

DÉCEMBRE
2019

Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le Lundi 2 décembre

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

par tél. au 04 68 60 38 98

ou email : contact@energiespiege.org



CASTELNAUDARY
LAURAGAIS
AUDOIS

Actif

COMMUNIC

CLUB DU PREMIER ÂGE

MARDI 3 DÉCEMBRE de 9h30 à 11h30 / Salles-sur-l'Hers, Centre Social et Culturel : 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, l'atelier sera sur le thème des fruits et animé par l'équipe d'Énergies de la Piège.

● accueil@energiespiege.org / Participation gratuite et sans inscription.

/ 04 68 60 38 98

TÉLÉTHON

MARDI 3 DÉCEMBRE à 20H45 / La Louvière Lauragais, Salle des fêtes : Le comité des fêtes de La Louvière organise un concours amical de belote. 5€ de participation, buvette et vente de pâtisseries. Les bénéfices seront au profit du TÉLÉTHON.

● Stéphanie Cascales / 04 68 60 32 93 /

PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

JEUDI 5 DÉCEMBRE, de 9h à 11h / 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.

● sur rendez-vous uniquement ,CMS de Castelnaudary / 04 68 23 55 82 /

MOIS DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE

JEUDI 5 DÉCEMBRE de 9h30 à 12h / Salles-sur-l'Hers, Énergies de la Piège : Dans le cadre du mois de la création d'entreprise, BGE Ouest Audois organise un atelier de sensibilisation à la création d'entreprise. Cet atelier se déroulera autour d'un petit déjeuner. Il sera animé par Marie Jo JOULIA. Inscription au préalable souhaitée : <https://www.entreprenez-en-occitanie.fr/le-mois-de-la-creation-reprise-dentreprises/>

● la BGE / 04.68.94.16.40 / bge.ouestaudois@orange.fr

TEMPS DE CIRQUE DANS L'AUDE

VENDREDI 6 DÉCEMBRE à 19h / Salles-sur-l'Hers, Mairie : « Hic », par la compagnie Tanmis. Entre acrobatie, équilibre sur objets, roue St Cyr et contrebasse, trois artistes composent dans et avec un espace réduit. De et avec Nathalie Bertholio, Simon Deschamps et Marco Quaresimin. Soutien dramaturgie : Arnaud Saury. Tous public dès 6 ans. Sur réservation.

● Réseau des médiathèques CCCLA / 04 68 60 57 80 / mediathequesalles@cccla.fr

ATELIER D'ÉCRITURE NAMUKA

SAMEDI 7 DÉCEMBRE de 10h à 13h / Salles-sur-l'Hers, Salle de la mairie : Namuka vous propose un atelier sur le thème : MÉMOIRE DE VIE – MÉMOIRE DE LIEUX. Agnès Savelli, auteure et animatrice d'ateliers d'écriture, propose d'explorer les lieux de mémoire et feuilleter l'album photos des lieux où nous avons vécu. Rendez-vous avec un cahier et un crayon. Tarif 15 € + adhésion à l'association. Les prochains ateliers vous seront proposés les samedis 18/01, 01/02 et 29/02. Pour tous renseignements et inscription contacter l'association.

● Namuka / 06 07 53 86 83 - 06 61 24 41 92 / associationnamuka@gmail.com

FRIPE DE LA PIÈGE

SAMEDI 7 DÉCEMBRE de 10h à 12h et de 14h à 17h / Salles sur l'Hers, 14, rue des Moulins : La friperie organise un petit marché de Noël. Venez faire vos emplettes : petits objets et décorations de Noël fabriqués artisanalement. La friperie sera fermée durant les vacances de Noël. Réouverture prévue le mercredi 8 janvier.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org

PERMANENCE MA COMMUNE MA SANTÉ

MARDI 10 DÉCEMBRE de 14h à 17h / Salles-sur-l'Hers, Communauté de communes : « Ma Commune, Ma Santé » s'adresse à tous ceux qui souhaitent retrouver une couverture santé de qualité et/ou économiser sur les cotisations mensuelles. Peuvent en bénéficier : retraités, personnes en recherche d'emploi, travailleurs non-salariés, intérimaires, jeunes sans emploi, fonctionnaires.

● Communauté de communes Castelnaudary Lauragais Audois / 05 64 10 00 48 ou 04 68 94 58 06 /

MARIONNETES

MERCREDI 11 DÉCEMBRE à 10h30 / Salles-sur-l'Hers, Mairie : « 4 petits tours et puis s'en vont... » Un voyage onirique et pourtant familier ponctué de quelques notes de musique et de chuchotements dans un univers lunaire où un personnage se tient. Par la compagnie « les petites choses ».

● Réseau des médiathèques CCCLA / 04 68 60 57 80 / mediathequesalles@cccla.fr

THÉÂTRE NAMUKA

VENDREDI 13 DÉCEMBRE à 19h30 / Salles-sur-l'Hers, Espace En Gauzy : Namuka vous propose, « Feu la mère de Madame », une pièce de théâtre de Georges Feydeau où les retournements de situations se succèdent dans un enthousiasme communicatif ! Pièce mise en scène par Carlos Pinto et interprétée par Sylvain Baurens, Flore Egal et Carlos Pinto. Ouverture des portes dès 19h30, buvette et petite restauration. Tarif : 10 et 12 € - Gratuit pour les enfants - Réservation conseillée.

● Namuka / 06 07 53 86 83 - 06 61 24 41 92 / associationnamuka@gmail.com

DÉCEMBRE
2019

Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le Lundi 2 décembre

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

par tél. au 04 68 60 38 98

ou email : contact@energiespiege.org



CASTELNAUDARY
LAURAGAIS
AUDOIS

COMMUNIC' Actif

CLUB DU PREMIER ÂGE

SAMEDI 14 DÉCEMBRE de 10h à 12h / Payra-sur-l'Hers, Salle de la mairie : 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 confections de gourmandises de Noël avec la participation de toutes les mamies qui souhaiteront venir passer un moment pour aider les enfants. Participation gratuite et sans inscription.

● accueil@energiespiege.org / 04 68 60 38 98

SORTIE NATURE

SAMEDI 14 DÉCEMBRE à 10h / Génerville, Lariscat : Venez découvrir les enjeux de conservation d'une retenue d'eau. Plus d'info sur sur Facebook Nature En Jeux .

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

DON DU SANG

LUNDI 16 DÉCEMBRE à 16h 30 / Salles-sur-l'Hers, Espace En Gauzy :

● Amicale des donneurs de sang : Sandy Aribaud / 06 19 38 66 93 /

PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

JEUDI 19 DÉCEMBRE de 9h à 11h / Salles-sur-l'Hers, Association Énergies de la Piège : Permanence de Véronique VISENTIN, assistante sociale du Centre Médico-Social du Département de l'Aude à Castelnaudary.

● sur rendez vous uniquement / 04 68 23 55 82 /

FERMETURE POUR CONGÉS

MARDI 24 DÉCEMBRE 12h / Salles-sur-l'Hers, 9, Rue des Rosiers : Le centre social et culturel Énergies de la Piège fermera ses portes le mardi 24 décembre à midi. Réouverture le jeudi 2 janvier à 8h30.

● Énergies de la Piège / 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org

CRÉATION D'ACTIVITÉ

SOPHROLOGUE certifiée RNCP, méthode P.E.C. Accessible aux enfants, adultes, seniors. Séances individuelles sur rendez-vous. 50 euros la séance de 1h.

Séances collectives de sophrologie : Le Mardi et Vendredi de 19h30 à 20h30. Prévoir tenue confortable (chaussettes) et bouteille d'eau. 10 euros la séance. Sur inscription.

Balade sophro-positive : Le Samedi de 11h à 12h. Séance collective avec sortie extérieure. Si mauvais temps, une séance classique sera proposée. Prévoir tenue adéquat à la marche + bouteille d'eau. 10 euros la séance. Sur inscription.

● 5, rue des Menuisiers 11410 Saint Michel de Lanès / 07 82 35 71 37 / chloe-meunier.com.

CRÉATION D'ACTIVITÉ

ENTRETIEN DE GOUTIÈRES : Gouttières en zinc, aluminium, PVC. Différents coloris disponibles. Pose de planches et de rives PVC, lambris aluminium ou PVC, habillage de planches de rives en aluminium. Devis gratuit.

● [Patrice FERRÉ Email / # / 07 63 27 31 31 /](mailto:Patrice FERRÉ Email / # / 07 63 27 31 31/)



L'équipe des salariés
et des administrateurs
d'Énergies de la Piège
vous souhaite de joyeuses fêtes !