités à lancer les festivités. Le coleslaw a ouvert les appétits. Le rougail préparé par Niva (VIVAL) a chauffé notre cœur et notre panse. Tout cela adouci par une petite glace et une tarte à la pomme. Parfait !

Un début de soirée rythmé par les AOC's toujours aussi entraînants, on ne s'en lasse pas. Et comme ils avaient commencé à nous donner envie de bouger, nous avons continué par le fameux Feu de la ST JEAN qui fait toujours son effet.

Nous avons encore du mal à réaliser que nous avons brûlé le salon de coiffure de Pamela et Gérard (Louis, Thomas, Francis et Etienne, ne nous ont pas donné le nombre de palettes de bois (un certain nombre !). Pas de message pourtant derrière cet événement, seulement la joie de se retrouver et de passer un excellent moment ensemble. Une pensée pour Louis qui a œuvré depuis 40 ans et dont c'était le dernier feu. Merci ! Enfin nous avons pu compter sur Xav le DJ du CFA. Et oui, cette année 2023 verra à nouveau la confirmation de nos petits jeunes. Après la participation de nos enfants bénévoles au CFA, cette fois-ci ce sont de grandes responsabilités que nous avons données à Xavier et à Alexis que nous suivons depuis leur plus tendre enfance. Xavier responsable de notre soirée dansante a tout emporté avec lui dont notre adhésion

totale. Alexis continue de jouer à merveille son rôle de président du CFA. Oui, c'est lui, pour ceux qui l'auraient oublié. (discret mais présent).

Un petit pincement au cœur est venu nous titiller car nous ne pouvons oublier Domi qui fera toujours partie de nos pensées. Elle est associée à la joie de se retrouver et ce n'est pas rien. Nous lui avons fait honneur en terminant la nuit vers 2h du matin pour les plus téméraires et 4h pour le CFA.

Nous vous donnons RDV le week-end du 8 au 10 septembre pour la fête du village. À vos agendas !

Nous vous souhaitons un formidable été.

*Le CFA
Le Comité des fêtes,
c'est pour faire la fête.*



Tennis de Table d'Auzielle

Clôture de la saison au TTA- un moment convivial !

Le 29 juin dernier, ambiance chaleureuse s'est installée au Pigeonnier d'Auzielle. Un beau moment de tennis de table, partagé avec les enfants, leurs parents, les anciens et les nouveaux membres accompagnés de leur conjoint(e). Un grand merci à tous d'avoir été présents.

Bonnes vacances et à la saison prochaine pour encore plus de ping et de pong !

Voir le site : <https://sites.google.com/site/tennisdetableauzielle>





Un super Tournoi Open !

134 participants cette année, une belle ambiance, un temps clément, de beaux matchs, de la convivialité et un très beau repas samedi concocté par notre NIVA et des finales qui ont tenu toutes leurs promesses autour d'un public venu nombreux !

Lors de la remise des prix, le président Olivier Fiala a remercié, bien sûr les 2 Mairies d'Auzielle et Lauzerville, les sponsors et surtout tous les bénévoles qui ont fortement et généreusement contribué à la réussite de ce tournoi.

Voici les résultats :

- **Tableau Consolante Dames +35 ans :**
Finaliste : Nathalie Blanchon (30/5 - Baziège)
Gagnante : Fanny Barde (30/2 - Préserville)
- **Tableau Consolante Messieurs +35 ans :**
Finaliste : Stephan Dalbin (30/1 - TCAL)
Gagnant : Pierre Jeannou (30/2 - Ramonville)

- **Tableau +45 ans Messieurs :**
Finaliste : Franck Solacroup (15/3 - Baziège)
Gagnant : Bernard Derruppé (15/3 - Saint-Orens)
- **Tableau +35 ans Dames :**
Finaliste : Myriam Bouchemit (30 - TCAL)
Gagnante : Marion Py Le Brun (15/4 - TCAL)
- **Tableau +35 ans Messieurs :**
Finaliste : Frédéric Uhlmann (15/4 - Saint-Orens)
Gagnant : Philippe Cesari (15/3 - TCAL)
- **Tableau séniors Dames :**
Finaliste : Camille Bertrand - Py Le Brun (15/1 - Saint-Orens)
Gagnante : Tia Pourbaix (15/2 - Castanet)

- **Tableau Sénior Messieurs :**
Finaliste : Arthur Piat (15/1 - Albi)
Gagnant : Maxime Mothes (15/1 - Quint-Fonsegrives)

Rendez- vous à la rentrée, à la Matinale des associations !

Laurence Marcadet



Les courbes du 31

OCTOBRE ROSE : RDV le 1er OCTOBRE !

Comme chaque année, Les Courbes du 31 vous invite à vous mobiliser au profit de la lutte contre le cancer du sein. Nous vous donnons rendez-vous le dimanche 1^{er} octobre à 9h45 au pigeonnier pour aller marcher ou courir à travers notre belle campagne.

Tout le monde est invité, petits comme grands, selon votre humeur vous pourrez choisir entre les trois parcours : Foulées (8,5km), marche tonique (5,5 km) ou balade (3,1 km).

L'inscription de 12 € pour les + de 14 ans sera entièrement reversée à la Ligue contre le cancer. Alors n'oubliez pas votre t-shirt ou votre touche de rose ! À partir de début septembre, vous pourrez vous inscrire par internet via Chronostart ou via notre site internet :

<http://lescourbesdu31.blogspot.com>

On vous attend nombreux !



LA CULTURE ET VOUS

« La Nuit du verre d'eau »

Un film qui vient de sortir mais que nous avons eu la chance de voir en avant-première lors de notre festival *Moteur !* Un beau film qui nous ramène en 1958 dans un Liban pas encore déchiré ; mais on sent ce qui va bouger. Une immersion dans une famille, une histoire de femme et des femmes de ce pays et une fin énigmatique qui pose question. Un bon moment !

Mireille Arnault

(NB : j'ai écrit cette petite critique pour relancer cette rubrique que les Echos proposent depuis quelques mois aux lecteurs et spectateurs ; alors, n'ayez pas peur, envoyez-nous vos coups de cœur, vos détestations, vos jugements, quoi ! Il y en a eu peu et c'est dommage... On compte sur vous toutes/tous !)





Nouvelle collaboration à Auzielle : Sophrologie et Médecine Chinoise

Cabinet au Centre commercial - Le village – Auzielle

SOPHROLOGIE

Vous souhaitez vous sentir en pleine forme pour la rentrée, potentialiser les bienfaits des vacances et envisager le retour à votre activité professionnelle sereinement ou permettre à votre enfant d'être confiant et détendu lors de son entrée au collège ou lycée...

... pensez à la sophrologie et venez faire quelques séances tout près de chez vous dans le cabinet à Auzielle situé au centre commercial des Contours.

La sophrologie est une approche psychocorporelle basée sur des exercices simples de relaxation, de respiration et de visualisation positive.

Son but est d'activer votre équilibre corps/esprit en mobilisant votre potentiel et vos ressources.

Elle est accessible à tous, enfants, adolescents, adultes et s'adapte aux besoins de chacun.

Sa pratique vous aide à traverser une période de vie difficile, stressante ou angoissante (examen, entretien professionnel, burn-out, intervention chirurgicale...) à gérer une douleur chronique ou des troubles du sommeil...

... Et aussi à développer une meilleure connaissance de soi, découvrir vos propres ressources et les moyens de vous sentir plus épanoui(e), plus en accord avec vous-même...

Le cabinet reste ouvert tout l'été, si vous voulez vous ressourcer, prendre le temps, respirer, n'hésitez pas !

Catherine Bideaux Guarch Ferrer
Diplômée Master Spécialiste en Sophrologie Caycédiennne
06 16 36 38 39 / catherineguarch@gmail.com
<https://sophrologue-guarch.fr>

MÉDECINE CHINOISE

Si vous recherchez une approche plus globale pour favoriser votre santé et votre bien-être, la Médecine Traditionnelle Chinoise ou MTC est une alternative intéressante. Il s'agit d'un système de soins complet datant de plus de 3000 ans, qui intègre plusieurs pratiques : l'acupuncture, le massage TuiNa, la diététique et l'utilisation des plantes (pharmacopée) et le Qi Gong. En rétablissant une circulation énergétique harmonieuse dans le corps, la MTC permet d'accompagner les personnes sur un large champ d'action, allant des douleurs chroniques, des inconforts digestifs ou fonctionnels, des irritations de la peau, ou des troubles liés la vie des femmes, à la gestion du stress, de l'anxiété, d'addictions (tabac, sucre etc...) ou les problématiques de sommeil, etc... La MTC offre une vision différente, du corps, des organes, des maladies et des douleurs physiques et psychologiques, permettant ainsi une approche de la santé très complémentaire et efficace. « Il est plus souhaitable de prévenir les maladies que d'avoir à les soigner. »

Renforcer l'immunité à chaque changement de saison, par exemple, préparer et/ou récupérer lors de compétitions sportives, ou établir un bilan énergétique font partie des compléments qu'offre un soin de Médecine Chinoise. Cependant cela ne remplace en aucun cas la médecine occidentale. Également basé sur ces mêmes principes, le massage détox des organes internes est proposé pour libérer les tensions accumulées dans le ventre, soulager certaines douleurs, favoriser la digestion, et aider au lâcher-prise mental.

Envie de prendre soin de vous autrement, de renforcer votre immunité ? Diplômée de Médecine Traditionnelle Chinoise, Céline Mathieu vous accueille en toute bienveillance pour une séance qui est entièrement adaptée et personnalisée.

06 19 93 03 53 / celine.mathieu.mtc@gmail.com
Facebook : @Céline Mathieu – Médecine Chinoise

De la gym en plein air !

Si ça vous tente, venez découvrir la gym tonique en plein air, toute l'année à Auzielle. Des cours dynamiques et oxygénants, le lundi et le vendredi matin. Vous pouvez venir faire des séances d'essais, à partir du 4 septembre. Je vous souhaite un bel été. Sportivement.
Marie Afonso : 06 22 57 83 58



VIVRE ENSEMBLE



Les beaux jours sont là, les jours allongent, et les incivilités sont en hausse !

Pour éviter les chicaneries entre voisins et la visite de gendarmes ...



Retour sur les règles en vigueur pour faire ou faire faire des travaux extérieurs ou utiliser des outils de jardinage

Semaine

8H30 - 12H et 14H - 19H30

Samedi

9H - 12H et 15H - 19H

Capture d'écran des fêtes

10H - 14H et 16H - 18H

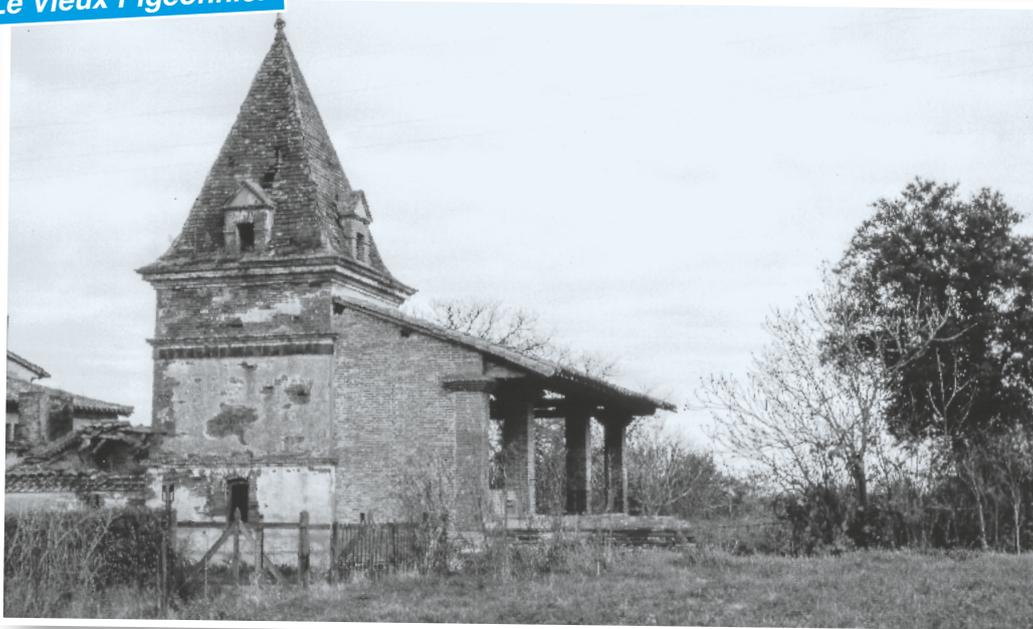
VIVRE ENSEMBLE

Respectons nos voisins et notre environnement !
Respectons la grasse matinée de nos voisins, durant le week-end !
Respectons la sieste de nos voisins !
Respectons la pause du déjeuner, et les soirées, en semaine !
Comme il est dit sur Panneapocket pour éviter les chicaneries »
Mais aussi,
Respectons l'environnement !
Les bouteilles, c'est dans les récup'erre qu'il faut les mettre, et s'il est trop plein, (et il n'est pas interdit de le signaler en mairie) on en cherche un autre ou on ramène tout à la maison !

*Pour rester informé des règlements, des informations communales, des événements, des alertes, téléchargez l'application de votre mairie sur votre smartphone (AppStore, Playstore et AppGallery.)
Gratuit et sans publicité) : PANNEAUPOCKET*

Commission Communication

Le Vieux Pigeonnier



Pharmacies de garde

www.3237.fr

ÉTAT CIVIL

Naissance

Elio MINGOT - 24 avril 2023
Camille SEVIN - 29 mai 2023
Anna MAURICE - 3 juin 2023

Décès

Dominique Chavarot - 15 mai 2023
Roger JAMBERT - 27 mai 2023