

NOVEMBRE  
2019

## Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le lundi 4 novembre

9, rue des Rosiers - 11 410, Salles-sur-l'Hers

par tél. au 04 68 60 38 98

ou email : [contact@energiespiege.org](mailto:contact@energiespiege.org)



CASTELNAUDARY  
LAURAGAIS  
AUDOIS

COMMUNIC'Actif

### FERMETURE DE LA MÉDIATHÈQUE

**DU 5 AU 16 NOVEMBRE / Salles-sur l'Hers, Médiathèque :** La Communauté de Communes Castelnaudary Lauragais Audois lance un chantier de rénovation de la médiathèque avec le soutien de l'Europe, l'État et le Département. La médiathèque sera fermée pendant son déménagement à l'espace en Gauzy.

● Réseau Intercommunal de lecture publique / 04 68 94 58 49 / [mediathequesalles@cccla.fr](mailto:mediathequesalles@cccla.fr)

### CLUB DU PREMIER ÂGE

**MERCREDI 6 NOVEMBRE de 9h30 à 11h30 / St Michel de Lanès, Salle des Fêtes :** Le club du premier âge est un lieu de rencontres et d'échanges entre parents et enfants âgés de moins de 4 ans. L'Accueil convivial est assuré autour d'un café ou d'un thé. Cette semaine, atelier jeux coopératifs animé par Anne Cécile Vérice. participation gratuite et sans inscription.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

### PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

**JEUDI 7 NOVEMBRE Sur rendez-vous uniquement / Salles- sur-l'Hers, Centre social et culturel Énergies de la Piège :** Permanence de Véronique VISENTIN, assistante sociale du Centre Médico-Social du Département de l'Aude à Castelnaudary.

● CMS de Castelnaudary / 04 68 23 55 82 /

### ANIMATION PARENTS- ENFANTS

**SAMEDI 9 NOVEMBRE à 16H30 / Salles sur l'Hers, Espace en Gauzy :** « La famille RISKETOU invite petits et grands dans son quotidien » : scénettes de théâtre participatif jouées par des familles du territoire, mises en scène par la Compagnie Ici et pas ailleurs, avec les conseils pratiques de Patrice pour l'association chaurienne des sauveteurs secouristes du Lauragais. Une animation récréative pour appréhender les risques domestiques au sein du foyer familial. Ouverte à tous, enfants et adultes. Participation sans inscription et gratuite.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

### ATELIER D'ÉCRITURE NAMUKA

**SAMEDI 9 NOVEMBRE 10h à 13h / Salles-sur-l'Hers, Salle de la mairie :** Atelier sur le thème : MÉMOIRE DE VIE – MÉMOIRE DE LIEUX pour revisiter les faits et les lieux qui ont marqué une époque et photographier les traces de notre enfance, fixer une partie de soi dans l'album des souvenirs. Cinq ateliers indépendants vous seront proposés les samedis 09/11, 07/12, 18/01, 01/02 et 29/02, par Agnès Savelli, auteure et animatrice d'ateliers d'écriture. Rendez-vous avec un cahier et un crayon. Tarif 15 € + Adhésion à l'association.

● Association Namuka / 06 07 53 86 83 - 06 61 24 41 92 / [associationnamuka@gmail.com](mailto:associationnamuka@gmail.com)

### GUINGUETTE DE L'AUTOMNE

**SAMEDI 9 NOVEMBRE À partir de 18h / St Michel de Lanès, sous la Halle :** Soirée guinguette à 18h : chasse aux bonbons déguisée dans les rues du village (rdv à la halle). 19h : apéritif et 20h : repas partagé - concours de recettes sur le thème « cuisine du monde » (prévoir vos couverts). Pour concourir amenez vos plats sucrés ou salés à 19h ! à 21H00 : concert avec le duo Trafiko et Mix musical. Buvette sur place. Pour un vrai partage, prière de prévoir un plat par personne ou par couple.

● Organisation La Marèla / [lamarela.leblog@gmail.com](mailto:lamarela.leblog@gmail.com)

### CINÉ REPAS NAMUKA

**DIMANCHE 10 NOVEMBRE à 12h / St Amans, Salle des fêtes :** Nous démarrons cette nouvelle saison à Saint Amans. Ce très joli village nous ouvre ses portes. Rendez-vous à midi, à la salle des fêtes pour nous réchauffer autour d'un bon repas de saison qui sera suivi d'une visite guidée et commentée par monsieur le Maire. Nous vous proposons ensuite la projection du film de Nils Tavernier « DE TOUTES NOS FORCES » avec Jacques Gamblin, Alexandra Lamy et Fabien Héraud. Forfait adulte 12 € - Tarif réduit 10 € - enfants 5 € - Réservation conseillée, places limitées.

● Association Namuka / 06 07 53 86 83 - 06 61 24 41 92 / [associationnamuka@gmail.com](mailto:associationnamuka@gmail.com)

### LOTO

**DIMANCHE 10 NOVEMBRE à 15h / Payra-sur-l'Hers, Salle des fêtes :**

● association Clocher et Pierres d'Antan / 04 68 60 34 28 /

### CONFÉRENCE ET ATELIER PARENTS- ENFANTS

**JEUDI 14 NOVEMBRE à 18h / Salles-sur- l'Hers, École Rosa Parks :** Énergies de la Piège et le comité local du REAAP (Réseau d'Ecoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents) proposent une conférence « Faire aimer les fruits et légumes aux enfants » animée par la diététicienne d'Interfel. L'occasion d'évoquer les besoins nutritionnels et le comportement alimentaire des enfants et de recevoir astuces et conseils. Des ateliers seront proposés aux enfants sur le temps péri-scolaire et pendant la conférence par l'équipe d'animation du Syndicat Lauragais Audois avec le soutien de l'Association Nature en Jeux. Ouvert à tous les enfants et parents du territoire. Gratuit et sans inscription.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

NOVEMBRE  
2019

## Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le lundi 4 novembre

9, rue des Rosiers - 11410, Salles-sur-l'Hers

par tél. au 04 68 60 38 98

ou email : [contact@energiespiege.org](mailto:contact@energiespiege.org)



CASTELNAUDARY  
LAURAGAIS  
AUDOIS

COMMUNIC'Actif

### BOURSE AUX JOUETS

**DU VENDREDI 15 AU LUNDI 18 NOVEMBRE / Salles-sur-l'Hers, Salle des fêtes :** L'association Énergies de la Piège organise sa traditionnelle bourse aux jouets. Vous pouvez pré-enregistrer vos articles à domicile (jouets, cd, dvd, livres et matériel de puériculture). La fiche d'enregistrement est à retirer à l'association. Périodes de dépôt prévues le vendredi 15 de 16h à 19h et le samedi 16 de 10h à 12h30. Vente : le samedi 16 de 15h à 18h et le dimanche 17 novembre de 10h à 12h et de 14h à 17h. Retrait des gains et invendus le lundi 18 de 16h à 19h. Inscription et adhésion obligatoire auprès de l'Association Énergies de la Piège, 9 rue des rosiers à Salles-sur-l'Hers.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

### CONCERT DE NOËL

**DIMANCHE 17 NOVEMBRE à 16h / Payra-sur-l'Hers, Église :** Chants de Noël interprétés par le couple Canticel.

● Association Clocher et Pierres d'Antan / 04 68 60 34 28 /

### SORTIE NATURE

**DIMANCHE 17 NOVEMBRE à 9h / Belpech, lieu à définir :** Les oiseaux et le paysage de Belpech sur un site Natura 2000. Plus d'informations auprès de Nature En Jeux et sur FB Nature en Jeux

● Nature en Jeux / 09 52 34 33 43 / [info.natureenjeux@gmail.com](mailto:info.natureenjeux@gmail.com)

### OUVERTURE DE LA MÉDIATHÈQUE

**MARDI 19 NOVEMBRE à 16h30 / Salles-sur-l'Hers, Espace en Gauzy :** La médiathèque de Salles-sur-l'Hers s'agrandit. La communauté de communes lance un chantier de rénovation de la médiathèque, avec le soutien de l'Europe, l'État et le Département. La réunion de la médiathèque avec la salle Hers et Ganguise vous offrira un espace plus spacieux et confortable. Pendant les travaux, la médiathèque sera ouverte à la salle En Gauzy.

● Réseau Intercommunal de lecture publique / 04 68 60 57 80 / [mediathequesalles@cccla.fr](mailto:mediathequesalles@cccla.fr)

### PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

**JEUDI 21 NOVEMBRE Sur rendez-vous uniquement / Salles-sur-l'Hers, Centre social et culturel Énergies de la Piège :** Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale au Centre Médico Social de l'Aude à Castelnaudary.

● CMS de Castelnaudary / 04 68 23 55 82 /

### MOIS DU FILM DOCUMENTAIRE

**VENDREDI 22 NOVEMBRE à 20h30 / Salles-sur-l'Hers, Mairie :** Projection de Finding Phong de Swann Dubus Mallet et Thao Tran Phuong. Un film sur les transformations volontaires du corps qui sera suivi d'une table-ronde.

● Médiathèque de Salles-sur-l'Hers / 04 68 60 57 80 / [mediathequesalles@cccla.fr](mailto:mediathequesalles@cccla.fr)

### APRÈS-MIDI JEUX EN FAMILLE

**SAMEDI 23 NOVEMBRE de 16h à 19h / Salles-sur-l'Hers, Salle des fêtes :** Le centre social et culturel Énergies de la Piège propose un espace de jeux en famille ouvert à tous, enfants, parents, grands-parents...2€ par famille Vous pouvez effectuer le paiement en ligne en cliquant directement sur le lien ci-dessous :

<https://www.helloasso.com/associations/energies-de-la-piege/paiements/apres-midi-jeux-en-famille>

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

### CLUB DU PREMIER ÂGE

**SAMEDI 23 NOVEMBRE de 10h à 12h / Mezerville, Salle municipale :** Le club du premier âge est un lieu de rencontres et d'échanges entre parents et enfants âgés de moins de 4 ans. Un accueil convivial est assuré autour d'un café ou d'un thé. Atelier d'éveil à la musique animé par Marie Charlotte pour l'association Grandir en Musique. Participation sans inscription et gratuite.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

### PLANTATION D'UN VERGER COLLECTIF

**SAMEDI 23 NOVEMBRE à 14h / Salles-sur-l'Hers, après la poste, route de Mirepoix :** Création collective d'un espace de verger en permaculture et surtout partagé et ouvert à tous. Après la poste de Salles-sur-l'Hers, suivez les flèches ! D'ici là, des prospectus sont à votre disposition à Salles sur l'Hers pour plus d'informations ou si vous souhaitez adopter un arbre fruitier.

● Nature en Jeux / 09 52 34 33 43 / [info.natureenjeux@gmail.com](mailto:info.natureenjeux@gmail.com)

### CONCERT CHORALE DE L'AVENT

**SAMEDI 30 NOVEMBRE à 17h / St Michel-de-Lanès, Église :** Les Tréteaux de Régambert et Arabesque d'Auzeville dirigés par Barbara Blaser et Christine Lauxire chanteront à l'église. Participation libre au profit de la rénovation de l'Orgue.

● Les amis de l'orgue de St Michel de Lanès / 06 31 12 43 47 /

### CRÉATION D'ACTIVITÉ

**HYPNOTHÉRAPIE :** Consultation en hypnothérapie sur rendez-vous au 18, place Marengo à Salles sur l'Hers. Thérapie brève et efficace pour vous aider à vous libérer et apporter un mieux-être (phobies - arrêt du tabac - troubles du sommeil - angoisse - stress - troubles alimentaires - etc. )

● Contact : Nora Louati / 06 52 83 67 76 / [noralouati@yahoo.com](mailto:noralouati@yahoo.com)