

Édition de
MARS 2019

Centre Social et Culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le Vendredi 8 mars 2019

9 rue des Rosiers à Salles-sur-l'Hers (11410)
Par téléphone au 04 68 60 38 98 ou par E-mail :
accueil@energiespiege.org



CASTELNAUDARY
LAURAGAIS
AUDOIS

Actif ! Communic

SPECTACLE NAMUKA

SAMEDI 2 MARS, à 20h à la salle En Gauzy à Salles-sur-l'Hers, Namuka, vous présente "We, [O.u.i]", un spectacle de danse urbaine, énergique et joyeux créé par la compagnie Allez Hop. Ouverture des portes une heure avant, buvette et petite restauration sur place. Tarifs : 8 et 10 euros.

DIMANCHE 3 MARS, à 11h, atelier d'acrobatie et de Hip Hop proposé par les danseurs de cette compagnie (participation comprise dans le prix d'entrée).

Réservations : associationnamuka@gmail.com - 06 07 53 86 83 - 06 61 24 41 92.

Pour en savoir plus : www.facebook.com/cie.allezhop/

SOIRÉE À MONTAURIOL

SAMEDI 2 MARS, à 19h30, à Montauriol, soirée cassoulet suivie d'une soirée jeux de société. Apportez vos jeux et vos couverts. Adultes 16€ et 8€ pour les 6/10 ans. Inscriptions avant le 25 février.

☺ Rémi, 06 12 60 38 34 (HR), Francis, 06 31 98 24 20

MISSION LOCALE

Les LUNDIS 11 et 25 MARS, la mission locale assure une permanence pour les jeunes de 16 à 25 ans dans les locaux de la Maison de Services au Public, 9 rue des rosiers à Salles-sur-l'Hers. « La mission locale une garantie pour les jeunes ».

☺ Sur rendez vous uniquement, MLOA, 04 68 23 67 49

PREVENTION SÉNIOR « SANTÉ VOUS BIEN »

JEUDI 14 MARS à 10h à la salle des fêtes à Payra-sur-l'Hers, l'Espace seniors Lauragais du département et le centre social et culturel Énergies de la Piège proposent aux personnes âgées de 60 ans et plus, une conférence sur la prévention de la perte d'autonomie « Activité physique adaptée et alimentation : les enjeux d'un vieillissement réussi », animée par l'association Ma Vie. A l'issue de cette conférence, possibilité de s'inscrire au cycle d'ateliers comprenant 12 ateliers « gym' santé seniors » et 3 ateliers « alimentation » qui se dérouleront chaque semaine à Payra sur l'Hers les mercredis ou jeudis matin. Participation gratuite, action financée par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie (CFPPA) de l'Aude.

☺ 04 68 60 38 98 ou accueil@energiespiege.org

NATURE EN JEUX

VENREDI 15 MARS à partir de 20h, projet « Familles engagées ». Un atelier proposé par mois sur des thématiques diverses telles que la biodiversité, l'énergie, les déchets, l'alimentation...Ce mois-ci, l'atelier sera sur le thème des poules !

☺ info.natureenjeux@gmail.com, 09 52 34 33 43 ou Facebook Nature En Jeux

SOIRÉE CHOUROUTE

SAMEDI 16 MARS à 20h, à la salle des fêtes de La-Louvière-Lauragais, soirée choucroute, 15€ pour les adultes et 7€ pour les 6/11 ans.

☺ Inscriptions au 04 68 60 24 38

CLUB DU PREMIER ÂGE

Dans le cadre de sa mission de soutien à la parentalité, le centre social et culturel Énergies de la Piège vous propose le club du 1er âge qui est un lieu de rencontres et d'échanges ouvert aux enfants âgés de 0 à 4 ans accompagnés d'un parent, grand-parent ou de leur assistante maternelle.

SAMEDI 16 MARS de 10h à 12h, à la salle de la mairie de Salles-sur-l'Hers, atelier massages et détente, animé par A.C. Véricel.

MERCREDI 27 MARS de 9h30 à 11h30, à la salle des fêtes de St Michel-de-Lanès, initiation aux arts du cirque avec Julien Lancenay.

Participation libre et gratuite, accueil convivial autour d'un café assuré.

☺ 04 68 60 38 98 ou accueil@energiespiege.org

SCÈNE D'ENFANCE 2019

SAMEDI 16 MARS à 17h, à la Salle Hers et Ganguise de Salles-sur-l'Hers, spectacle « Oups et son doudou méchant ». La compagnie Les Francs Glaçons adapte avec marionnettes et musique le livre Doudou méchant de l'auteur jeunesse Claude Ponti.

Où un doudou très câlin devient méchant et pousse à faire tant de bêtises que le monde est détruit et que Oups devra, pour retrouver l'harmonie, affronter le monstre Crabadorr Crabamorr. Fidèle à l'album dont il est adapté, ce spectacle nous emmène dans un univers onirique où l'esprit des contes merveilleux se mêle à la langue (a)typique de l'auteur, drôle et absurde. Marionnettes, chansons et musiques originales servent cette folle histoire aux airs de conte initiatique. À partir de 4 ans. Gratuit, Sur réservation.

☺ Médiathèque de Salles-sur-l'Hers ; 04 68 60 57 80 ou mediathequesalles@ccla.fr

Édition de
MARS 2019

Centre Social et Culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le Vendredi 8 mars 2019

9 rue des Rosiers à Salles-sur-l'Hers (11410)
Par téléphone au 04 68 60 38 98 ou par E-mail :
accueil@energiespiege.org



CASTELNAUDARY
LAURAGAIS
AUDEOIS

Actif ! Communic

NUIT DE LA CHOUETTE

SAMEDI 16 MARS, à 18h au lac du Regambert inauguration d'un sentier aménagé pour la faune, puis à 18h50 à l'Espace En Gauzy à Salles-sur-l'Hers, soirée sur le thème des chouettes, avec présentation et balade.

☺ info.natureenjeux@gmail.com, 09 52 34 33 43 ou Facebook Nature En Jeux

SOIRÉE DE LA ST PATRICK

SAMEDI 16 MARS à Saint Michel-de-Lanès, à 19h sous la halle, soirée de la Saint Patrick organisée par le comité des fêtes. Au programme : ventes de différentes bières, petite restauration sur place, le tout animé par un DJ. Entrée gratuite.

☺ Renseignements au 07.63.92.05.65 ou par mail au comitecomitedesfetes.stmicheldelanes@gmail.com

LOTO SALLES- SUR-L'HERS

DIMANCHE 17 MARS à 15h, à la salle des fêtes à Salles-sur-l'Hers, loto organisé par le comité des fêtes. Nombreux lots à gagner.

☺ Sylvain Milhau, 06 61 34 31 34 ou Franck Bardy au 06 69 53 01 04

L'HEURE DU CONTE

SAMEDI 23 MARS à 11h, à la Médiathèque de Salles-sur-l'Hers. Des histoires pour nourrir l'imagination et accueillir le printemps, autant de mots et d'images, pour enchâter les petites oreilles. À partir de 3 ans, entrée libre et gratuite.

☺ Médiathèque Salles-sur-l'Hers, 04 68 60 57 80, mediathequesalles@cccla.fr

PMI

LUNDI 25 MARS, de 9h30 à 11h30 sur la place Marengo à Salles-sur-l'Hers, permanence du bus de la Protection Maternelle Infantile du Département de l'Aude.

☺ PMI Castelnaudary, 04 68 23 55 82

RÉUNION PUBLIQUE

Le VENDREDI 29 MARS, réunion publique en soirée sur le thème de l'éclairage public dans le village en partenariat avec la mairie.

info.natureenjeux@gmail.com, 09 52 34 33 43 ou Facebook Nature En Jeux

COMMUNIQUÉ DES MARCHEURS DE LA PIÈGE

Notre club, Les Marcheurs de la Piège, adhérent à la FFRP, a été créé depuis bientôt 15 ans. Nous découvrons en randonnée les beaux paysages, notamment de la Piège, durant 3 heures les dimanches matin, mais également, durant une journée par mois à l'extérieur. Le partage, la convivialité, la protection de la nature participent au plaisir de la randonnée. Le balisage des chemins ouverts à tous permet de valoriser nos beaux villages de la Piège. Les chemins des enfants créés pour la découverte en famille sont bien fréquentés. Nous participons à l'organisation de la rando de la Piège. Nous remercions les municipalités et la Communauté des Communes qui assument l'entretien des sentiers et la mairie de Salles-sur-l'Hers qui héberge notre association.

☺ Les marcheurs de la Piège, 24, Grand rue à Salles-sur-l'Hers, 04 68 60 38 14, marcheursdelapiege@gmail.com. Visitez le site internet vous saurez tout sur notre programme, les photos de nos randos : <https://marcheursdelapiege.wixsite.com/rando>

CLUB DE GYM

Les cours de Gym ont désormais lieu les vendredis de 9h30 à 10h 30 à la Salle en Gauzy de Salles-sur-l'Hers et sont toujours assurés par Chantal Tissiner. Venez rejoindre le club. Le premier cours est gratuit, vous êtes les bienvenus.

☺ Tél, 06 67 72 54 17

DATE À RETENIR

MERCREDI 17 AVRIL à 18h, l'association Énergies de la Piège vous invite à son Assemblée Générale.

☺ 04 68 60 38 98 ou accueil@energiespiege.org