

L'AVENIR ENSEMBLE!

à Lavernose-Lacasse

Lavernose-Lacasse, lauréate du concours
« Mon beau village »



N°29 Décembre
2022

SOMMAIRE

03

MAIRIE

- 03 Mot du maire
- 04 Budget
- 06 Aménagement urbain
- 14 Affaires culturelles
- 18 L'Escale

22

VIE ASSOCIATIVE

- 22 Foyer Rural
- 24 Les Gens d'ici

30

ÉCHOS DU VILLAGE

LE MOT DU MAIRE



Cette fin d'année 2022 s'inscrit dans un contexte national difficile.

Tous les prix des matières premières et de l'énergie sont venus alourdir notre budget. Cela va s'amplifier encore en 2023 avec l'augmentation exponentielle des prix de l'énergie. Tout ceci va impacter les investissements à venir et nous obliger à repousser certains projets.

Ce deuxième semestre 2022 a vu la vie associative reprendre son cours normal. Beaucoup de nos concitoyens jeunes et moins jeunes participent à toutes ces activités que vous allez découvrir dans ce journal.

La commune a reçu le 1^{er} prix du concours de la Dépêche du Midi « Mon beau village » dans la catégorie jeunesse. Ceci est la récompense de l'engagement des élus, des associations, des bénévoles issue d'une politique conviviale et créative soutenue et que nous avons délibérément choisie.

Les travaux continuent avec la construction d'un bâtiment pour l'école maternelle.

Dans le prolongement de l'aménagement de la nouvelle place, la restauration du chemin de Bergès est prévue en trois tranches. Les services municipaux poursuivent la création de piétons, l'aménagement de divers locaux et l'embellissement de notre commune.

Le PLU vient d'être arrêté par le Conseil Municipal après avoir été présenté aux habitants. Une enquête publique aura lieu début 2023. Il sera ensuite définitivement adopté pour les dix prochaines années.

L'année s'achève sur différentes festivités et avec le conseil municipal je vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année et surtout une bonne santé.

Cordialement

Directeur de publication : Alain Delsol
Rédaction : Chantal Bonnemaïson, Pascale Bascans, Chrystèle Sentenac
Conception : Karine Zarader
Impression : Cazaux Imprimerie Conseil

Pour plus d'actualités et d'informations pratiques, rendez-vous sur www.lavernose-lacasse.fr

FÉÉRIE DE NOËL

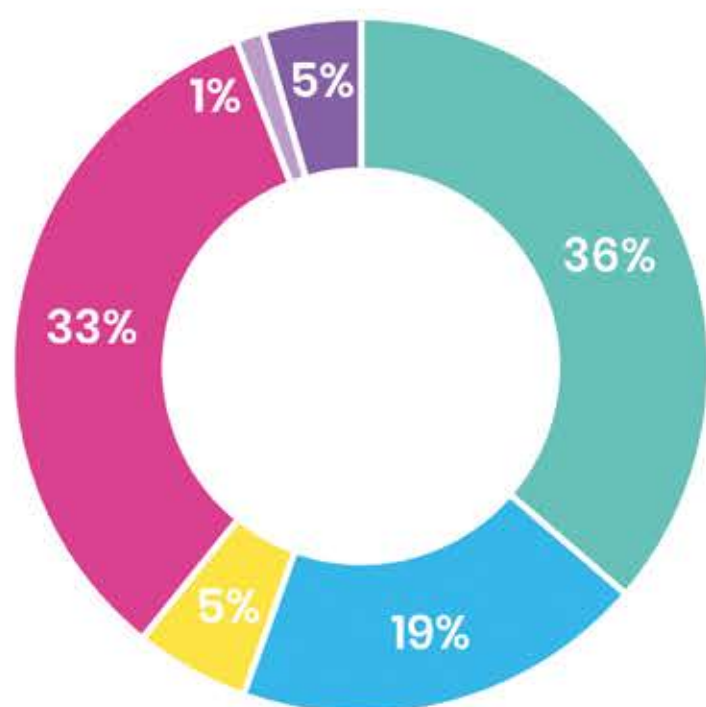
Toutes les forces de notre village se sont regroupées autour du comité des fêtes pour offrir un moment festif les samedi 2 et dimanche 3 décembre à tous les enfants de notre commune



Bilan provisoire BUDGET DE 2022

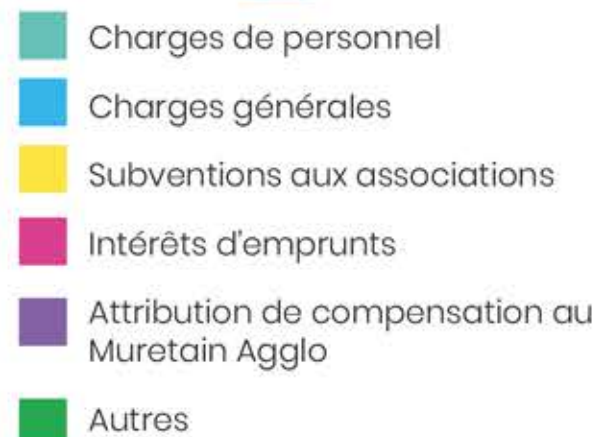
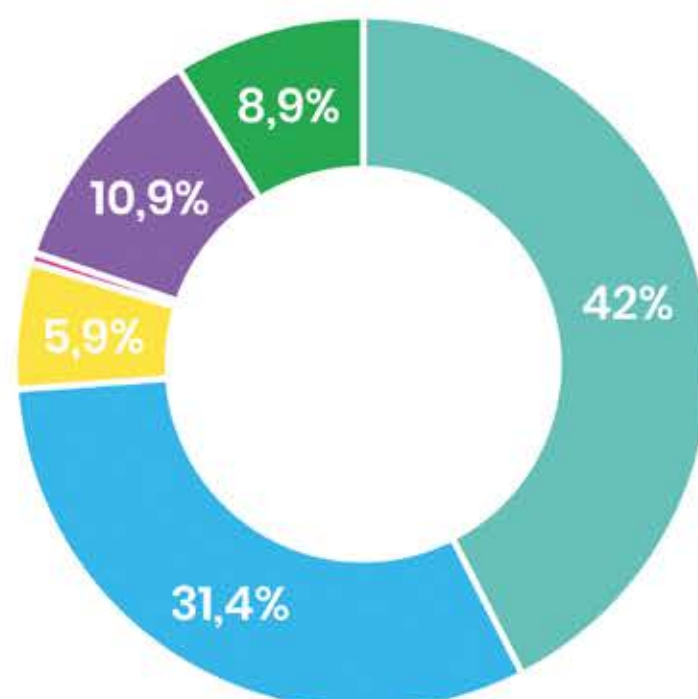
RECETTES DE FONCTIONNEMENT

3 486 555 €



DÉPENSES DE FONCTIONNEMENT

1 832 572 €



RECETTES D'INVESTISSEMENT

1 026 279 €

Dont les principales recettes :

Taxe d'aménagement et FCTVA	215 000 €
Subventions	220 000 €
Emprunt	500 000 €

DÉPENSES D'INVESTISSEMENT

1 716 479 €

Dont les principaux investissements :

Les écoles	432 392 €
Travaux de voirie et aménagement urbain	810 000 €
Capital d'emprunt	142 000 €
Travaux sur bâtiments communaux	177 000 €
Aménagement local et équipement police municipale	10 000 €

Détail des dépenses d'investissements pour les écoles :

Construction d'une salle de classe de maternelle avec dortoir 406 000 €
Rénovation menuiseries 15 000 €
Acquisition de bancs 6 000 €

Détail des dépenses pour les travaux de voirie et aménagement urbain :

Attribution de compensation versée au Muretain Agglo pour les travaux de la sécurisation du carrefour RD49B, RD53 Chemin de Bergès, travaux chemins de Gascogne, du Pacherot et Créboty :
717 000 €
Piétonnier avenue du Bouquier :
30 000 €
Embellissement de la commune :
9 000 €
Finition sécurisation du carrefour RD53/RD49B/Chemin de Bergès :
54 000 €

TOTAL PROVISoire DES RECETTES

4 512 834 €

TOTAL PROVISoire DES DÉPENSES

3 549 051 €

L'AMÉNAGEMENT URBAIN

Des travaux en cours de réalisation

Depuis plusieurs années, l'un des objectifs de notre commune est la sécurisation de nos routes et de nos chemins piétonniers.

Aujourd'hui notre priorité se porte sur le chemin de Bergès. Nous avons commencé les travaux d'aménagement avec une piste piétonne cyclable qui seront terminés en 2024.

Coût de l'opération (y compris la cour des ateliers) : 1,4 million d'euros.

Les agents municipaux poursuivent la construction de nouveaux piétonniers pour sécuriser le cheminement des habitants le long des voies en agglomération. La piste cyclable sur la voie romaine historique avec la passerelle sur la Louge reliant la gare du Fauga à celle de Muret (8,5 km) est terminée entre le Fauga et Saint Hilaire.



Création d'un piétonnier chemin de Gascogne

Cet équipement est réalisé et financé par l'Agglo du Muretain dans le cadre de sa compétence notamment sur les modes de déplacements doux et touristiques pour un coût de 1,6 million d'euros.

Liaison douce Lavernose-Saint-Hilaire



Tous ces travaux correspondent à la volonté politique du conseil municipal sur plusieurs années d'aménager et de sécuriser l'espace public.

Le plan local d'urbanisme

Depuis deux ans le plan local d'urbanisme est en réflexion totale avec l'application des nouvelles lois. Celui-ci conditionnera l'aménagement de notre commune pour les dix prochaines années. Il est soumis aux services de l'Etat pour validation avec une enquête publique qui se déroulera en février-mars 2023. Beaucoup de règles sont imposées : quota de logements sociaux, espaces naturels à conserver, constructions en général, zones économiques et terres agricoles.

Néanmoins le Conseil Municipal avait déjà anticipé ces nouvelles contraintes. Le besoin de services, l'équipement sportif, éducatif, de loisirs, économique, terres agricoles, voirie font partie de notre quotidien.

La police municipale

Depuis le 1er septembre 2022 la commune s'est dotée d'un policier municipal. Il s'agit du Brigadier-Chef Principal Olivier Lafont. Il a notamment travaillé sur Toulouse, Muret et en région parisienne.

La mission qui lui a été confiée est de créer la police municipale, son statut juridique, administratif et opérationnel.

Il est donc directement en lien avec les partenaires institutionnels tels que la gendarmerie, la préfecture et l'officier du ministère public.

Il veille à assurer la tranquillité, la salubrité et lutte contre les troubles à l'ordre public. De même, il intervient sur le code de la route et dans le cadre de flagrant délit.

Son but est de créer une grande proximité avec les usagers tout en faisant respecter les règles du bon vivre ensemble.

Ses horaires varient en fonction des besoins de la commune.

Comme prévu, il a rejoint le poste de police municipale situé au 6 place de la République.

C'est pour cela que nous avons besoin d'une vision à long terme sur l'aménagement de notre territoire. Afin d'utiliser le moins possible de terres agricoles ou naturelles, l'Etat préconise de concentrer un maximum d'habitations à l'intérieur des espaces déjà urbanisés. Avec tous ces éléments nous poursuivons la mise en place du nouveau PLU qui sera opérationnel en 2023.

RAPPEL

Depuis le 1^{er} juillet 2022 vous pouvez déposer vos dossiers d'urbanisme sur la plateforme dématérialisée GNAU. Rendez-vous sur notre site internet, rubrique urbanisme : « démarches dématérialisées ».



Le projet de police municipale pluricommunale reste toujours d'actualité. La commune de Lavernose-Lacasse est en contact avec les différentes communes susceptibles d'être intéressées.

Cette démarche a pour objectif d'améliorer la qualité de vie des administrés de tout le bassin (environ 8 000 habitants) tout en limitant les coûts pour chaque collectivité.

CONTACT

Tél : 06 60 52 42 33.

Mail : policemunicipale@lavernose-lacasse.fr

CHANGEMENT D'HABITUDES ET LA NUIT FUT...



Depuis le 22 septembre dernier, les très rares promeneurs nocturnes ont pu constater que notre village à minuit plongeait dans une douce torpeur.

À l'instar de bien d'autres communes, notre réseau d'éclairage s'est éteint. Sans être pionnière, notre ville est dans le peloton de tête pour cette initiative.

En partenariat avec le SDEHG (syndicat pour l'électricité), la municipalité, soucieuse d'économies substantielles, a dans un premier temps confié au lotissement "Moulin d'en haut" le rôle de quartier test. Devant les nombreux retours encourageants l'ensemble du village fût, par la suite, entièrement concerné. Seules les places centrales (mairie et nouveau carrefour) restent éclairées, endroits stratégiques à bien des égards.

A cela viendra s'ajouter la mise en place d'un programme LED (basse tension) : nos vieilles installations quelque peu surannées seront remplacées par des ampoules basse consommation. Les deux actions combinées verront nos dépenses baisser de 50 %. L'éclairage public représente environ 40 % de

la consommation électrique d'une commune.

Un sondage auprès des villes concernées par une baisse de l'éclairage nuit stipule que 98% n'ont pas constaté de recrudescence quant à l'insécurité publique.

Nonobstant les nombreux bienveillants témoignages de nos concitoyens, les décisions prises nous incitent à penser que notre démarche va dans le bon sens. Bien sûr, certains diront que leurs jardins ne sont plus éclairés ou encore que la promenade de toutou doit être différée d'une demi-heure, certes... mais le côté éminemment écologique vaut bien que ces charmants quadrupèdes décalent leur sortie...

Lutter contre la pollution lumineuse pour préserver la biodiversité et la santé humaine. N'est-ce pas là le plus urgent ?

Nous restons à votre écoute pour en discuter, ainsi que pour régler, avec vous, les demandes concernant notre réseau électrique, inhérentes à votre installation et à votre confort.

LAURÉAT DU CONCOURS MON BEAU VILLAGE

Nous sommes très heureux d'avoir été primés au concours de la Dépêche dans la catégorie jeunesse

En quelques années, le village a vu sa population augmentée d'un tiers, environ 3500 habitants actuellement, de nouvelles familles sont venues à Lavernose-Lacasse attirées par les infrastructures et la dynamique du village.

Un proverbe africain dit « il faut tout un village pour élever un enfant »
Ce proverbe nous rappelle que l'éducation ne se limite pas au foyer domestique mais se fait grâce à plusieurs acteurs et institutions, à travers une pluralité d'expériences, de rencontres et d'environnements.



Depuis longtemps, l'équipe municipale a considéré la jeunesse comme une richesse et une priorité. Grâce aux activités proposées par la médiathèque, l'Escale, les écoles, la petite enfance et les associations une continuité éducative sur tous les temps de vie des enfants est assurée.

EMBELLISSEMENT UNE COMMUNE FLEURIE

Pendant 4 jours, Jean-Pierre Vigneau, artiste plasticien, a créé une sculpture de 3 mètres de haut sur un chêne mort. On peut y voir le blason, une chouette, un écureuil et la croix occitane, à l'entrée du parc du château.



Des cygnes ont été introduits au lac de Lavernose-Lacasse



Notre directeur des Services Techniques et son équipe continuent d'enrichir le village de jolies compositions florales, au gré des saisons.



TRAVAUX RÉALISÉS DURANT L'ANNÉE 2022



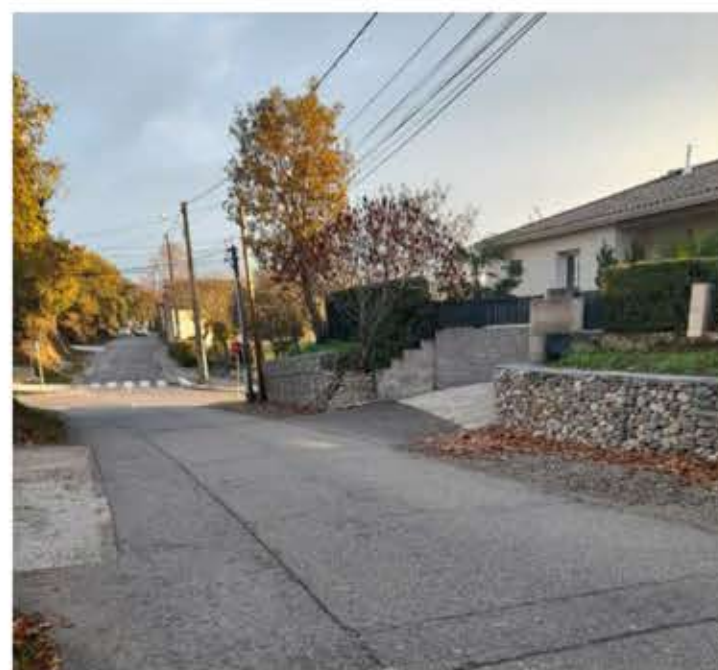
Urbanisation du chemin des Berges, durée du chantier 3 ans



Le début du chemin des Perrils a été élargi pour une circulation optimisée



Continuité du piétonnier avenue du Bouquier, fin du chantier 1er semestre 2023



Le nouveau bâtiment de l'école maternelle est bientôt terminé



Création d'un bureau pour l'élu en charge des associations et agencement des locaux de l'ancienne mairie de Lacasse pour la police municipale



Les employés municipaux ont orné la mairie pour les fêtes de fin d'année.

LA MÉDIATHÈQUE : UNE MULTITUDE DE SPECTACLES...

Une rentrée riche

Marie-Ange et Amandine restent toutes deux disponibles et vous accueillent du mardi au samedi à la médiathèque.

Marie-Ange, responsable de l'établissement, assure le bon fonctionnement de la structure et Amandine la soutient dans les démarches administratives. Le binôme vous accompagne dans le choix de vos lectures et propose des animations pour tous les publics.

Rentrée jazzy

Le 3 septembre dernier, le « Trio Léo & Co » composé de Philippe Léogé, pianiste de jazz et chanteur accompagné de ses deux fils Denis, à la contrebasse et Jordi, à la batterie, ont rendu un bel hommage au poète-chanteur Claude Nougaro. Ce concert offert par la municipalité nous a permis de revivre de beaux succès comme « Toulouse », « Armstrong » ou encore « Cécile ma fille » et bien d'autres... Le service culturel avec l'aide du foyer rural a mis tout en œuvre pour que cet instant reste gravé dans nos têtes en souvenir de l'artiste Claude Nougaro.



Le «Trio Léo & Co»

LAVERNOSE POLARS du SUD

Dans le cadre du Festival international des littératures policières, le vendredi 7 Octobre, l'auteur J.Leroy nous a proposé un échange, vecteur de liberté et d'expression sans frontière de ses littératures policières. Dans notre société à la recherche de nouveaux repères pour la cohésion et le vivre ensemble, il est essentiel de favoriser la rencontre du public et des auteurs. C'est par cet échange que naissent et grandissent les talents et que s'enrichissent les femmes et les hommes qui ont soif d'imaginaire, de découverte et d'altérité.



NANOUA

Le mercredi 14 octobre, les petits et les grands rêveurs ont eu la joie de partager une aventure poétique de proximité « Promenons-nous dans les boîtes » de la compagnie Nanoua.

Une joyeuse enjouée a proposé une promenade dans la forêt de nos imaginaires en compagnie d'objets particuliers, du soulier retiré aux boutons non identifiés en passant par un bocal de mots aventuriers. Cette création souffle sur les murs de la frousse et interroge autant notre relation à l'autre que notre relation à la nature. Ce spectacle a été offert par le conseil départemental de la Haute-Garonne en partenariat avec l'Escale.



Souris 7

Un spectacle tiré des pages du livre «7 histoires de souris» d'Arnold Lobel a été proposé par la compagnie « La petite bohème » le 14 décembre à la salle des fêtes. Nos tout-petits ont eu la joie de découvrir une souris qui vit dans son jardin et au fil des pages vers ses rêves de voyages et ses petites frayeurs.

Fin de l'année

Nous terminons l'année avec la Scénographie de Sara Branger-Luquet du 17 décembre au 28 janvier 2023, sur le thème « Les sorcières », qui sera très certainement repris lors du premier trimestre 2023 où la « PEUR » sera à l'honneur pour la nuit de la lecture.



SARA BRANGER VOUS INVITE À DÉCOUVRIR L'UNIVERS DES
SORCIÈRES !
BALAIS MAGIQUES, POTIONS, COLLECTION DE BALAIS,
BAGUETTES MAGIQUES...

ET-HOP-ATELIER

JEUX POUR TOUS

La rentrée 2022-23 est rythmée les mercredis par des ateliers de jeux tout public, avec Mathieu Cassou de l'association Homo Ludens.

Depuis la rentrée LES ÉCOLES

Nouveau directeur à la maternelle

A la rentrée, François Costa a rejoint l'équipe pédagogique de la maternelle de Lavernose-Lacasse.

Pour lui, c'est une véritable vocation familiale qui l'a conduit à exercer ce métier. Petit, il était en admiration devant sa grand-mère institutrice d'une classe unique dans un petit village. Après ses études scientifiques et environnementales, il réussit le concours de directeur d'école.

Depuis 17 ans, il a exercé ce métier à Martre Tolosane en maternelle avec 4 classes.

Ici, il est entouré de 169 élèves dans 6 classes.



Pour le moment, il poursuit les activités déjà mises en place et il élabore le nouveau projet éducatif.

Ses principaux objectifs sont de fédérer l'équipe, établir des projets en commun en s'appuyant sur les richesses locales, le patrimoine, la nature, sans aller chercher trop loin.

Dégustations pour les élèves de maternelle lors de la semaine du goût

Grâce à la participation active des parents, mais aussi de la générosité notamment de la maison Sentenac, les élèves ont pu découvrir ou faire partager de nouvelles textures, de nouvelles saveurs en goûtant entre autres des jus de fruits, des légumes frais, des compotes maison, de la charcuterie, des fromages, des produits à tartiner.



Il paraît que la gourmandise est un vilain défaut...

Une rentrée en musique à l'élémentaire

À l'école élémentaire Henri Trentin, les élèves ont fait leur rentrée scolaire en musique.

Le 1er septembre, chaque classe a appris un couplet de la chanson « Dans l'école de mes rêves » avec un jeu de percussions. Certaines classes ont inventé un couplet.

Puis, en fin de journée, tous les élèves se sont regroupés sous le préau pour une chorale XXL.

256 élèves ont repris en cœur le couplet appris dans la journée et les classes ont chanté leur couplet inventé devant leurs camarades attentifs.



Le rythme a été donné pour une rentrée scolaire réussie !

Zoom sur le Projet Éducatif De Territoire

Un travail collégial pour une continuité éducative

- **Un objectif majeur** : la recherche d'une cohérence et d'une continuité éducative dans tous les temps de vie des enfants et même des plus grands.

- **Une ambition collective** : la mise en œuvre d'un travail partenarial de tous les acteurs agissant avec les enfants et les jeunes sur la commune (écoles collège, ALAE, parents d'élèves, élus de la commune, Agglo du Muretain, Point Accueil Jeunes, Espace de Vie Sociale, Médiathèque, associations, Petite Enfance).

- **Un but** : la construction de projets partagés autour de trois axes majeurs, la réussite éducative, la convivialité et l'écocitoyenneté ; la notion de handicap étant traitée transversalement. La co-construction donne du sens aux projets.

Tous les partenaires se retrouvent plusieurs fois durant l'année pour bâtir les actions.

Un exemple d'action: La journée de la mobilité douce sur le chemin de l'école organisée le 15 juin 2022.

Dans le cadre du PEdT, pour valoriser l'écocitoyenneté, cette journée de mobilité douce sans moteurs sur le chemin de l'école a été un franc succès. A pied, à vélo, en trottinette ou en patins à roulettes, parents et enfants ont partagé un moment privilégié de calme sur le chemin de l'école. Grâce à l'investissement de tous les acteurs (enseignants, parents d'élèves, mairie, agglo du Muretain, ALAE, PAJ et EVS), cette action a mis en lumière la nécessité de réduire les émissions de CO₂ dans nos déplacements et en particulier sur la route de l'école. Les enfants ravis ainsi que tous les autres acteurs sont prêts à recommencer en 2023.

QUOI DE NEUF À L'ESCALE

Du nouveau à l'Escale

L'EVS, porté par le Foyer Rural avec le soutien de la commune, est un lieu de rencontre, de partage et de création collective ouvert à tous les habitants du village de 0 à 99 ans.

Merci à Robin Teulières pour toutes ces années de projets communs, à son implication auprès des jeunes, des familles et des bénévoles. Nous lui souhaitons une bonne réussite dans ses nouveaux projets.

Lise Chanfreau lui succède au PAJ, depuis le 1er septembre au sein des Foyers Ruraux 31-65. Heureuse de rejoindre un groupe dynamique et de trouver une construction croisée de projets avec l'EVS, Lise va pouvoir satisfaire ses ambitions d'échange et de partage avec une équipe et des jeunes mobilisés.

Espace de Vie Sociale : Des partages en ébullition

Les projets et les animations sont construits au fur et à mesure des rencontres et des opportunités. La structure est en perpétuel mouvement au fil des années.

- le Festitoup'tis a eu lieu le 30 septembre et le 1er octobre 2022 pour la seconde année : 900 personnes ont participé à ce beau week-end de festivités autour de la petite enfance. Les spectacles, les ateliers parents-enfants, les expos, ont permis aux familles de vivre de beaux moments de partages, de rires et de douceur. Les jeunes du Paj ont encore été cette année très impliqués sur les différents pôles : buvette, maquillage pour enfants, cirque. Bravo à eux !



Élodie et Lise accompagnées des mascottes



Festitoup'tis

CONTACT

TÉL : 05 61 56 59 79/06 69 60 80 19
Mail : evs.lavernose@gmail.com

- la P'tite Escale, ouverte à tous, s'est installée au 13 impasse Pujeau Rabé.

Chaque mardi, une dizaine de personnes vient partager des moments autour d'un thé ou d'un café. Un nouveau projet « Graine de lien » va se mettre en place rapidement autour de la création de bacs potagers, de la mise en place d'un composteur collectif. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à venir à notre rencontre.



Inauguration de la P'tite Escale



Vernissage Portraits de mamans

- les liens qui nous lient avec le Centre Communal Action Sociale (CCAS) vont se poursuivre dans la continuité du projet « Maman mais pas que ... ».

Ce nouveau cycle sera l'occasion de mettre les papas en valeur en 2023.



Vernissage Coup de folie

Halloween : une centaine de parents et d'enfants étaient présents le lundi 31 octobre dans la cour du château afin de partager un moment autour d'une bonne soupe à la citrouille ! Maquillage pour enfants et fresque d'Halloween occupaient les enfants. Les habitants de Lavernose-Lacasse ont été encore très généreux en bonbons pour le grand plaisir des petits squelettes et petites sorcières !



À VENIR

Nous vous donnons rendez-vous en février pour le premier Karaoke live du village avec le collectif musical du Foyer Rural, les résidents de Vivre Ensemble, le PAJ et vous tous, habitants de Lavernose-Lacasse

Point Accueil Jeunes : Nos jeunes dans l'action

Des vacances d'été bien remplies...

Un été plein gaz avec des activités à gogo pour tous les jeunes ; une formation baby-sitter pour les jeunes de 13 à 17 ans.

Le Pass anim : la découverte des activités sportives, culturelles et artistiques sur la commune de Lavernose-Lacasse.

Atelier aquarelle



Ou encore avec le Fouss'en Folie: un projet initié par les jeunes du Fousseret, une rencontre de jeunes autour d'un séjour et une action aux bénéfices reversés à une association de lutte contre les violences faites aux femmes.

Fouss'en folie



HORAIRES DU PAJ

Mardis et jeudis de 17h30 à 19h le CLAS
Mercredis de 13h30 à 19h Paj
Samedis de 14h à 17h Paj

Dernier temps fort et derniers efforts des jeunes du projet Graff « Des bombes et des graffs ». Exposition finale d'un travail de longue haleine et d'un engagement soutenu sur 2 ans.

Des bombes et des graffs



Les temps forts des vacances automnales...

En partenariat avec la Protection Judiciaire de la Jeunesse (PJJ), nous avons organisé la journée citoyenne : On casse les clichés ! autour de l'ouverture à l'autre, de la prévention et de la sensibilisation.



Journée citoyenne avec la Croix Rouge de Muret



Journée citoyenne avec les pompiers

Le retour du Festival en Kit, ou encore les retrouvailles avec les jeunes de la fédération des Foyers Ruraux 66, pour travailler sur l'organisation et la mise en place des sélections d'un festival de musique par et pour les jeunes.

Festival en kit



CLAS : l'accompagnement à la scolarité

Une nouvelle année pour les jeunes et les bénévoles.

Pour les collégiens : les mardis et jeudis de 17h30 à 19h, ils sont accueillis au PAJ par les bénévoles et la coordinatrice CLAS. Il s'agit d'un accompagnement méthodologique, des ouvertures culturelles variées, des temps conviviaux avec les familles et un soutien à la parentalité. Cela permet aux collégiens d'apprendre à apprendre, d'éveiller leur curiosité, de savoir s'organiser, de devenir plus autonome.



Goûter au CLAS

Le projet autour de la découverte de la culture asiatique se développe, un projet mutualisé avec les jeunes du Fousseret et de Lavitte-Vigordane.

Atelier création de manga



Grotte de Siech : nouvelle et belle expérience pour les jeunes du PAJ ! Ils ont exploré et échangé autour de connaissances théoriques mais aussi de la mise en pratique par différentes expériences au sein de la grotte.

CONTACT

Tél : 05 61 56 59 79/06 45 66 51 36
ej.lavernose-lacasse@foyersruraux.org

FOYER RURAL

UN REGARD TOUT PARTICULIER SUR LA JEUNESSE

L'année 2022 a vu se confirmer le besoin et le plaisir de faire ensemble.

Le foyer rural est fier de s'associer au dynamisme de la commune en direction des enfants et des jeunes à travers les activités et animations qu'il propose.

Merci à tous nos partenaires qui nous accompagnent : la municipalité, le mouvement des foyers ruraux, à tous nos compagnons d'aventures associations ou institutions.

L'envie de transmettre, de vivre des temps multi-générationnels nous motive tout au long de l'année.

Ainsi les animateurs, encadrants, parents ou grands-parents sont aussi parfois ceux qui ont participé aux animations du foyer ou du village étant enfants.

Nous sommes fiers de partager le projet de l'Espace jeunes et de l'Espace de Vie sociale, à travers des manifestations : « Un village, un Chemin », Festitoup'tis, Halloween, Action de solidarité pour l'Ukraine, la banque alimentaire...

Le Foyer Rural partage aussi de nombreux moments avec les autres associations du village en participant à des manifestations tout au long de l'année :

Nous avons co-organisé comme tous les ans les lotos, mais aussi en juin la fête de la St Jean avec le collectif musical et le club de Rugby, en septembre le concert de rentrée avec la médiathèque.

Les sections danse et danse de salon: « 2 L Dance » aiment à animer des moments festifs sur le village : La guinguette des gens d'ici, la parade de Noël avec le comité des fêtes



La fête de la St Jean



La danse en ligne

Cette année encore l'ensemble des sections proposent des activités régulières qui regroupent toujours plus d'adhérents. Comme tous les ans nous les avons retrouvés sur le Forum des associations en septembre Badminton, Basket, Taekwondo, sortie Cyclos ...



Le taekwondo

Bravo à nos jeunes nouvelles ceintures noires du club de TKD Lucie et Camryn



Camryn et Lucie

La chorale cette année n'a pu repartir faute de participants mais nous remercions vivement Régine Basque pour son investissement et son engagement depuis de nombreuses années.

Cette dynamique, pour perdurer, a besoin comme toujours de nombreux bénévoles. Merci à eux. Vous avez envie de vous investir, de partager vos envies, vos savoir-faire, venez nous rencontrer.



Atelier tricot



Le badminton

Le basket



Les sections artistiques et culturelles Danse enfants-ados, Danse Move & Mix ados-adultes, danse de salon avec « 2L Dance », Collectif musical, Sophrologie, Ateliers créatifs, Couture, Mosaïque, Dessin ados-adultes avec une petite nouvelle « Tricot-crochet »



Spectacle de danse enfants



Le collectif musique

CONTACT

infofoyerlavernose@gmail.com
tel : 07 49 42 61 65
<https://flavernoselacasse.foyersruraux.org>

TRANSFORMATION RÉUSSIE DES GENS D'ICI

Notre association a réussi sa transformation ! Après deux années blanches, nous avons su rebondir et proposer à nos adhérents et habitants du village des activités et une Guinguette de qualité.

La soirée du 15 octobre a été un succès au son de l'orchestre de S. Vergnes à la salle des fêtes de notre village. Merci aux bénévoles, aux commerçants, à 2L Danse ainsi qu'à la mairie et ses services techniques, au crédit mutuel pour la réussite de cette guinguette.



En prévision sur 2023 :

- Guinguette
- Anniversaire : « 20 ans de l'association »
- Exposition sur A. Mayssonie, enfant du village, né et enterré à Lavernose, mort à la Grande Guerre



Si vous souhaitez, vous aussi, faire partie de cette belle aventure, venez faire connaissance avec « Les Gens d'ici ». Nous comptons sur vous tous pour nous aider dans notre tâche (retracer l'histoire de notre village et de ses habitants) : récolter des photos, des histoires/anedoctes que ce soit sur la vie de tous les jours, les écoles, le sport...

AU PAYS DES LUCIOLES ENFIN DES RETROUVAILLES

En septembre, nos petites lucioles ont eu la joie de se retrouver en intérieur pour faire des activités de motricité, de musique, de dessin ... et nous avons aussi fêté Halloween !



Comme chaque année, les enfants devaient avoir la visite du Père Noël ! Mais ont-ils été assez sages ?

Toutes les assistantes maternelles de l'association vous souhaitent de bonnes fêtes de fin d'année !

OPTIONS SHOW LE RETOUR DE SOFIAN

Sofian est formateur vocal en Musiques Actuelles et Communication Orale. Il a été formé à l'Ecole Richard Cross à Paris. Chanteur et Comédien, celui qui assurait les cours de chant et technique vocale pour Options show revient !

Après avoir laissé sa place durant 2 années à Manon Denimal Cubero au sein de l'association, il retrouve les adhérents d'Options Show. Durant cette période, il était parti sur un autre projet professionnel.

Il permet aux débutants comme aux confirmés de perfectionner leur technique vocale et de monter sur scène. Pour ceux qui ne souhaitent pas monter sur les planches, il permet également de pratiquer sa passion avec aisance et tout en confort pour ses cordes vocales. Chanter c'est bien, mais chanter en sécurité c'est mieux !

Passionné des voix dotées de grandes techniques, il a misé toute son énergie sur l'apprentissage de ces éléments techniques permettant une libération du geste vocal dans son ensemble. Ce qui l'a amené peu à peu dans son parcours de chanteur à se perfectionner auprès des meilleurs professeurs, puis, à se former en tant que pédagogue suite aux conseils de beaucoup de collaborateurs artistes qui ont noté sa faculté naturelle à faire monter les gens avides de connaissances, en compétences.

CONTACT

Tél : 06 78 14 99 19
options.show31@gmail.com
www.optionsshow.com



Cet artiste complet met au service d'Options Show son talent et sa gentillesse pour vous faire progresser à partir de n'importe quel niveau.

Options Show s'ouvre désormais à d'autres formules de cours, de stages et de nouveaux spectacles en prévision. Déjà la Soirée Jazz New Orleans a séduit les spectateurs présents à la salle des fêtes, le 29 octobre dernier.

L'histoire continue... Musicalement !

LES GALAPIANS ENFIN LA REPRISE

La troupe de théâtre de Lavernose-Lacasse «Les Galapians» va reprendre le chemin des répétitions dès la rentrée pour préparer sa nouvelle comédie et la présenter courant 2023 à la salle des fêtes de Lavernose -Lacasse.

CONTACT

lesgalapians31@orange.fr

GYM VOLONTAIRE

BIEN-ÊTRE PHYSIQUE & MORAL POUR TOUS

2022-2023 sera l'occasion de fêter les 45 printemps de l'association créée en 1978

Avec une équipe de bénévoles très investis, une convivialité préservée entre tous les adhérents, l'association a su depuis ces longues années s'adapter aux nouvelles tendances grâce également aux liens avec les animatrices, régulièrement formées : Cathy pour le pilates, Françoise pour le fitzen et la marche nordique, Valérie et ses séances tonique et cardio, et depuis septembre une nouvelle recrue Sébastien, qui est venu compléter ce trio de choc et qui a repris les cours du lundi soir et mardi matin. Par son professionnalisme et savoir-être, il a été adopté par toutes et tous.

Notre association est adhérente de la F.F.E.P.G.V (fédération d'éducation physique et gymnastique volontaire) dont l'essence est le bien-être physique et moral, l'épanouissement collectif, l'esprit d'entraide, l'adaptation à tous les publics, le respect et le dépassement des capacités de chacun.

Cours de PILATES animé par Cathy



SAISON 2022-2023



COURS DE BODY GYM

ANIMÉ PAR SÉBASTIEN

SAISON 2022-2023

Nous remercions la municipalité pour son soutien et son écoute, ainsi que le prêt des salles pour nos activités.

Nous rendons hommage à notre chère Maguy Massip, qui nous a quittés en début d'année. Elle a été une des premières adhérentes dès la création et secrétaire de 1990 à 2006. Elle a été de tous les cours, les manifestations, les sorties, celles et ceux qui l'ont connue garderont un bel exemple d'investissement et de gentillesse.

A l'approche de cette fin d'année, toute l'équipe de bénévoles du bureau vous souhaite de belles fêtes et une saison sportive et de remise en forme de qualité dans la bonne humeur et l'envie de se dépasser.

MEMBRES DU BUREAU

Présidente : Chantal Lambert

Trésorière : Aline Cuccuphat

Secrétaire : Chantal Palluet

Membres bénévoles très actifs :

Andrée Stein et Pascal Lascaux

UN SPORT COMPLET

LA MARCHÉ NORDIQUE

La marche nordique à Lavernose-Lacasse continue d'évoluer dans sa pratique

Véritable activité physique complète et harmonieuse, pratiquée en groupe, en extérieur, elle se pratique avec des bâtons spécifiques pour répondre au principe de propulsion. À ne surtout pas confondre avec la randonnée ou la marche avec bâtons.

Historique : d'abord inventée par les finlandais pour continuer l'été leur activité de ski de fond, ce n'est que dans les années 2002/2007 qu'elle se développe en France.

Comment pratiquer : pour découvrir ce sport, il faut se rapprocher d'un coach formé et certifié, capable de transmettre les bases de la bonne gestuelle ample et synchronisée. Françoise s'est formée et a obtenu sa certification fédérale « Marche Nordique Sport Santé ». Elle a depuis créé cette activité annexe qui compte une trentaine de marcheurs répartis sur 2 groupes : Loisir et sportif. À la rentrée 2022, 8 débutants supplémentaires se sont inscrits et ont démarré le programme MNSS, véritable accès à cette activité d'endurance, un atout pour travailler la capacité cardiorespiratoire, essentielle de la santé. Ce programme mis en place par Françoise, est composé de 12 séances encadrées. À la fin du programme, les pratiquants ont le choix d'intégrer le groupe loisir ou le groupe sportif.



Où et quand pratiquer à Lavernose : la marche nordique se pratique autour des différents lacs, en bord de Louge ou de Garonne, mais aussi sur des parcours de 10-14 kms plus ou moins vallonnés sur les communes voisines. Les lieux de rendez-



vous varient d'une semaine à l'autre, tous les samedis à 9 h 30 pour le groupe loisir et 14 h 00 pour le groupe sportif.

Déroulement d'une séance : d'une durée de 1 h 30 à 2 h, la séance s'articule autour de 3 modules : échauffement articulaire et cardio vasculaire, corps de séance en fonction de la thématique et enfin retour au calme avec des étirements.

Deux fois par mois, un circuit d'une douzaine de kms est proposé.

La marche nordique n'a que des bienfaits, et c'est accompagné d'une professionnelle que l'on apprend à renforcer ses muscles et à améliorer sa posture, que l'on progresse techniquement, que l'on développe son endurance, ses capacités cardio respiratoire, sa force, sa souplesse, sa puissance, son agilité, sa vitesse, mais pas que... Sur le plan mental et cognitif, le collectif est une force pour se dépasser et prendre du plaisir.

LE TEMPS LIBRE

UNE MULTITUDE D'ACTIVITÉS PROPOSÉES

Après une période difficile pour des raisons sanitaires, l'équipe de bénévoles toujours aussi dynamique, a permis aux adhérents du Temps Libre de retrouver les activités et les manifestations proposées.

Nous vous rappelons que toutes les activités animées par des bénévoles sont gratuites

Nouveautés :

• Jeux de Cartes

Tous les lundis de 14h à 17h et les vendredis de 20h30 à 23h30, dans un esprit de convivialité, vous pouvez venir nous retrouver salle du Temps libre pour vous divertir grâce aux jeux de tarot et de belote, sans compter sur la pause-café et ses petits gâteaux !

Activités reconduites :

• Repas mensuel

Tous les deuxièmes jeudis du mois.

Plus de 80 personnes se retrouvent dans une ambiance chaleureuse autour d'un bon repas suivi d'un loto.

Pour qu'un maximum de participants puisse profiter de ce bon moment à un tarif des plus abordable, c'est l'équipe de bénévoles qui assure le service.

• Marche et randonnées

Activité en pleine expansion, qui rassemble de plus en plus d'adeptes.

Vous pouvez consulter les plannings www.temps-libre.sitew.com

• Informatique

Cours le jeudi matin de 9h30 à 11h

• Scrabble

Un groupe d'une dizaine de personnes se retrouve avec assiduité le jeudi après-midi

• Peinture

Sylvie Cadamuro, artiste peintre, généraliste est à votre écoute et vous propose les techniques suivantes : dessin, aquarelle, pastel, huile acrylique

• Poterie animée

Tous les mercredis de 14h à 16h

• Couture

Animé par un professeur de couture

Tous les premiers samedis du mois, atelier toute la journée (repas pris sur place) pour les participants confirmés

Un cours supplémentaire est dispensé le vendredi de 14h à 18h une fois par mois pour les débutants

• Aide aux devoirs

La situation sanitaire avait interrompu notre action auprès des élèves de l'école primaire. Avec une équipe renforcée, nous reprenons du service

À VENIR

Assemblée générale le 22 janvier 2023

Sortie

Les Folies Fermières à Lavour, le 24 mars 2023

Cabaret à la ferme avec repas et spectacle

TOUJOURS AU TOP : LE TENNIS CLUB

Du changement au sein du comité directeur

L'Assemblée Générale s'est tenue le samedi 3 septembre. Suite à la démission de Mesdames Anne Casse, présidente, et Michèle Versteven, secrétaire, nous avons procédé au renouvellement du Comité Directeur.

Nous tenons particulièrement et très sincèrement à remercier Anne Casse pour tout le temps qu'elle a consacré à la vie du club, son dévouement et son investissement afin de le faire grandir durant ces nombreuses années. Anne et Michèle restent néanmoins adhérentes au club et continueront à s'associer aux différentes activités.

Nous comptons 127 adhérents enfants et adultes pour cette nouvelle saison sportive.

CONTACT

Michel Auclair : 06 40 19 64 44 ou
Alison Joncheray : 06 76 14 90 93

MEMBRES DU BUREAU

Président : Michel Auclair

Trésorière : Alison Joncheray

Secrétaire : Evelyne Cuyllé

Cédric Fabre, Aurélien Goncé
et Jean-Luc Welzenbach les
accompagnent

Normando Licon, notre entraîneur, assure les cours du lundi au jeudi soir et le samedi matin. Yannick Rott anime des cours physiques pour les enfants. Nous les remercions pour la qualité de leur travail. Nous comptons 9 groupes d'enfants et 7 groupes d'adultes. Tous les créneaux sont assurés puisque nous profitons depuis près de 2 ans du court couvert, ce dont nous remercions toujours chaleureusement la municipalité, qui nous sert aussi pour les compétitions.

Des stages sont proposés pendant les vacances scolaires.

YOGA UN MOMENT DE DÉTENTE

Yoga Nova propose des cours complets de Yoga traditionnel depuis 2007

Accessible à toute personne, débutante ou avancée, du jeune adulte aux personnes âgées. Le cours est multi-niveau.

Son enseignante, Aline, pratique le yoga depuis plus de vingt ans et a obtenu 4 diplômes d'enseignante depuis 2006. Elle approfondit ses connaissances dans les états de méditation depuis 13 ans.

CONCEPT IMMO+

AGENCE IMMOBILIÈRE



Depuis mai dernier, l'agence immobilière Concept Immo + a ouvert ses portes dans la commune. Virginie Panthou Provost en est la directrice. Cette dernière est une professionnelle expérimentée dans le domaine immobilier avec une bonne connaissance du secteur.

Un éventail de services sont proposés tels que :

- l'achat et la vente de biens immobiliers (maisons, appartements, terrains, locaux professionnels...), l'accompagnement allant de l'estimation gratuite jusqu'à la signature finale.
- la location de biens.
- le partenariat avec des artisans locaux tous corps d'état pour une estimation des travaux de remise en état.

L'agence est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h30

CONTACT

Tél : 06 42 08 86 68
Mail : conceptimmoplus@orange.fr
Site : www.conceptimmoplus.com
7 chemin des Perrils

IRIS NAILS COLORS

PROTHÉSISTE ONGULAIRE

Depuis janvier 2022, Iris Guillochin, assistante qualité et technicienne de laboratoire en activité, exerce le métier de prothésiste ongulaire à son domicile dans le village. Elle maîtrise les techniques de conception et de pose de faux ongles et de leurs décorations qui répondent à des critères stricts d'hygiène. Perfectionniste, exigeante et méticuleuse, elle procède par un examen esthétique de l'ongle puis le prépare à l'embellissement en utilisant divers techniques telles que la pose de vernis semi-permanent, la pose de gel UV, la pose américaine, la manucure russe, le remplissage et la réparation.



Iris est disponible du lundi au samedi inclus sur rendez-vous, elle saura s'adapter à vos demandes pour les fêtes de fin d'années et se fera une joie de mettre en beauté vos mains.

CONTACT

Tél : 06 12 19 48 20 Instagram : [Iris_nails_colors](https://www.instagram.com/Iris_nails_colors) 10, rue des Perdrix

CONCEPT STORE

UNE OFFRE COMPLÉMENTAIRE

Vos Opticiennes Aurore et Christel ont fêté les 8 ans de la création de leur entreprise au sein de notre village. Dans le but de toujours mieux satisfaire leur clientèle, elles ont choisi de déménager le magasin dans la zone commerciale en face d'Intermarché, impasse Pujeau Rabe.

Ce nouvel emplacement permet un accès facilité avec un parking dédié à la clientèle. Quant au service, il reste inchangé. On soulignera la qualité, la proximité, l'écoute et le conseil auprès de leurs clients.

Dans ce nouvel espace, Aurore et Christel ont souhaité développer de nouvelles activités avec deux enseignes supplémentaires :

Précision auditive :

Il s'agit d'un centre d'audition tenue par Mathilde Bouazzouni, audio prothésiste diplômée d'Etat. Le cabinet audio est hébergé dans les locaux de Vos Opticiennes.

Les services proposés vont du dépistage auditif gratuit à une protection auditive sur mesure ainsi que l'essai gratuit de vos appareils pendant 30 jours. Tous les accessoires et consommables nécessaires à leur entretien sont disponibles au magasin.

Mathilde reçoit ses clients dans une pièce appelée cabine insonorisée, agréée par la CPAM. Elle est équipée de matériel et technologie des plus évolués à ce jour.



CONTACT

Précision Auditive :
06 81 98 18 99

Enfin, **Uniconic:**

est un espace dédié au prêt à porter, à la décoration intérieure, aux accessoires de mode et aux bijoux fantaisies de quoi offrir un cadeau pour homme, femme et enfant ou tout simplement pour soi-même.



CONTACT

Vos Opticiennes et Uniconic :
09 67 08 25 58

HORAIRES

du mardi au vendredi:
de 9H30 à 12H30 et de 14H30 à 19H

le samedi:
de 9H30 à 12H30 et de 14H30 à 18H30.