

L'AVENIR ENSEMBLE

à Lavernose-Lacasse



**Concert de Jazz
du 25 Octobre à la salle des fêtes**

N°35 Décembre
 2025

SOMMAIRE

03

MAIRIE

- 03** Mot du maire
- 04** Budget
- 07** Aménagement urbain
- 08** Médiathèque
- 10** CCAS



19

VIE ASSOCIATIVE

- 16** Féerie de Noël
- 19** Foyer rural



22

ÉCHOS DU VILLAGE



Un merci particulier au Père Noël d'avoir fait une apparition, à Séverine du CCAS, aux agents techniques et à M. Gérard Giraud pour que cet après-midi de partage soit une réussite.

Dernière minute : le traditionnel goûter des aînés a eu lieu le mardi 9 décembre, en présence de Jérôme Bouteloup, conseiller départemental, qui s'est joint au Maire Alain Delsol, pour les voeux de fin d'année. Les enfants de l'ALAE, avec leurs animateurs et la chorale de Lavernose-Lacasse ont préparé un petit spectacle très apprécié de nos aînés.



Directeur de publication : Alain Delsol
Rédaction : Chantal Bonnemaison,
Pascale Bascans, Chrystèle Sentenac,
Karine Zarader
Conception : Karine Zarader
Impression : DS1 Imprimerie
ISSN : 3098-5331

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

LE MOT DU MAIRE



Cette fin d'année 2025 marque l'aboutissement de nombreuses actions qui ont permis l'installation de nouveaux équipements, l'amélioration du cadre de vie et le développement du bien vivre ensemble, notamment grâce à l'engagement de nos associations sportives et culturelles, où le bénévolat occupe une place essentielle.

Les infrastructures sont désormais en place, mais il nous appartient de les faire vivre. C'est donc avec une réelle satisfaction que nous constatons l'implication de la jeunesse, des parents, des grands-parents et des amis dans ces différentes initiatives.

Dans un contexte national particulier, nous continuerons à investir pour l'avenir. Cependant, la baisse généralisée des recettes limitera nos actions à court terme. Soyez toutefois assurés que l'équipe municipale mettra tout en œuvre, avec ses partenaires si nécessaire, pour que Lavernose-Lacasse demeure un lieu de vie convivial, doté de nombreux services.

De nouveaux projets sont déjà en préparation, mais leur réalisation dépendra des financements incertains qui pèsent sur les communes.

La sécurité, priorité quotidienne, nous a conduit à étendre notre champ d'action en mutualisant la police municipale avec la commune de Le Fauga. Cette coopération permettra d'intervenir plus efficacement et de centraliser les informations grâce à la vidéoprotection, qui, je le rappelle, a réduit les dégradations urbaines de 90 %. Notre police municipale est au service de tous nos concitoyens, et particulièrement en cette période de festivités de fin d'année.

Toute l'équipe municipale se joint à moi pour vous souhaiter de très belles fêtes de fin d'année et une excellente santé.

Bien cordialement.

A handwritten signature in black ink, reading "Alain Delal" above a stylized, illegible signature.

BILAN PROVISOIRE BUDGET

DE 2025

RECETTES TOTALES

4 079 000 €

RECETTES DE FONCTIONNEMENT

3 405 000 €

Impôts et taxes **1 690 000 €**

Excédent de fonctionnement reporté **867 000 €**

Dotations **588 000 €**

Revenu des immeubles et services **155 000 €**

Produit des services **88 000 €**

Atténuation de charges **17 000 €**

RECETTES D'INVESTISSEMENT

674 000 €

Excédent de fonctionnement capitalisé **284 000 €**

Subventions **250 000 €**

Taxe d'aménagement **32 000 €**

FCTVA **108 000 €**

DÉPENSES TOTALES

3 372 000 €

DÉPENSES DE FONCTIONNEMENT

2 286 000 €

Charges de personnel **1 005 000 €**

Charges générales **665 000 €**

Autres charges de gestion courante **332 000 €**

Attribution de compensation au Muretain Agglo **272 000 €**

Intérêts d'emprunts **12 000 €**

DÉPENSES D'INVESTISSEMENT

1 086 000 €

Voirie et aménagements urbains **397 000 €**

Travaux sur les différents bâtiments communaux **70 000 €**

dont : Crédit d'une salle des maîtres Matériel pour la sécurité des bâtiments Climatiseurs à la mairie Caméra de vidéoprotection

Remboursement trop perçu de la taxe d'aménagement **40 000 €**

Capital d'emprunt **145 000 €**

Report du déficit d'investissement **434 000 €**

DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE

Après l'agrandissement d'Intermarché et le développement de la zone économique Pujeau Rabe, vous allez bientôt découvrir l'aménagement final de ce site, qui accueillera encore de nouveaux artisans et commerçants. Tous les locaux sont disponibles à la vente ou à la location. Cette dynamique permettra la création d'emplois sur place et offrira davantage de services de proximité.

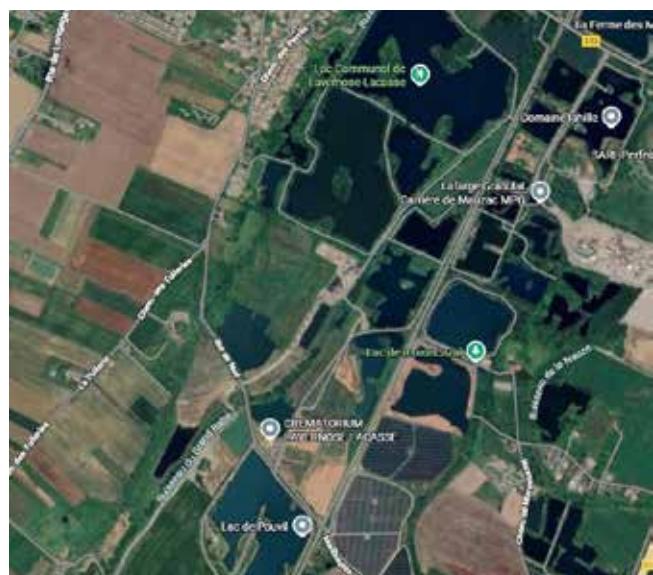


Illustrations non contractuelles, propriété de 3DPM-Studio



Par ailleurs, une future zone économique verra le jour entre 2027 et 2028. Portée par l'agglomération et inscrite au SCOT, dont l'approbation est prévue pour 2026-2027, elle permettra à nouveau d'accueillir des activités artisanales.

La zone économique de Cantomerle, où se trouve le crématorium implanté sur le territoire de Lavernose-Lacasse et appartenant également au SIVOM SAGE, va s'enrichir d'une centrale photovoltaïque.



Sa mise en service est prévue début janvier 2026. Installée sur cinq hectares et demi, elle produira 5 mégawatts. Cette zone dispose encore de 7 hectares disponibles, proposés pour des projets innovants et l'installation d'entreprises. Des discussions sont en cours pour des réalisations envisagées en 2027-2028, même si les normes obligatoires, très coûteuses, entraînent des retards.

Comme vous pouvez le constater, la richesse de notre commune, et le développement qui en découle, proviennent également du dynamisme du tissu économique et des entreprises implantées sur notre territoire.

LA POLICE MUNICIPALE

La police pluricommunale

La police municipale va bientôt offrir ses services à une autre collectivité en plus de Lavernose-Lacasse.

Une mairie nous a sollicité pour adhérer au projet de police pluricommunale que nous avions déjà évoqué dans ce journal.

Depuis quelques mois le service de police travaille activement auprès des partenaires institutionnels (parquet, préfecture et Antai) afin d'obtenir de nouvelles habilitations sur ce territoire étendu.

Dès la mise en place de la police pluricommunale les patrouilles de sécurisation s'appliqueront immédiatement sur les deux communes.

Le service recevra indifféremment les doléances par téléphone et à l'accueil du poste situé place de la république à Lavernose-Lacasse.

Un rodage sur plusieurs mois sera effectué afin de voir si des besoins opérationnels supplémentaires seront nécessaires pour couvrir l'ensemble des missions.

CONTACT

Tél : 05 60 52 42 33

Mail : policemunicipale@lavernose-lacasse.fr

LE MURETAIN AGGLO

COLLECTE DES ENCOMBRANTS



Afin d'harmoniser la collecte des encombrants pour l'ensemble des communes desservies par le Muretain-Agglo, la collecte des encombrants se fera uniquement sur rendez-vous à compter du 1er janvier 2026 auprès du service du Muretain-Agglo une fois par trimestre.

INSCRIPTIONS

Tél : 05 34 46 30 50

Site : vivre.agglo-muretain.fr/gestion-des-dechets/mes-demarches

Mail : accueil.environnement@agglo-muretain.fr

L'Agglo du muretain tenait à remercier chaleureusement pour l'accueil, l'implication et le professionnalisme dont ont fait preuve M. Blanc et de M. Justaut lors de la pose des plaques QR code Patrimoine Tour. Leur bienveillance et réactivité ont été particulièrement appréciées.

Grâce à la collaboration de chacun, nous avons pu finaliser cette première session de



pose de plaques QR code Patrimoine Tour à la chapelle, au lavoir, à l'ancienne mairie-école de Lacasse, au moulin et à la nouvelle passerelle.

L'AMÉNAGEMENT URBAIN

Réalisations de nos agents techniques

Les agents techniques municipaux continuent d'entretenir régulièrement les installations des écoles .



Nous tenons à les remercier pour leur investissement dans la création et le maintien d'un cadre de vie agréable dont les administrés peuvent profiter.



MÉDIATHÈQUE

Musique... vous avez dit musique

Un concert de musique créole qui nous a fait voyager aux Caraïbes

En septembre dernier, la Médiathèque a invité petits et grands aux Caraïbes grâce au concert de musique créole « Zip, Zap, Wabap ».

Les rythmes entraînants et les mélodies envoûtantes ont captivé le public, proposant un après-midi de détente et de voyage à travers la musique.

Le duo «Combo Karib», composé de deux musiciennes talentueuses, a offert une performance exceptionnelle. Contrebasse, banjo, soubassophone et percussions ont résonné dans la salle des fêtes, créant un moment chaleureux et festif.

Dès les premières notes, le public a été transporté dans une ambiance tropicale. La salle était décorée avec des couleurs vives et des lumières douces, nous portant dans un paradis caribéen.

Les musiciennes ont joué des morceaux traditionnels, donnant à voir, et à entendre une multitude de sons et de couleurs sur un répertoire musical né lui-même d'un métissage entre l'Afrique et l'Europe.



Spectacle «Zip, Zap, Wabap» du duo Combo Karib

Le concert a permis à tous de découvrir ou de redécouvrir la richesse de la culture caribéenne.

Cet évènement particulièrement apprécié par les enfants, notamment ceux du centre de loisirs, répond à l'objectif du service culturel de notre commune :

Une culture pour tous, inclusive et gratuite.

Une soirée de jazz exceptionnelle à Lavernose-Lacasse : une bataille de Big Bands internationale mémorable !

Le samedi 25 octobre 2025 restera gravé dans l'histoire culturelle de Lavernose-Lacasse. Ce soir-là, la salle des fêtes s'est transformée en un véritable temple du swing en accueillant un événement musical d'envergure internationale: une bataille de Big Bands entre le Criss Cross Big Band de Hambourg (Allemagne) et le Muret Big Band (France). Plus qu'un concert, cette rencontre a été un moment de partage, d'émotion et d'amitié musicale entre deux cultures unies par le même amour du swing.





Dès les premières notes, les deux orchestres ont enchanté la salle.

Improvisations flamboyantes, solos virtuoses, puissance des sections de cuivres et complicité scénique ont fait vibrer le public du début à la fin.

Chaque formation a offert le meilleur d'elle-même dans une joute musicale à la fois amicale, généreuse et ambitieuse. Les spectateurs, ravis et impressionnés, ont salué la performance d'un tonnerre d'applaudissements.

Un projet culturel et pédagogique unique.

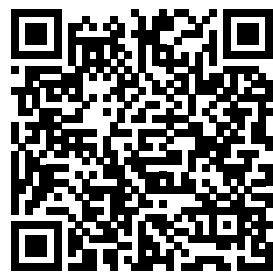
Cette soirée exceptionnelle s'inscrivait dans un programme d'échange international entre les deux orchestres.



Les jeunes du territoire ont eu la chance de rencontrer les musiciens, d'échanger sur leur pratique, de découvrir leurs instruments et le quotidien d'un grand orchestre de jazz. Ils ont également pris une part active à l'organisation en contribuant brillamment au fonctionnement de la buvette et à l'accueil.

Cet échange se poursuivra prochainement avec un voyage du Muret Big Band à Hambourg afin de représenter notre région au-delà de nos frontières. Une belle aventure musicale qui renforce les liens européens et valorise la pratique culturelle amateur.

Scannez le QRcode et retrouvez toutes les photos et vidéos du concert



Une organisation rendue possible grâce à une équipe engagée

Si cette soirée a été une telle réussite, c'est aussi grâce à l'énergie, la générosité et la mobilisation de nombreux acteurs : Thierry Vesser, à l'origine de ce spectacle et artisan majeur de la rencontre musicale, Véronique Andral du groupe de Muret pour son implication artistique, Dominique Rieux, directeur musical du Muret Big Band, pour son talent, son énergie et son engagement dans la transmission de cette musique, Chantal Bonnemaison, Patrick Bonnac et Karine Zarader, élus municipaux, pour la logistique de la soirée, épaulés par Didier Blanc, Élodie Cébrian et les jeunes du PAJ.

À toutes et tous, un immense MERCI !

Votre passion et votre disponibilité ont transformé cette date en un moment inoubliable. Portés par l'enthousiasme du public et la qualité exceptionnelle de cette soirée, les organisateurs sont déjà prêts à renouveler l'expérience.

Lavernose-Lacasse s'affirme plus que jamais comme une commune vivante, ouverte, et pleinement investie dans la promotion de la culture pour tous.

Ne manquez pas les prochains événements culturels organisés par la Médiathèque.

CCAS

Solidarité, prévention et accompagnement au cœur des actions locales

Logement social : le CCAS à vos côtés dans vos démarches

Face à la crise du logement sur le territoire, le CCAS et la Mairie, soucieux du bien-être des habitants, encouragent chacun à se rapprocher de leurs services pour toute demande de logement social.

L'équipe du CCAS accompagne les habitants dans leurs démarches, les informe sur les dispositifs existants et les aide à constituer ou actualiser leur dossier. Ce service de proximité vise à faciliter l'accès au logement et à répondre aux besoins de la population.

Pour plus d'informations, les habitants peuvent contacter le CCAS directement ou se rendre sur place aux horaires d'accueil. Si vous avez déposé une demande de logement en ligne ou auprès d'un autre organisme (CD31, MDS, Union Laïque, Action Logement, etc.), n'hésitez pas à nous faire connaître auprès de nos services. Nous pourrons ainsi mieux vous accompagner dans vos démarches et dans votre recherche de logement.

Permanences Numériques Individuelles : Un Service en Collaboration avec l'Agglo du Muretain



Parce que le numérique est devenu incontournable pour les démarches du quotidien, le CCAS propose désormais des permanences numériques individuelles, en partenariat avec l'Agglomération du Muretain.

Des séances personnalisées permettent à chaque habitant d'être accompagné pas à pas dans l'utilisation des outils numériques en vue de devenir autonome sur des points tels que : création et gestion d'une adresse mail, accès à France Connect (service de l'état), accès aux droits, démarches administratives, navigation sécurisée sur Internet ...

Ces permanences, assurées par un médiateur numérique de l'Agglo du Muretain, ont lieu le 1er jeudi de chaque mois à la salle Vernosolem de 9h00 à 12h00 sur rendez-vous (hors vacances et jours fériés).

Prise de rendez-vous auprès de l'Agglo du Muretain : 05.61.16.97.30

CONTACT

Tél : 05 61 56 59 64

Mail : ccas@lavernose-lacasse.fr

Bilan de la Canicule 2025 : Solidarité et Vigilance

L'été 2025 aura été marqué par plusieurs épisodes caniculaires.

Le CCAS s'est mobilisé tout au long de cette période pour veiller sur les personnes les plus vulnérables. Grâce à la mise à jour du registre des personnes fragiles, aux appels de prévention et aux visites à domicile, plus de 35 habitants ont bénéficié d'un suivi personnalisé, de distribution de brumisateur et pour certains de prêts de ventilateur.

Des points fraîcheurs ont également été ouverts de 11h à 20h, en partenariat avec la Mairie et les associations locales.

La salle Vernosolem a ainsi été mise à disposition des habitants de la commune, offrant des boissons fraîches et des collations pour leur permettre de se détendre dans un cadre agréable.

La salle de la P'tite Escale "Pujeau Rabé" a été ouverte sur cette période par l'association "Le Temps des Voisins". Elle a accueilli une trentaine de personnes, familles, personnes âgées et en situation de handicap. L'Association a proposé des boissons fraîches, des glaces et diverses activités conviviales, favorisant les échanges et le lien social.

Les Mutuelles à votre service : AXA et JUST à vos côtés

Afin de faciliter l'accès à une couverture santé pour tous, le CCAS de Lavernose-Lacasse poursuit son partenariat avec les mutuelles AXA et JUST.

Des permanences sur rendez-vous sont proposées pour accompagner les habitants dans le choix d'une mutuelle adaptée à leurs besoins et à leur budget.

Renseignements et rendez-vous:

The flyer features the AXA logo and the heading "La « Santé pour votre commune »". It highlights "Des garanties personnalisées et un avantage tarifaire de - 20% à vie". Below this, it says "La commune de LAVERNOSE-LACASSE" and "se mobilise pour l'accès aux soins de ses concitoyens et vous permet d'avoir une couverture avantageuse à des tarifs préférentiels.". A section titled "Contact(s)" lists "Vos conseillères AXA" Patricia SORIANO (07 82 01 13 01) and Stéphanie BEINEIX (06 81 24 78 61). To the right is a small image with the text "Tout pour votre santé". At the bottom, there is fine print about AXA's insurance products and services.



De son côté, la médiathèque, ouverte à ses heures habituelles ou à la demande, a permis à la population, notamment des familles avec jeunes enfants, de profiter au sein de l'espace culturel d'un moment de fraîcheur et de partage durant cet épisode caniculaire.

Le CCAS et la Mairie remercient toutes ces associations qui participent au bien-être de nos seniors et de toute la population de Lavernose-Lacasse.

The flyer features a red background with the text "BON PLAN" and "Prenez soin de votre santé et de votre budget !". It says "Grâce à la Ville de Lavernose-Lacasse, optez pour une complémentaire santé avantageuse !". A "Demandez conseil !" button is shown above a QR code. Below the QR code, it says "Rencontrez un conseiller mutualiste : Le 1er vendredi du mois De 14h à 17h A la Mairie". It also says "Réserviez votre rendez-vous depuis le site just.fr en tapant ce QR Code". At the bottom, there is fine print about JUST's insurance products and services, along with the JUST logo.

L'ESCALE **TOUJOURS ACTIVE** **AUPRÈS DE VOUS**

L'Espace de Vie Sociale

L'Escale – Evs (Espace de Vie Sociale) porté par le Foyer Rural et avec le soutien de la Mairie est un lieu de vie, de partage pour les habitants de Lavernose-Lacasse.

Notre projet s'organise autour de 3 grands axes : la parentalité, la mixité et le réseau de territoires. Nous les déclinons au travers de nos animations, nos projets et nos événements.

Octobre Rose à Lavernose-Lacasse : un mois d'engagement et de solidarité

Tout au long du mois d'octobre, Lavernose-Lacasse s'est parée de rose pour soutenir la lutte contre le cancer du sein. Porteur du projet Octobre Rose, le CCAS de Lavernose-Lacasse, en partenariat avec l'Escale organisateur de l'événement et le soutien de Gabrielle Couton, infirmière sophrologue, a rassemblé, associations, commerçants, bénévoles et habitants.

La Mairie et le CCAS remercient chaleureusement l'ensemble des acteurs qui ont permis à ce projet de rencontrer un vif succès et de récolter des fonds en faveur de la lutte contre le cancer du sein.

Une mobilisation associative exemplaire

De nombreuses associations ont proposé des actions originales et engagées : défis sportifs, vente solidaire, création, sensibilisation et information. Bravo au taekwondo du Foyer Rural, au judo, à l'atelier création du Foyer Rural, au basket du Foyer Rural, au foot féminin du club de foot, au Temps libre, à la médiathèque, aux écoles pour leur mobilisation efficace.

Point central du mois, la grande journée du 11 octobre coordonnée par l'Escale a rassemblé associations, bénévoles et habitants autour d'animations sportives, ludiques et informatives :



- ateliers de sensibilisation :

- démonstrations d'autopalpation avec Céline et Gabrielle
- conseils d'Audrey sur le choix de la taille de la lingerie,
- panneaux informatifs réalisés par les jeunes du PAJ.



- deux marches, proposées par le Temps Libre : 5 km et 8 km.
- participation de la section marche nordique de la GV, très active sur le parcours.
- mobilisation de 18 jeunes du PAJ et 10 adultes bénévoles de l'Escale pour l'encadrement et l'animation.

Plus d'une centaine de personnes ont participé.





Le soir, à 19h, Karine du Foyer Rural a animé une Zumba Party très appréciée, rassemblant une vingtaine de danseuses dans une ambiance énergique et bienveillante.



Grâce à l'ensemble des actions du mois, ce sont 1 340 € qui ont été récoltés au profit de la lutte contre le cancer : un montant qui témoigne de la générosité et de la mobilisation de tout le village.

Et après ?

Forts de cet engouement collectif, les organisateurs espèrent poursuivre cette dynamique l'année prochaine, en l'étendant potentiellement à Movember, afin de sensibiliser également aux cancers masculins.

Projet 2025-2026 :

Et les Papas dans tout ça ? Après le succès du projet «Mamans mais pas que...», les EVS de la Haute-Garonne s'associent pour faire parler les pères de leur paternité. Un projet riche en rencontres et en échanges.

Au programme en 2026 : Le Karaoké Live avec le collectif musical et Vivre Ensemble revient en février 2026.

Un festival du jeu se prépare avec la médiathèque et la semaine sans écrans seront proposés au printemps.

CONTACT

Tél : 05 61 56 59 79
06 69 60 80 19 / 07 69 52 50 45
Mail : evs.lavernose@gmail.com

Le Point Accueil Jeunes

Au PAJ, les jeunes volontaires se mobilisent, et par conséquent s'engagent au travers d'actions citoyennes et éco-responsables. La sensibilisation autour des enjeux de société (planète), l'accompagnement de projets et les moments d'animation conviviaux sont, et resteront les fils conducteurs liés à nos actions.



Action 1: CHANTIER JEUNES

« **TOUS AU JARDIN** » pendant les vacances d'octobre en vue de la revégétalisation de la cour de l'école.

- contenus quotidiens du chantier : un échange informel autour d'une thématique environnementale ex : pourquoi tendre vers le déchet zéro ? + un jeu éducatif + une action dans le jardin (ont été réalisés : des bacs à fleurs, désherbage des bacs, restauration des nichoirs...)
- large partenariat : écoles, PAJ, les parents d'élèves, les services techniques, la mairie et les bénévoles
- thématique : tendre vers le déchet zéro : « les bienfaits du jardin »
- effectifs : 12 jeunes

Un joli projet pour les jeunes qui a été ponctué par un repas responsable confectionné par les jeunes et partagé par tous les acteurs du chantier ainsi que les familles (30 personnes).



Action 2 : « Nos jeunes animent »

Des projets d'animation menés par nos jeunes pour d'autres jeunes (en route vers le BAFA... des jeunes intéressés par le premier diplôme de l'animation)

Une très belle animation autour du dessin et du manga menée par un de nos jeunes pour d'autres jeunes. Les jeunes ont pu apprendre et s'exercer durant toute une après-midi.

Une enquête et un jeu de poursuite ont également été construits, organisés et mis en action.



Action 3 : liaison CM2 – 6ème

Une continuité d'un projet citoyen qui avait déjà été fait en 2024. L'objectif est que 2 ou 3 jeunes du PAJ interviennent dans les classes de CM2 au sein de l'école élémentaire en fin d'année scolaire afin de rassurer, expliquer le fonctionnement du collège et transmettre aux plus jeunes l'expérience qu'ils ont pu vivre durant cette première année de collégien.

Action et projets à venir : le journal du PAJ
projet audiovisuel « coup de projecteur » ...
des ateliers éducatifs variés les MERCREDIS
en lien avec des enjeux autour de notre
environnement.

CONTACT

Tél : 05 61 56 59 79 / 06 45 66 51 36
Mail : paj.lavernose@gmail.com

COMITÉ DES FÊTES

PARADE DE NOËL



La féerie de Noël organisée par le comité des fêtes a rassemblé plus de 4000 personnes le samedi 29 novembre.





Scannez le QRcode
pour découvrir
toutes les photos et
vidéos de la féerie

Photo: S.Guitton



Photo: S.Guitton



Photo: S.Guitton



COMITÉ DES FÊTES MARCHÉ DE NOËL

Le comité des fêtes et ses partenaires ont organisé un week-end marché de Noël les samedi 29 et dimanche 30 novembre.



Scannez le QRcode et retrouvez toutes les photos du marché de Noël



LE TEMPS LIBRE TOUJOURS DYNAMIQUE

- Depuis septembre 2025 : une toute nouvelle activité vous est proposée avec « le Yoga du rire ». Une fois par mois venez sans modération pour une séance où rire et respiration se mêlent pour vous aider à vous détendre et à lâcher prise.
- 18 janvier 2026 : Assemblée Générale, un moment clé pour échanger et préparer l'avenir de notre association.
- 12 Mars 2026 : En raison des élections municipales, pour notre repas mensuel nous nous retrouverons au cabaret « le Robinson » pour un repas spectacle dans la bonne humeur.
- Du 19 au 25 Avril 2026 : préparez vos valises pour un beau voyage ibérique en perspective : au programme la découverte de la richesse culturelle de Madrid, la splendeur de Saragosse , le charme historique de Tolède, la découverte du Puy du Fou Espagnol. Un circuit de 7 jours et 6 nuits.



-Octobre rose : « le temps libre » s'est liqué contre le cancer du sein en participant au Week End rose .Les boîtes à dons récoltés seront reversées à la ligue contre le cancer.

CONTACT

Tél : 05 61 08 74 77

Mail : temps-libre-asso@orange.fr

LES RENDEZ-VOUS DU FOYER RURAL



Au Foyer rural, engagement, partage, convivialité et éducation populaire donnent du sens à nos animations.

Ce sont plus de 700 adhérents et de très nombreux bénévoles qui se retrouvent sur l'ensemble des activités proposées. Et ce avec plus de la moitié de jeunes, c'est-à-dire la place que l'on donne à la jeunesse !

Des jeunes qui donnent du temps et beaucoup de dynamisme pour accompagner, animer, aider les bénévoles, les animateurs et pour assurer la relève.

Glen

La section basket accueille cette année en service civique, Glen, jeune licencié au club depuis son plus jeune âge, pour compléter son équipe de bénévoles.

Le service civique va lui permettre d'acquérir des compétences qui seront un plus pour son projet professionnel (devenir professeur des écoles).

Glen qui connaît très bien le club, s'est vite intégré, force de proposition il intervient auprès des jeunes U11, aide à l'arbitrage et développement du jeu 3/3 ainsi qu'à l'organisation des manifestations du club. C'est un réel plaisir de voir des jeunes formés au club prendre le relais, il n'est pas le seul à s'investir, plusieurs joueurs notamment des U13/ U15 filles et garçons ont le désir de se former : arbitrage, jeunes coachs ... la relève est assurée !





Max

Jeune lycéen de presque 18 ans, est très présent à l'espace jeunes, où il participe à de nombreux projets. On le retrouve sur de nombreuses manifestations de l'Escale, fête de la musique, animation auprès des plus jeunes.

Depuis la saison dernière, il a aussi une mission très appréciée puisqu'il s'occupe de la passerelle du mercredi après-midi entre l'accueil de loisirs et différentes activités, tennis ou danse.

Ainsi il accompagne les enfants de l'école aux lieux d'activités



Clément

Clément, bientôt 18 ans, est lui aussi un habitué de la salle polyvalente, pratiquant et compétiteur au sein du club de Badminton depuis 10 ans, il se passionne pour ce sport. Il assiste maintenant Germain le mercredi après-midi auprès des plus jeunes. Il désire s'orienter vers les métiers du sport et pourquoi pas préparer un BPJEPS sport pour tous.



Mayleen et Candice

Mayleen et Candice sont 2 jeunes danseuses qui participent aux cours de Karine

Mais pas seulement.

Elles sont de toutes les manifestations, pour aider celle-ci. Des stands maquillage, cuisine ou buvette, Elles sont toujours présentes et très motivées pour aider et participer à la préparation des spectacles et aussi de différentes manifestations auprès des plus petits.

CONTACT

**infofoyerlavernose@gmail.com
frlavernoselacasse.foyersruraux.org
Tel : 07 49 42 61 65**

UNE NOUVELLE SAISON POUR LA GYM VOLONTAIRE

La saison sportive 2025/2026 a débuté en force pour la gym de Lavernose-Lacasse, avec une belle dynamique sur l'ensemble des cours, enfants comme adultes. La saison sportive 2025/2026 démarre fort à la gym de Lavernose-Lacasse, avec une belle participation sur tous les cours, enfants comme adultes. Le nouvel Urban Training du mardi avec Ludovic et le Pilates avec Alexia font déjà l'unanimité. Bienvenue à eux !

Faïza, Françoise, Nathalie et Valérie continuent également d'apporter toute leur expérience pour allier effort, plaisir et convivialité.



CONTACT

Mail : gv31058ll@gmail.com

Site : gymlavernose.jimdofree.com



La Marche Nordique entame sa 5ème année avec 35 marcheurs réguliers chaque samedi, et 10 débutants qui suivent un programme de 12 séances le dimanche avant d'intégrer un des deux groupes. Chacun progresse dans une ambiance chaleureuse, en découvrant un sport complet alliant technicité, énergie et nature.

Plusieurs événements rythmeront la saison le 22 mars, une rencontre organisée à Lavernose-Lacasse par le comité départemental EPGV, puis en mai la Nordic Gaillacoise. Un déplacement dans l'Aude est aussi en projet.

La coach poursuivra sa formation en avril 2026 auprès d'AIR NORDIC, spécialiste de la méthode OTOP®.



Toute l'équipe bénévole du bureau, ainsi que les animatrices et l'animateur, vous souhaitent de très belles fêtes de fin d'année et vous donnent rendez-vous en janvier pour reprendre la forme dans la bonne humeur !

FLEURISTE DOMINO

Cela fait maintenant 30 ans que Dominique Nevado, plus connue sous le nom de l'enseigne de sa boutique Domino, embellit notre village avec ses belles fleurs.

Son premier magasin était situé rue du Commerce d'où elle a déménagé en 2009 pour s'installer au centre commercial de l'avenue des Pyrénées.

Comme elle dit si bien un ou une fleuriste partage tous les moments intimes de la vie d'une famille, de joie lors d'événements heureux comme de tristesse à l'occasion des deuils.

Après 30 ans de commerce à Lavernose-Lacasse, elle parle toujours avec passion de son métier, de la créativité qu'il demande et du travail délicat imposé par les fleurs.

Dominique profite de cet anniversaire pour remercier sincèrement sa clientèle de toutes ces années de confiance.



Aujourd'hui épaulée par Anne-Laure et Corinne, elle continue de vous servir et vous réserve le meilleur accueil du mardi au samedi de 9h00 à 12h15 et de 15h00 à 19h15 et le dimanche de 9h00 à 12h15.

CONTACT

1, avenue des Pyrénées
Tél : 05 61 56 37 17

CAUDROIT LAETITIA KINESIOLOGUE

Kinésiologue certifiée et passionnée, Laetitia Caudroit exerce à Lavernose-Lacasse depuis près de dix ans. Elle a d'abord travaillé plusieurs années comme assistante maternelle au sein de la commune, avant d'entreprendre une reconversion vers la kinésiologie. Forte de ce parcours, elle accompagne aujourd'hui aussi bien les nourrissons que les personnes âgées, avec une sensibilité particulière pour l'accompagnement des enfants. La kinésiologie, en quelques mots : cette approche considère la personne dans sa globalité et s'appuie sur le test musculaire.

CONTACT

45, rue de Quillian
Tél : 06 72 21 77 33
Mail : kinesio3laetitia@gmail.com
Site : laetitiacaudroit-kinesiologue.fr



Elle vise à rétablir l'équilibre physique, émotionnel, mental et énergétique. Elle permet ainsi d'aborder plus sereinement les grands défis du quotidien : peurs, stress, blocages, mal-être, dépressions, manque de confiance en soi, deuils, douleurs, et bien d'autres situations de vie. Laetitia vous accueille sur rdv du lundi au samedi de 9h00 à 19h00.

L'INSTANT GOURMAND

PIZZERIA

Depuis 5 ans, Laurent Lalanne réalise ses pizzas dans son food truck, aujourd'hui il s'est installé dans le local situé au 3 rue des oiseaux de notre charmant village pour le plaisir de tous. Boulanger depuis son plus jeune âge, il fait son propre levain sur place pour élaborer la pâte qui sert de base à ses préparations culinaires. Les produits frais sont cuisinés, les légumes sont grillés et ses pizzas sont à base de tomates ou de crème. Chacun peut composer la pizza de son choix avec une cuisson adaptée sur ses conseils, seule contrainte le prévenir 48 heures à l'avance pour les pizzas spéciales.



CONTACT

Tél : 06 95 98 23 01

Du lundi au samedi de 18h à 22h (21h30-23h selon l'affluence)

LA COOPÉRATIVE D'HABITATIONS

Découvrez le nouveau programme immobilier Saint-Hubert II

À la vente : 14 villas T3 à T5 au style contemporain, avec une livraison prévue au 2ème trimestre 2027.

Éligibles au PSLA (Location-Accession), elles offrent une opportunité rare de devenir propriétaire dans un cadre calme, proche du centre et des commodités.

Chaque villa propose :

Des surfaces généreuses et des plans optimisés
Des espaces lumineux
Une terrasse en bois et un jardin individuel
Un garage privatif
Des prestations de qualité dans un environnement résidentiel



Le PSLA, soumis à conditions de ressources, facilite l'achat de votre résidence principale grâce à :

Une TVA réduite à 5,5 %
Une exonération de taxe foncière pendant 15 ans
L'accès possible au PTZ
Des frais de notaire réduits

Un projet idéal pour devenir propriétaire d'une maison neuve, moderne et économique.

CONTACT

27/29, rue du commerce
Tél : 06 22 01 86 48



VOYAGES GOURMANDS : Le Cheesecake de Noël

Préparation : 30 minutes **Cuisson:** 55 minutes

Temps de repos : 8 h au réfrigérateur

Pour **8 personnes**

À Noël, la bûche reste la vedette incontestée. Pourtant, il existe bien d'autres façons de se régaler en cette période festive. En plus des nombreux plats savoureux que l'on peut préparer, d'autres desserts méritent tout autant leur place sur la table. Pourquoi ne pas opter pour un cheesecake de Noël ? C'est une excellente alternative, en plus de pouvoir être réalisé à l'avance – et ça, on ne s'en prive pas !

Ingrédients :

150 g de biscuits petit beurre
30 g de beurre allégé
300 g de philadelphia
1/2 gousse de vanille
4 oeufs
13 g de sucre
200 g de crème fraîche allégée
20 g de crème de marrons
6 marrons glacés

Préparation :

- 1** Préchauffer le four à 180°C. Réduire les biscuits en poudre au mixeur et les ajouter au beurre fondu.
- 2** Répartir cette pâte sablée au fond des cercles en inox sur 2 cm de hauteur et tasser. Placer la plaque au four pendant 10 minutes puis laisser refroidir.
- 3** Mélanger le fromage Philadelphia et le sucre avec le batteur à faible vitesse. Ajouter les œufs entiers, mélanger et incorporer la crème fraîche et l'extrait de vanille. Passer la préparation au chinois pour éviter les grumeaux.
- 4** Verser l'appareil sur le fond de pâte précuit et incorporer les marrons glacés concassés délicatement dans la préparation. Enfourner pendant 45 min à 130°C.
- 5** Sortir la plaque du four et laisser refroidir au réfrigérateur au moins 8h. Recouvrir de crème de marron ou autre décoration au choix.

Les origines du Cheesecake remontent à l'Antiquité, en Grèce. Il a été réalisé avec du fromage de chèvre ou de brebis, du miel et des œufs. Les Grecs anciens attribuaient une grande valeur nutritionnelle à ce dessert, au point de le servir aux athlètes lors des premiers Jeux Olympiques. Il s'est ensuite répandu à travers l'Europe, grâce à l'invasion romaine de la Grèce. Les Romains ont adapté la recette en utilisant leurs propres ingrédients. Et c'est au fil des siècles que le cheesecake s'est propagé dans toute l'Europe et a évolué en fonction des goûts et des ingrédients locaux. Très populaire, aujourd'hui le cheesecake est décliné en une multitude de saveurs et de textures, allant du dense et crémeux New-York style cheesecake au léger et aérien cheesecake japonais. Les garnitures et nappages sont tout aussi variés pour satisfaire les gourmands.