



# Cuxac-Cabardès

Un village au naturel

## Le B.I.C.C.

Bulletin d'Informations Communales Cuxacois

Jun 2019 - N° 80

## Sommaire

Le mot du Maire	p 2
Infos mairie	p 3
Échos du village	p 3-4-5
Échos de Laprade Basse	p 5
CdC Montagne Noire	p 5
Bibliothèque	p 6
FJEP	p 6-7
Résidence PHILOGERIS	p 7
L'Eau Vive	p 7-8
Galops Cathares	p 8
Les Aînés Cuxacois	p 8-9
Animation Laprade Basse	p 9
École Raymond Courrière	p 9-10
U.S. Montagne Noire	p 11
Association Le labo musical	p 11
Les Foulées en Montagne Noire	p 12-13
Foyer de vie	p 13-14
Les MMN'S	p 14
Centre équestre La Goutarende	p 14-15
Société de pêche Val Dure	p 15
Comité des fêtes	p 16



**Mairie de Cuxac-Cabardès**

5 place Antoine Courrière - 11390 Cuxac-Cabardès

Tél. 04 68 26 50 06 - Fax 04 68 26 63 94

Mail: [mairiecuxaccabardès@wanadoo.fr](mailto:mairiecuxaccabardès@wanadoo.fr) / Site: [www.cuxac-cabardès.fr](http://www.cuxac-cabardès.fr)



### RESTONS AMBITIEUX SOYONS SOLIDAIRES

En ce mois de juin 2019, les différents projets annoncés dans les dernières réunions publiques ou dans les derniers BICC se réalisent progressivement.

La salle Multimodale, le ponton de pêche du lac de Laprade Basse ont maintenant bien démarrés.

Nous prévoyons la fin des travaux du Ponton fin juin, ceux de la salle multimodale d'ici la fin de l'année.

D'autres projets sont également en gestation, bien avancés comme le premier qu'on pourrait qualifier de « serpent de mer ».

L'aménagement du Lac de Laprade Basse... dont nous vous parlons régulièrement avec en phase 1 l'aménagement des abords puis en phase 2 la base nautique, la zone de baignade et probablement un centre d'entraînement pour le triathlon, unique dans notre grande Occitanie. Vive le sport et les activités de loisirs en Montagne Noire!

Les travaux de la phase 1 démarreront -si tout va bien- avant la fin de l'année.

À noter que sur ce projet structurant pour la Montagne Noire, nous avons l'aide de l'État et bien entendu des collectivités et notamment du Conseil Départemental avec un financement global à hauteur de 80 %. Vive les contrats territoriaux de ruralité portés par la Communauté des Communes!

Du côté du hameau de Cazelles, après l'achat de la parcelle Mira en 2017, deux projets d'avenir sont maintenant en phase d'étude.

La troisième réunion sur le projet de Maison de Santé Pluridisciplinaire a eu lieu en juin. Elle doit déboucher sur un travail en équipe des professions médicales sur le projet de soins. À noter que par convention avec la commune, la MSA aura en charge l'étude de l'offre de soins et nous aidera à la recherche d'un troisième médecin. Encore du chemin à parcourir!



Enfin l'innovant projet d'extension du Foyer de Vie porté par son dynamique Directeur et les Élus du Conseil d'Administration. Le Conseil Départemental lui porte une attention particulière et financera ensuite le fonctionnement de la structure, avec à la clé, une dizaine d'emplois pour commencer! Nous attendons le feu vert à l'automne.

Deux dossiers qui répondent à des problématiques bien anticipées, pourvoyeurs d'emplois et qui eux aussi sont structurants pour notre belle Montagne Noire puisque c'est potentiellement le début d'un Pôle Médico-social qui ne demanderait qu'à se renforcer.

L'attractivité des uns renforçant l'attractivité des autres. Renforcement de la centralité de notre territoire.

Tout y est, en cohérence avec nos engagements de 2014.

Côté pratique, vous avez remarqué comme la nature est belle en ce moment, luxuriante.

De gros efforts sont demandés à nos agents mais il ne leur est pas demandé de mettre une nature imparfaite dans un moule parfait. Pas de jardins « à la française » donc et surtout sans « poudre de perlimpinpin », écologie oblige.

Vous avez aussi remarqué les gros travaux d'élagage réalisés ici et là, ils ont pour objectif de sécuriser le domaine communal.

#### Sécuriser!

Rappel pour ceux qui sont dans le périmètre de Titanobel, faites faire vos diagnostics, c'est gratuit et les travaux de mise aux normes sont financés à 90 %

#### Financer!

Poursuivre dans les recettes liées aux énergies renouvelables, la clé de d'une certaine autonomie dans nos investissements pour rester ambitieux et solidaires.

#### Solidaires!

Le CCAS autour de Madeleine Farella étudie une meilleure prise en charge aux utilisateurs de Présence Verte ainsi qu'une aide possible de la commune lorsqu'il est question de « reste à charge » lors de travaux favorisant le maintien à domicile.

C'est ça la solidarité avec nos anciens et pour ceux qui souhaitent rester dans à demeure c'est un bon encouragement!



**Encouragement!** Le départ de Maxime Roger vers une activité d'auto entrepreneur dans le jardinage, qui au vu de ses qualités, sera une réussite et un épanouissement personnel, et le remercier pour son travail au sein de la collectivité pour notre village. Nous perdons un agent de valeur mais pour cette démarche atypique, nous le félicitons.

#### Et félicitons aussi!

Les Associations, les commerçants, les artisans, les hébergeurs, l'équipe municipale.

Grâce à vous tous, c'est un bel été qui se prépare. Tout le programme est là rempli de la mi-juin à la mi-août! Chapeau les Associations.

Et pour finir une autre bonne nouvelle.

La fibre arrive, oui elle arrive... les études vont commencer cet été sur la commune.

Comme quoi quand on est patient tout arrive... Et c'est bien la patience que la fonction d'Élu nous enseigne tous les jours.

En attendant pour vous et vos proches, je vous souhaite un BEL ÉTÉ.

**Et n'oubliez pas... CUXAC EN FORCE!**

Paul GRIFFE  
Maire de CUXAC-CABARDÈS



### MANIFESTATIONS

Le 1<sup>er</sup> février, l'équipe municipale a présenté ses vœux au foyer culturel, cérémonie suivie d'un apéritif dînatoire.

### AIDE AUX ACTIVITÉS SPORTIVES

Pour faciliter l'accès de vos enfants de 3 à 14 ans à une pratique sportive, la mairie accorde cette année encore une aide de 50 €, versée directement à la structure proposant une activité sur notre commune et déductible du montant de l'inscription.

### COMMUNICATIONS SMS

Ce service a pour but de vous prévenir des événements de votre village et de favoriser la communication. Pour y adhérer, il est nécessaire que vous nous remettiez vos coordonnées soit en envoyant un mail à la mairie, [mairiecuxaccabardes@wanadoo.fr](mailto:mairiecuxaccabardes@wanadoo.fr), avec votre nom, prénom et numéro de téléphone soit en remplissant le bulletin d'inscription disponible en mairie.

### TRAVAUX

- Poursuite des travaux d'isolation, remplacement des huisseries de la perception et des gîtes de Goutarende
- Démarrage des travaux de la salle multimodale, en retard dû à un déplacement de la canalisation d'eau qui ne se trouvait pas à l'endroit prévu
- Réalisation du ponton de pêche à Laprade basse.



• Réfection du toit de la mairie

- Enlèvement des grands résineux à l'entrée du chemin piétonnier de Cazelles pour des raisons sanitaires et de sécurité.



## MÉDIATHÈQUE

Le 18 juin, à l'initiative de la Bibliothèque Départementale de l'Aude, des Élus de la Montagne noire et des Bibliothécaires du secteur sont allés visiter 2 médiathèques et réseaux de lectures publiques dans le Tarn afin de récolter un maximum d'informations pour la réalisation de ce futur projet.

### LISTE ÉLECTORALE

Il est possible de s'inscrire toute l'année.

Le Français qui atteint l'âge de 18 ans est inscrit d'office sur les listes électorales s'il a accompli les formalités de recensement à 16 ans.

Si ce n'est pas le cas, il doit demander son inscription sur les listes électorales à la mairie.

Vous pouvez vous inscrire à la mairie en fournissant les documents suivants:

- Justificatif d'identité
- Justificatif de domicile
- Formulaire cerfa n° 12669\*02 de demande d'inscription (disponible en mairie)

Vous pouvez également vous inscrire en ligne en utilisant le téléservice de demande d'inscription sur les listes électorales et joindre la version numérisée des documents demandés.

## Infos diverses

### PROJET TRÈS HAUT DÉBIT

Le projet de réseau d'initiative publique en THD de l'Aude est porté par le SYADEN. Il est chargé de construire l'ensemble du réseau dans les zones géographiques de l'Aude où aucun opérateur privé a prévu d'investir. Il a pour objectif de desservir en haut débit de qualité 100 % du territoire à l'horizon 2021. avec une desserte en fibre optique dans 136 communes du département soit 100 000 foyers.

C'est le groupement d'entreprises EIFFAGE, titulaire du marché public sur le secteur, notamment sur notre commune, qui va dans un premier temps effectuer les études de faisabilité sur le terrain et construire cette infrastructure dans un second temps.

Une fois toutes les étapes terminées, les Fournisseurs d'Accès à Internet (FAI) démarcheront les futurs abonnés bénéficiaires du service. Les usagers pourront contractualiser les offres commerciales et autoriseront les opérateurs à effectuer les branchements optiques (raccordements) les concernant. Ces travaux seront réalisés soit par le FAI lui-même soit par le fermier sur commande du FAI.

## Échos du village

### DÉCÈS

Jean Pierre MLYNARCZYK le 8 février 2019.

Anne Marie STEPHAN le 22 mars 2019.

Nous adressons aux familles endeuillées un message de profonde sympathie.

### CÔTÉ ÉCOLES

Le 7 mai une effervescence particulière a animé le bas du village: comme chaque année, les Petites foulées ont

attiré de nombreuses écoles du département même si cette année le taux de participants était en baisse.

### LES INFOS DE LA PAROISSE

6 baptêmes ont été célébrés le jour de Pâques. Ils concernaient 2 petits enfants: Logan et Timéo et 6 plus grands: Ethan et Jade, Baptiste et Tristan.

Parents, grands parents et famille étaient venus nombreux, parfois de très loin, pour les accompagner dans ce jour de joie.

Le 19 mai ce fut Bastian qui a reçu ce sacrement.

Le 16 juin sera consacré à la fête des 1res communions pour Maxime et Naia et à la profession de Foi d'Ana.

### CULTURE

Dès le 12 janvier, Alain Grandin nous ouvrait les portes de son domaine de La Bonde pour un concert de jazz donné par « All Ma Trio ». Une soirée très applaudie qui va se renouveler le 30 mai avec de nouveaux titres.

Le 6 avril, dans l'église Sainte Cécile, l'ensemble vocal et instrumental « ODYSSEUS », sous la direction d'Olivier Boulicot, a fait voyager le public à travers l'Europe du Nord de la fin du XVIe siècle et début XVII.

Ce fut une prestation de grande qualité très appréciée des participants.

Une émission radio en direct depuis le foyer culturel s'est déroulée le 27 avril avec de nombreux acteurs de la vie économique, culturelle et associative de la Montagne Noire.

L'objectif était de faire connaître le dynamisme insufflé au travers des communes et de la Communauté des communes.

Pour ceux qui n'ont pu être présents, il est toujours possible d'écouter l'émission en replay sur RCF Pays d'Aude 103.00 FM ou 87,7 FM.

Les bénévoles de la bibliothèque vous accueillent le lundi matin de 10h30 à 11h30 en période scolaire et tous les vendredis de 16h30 à 18h30.

Ce service gratuit vous permet d'emprunter des ouvrages variés ou de commander ce que vous n'auriez pas trouvé en rayon.

N'hésitez pas à pousser la porte, vous serez les bienvenus.

### NOUVEAU À CUXAC : Un accueil Alzheimer.

Il ne suffit pas d'encadrer ni de secourir les seuls malades : les aidants, les familles, ont eux aussi besoin de soutien.

Vivre avec un parent ou un proche touché par la maladie d'Alzheimer est une épreuve.

Parce qu'on se pose des questions, qu'on est bien souvent

dans le flou, parce qu'il n'est pas facile de trouver la bonne distance ni les bons réflexes, parce qu'on se sent souvent impuissant, faible face à la maladie, deux mardis par mois au foyer sur la place, Cécile Labescat et son équipe sont là pour vous.

Ateliers de jeux,

contes, travaux manuels, mémoire, rencontres avec des enfants, les activités sont toujours variées et ludiques.

N'hésitez pas à la contacter et vous inscrire : 06 11 75 46 55.

L'inauguration de ces ateliers de détente a eu lieu le 23 avril au foyer de la Roque en présence de M. le Maire, qui a mis un local à disposition, de Marianne Taillandier, gériatre, des bénévoles de l'association ainsi que des malades et leur famille.

### DIVERS

• La consultation nationale citoyenne s'est déroulée à la mairie de Cuxac au mois de janvier. Un questionnaire concernant des propositions de changement était remis par 2 représentants des gilets jaunes avant de remonter au niveau national.



• Le 1<sup>er</sup> février la cérémonie des vœux a été l'occasion pour M. le maire de tracer les lignes à venir: maison médicale, médiathèque...

• Au mois d'avril pour fêter la première année de son activité à l'épicerie, Noémie a offert à ses clients, gâteaux et autres confiseries. Saluons son implication ainsi que celle de Baptiste pour nous procurer, outre le courant des courses journalières, des produits adaptés au fil de l'agenda: chocolats de Noël, œufs de Pâques, bouquets de fleurs ou paniers de produits locaux.

Pensons-y pour les cadeaux ou tout simplement pour se faire plaisir.

• Pour le plaisir des yeux, M. Douat a exercé son talent et c'est ainsi que le restaurant la table d'Orelyse, ou encore Julie et Julien Pradal ou le panier de Nouné, nous ont fait profiter de



belles vitrines décorées à l'occasion des fêtes de Pâques.

• C'est le 18 mai à Brousses, dans le cadre de la fête du printemps, que la chorale de Cuxac, dirigée par Nicolas Boudès nous a fait découvrir son répertoire.



Un repas a clôturé une soirée conviviale qui se renouvellera en juin à Villardonnel puis à Cuxac.



• Le 24 mai s'est déroulé au foyer de Cuxac, le forum pour les personnes âgées. De nombreux participants ont pu profiter de conseils judicieux, de nouer des contacts et se tenir informés des possibilités offertes sur la Communauté des Communes ainsi que des aides éventuelles.

### ÉVÉNEMENTS

• Le 23 juin, le vide grenier des chasseurs a été organisé le long de la rivière. Comme chaque année, un repas à déguster sur place vous a été proposé.

• Pour les cavaliers, la date du 30 juin marquera la 4<sup>e</sup> course d'endurance du Capxain. Un parcours balisé, entre 10 et 90 km, en sous-bois, ravira les cavaliers et leur monture.

Finale des Championnats de l'Aude, c'est aussi une épreuve qualificative du challenge du Tarn.

Le Foodtruck Santa Maria vous permettra de vous restaurer sur place, complété par la Cave Vinéoc avec Jérôme Jaune ainsi que le 7<sup>ème</sup> Pêché pour les desserts.

• La chorale de Cuxac dirigée par Nicolas vous a fait découvrir son répertoire à Villardonnel le 4 juin puis à Cuxac le 19 juin. Vous avez été nombreux à venir les écouter et apprécier leur prestation.

• Le 13 juillet au soir et le 14 juillet après-midi Oriane Sacoman, artiste lyrique, donnera un concert dans l'église et nous interprétera un répertoire de chants sacrés.

Belles vacances à toutes et tous.

### PETITES ANNONCES

Cette rubrique vous est réservée, n'hésitez pas à l'utiliser en déposant votre annonce auprès du secrétariat de Mairie avant mi-mai ou mi-novembre pour une parution dans le bulletin semestriel suivant.

## Échos de Laprade Basse

### TRAVAUX

Le mur des escaliers du foyer a été habillé avec des pierres de parement par l'entreprise PANELLA Franco de LAPRADE.

Une rampe a été installée par les employés municipaux par la suite.



### FÊTE

Le samedi 20 juillet 2019 se déroulera la fête de la pêche au hameau comme chaque année. Venez nombreux, avec vos couverts pour le repas du soir.

### RÉUNION PUBLIQUE

Fidèle à ses engagements, le conseil municipal vous donne rendez-vous le 4 juillet à 18h30 au foyer de Laprade Basse pour la réunion publique annuelle.

Elle se clôturera par le pot de l'amitié.

### ÉLAN DE SOLIDARITÉ

C'est ce qu'ont connu André et Nelly DOMPS de PEYROL ; en effet, lorsqu'ils sont rentrés du réveillon de nouvel an, ils ont trouvé leur maison en flammes et elle est pratiquement détruite. C'est avec un grand naturel que les habitants et voisins de LAPRADE se sont mobilisés. Un immense merci à eux.

En espérant que les travaux soient rapides pour qu'André et Nelly retrouvent leur habitation.

## CdC de la Montagne Noire



### LE PORTAIL FAMILLES

« UN NOUVEL OUTIL À DESTINATION DES FAMILLES EN LIGNE DÈS LE 23/09

POUR VOS RÉSERVATIONS À PARTIR D'OCTOBRE »

Depuis la rentrée de septembre 2018, le dossier unique d'inscription ALAE/ALSH permet de simplifier les démarches administratives des familles pour les accueils de loisirs périscolaires (ALAE) et extrascolaires (ALSH).

À partir de septembre 2019, le service Enfance Jeunesse se dote d'un nouvel outil de gestion et de facturation, qui permettra aux familles d'avoir un accès aux informations et réservations pour leur enfant sur les structures jeunesse.

Cet accès sera interactif, permettant ainsi aux familles de réserver des plages ALAE et/ou de procéder à des modifications en ligne sur les réservations déjà effectuées en ALAE/ALSH.

La famille pourra accéder à son espace privé à l'aide des identifiants reçus par mail une fois l'enfant inscrit sur l'ALAE et/ou l'ALSH.

Un dépliant d'information sera joint au dossier d'inscription.

Les modalités de facturation resteront identiques :

- **ALAE** : paiement en trésorerie ou en ligne (lien sur le portail) à réception de l'avis de somme à payer

- **ALSH** : paiement en régie à l'inscription

Renseignements, contactez le Service Enfance Jeunesse :

**ALAE : 04 68 11 12 46**

**ALSH : 04 68 11 12 48**

jeunesse@cdcmontagnenoire.fr

**www.cdcmontagnenoire.fr**

### PISCINE

L'été approche et l'équipe de la piscine Intercommunale de la Montagne Noire prépare la saison estivale.

**Nous serons ouvert du lundi au vendredi de 14h à 18h du 8 juillet au 9 août.**

**Nouveauté cet été** : nous vous proposerons des cours d'Aquagym et d'Aquabike. Pour toute réservation, il vous faudra utiliser l'application mise en place cette saison.

N'hésitez pas à aller sur le site de la **CDCMONTAGNEOIRE.FR** pour plus de renseignements.

N'hésitez non plus à appeler la piscine au 04 68 26 50 90.

Venez vous détendre, venez vous rafraîchir...  
Nous vous attendons!!! »

Avec des bénévoles toujours très actifs, la bibliothèque pourra rester ouverte tout l'été les vendredis de 16 h 30 à 18 h 30. La bibliothèque étant municipale et gratuite, elle est ouverte à tous, amis, parents et vacanciers séjournant quelque temps dans notre village.

Début juillet, le bibliobus renouvellera environ 450 livres (romans, documentaires, BD adultes et enfants ainsi que des albums pour les plus petits). Vous pouvez également demander des livres que nous n'avons pas sur place.

À la rentrée, en périodes scolaires, la bibliothèque sera aussi ouverte les lundis de 10 h 30 à 11 h 30.

Comme chaque année, la saison « Contes en Montagne Noire » aura lieu en automne avec des spectacles dédiés aux scolaires mais aussi aux adultes. L'entrée est gratuite, n'hésitez pas à venir passer une bonne soirée.

### Contes en Montagne Noire du 5 au 19 octobre

Écoutez, écoutez... C'est l'heure! Le bruissement des feuilles d'automne nous rappelle que vient le temps de Contes en Montagne Noire.

15 jours pour se retrouver autour de l'oralité et de la transmission.



Cette année, nous ouvrirons le bal le **5 octobre** par la soirée partagée avec L'Eau vive, à **Laprade**. Les bibliothécaires ont souhaité réinviter Kamel Guennoun, le plus généreux des conteurs contemporains et ceux qui ont eu le plaisir de le rencontrer, il y a quelques années, s'en souviennent! Il revient en musique, accompagné par Marcel Dreux à l'accordéon, ils nous convient à un pur moment de convivialité contée!

Nous partons, ensuite à **Fontiers le 12 octobre**, à l'aventure sur les traces de Tom Sawyer contée par Catherine Caillaud et mis en musique par Fred Vilain, sur un tempo survitaminé.

Catherine Caillaud que nous retrouverons le **19 octobre**, à **Cuxac**, pour clôturer le festival dans un « stand-up conté » réservé à un public averti. Et oui! Depuis qu'on vous le dit: le conte ce n'est pas que pour les enfants!

Mais avant, le **18 octobre à St Denis**, venez écouter Malika Verlaguet qui fait du mélange des langues française et occitane un passeport pour l'imaginaire.

**Découvrez vite le programme et ses nouveautés : escape game et atelier créatif à la bibliothèque de Saissac.**

## FJEP - Bien Vivre Ensemble

Les membres du FJEP se sont réunis au foyer de la Roque le 9 février pour déguster la galette et partager un moment de convivialité.

**Les marcheurs** du mardi après-midi sont toujours très actifs et ont au compteur pour cette saison 32 sorties avec une moyenne de 6,8 km et 15 participants par sortie. Cette activité s'arrête l'été pour reprendre en septembre.



Rosette, la doyenne féminine du village a fêté ses 90 ans. À cette occasion, les membres des **après-midi détente** lui ont offert un somptueux bouquet.



Peu de temps après c'est à la Table d'Orelyse, que ces mêmes participants du mercredi ont pu partager un excellent repas concocté par le chef Aurélien



### JOURNÉE CUX'ACTIF

Elle se déroulera le **samedi 7 septembre à partir de 15h30 sur le pré** à côté de la piscine. Vous pourrez rencontrer les associations du village qui vous proposent toute l'année des activités sportives, culturelles ou éducatives pour enfants et adultes.

Profitez de cette journée pour découvrir la diversité des activités proposées sur notre village.

### MARCHÉ DE NOËL

Le FJEP a le plaisir de vous donner rendez-vous pour sa sixième édition à son Marché de Noël.

Nous vous attendons nombreux le dimanche 1er décembre 2019 au foyer et place de la Mairie.

Venez découvrir toute une diversité de stand représentant à merveille le savoir-faire de nos artisans locaux: le plaisir

d'un présent à glisser sous le sapin de Noël pour la famille, pour un ami ou tout simplement pour soi-même.

Un moment de détente pour les grands et les petits grâce à toutes ses activités choisies avec soin pour le plaisir de tous et bien sûr sans oublier l'incontournable Père Noël.

De la convivialité en vous restaurant sur place par la qualité des plats proposés, fruits de mer, soupe aux potirons, magrets, camemberts grillés et l'incontournable stand de crêpes accompagné par un petit verre de vin chaud pour les plus gourmands.

L'association du patrimoine religieux de la commune de Cuxac-Cabardès aura le plaisir de vous recevoir à l'église du village pour une visite gratuite et permettant ainsi un défilé lumineux lors duquel les enfants auront le plaisir de déposer des lampions au pied de la crèche réalisée par des mains minutieuses.

Une tombola vous sera proposée en découvrant la qualité du travail de nos artisans.

À la venue des étoiles, nos yeux pourront pétiller de bonheur devant un splendide feu d'artifice sur les illuminations de Noël pour le plaisir des grands et des petits.

Comme chaque année, nous vous invitons à venir partager un moment de bonne humeur, de convivialité, de joie en famille, entre amis.

Pour tous renseignements ou pour une inscription, vous pouvez vous rapprocher de Mme Géraldine COMPEYRE au 06 70 93 29 72, Merci de laisser un message, ou bien par mail à l'adresse suivante : [gcom1155@yahoo.com](mailto:gcom1155@yahoo.com)

## Résidence PHILOGERIS

### Arrivée de la cloche de Pâques

Poussée par le grand vent marin, mercredi 17 avril, la Cloche de Pâques est passée plus tôt sur l'EHPAD Résidence de la Montagne et sur la crèche Colin Colline de Cuxac Cabardès.



Cette tradition fut l'occasion d'une rencontre intergénérationnelle où petits et grands ont tissé des liens affectifs autour d'une chasse aux œufs de Pâques.

### Art floral



Samedi 27 avril, un atelier art floral animé par Lucie, fleuriste de « **Aude à la Fleur** » de SAISSAC a été organisé.

Avec une profusion de fleurs fraîches et colorées, les aînés dans un moment de créativité, ont composé de magnifiques bouquets sous la houlette de Lucie et de Dominique l'animatrice.

C'est avec fierté que les résidents ont exposé les bouquets qui ont été mis à la vente dimanche 28 avril au traditionnel marché aux plantes de la résidence PHILOGERIS.

L'animatrice remercie chaleureusement toutes les personnes qui se sont déplacées et qui ont contribué à la réussite de cette journée.

**Atelier équilibre** à la crèche avec des résidents PHILOGERIS.

Dernièrement, un groupe de résidents avait rendez-vous avec les enfants de la crèche du village. C'est avec Agnès psychomotricienne de l'EHPAD « le Repos de la Montagne », qu'un atelier équilibre a été organisé. Ce dernier a permis de stimuler les capacités cognitives et motrices dans un moment d'échange entre les deux générations. C'est dans la gaieté que petits et grands se sont dit au revoir avec leur chanson commune « dans mon pays d'Espagne ».



réseau culturel de la CdC de la Montagne Noire

### Graines de Cultures:

À l'heure où vous lisez ce journal, vous avez sans doute assisté au concert du groupe « Du Bartàs » aux Martyrs, concert de musique occitane et berbère autour de nos racines communes: la Méditerranée. L'Eau Vive reste attachée à la défense de notre culture méridionale en programmant des musiciens et des comédiens qui la défendent avec conviction et qualité artistiques.

La saison 2018/2019 va s'achever en juin avec deux journées de balade pédagogique pour les élèves du collège Antoine Courrière. Ils vont découvrir l'ingéniosité de Pierre-Paul Riquet en se promenant entre Rigole et Lampy, puis ils iront parler de la Dure et des tourbières autour de Laprade basse. Ces deux journées sont organisées par l'Eau Vive en partenariat avec le service randonnée de la CDC Montagne Noire pour les élèves qui bénéficient des explications et commentaires de Christine Truc.

Et pour 2019/2020, nous attaquons dès le 20 septembre avec une ouverture de saison au foyer de la place à Cuxac avec **l'Affaire à swing** et son jazz New Orleans, joyeux, fantaisiste et entraînant. Les enfants des écoles bénéficieront aussi de ce groupe avec un atelier/spectacle dans l'après-midi.

Vous pourrez suivre la programmation 2019/2020 de l'Eau Vive sur la plaquette que vous allez trouver prochainement chez tous les commerçants et venir sur des villages voisins pour profiter d'une programmation largement accès sur le Tout Public. Nous vous recommandons notamment de venir écouter le conteur **Kamel Gennoun** à Laprade le 5 octobre: l'Eau Vive



participe à l'ouverture de saison de « contes en Montagne Noire » de la BDA; puis de retenir la date du 30 novembre à Saissac pour venir goûter une excellente pièce de théâtre, **Ames à grammes**.

### Festival Guitares à Travers Chants

Nous vous l'avions annoncé : 2019 est la date anniversaire des 10 ans du Festival Guitares à Travers Chants !

La programmation a été imaginée par Gilbert Picq, notre regretté vice-président de l'Eau Vive. Dans l'esprit de ce qu'il avait initié, Bernard Revel et toute l'équipe de l'Eau Vive travaillent dur pour réaliser ce pari : faire un festival de programmation et de création autour de ce thème ambitieux : « **Une Aude à l'Occitanie** ». Ceci pour 9 villages de la Montagne Noire **entre le 31 juillet et le 9 août**.

Et pour la préparation du concert autour de Nougaro (le 6 août au Mas Cabardès), une résidence de création a eu lieu en mai au collège où les élèves ont pu bénéficier d'un concert de « sortie de résidence » le 10 mai. Merci encore à M. Bellini et tous les encadrants du collège pour leur engagement à l'accueil d'artistes.

Retenez déjà la date du 4 août ! Sur la place de la mairie, à Cuxac, concert autour « du fou chantant », Charles Trenet. Et, comme le festival guitares est né à Cuxac, nous vous



proposons de le fêter ensemble avec une surprise !

Sachez aussi que le 2 août, à Caudebronde, les enfants du centre aéré viendront faire une prestation de ce qu'ils auront appris la semaine précédente dans l'atelier musical mené par Nicolas Boudes. L'Eau Vive leur offrira ensuite un concert musical avec **Steve Waring** et un spectacle de cirque acrobatique avec **Kévin Frédéricq et le groupe Oz**.

Vous pourrez retrouver tous les renseignements sur le site du festival, créé et alimenté par Jean-Roger Marchal : [www.guitares-a-travers-chants.fr](http://www.guitares-a-travers-chants.fr). Voyez aussi le site de l'Office du Tourisme de la Montagne Noire et suivez-nous sur le Facebook de « guitares à travers chants », mis à jour par Ruth Bourjade. Brochures, affiches et articles vont suivre...

Pour adhérer à l'Eau vive : 12€/famille donnant accès à des informations culturelles, des réductions sur les spectacles et concerts de l'Eau Vive (Graines de Cultures et Festival) et de 4 associations culturelles, la gratuité des spectacles pour les enfants.

Adresse mail : [leauvive11@gmail.com](mailto:leauvive11@gmail.com)

Notre bureau : 1<sup>er</sup> étage, mairie de Cuxac Cabardès.

**Au plaisir de vous voir, à Cuxac et dans la Montagne Noire !**

Valérie Ferrer, chargée de mission culture de la CDC.



## Galops Cathares

*Pour le plaisir et pour le sport*

Des chevaux et des cavaliers toujours partants pour découvrir les beaux paysages de nos régions et il y a sans cesse de nouveaux lieux et sentiers à parcourir !

En mars, l'abbaye de Villelongue, les fours à chaux, le château de Villeneuve...



En avril, le village de Molière, l'abbaye de Rieunette, le monastère de Cantauque, les abbayes de St. Polycarpe et St. Hilaire, le vignoble du Limouxin et ses petits villages...

En mai, les lacs de St. Denis, des Cammazes, de la Galaube et de Laprade, la chapelle St. Ferréol, les abbayes de St. Benoît et Ste. Scolastique...

En juin, les monts de Lacaune et le Sidobre, des paysages à couper le souffle...

Tout cela au pas tranquille de nos chevaux qui permet d'admirer les paysages, de prendre des photos, de s'arrêter pour visiter un site ce qui n'empêche pas de piquer un galop sur un chemin herbeux pour goûter au plaisir de la vitesse !

Le voyage à cheval, que du bonheur ! surtout quand il ne pleut pas !



## Les Aînés Cuxacois

Chers Cuxacoises et Cuxacois,

Depuis quinze années que vous m'avez accordé votre confiance, je n'ai eu pour seule ambition, pour seul engagement que : Votre satisfaction !!

Votre enthousiasme, votre gentillesse m'ont toujours aidé à surmonter les difficultés, les obstacles financiers ou administratifs.

Le développement de l'Amicale, la réussite de nos projets dans la limite légale et autorisée ont toujours guidé ma conduite décisionnelle, parfois contestée mais toujours approuvée en Conseil d'Administration.

Il est certain que notre liberté de pensée nous pousse souvent à croire que nous avons raison, que nous détenons la vérité sur nos affirmations, ce qui génère parfois des débats et discussions stériles.

Aujourd'hui, la réalité est tout autre.

La Réglementation, cette incontournable maîtresse, cette dévoreuse d'initiatives, décime progressivement mais inexorablement l'esprit de Liberté car, avant toute initiative, avant toute décision, la question est la suivante : est-ce autorisé par la Loi ?

Les lotos, les repas, les voyages, les croisières sont soumis pour chacun à une réglementation spécifique, assez souple pour les lotos, assez contraignante pour les repas et de plus en plus rigoureuse pour les voyages et les croisières.

L'Amicale des Aînés Cuxacois a toujours respecté les contraintes de ces réglementations.

Alors, me direz-vous, pourquoi nous écrire ?

Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2018, toutes les associations qui organisent des services touristiques (croisières ou voyages voire sorties d'une journée) doivent appliquer la loi 888/2009 du 22/07/09 concernant le développement et la modernisation des services touristiques et plus précisément les articles L 211/8 et R 211/8.

En clair, une association ne peut plus organiser voyages ou croisières si elle ne dispose pas d'un « agrément tourisme » prévu par la Loi. Pour continuer à être libre, à pouvoir vous satisfaire, à respecter vos goûts, vos désirs, votre bien-être, j'avais besoin de cet « agrément tourisme ». En France, une fédération, « Générations Mouvement » qui regroupe 9000 associations d'Aînés et 650000 adhérents, possède cet agrément.

J'ai donc, afin de protéger et l'Amicale et son Président d'éventuelles poursuites pénales pour non-respect de la Loi, adhéré à cette fédération.

Je vous demanderai le 30 juin 2019, lors de notre Assemblée Générale, de confirmer ou de refuser cette adhésion.

Pour l'année 2019, elle est réalisée; pour les années à venir, c'est vous qui déciderez. Au cours de notre AG, je vous expliquerai dans le détail les avantages et les inconvénients (très mineurs) de cette adhésion.

Le débat est déjà ouvert avec le CA et vous pouvez m'écrire, me poser vos questions : je vous répondrai avec la franchise qui me caractérise.

Je vous adresse mes chaleureuses amitiés.

Henri REVEL

Président de l'Amicale des Aînés Cuxacois

## Animation Laprade Basse

Les membres de l'animation LAPRADE BASSE vous invitent le samedi 20 juillet 2019 à venir au hameau de Laprade Basse pour la 27<sup>e</sup> édition de la fête de la pêche...

Concours de pêche adulte le matin et enfants l'après-midi.



Animations : vide grenier toute la journée, jeux d'enfants gratuits, concours de pétanque, démonstration de country, marche autour du lac etc.

Messe dans l'Église à partir de 11h et dépôt de gerbe.

Moules frites à midi et aligot géant le soir.

Buvette et sa sangria blanche pour accompagner les gambas grillées.

Animation musicale la journée et pendant le repas du soir, soirée dansante.

Toute l'équipe vous accompagnera d'une bonne dose de bonne humeur et convivialité.



## École Raymond Courrière



Le 7 mai les traditionnelles Petites Foulées ont engendré beaucoup d'animation sur le village. En effet, 794 enfants issus de 36 classes venues de 13 écoles ont participé aux 5 courses

prévues en remplissant leur contrat de temps. Profitant du beau temps, certains sont restés pique-niquer et ont passé l'après-midi au pré avec différents jeux et activités.

Les écoliers ont présenté leurs spectacles de fin d'année le 18 juin à Caudebronde pour les maternelles, CP, CE1 et le 25 juin à Cuxac pour les CE2 - CM (théâtre).

**Classe maternelle et CE1**

Le jeudi 23 mai au matin, nous sommes allés à la ferme des Moussels sur la commune des Martys.

Nous avons rencontré Nicolas



Lassalle qui est le fermier. Il élève des vaches de la race Gasconne, des taureaux et des veaux. Il a 240 mères, 12 taureaux et 200 naissances par an. Il travaille avec Camille son fils, un employé et aussi la compagne de son fils Cécile. Ils vendent directement leur production à la ferme.

Un taureau s'appelle Hocco, il a gagné un concours au salon de l'agriculture à Paris, il pèse 1 tonne 340 kg. Il avait un anneau dans le nez qui sert pour le tenir. Il était impressionnant.

Nicolas Lassalle a gagné beaucoup de concours.



On a vu les tracteurs, on est monté dedans, mais aussi les machines pour couper l'herbe et faire les bottes de foin.

Dans un pré, on a vu un troupeau de vaches, chacune avait une cloche.

Au mois de juin, Nicolas amène ses vaches dans les Pyrénées et les ramène à la ferme en octobre.

*Classe CE2-CM1*

### Animation du COVALDEM

Le 9 mai, le COVALDEM 11 est venu faire une animation sur le recyclage et le dentifrice. Nous avons fait du dentifrice naturel:

#### Recette du dentifrice maison

- 200 ml d'argile
- ¼ de cuillère à café de sel de mer
- 3 gouttes de glycérine
- 70 ml de tisane
- 4 gouttes d'huiles essentielles de menthe

*Iona, Cloé, Tamara, Victor, Camélia, Clara*

#### La classe découverte

Du 26 au 29 mars, nous sommes partis en classe découverte à Ribambelle.



Nous avons été accueillis par Myriam, Tom et Sophie. Nous avons visité le camp, ensuite nous nous sommes installés et nous avons fait les lits.

Les activités ont été trois fois le théâtre, l'escalade, la course d'orientation et le village indien. Le soir, nous avons fait une boum et des veillées.

*Chloé, Jeanne, Mathis, Manon, Nolah, Titouan*

#### Le petit tour de l'Aude

Le 13 mai 2019, nous sommes partis au collège apporter une pièce du puzzle l'Aude.

Nous sommes passés par des petits chemins.



Cette randonnée a été organisée par l'USEP.

*Timothé, Myrtille, Gaëtan, Gabriel, Thibault, Kaylann, Antonio*

*Classe CM1-CM2*

#### Sport et santé

Vendredi 10 mai, des intervenants sont venus pour nous présenter les bienfaits du sport.

Ils ont commencé par nous expliquer ce qu'était le sport, puis nous avons eu des cartes: nous devons tout



simplement la montrer et dire à quelle catégorie elle appartenait.

Après, nous avons fait un jungle speed version sport: c'est un jeu de rapidité sur les activités physiques.

#### 2ème séance

Le lundi 13 mai les intervenants de l'USEP sont revenus à l'école de Cuxac-Cabardès.

Pour notre 2ème séance nous avons fait des échauffements. Nous avons vu une vidéo de « C'est pas sorcier » sur le cœur humain.

Ensuite nous avons joué au jeu de l'oie.

Puis ils nous ont donné des podomètres et des fiches pour réaliser la semaine challenge: compter le nombre de pas que nous faisons en une semaine.

#### 3ème séance

Le jeudi 23 mai l'association USEP est revenue à l'école. Nous avons commencé par calculer le nombre de pas total de notre semaine challenge: en moyenne nous avons réalisé entre 71 000 et 200 000 pas!

Puis nous avons fait un jeu qui s'appelle la balle explosive: il faut se faire passer une balle et répondre à des questions.

Nous avons apprécié ces activités car nous comprenons l'importance et l'influence que le sport avait sur notre santé.

#### Covaldem11

Le jeudi 9 mai un intervenant est venu à l'école de Cuxac pour nous expliquer ce qu'est le Covaldem11 (collecter, valoriser, déchets, ménagers). Le Covaldem est une entreprise qui recycle les déchets.

Il nous a présenté les poubelles grises, jaunes, blanches...

Nous avons fait un jeu de rôle: il fallait sauver notre village.

À la fin nous avons répondu à un questionnaire pour qu'il sache si on avait aimé cette intervention.

Le recyclage est important pour sauvegarder notre planète. Nous avons bien aimé cette activité car nous avons compris qu'il ne fallait pas polluer et qu'il fallait trier les déchets.



## U.S. Montagne Noire

N° d'affiliation FFF 581261  
SIRET 812 353 944 00018

**Siège Social:** Foyer Rémi Resplandy  
1 rue Le Païchérou  
11390 CUXAC-CABARDÈS

**Correspondance:** Florence CLEBON

2 route de Montolieu - 11310 SAINT-DENIS

**Mail:** 581261@languedocroussillonfoot.fr

**Web:** <http://usmn.footeo.com>

#### Le bilan sportif

La saison sportive 2018/2019 vient de se terminer.

Au niveau des jeunes nous avons constitué 2 équipes U6/U7, 1 équipe U8/U9, 1 équipe U10/U11 et 1 équipe U12/U13.

Au niveau des féminines, un bon groupe est constitué avec une bonne ambiance, cette équipe a fait d'énormes progrès et termine 1<sup>ère</sup> de sa poule.



Félicitations à l'ensemble des joueuses et aux entraîneurs pour leur travail.

#### Au niveau des équipes séniors:

La réserve pour sa première année en D3 se classe à la 5<sup>ème</sup> place

L'équipe 1, saison un peu compliquée en D1, malgré des bons matchs termine avant dernière et descend en D2

Nous tenons à remercier l'ensemble des dirigeants, éducateurs et entraîneurs pour leur travail, leur dévouement et leur disponibilité. Sans ces bénévoles qui donnent de leur temps le club ne pourrait pas exister.

Nous n'oublions pas les municipalités, la Communauté de Communes et le Conseil Départemental pour leur soutien matériel et financier.

#### Les manifestations

L'assemblée générale aura lieu le samedi 15 juin à 17 h 00 au Foyer de Cuxac-Cabardès

La fête du foot avec le tournoi en sixte Rémi Resplandy aura lieu le samedi 22 juin au pré à côté de la piscine à Cuxac-Cabardès avec grillades à midi (inscription sur place jusqu'à 10 h 00).

## Le labo musical

Une belle année de musique!

« La musique est une fête à partager »

C'est avec beaucoup de bonheur que nous terminons cette première année d'ateliers musicaux, en effet depuis le mois de septembre 2018, nous nous réunissons tous les mercredis autour d'une activité collective, ludique et ainsi mettre à l'honneur des notions telles que le partage, l'harmonie et le faire ensemble.

#### 3 groupes de musiciens se sont constitués:

- 11 enfants de 3/5 ans pour le groupe d'éveil musical



- 11 enfants de 6/10 ans pour le groupe de sensibilisation à la pratique musicale par le chant et le rythme



- 16 adultes pour le groupe de chant choral et pratique rythmique



Le talent de nos jeunes apprentis musiciens étant sans conteste, nous avons assuré plusieurs concerts au cours de cette année (spectacle de Noël / concert en fin d'année) et notre chorale adulte a eu le privilège d'être invitée à chanter dans des villages voisins.

#### Quelle fierté pour notre jeune association!

Aussi l'année prochaine, nous reprendrons les activités de la même manière.

Pour information, les ateliers ont lieu le mercredi à la salle des aînés (au foyer place de la mairie) de 10h à 11h pour les 3/5 ans, de 11h à 12h pour les 6/10 ans et de 19h à 20h pour les adultes.

Alors si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à venir nous voir ou prendre contact.

Boudes Nicolas - 06 95 85 69 96

[lelabomusical@gmail.com](mailto:lelabomusical@gmail.com)

[www.facebook.com/lelabomusical/](http://www.facebook.com/lelabomusical/)

## Les 31<sup>e</sup> Foulées en Montagne Noire

dimanche 18 août 2019

Les anniversaires s'enchaînent aux Foulées en Montagne Noire! Après la trentième des foulées en 2018, nous célébrerons cette année le trente-cinquième anniversaire de la course Charcutière qui devient ainsi la plus ancienne course sur route de l'Aude.

Au cours des 3 décennies, elle a subi plusieurs transformations. D'abord composées de 3 tours de village, son parcours a évolué pour prendre depuis l'an passé de la hauteur en sortant du bourg et en allant explorer la commune. Elle « grimpe » toujours, mais Cuxac est en Montagne Noire; qui dit montagne, dit grimpette. Cela ne rebute ni les coureurs, ni les marcheurs amoureux de beaux paysages et de convivialité!

Son parcours de cette année sera identique à celui de l'an passé. Les grosses dégradations causées par les inondations du mois d'octobre ont été réparées. Comme l'an passé également, la marche nordique suivra le même tracé.

Elle se nomme charcutière car par le passé, les récompenses étaient fournies par les deux charcutiers du village, la boucherie charcuterie de « BAUX d'en haut » et la boucherie charcuterie de « BAUX d'en bas ». Retour aux sources pour la trente-cinquième édition? C'est le secret de René et Mireille, chargés de la remise des récompenses.

Quand fêterons-nous cet heureux évènement? **Le dimanche 18 août!** Retenez bien cette date, toute la population, touristes, amis... Vous êtes tous invités à participer ou à encourager les concurrents, ce qui est nettement plus facile mais très important pour les athlètes.

Au programme de cette journée:

8h00 Marche Touristique de 14 km au départ de Lacombe et arrivée à Cuxac-Cabardès



9h00 Course à pied et Run & Bike de 22 km de Saissac à Cuxac-Cabardès

12h00 Remise des prix

À partir de 16h00 Athlé Kids – animation festive et gratuite pour les enfants

16h30 Courses enfants de 2 km pour les benjamins/minimes



17h00 Marche Nordique de 10 km d'une boucle autour de Cuxac-Cabardès

17h45 35<sup>e</sup> course Charcutière de 10 km d'une boucle autour de Cuxac-Cabardès en individuel ou en équipe de 3 relayeurs. Course festive où tout coureur déguisé sera récompensé.

Les tout-petits ne sont pas oubliés avec une animation prévue pour eux, une initiation à l'athlétisme, organisé par l'ASC Athlé de Carcassonne et animée par les moniteurs Nadine et René.

Autre nouveauté et pas des moindres, le bureau de notre association « Animations et Loisirs en Montagne Noire » a été renouvelé en décembre 2018 lors de l'assemblée générale. Comme prévu Petra, jeune grand-mère d'une petite Charlotte, a laissé la présidence et c'est Sylvain VAN DER WAL, bien connu des Cuxacois qui a pris le relais. Il est le fils de Bea, la guide émérite de Los Camins de l'Aigo. Nul doute que les deux associations concocteront de belles courses et randonnées dans le futur. Nous félicitons Sylvain pour son implication et son dynamisme qui ainsi, assurent la continuité de la journée sportive des fêtes de Cuxac. Il sera bien sûr épaulé par Petra tout au long de l'année, elle devient vice-présidente. Les deux piliers fondateurs restent en place, Christian en tant que vice-président et Patrick comme trésorier en lieu et place de Jo et Alain qui ont décidé de « faire valoir leurs droits à la retraite ». Michèle AMEN est devenue vice-trésorière et Marie Jo DAUBERCY conserve son poste de secrétaire.

Et puis tous les fidèles bénévoles, jeunes, moins jeunes ou plus jeunes du tout, mais tous motivés, seront à leur poste cette année encore en espérant que la présidence de Sylvain entraînera de nouveaux bénévoles dans son sillage, en créant une nouvelle dynamique aux foulées.



Vous pouvez retrouver toutes les informations sur notre site [foulesmontagnenoire.wix.com/foulesmontagnenoire](http://foulesmontagnenoire.wix.com/foulesmontagnenoire). Sur Facebook grâce à Petra, JR et Sylvain qui alimentent régulièrement la page en informations diverses. Saluons encore une fois le travail de JR qui concocte des brochures et gère le site de l'association.

Le traditionnel repas sous les frondaisons sera confectionné cette année encore par le traiteur « Les mange tout ». Tout le monde peut y participer dans la limite des places disponibles., inscriptions le jour même.

Il ne nous reste plus qu'à commander le soleil pour le dimanche 18 août et des températures clémentes!

À très bientôt.

La joyeuse équipe des Foulées en Montagne Noire.

## Foyer de vie

ÉTABLISSEMENT PUBLIC PERSONNALISÉ

Plateau de Cazelles - BP 5

11390 CUXAC-CABARDÈS

Tél. 04 68 26 62 45 - Fax 04 68 26 60 65

### Projet de création de deux nouveaux services

Afin de diversifier nos prestations et de personnaliser l'accompagnement des Résidents en situation de handicap psychique et mental, le Foyer de Vie et la mairie ont déposé un projet de service d'accueil de jour et un service d'accueil familial auprès du département.

Un terrain mitoyen de la future maison de santé sera mis à disposition par la commune pour construire les nouveaux locaux.

Le Conseil Départemental doit valider ces deux services avant la fin de l'année 2019.

Le Directeur, L. MAUBISSON

### Quelques nouvelles du foyer de vie

Certains résidents sont partis pour les fêtes de fin d'année, soit chez eux, soit pour un séjour avec un organisme de vacances adaptées. D'autres ont pu profiter des ballades à la Magie de Noël à Carcassonne, des séances de cinéma (le gendre idéal, Mary Poppins et Astérix), d'un spectacle de ventriloque, d'une sortie à la messe de Noël à Saissac, d'une sortie au bowling et de repas

au restaurant: au bistrot d'Augustin à Carcassonne, et au club 620 à Fontiers. Quand tous les résidents sont rentrés de vacances, nous avons profité d'une après-midi karaoké avec Martine et Hervé. Tous s'en sont donnés à cœur joie pour interpréter des chansons belles et entraînantes. Nous avons fêté L'Épiphanie et dégusté la galette des rois offerte par les pharmaciens de Cuxac-Cabardès. Les fêtes étaient jolies.

En février un groupe a profité d'un séjour raquettes, à Comus. Le premier jour, nous avons eu beaucoup de neige sur la route. Nous avons fait des balades sous et sur la neige. Un autre groupe est parti à Comus pour pratiquer le ski alpin à Bonascre. Nous avons gardé un très bon souvenir de nos glissades mais aussi de nos chutes.

Comme tous les ans, l'atelier jardinage démarre les semis en février. Les semis de tomate Saint-Pierre, de tomate cerise, de salade, de persil, de basilic, de chou cabus et de fleurs: œillet d'inde, cosmos, zinnias, sont installés à la lumière et à la chaleur du forum. Il ne faut pas oublier de les arroser. Dans le potager et à la serre, nous avons planté de l'ail, des oignons, des échalotes et des fèves. Si le printemps est beau nos plantations et nos semis seront réussis pour la fête de l'été. Depuis le mois d'avril, nous commençons à manger les légumes et les herbes aromatiques que nous produisons. Quelle saveur!!!

Le lundi, lors de l'atelier couture, et sur notre temps libre au forum, nous réalisons des petits bonnets, avec Michèle. Cette année nous avons tricoté 120 bonnets. Nous les avons envoyés par la poste.

Petit bonnet, bonne action

Mets Ton Bonnet c'est une grande chaîne de bonnes actions



Depuis 13 ans déjà, quand l'hiver pointe le bout de son nez, l'association les petits bonnets, demande à tous les gens sympas, de tricoter des petits bonnets en laine et de les envoyer avant le 16 novembre. Ils récoltent tous vos bonnets puis, en janvier, ils les mettent sur des petites bouteilles de smoothies pour qu'elles n'attrapent pas froid. Et surtout, pour chaque bouteille avec un bonnet acheté, 0,20 € est reversé aux petits frères des Pauvres qui viennent en aide aux personnes âgées isolées.

Tous les 15 jours, le vendredi après-midi, un groupe participe au sport adapté, à Capendu. On y retrouve d'autres personnes et une animatrice sportive, elle s'appelle Laurie. Nous participons à plusieurs activités sportives: le badminton, le football, le basket-ball, le flag rugby, la natation, et le hand-ball. Ces après-midi sont intenses, cela nous demande beaucoup d'énergie.

Nous avons été invités à une après-midi sport adapté par les élèves de la Rouatière, à Souilhanel. Nous avons partagé le sport avec plusieurs centres des alentours. À la fin de la journée nous avons eu les diplômes, puis nous sommes rentrés au foyer. Nous sommes même passés dans le journal « la Dépêche », avec la photo d'un résident du Foyer de Vie de Cuxac au premier plan.

Le Foyer de Vie accueille régulièrement des résidents

qui sont dans un autre foyer de vie, en famille ou en ESAT (Etablissement et Service d'Aide par le Travail). Le but de ces stages est de leur faire découvrir la vie au foyer de vie. Ils viennent d'abord une journée, puis 3 jours et enfin une semaine. Il arrive aussi qu'un résident de Cuxac parte dans un autre foyer, et qu'un résident de cet autre foyer vienne à Cuxac sur une période de stage. Nous avons profité de la venue d'H. et G. pour les interroger sur le travail en ESAT: A l'Envol à Limoux, ils sont 44 travailleurs, ils font le lavage de poubelle, lavage de véhicule, espace vert, pliage de document, pliage de plateaux-repas, nettoyage des bouteilles, des bocaux et blanchisserie... À Pennautier, ils sont presque 100 travailleurs. Elles sont d'accord pour dire « C'est dur de travailler », le rythme du foyer de vie est plus tranquille.

Au foyer de Cuxac-Cabardès, nous avons reçu des invitations des foyers de Cuxac-d'Aude, de la Planésie, et de Braconnac pour aller fêter carnaval avec eux. Trois groupes de sept résidents ont été créés pour se rendre à ces carnivals. 5 résidents sont allés au carnaval de Limoux. Nous avons organisé une fête de Carnaval au Foyer de La Roque.

Nous avons dansé avec les personnes de plusieurs foyers invités, ensuite nous avons partagé un goûter. Il y avait des crêpes que nous avons préparées la veille, ainsi que des tartes aux pommes préparées par les cuisiniers.

Régulièrement, nous allons voir les spectacles de l'Eau Vive. Nous sommes allés à Brousse, le mardi 16 avril, « si on sème le paradis, c'est ici. » par la compagnie Mungo. Il s'agissait d'une conférence écologiste et décalée, à partir du mouvement des Incroyables Comestibles. C'était plein d'humour. La personne qui présentait était très dynamique. Elle nous a expliqué qu'il faut consommer moins d'eau et préserver la planète. Nous allons également à Carcassonne voir des expositions, comme celle de Miro Pidret à la chapelle des dominicaines ou « samourai; art et symbolisme du Japon » au musée des beaux-arts de Carcassonne.

Avec notre éducatrice Marie Chantal, nous nous entraînons à chanter. Puis nous allons dans les maisons de retraite faire une représentation. Nous sommes allés à Couiza, à la maison de retraite Léna à Carcassonne. Chaque année, nous allons à Belpech. Ces animations sont aussi l'occasion de revoir des anciens résidents du foyer de vie.

Durant les jours fériés du mois de mai, nous avons organisé un loto pour les résidents du foyer, moment très convivial où chacun est resté très concentré.

#### Ce n'est qu'un au-revoir

Ces derniers mois ont été marqués par le départ de plusieurs membres du personnel. Patricia qui travaillait au Foyer de Vie depuis 1988, d'abord en tant que lingère puis elle veillait sur notre sommeil. Philippe avait débuté en 1992. Il faisait partie de l'équipe éducative. Carole était dame de service depuis l'ouverture du foyer en 1988. Ces



trois personnalités étaient des piliers de l'établissement. Marie était infirmière au foyer depuis 3 ans, nous avons apprécié son énergie. Nous leur souhaitons une longue et heureuse retraite. Marion n'était là que depuis 2 ans mais nous nous étions attachés à cette jeune éducatrice. Elle est allée vivre à Toulouse, nous lui souhaitons bon vent. Nous avons fêté ces départs, autour d'un bon goûter. Nous leur avons offert des créations pour les remercier de s'être occupé de nous durant toutes ces années, d'avoir su être à l'écoute et rassurant pour nous. Leur départ a été gai, malgré le fait qu'ils vont nous manquer!!

Cette année de nombreux travaux sont effectués dans le foyer. Au niveau du poulailler les murs vont être changés et les peintures refaites. Nous pourrions bientôt accueillir des poules et des lapins. Sur la bergerie, les travaux sont terminés, elle va être plus grande, les brebis auront plus d'espace pour se déplacer et dormir. Un chalet va être prévu et sera placé à côté de la serre. La dalle est coulée et nous attendons l'arrivée de la structure. Ce chalet permettra de stocker du matériel qui encombre les ateliers (stockage des réalisations faites en cours d'année). Sur l'extérieur, il y aura une terrasse équipée de tables pour faire d'éventuels pique-niques ou barbecues. Nous attendons avec impatience que ces constructions soient terminées pour en profiter.

Le 24 mai 2019

Les résidents de l'atelier Journal

## Les MMN'S

### Les Motards de la Montagne Noire

L'association « Les Motards de la Montagne Noire » vous donne Rendez-vous pour son vide grenier.

Il se déroulera, comme chaque année, sur l'Allée des platanes, le long de la rivière, le **dimanche 14 juillet 2019**.

Accueil des participants à partir de 6 heures jusqu'à 18 heures

Brioche et café offerts aux inscrits.

Buvette avec possibilité de restauration sur place

Prix de l'emplacement : 8 euros les 5 mètres.

**Réservation** auprès de **Géraldine: 06 70 93 29 72** ou **Max: 06 84 17 13 23**

**ou bien par mail : echec.et.mat@hotmail.fr**

En souhaitant vous voir nombreux sous le soleil de la Montagne Noire.



Le centre équestre La Goutarende accueille tous ceux, petits (dès 4 ans) et grands, qui souhaitent mettre le pied à l'étrier, et ainsi partager le plaisir de l'équitation dans le cadre exceptionnel de la Montagne Noire. Valérie et Olivier Cérandon, les 2 moniteurs encadrent les cavaliers et animent les différentes activités équestres.

Pour les vacances d'été, le centre équestre propose diverses activités qui pourront satisfaire petits et grands, cavaliers débutants comme confirmés. Des balades et

randonnées à cheval permettront aux novices comme aux initiés de découvrir les magnifiques sentiers de la Montagne noire. Le centre équestre propose également pour tous des stages d'équitation à l'heure, à la journée ou à la semaine en demi-pension ou pension complète avec nuitées. Ces stages s'adressent à tous les cavaliers, qu'ils soient débutants ou confirmés, dès l'âge de 8 ans. 2 à 3 heures d'activités équestres sont organisées chaque jour. Activités proposées: dressage, saut d'obstacles, cross, balade, horse ball, pony games. Les stagiaires ont la possibilité de passer les galops le dernier jour. Possibilité pour les adultes d'intégrer une reprise pendant ces stages.

Le centre équestre de La Goutarende accueille depuis de nombreuses années la section sportive équitation du collège Antoine Courrière de Cuxac-Cabardès. Les élèves y bénéficient d'un aménagement du temps scolaire qui leur permet de conjuguer la pratique intensive de l'équitation et la réussite scolaire.

Les cavaliers de La Goutarende peuvent participer à des Concours de Saut d'Obstacles Clubs ou Amateurs organisés dans la région Occitanie. Le centre équestre compte cette année quatre champions départementaux 2019 parmi lesquels deux sont des cavaliers de la section sportive équitation :



En Poney 2: Neima Drobnik avec Quiero.

En Club 2: Mathis Cérandon avec Quiero. Chloé Cousinié est 3ème avec Star.

En Poney 1: Erine Jeanteau avec Cannelle. Lou Griffe est 2ème.

En Club 1: Erine Jeanteau avec Cannelle. Chloé Cousinié est 3ème avec Star.

En Club 3, Alyssa Vernadal grimpe sur la 3ème marche du podium avec Valco.

Cette année, le club s'est rendu à Rodez pour participer à l'Occitanie Tour des Clubs (OTC) et aux championnats régionaux. 3 de nos cavaliers ont été sacrés champions régionaux et ont remporté l'OTC:

Lou Griffe est gagnante du championnat régional et gagnante de l'OTC poney 1 avec Cannelle

Erine Jeanteau est gagnante du championnat régional et gagnante de l'OTC club 1 avec Cannelle

Capucine Parayre est gagnante du championnat régional et gagnante de l'OTC club 3 avec Bianca

Pauline Koniesky est 6ème de l'OTC club 1 avec Bianca

Caroline Ballestrin est vice-championne régionale et 3ème de l'OTC club élite avec Delight

Aude Chevance est 4ème du championnat régional et 2ème de l'OTC club élite avec Crocus

Alyssa Vernadal termine 4ème du championnat régional poney 3

Ces bons résultats font que le club fini 2ème meilleur club de l'Occitanie sur 57 clubs participant aux championnats et 1er meilleur club en nombre de points sur la compétition équestre!

Toutes les infos sur [www.goutarende.com](http://www.goutarende.com),

au 04 68 26 66 49

ou par e-mail : [goutarende-village@orange.fr](mailto:goutarende-village@orange.fr)

## Société de pêche VALDURE

L'ouverture de la pêche a été médiocre en raison des conditions climatiques et aux récentes inondations qui ont déformé le cours de la Dure.

Sur le lac de Laprade, les prises ont été très moyennes ceci étant dû à la température de l'eau causant un choc thermique pour les poissons qui ne mordent pas.

Le ponton de pêche pour les personnes à mobilité réduite est terminé. La société CSTP de Pradelles Cabardès procède actuellement à la réalisation du chemin d'accès.

Ce ponton va permettre également de reprendre l'activité « Atelier Pêche Nature » pour les enfants.



# Le Comité des Fêtes vous présente le programme des festivités 2019

**Pour cette nouvelle année, la fête de Cazelles se déroulera le samedi 6 juillet.**

Comme chaque année cette journée commencera par la messe, le marché aux fleurs et la traditionnelle partie de pétanque en doublette.

En soirée, une ambiance festive vous sera proposée avec notre célèbre **DJ Seb**. Le repas assis fait son retour pour passer une soirée sous le signe de la bonne humeur et des bonnes victuailles. Nous vous proposerons un menu simple mais délicieux composé de **salade, magrets / frites et glaces**.

Vous pourrez réserver jusqu'au 5 juillet au 0637 743 446 au 0623 958 139 ou au 0648 484 014, pensez à bien dire le nom de famille et le nombre de personne.

Le traditionnel tour de table pour les habitants de Cazelles est prévu le samedi 29 juin.



**Pour la fête de Cuxac, celle-ci se déroulera du mercredi 14 au dimanche 18 août.**

Le tournoi de foot sur invitation ouvrira les festivités dès l'après-midi.

Pour le soir, la célèbre **soirée tapas bodega** aura lieu sur la place.

Le jeudi 15 août, le Comité des Fêtes et la municipalité vous proposeront le **grand feu d'artifice** afin d'émerveiller petits et grands. La soirée se poursuivra avec le grand **orchestre ABBYSS** qui animera cette belle soirée. Durant la journée, se déroulera le concours en tripléte où les passionnés de pétanque s'affronteront.

Le vendredi, petite innovation nous vous proposerons une soirée « **moules frites** », une animation surprise durant le repas et une soirée orchestrée par les **frères RAYS** qui feront danser toute les générations. Les animations enfants se dérouleront ce jour-là. Le « ventrigrisse » sera de sortie et d'autres animations sont à prévoir...

Vous pourrez, comme pour la fête de Cazelles, réserver votre repas au 0637 743 446 au 0623 958 139 ou au 0648 484 014, pensez à bien dire le nom de famille et le nombre de personnes. Pour un souci d'organisation, pensez à vous inscrire avant le 13 août.

Le samedi, le fameux rendez-vous « **autour du barbecue** » où les commerçants des alentours vous proposeront leurs mets les plus fins. Nous nous ferons une joie de vous les cuire et d'ajouter de la bonne humeur à votre repas. La soirée se poursuivra avec le célèbre **DJ fou** qui vous fera passer une soirée de folie. Durant la journée, se déroulera le concours en doublette où les vaincus du jeudi pourront tenter de faire mieux.

Les célèbres **Foulées de la Montagne Noire** se dérouleront le dimanche 18 août. Venez nombreux vous essayer sur les différents parcours proposés.



Le président Maxime Roger et toute son équipe espèrent vous voir nombreux venir faire la fête à leurs côtés.