

AVRIL
2024

Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le lundi 22 avril.

9, rue des Rosiers - 11 410, Salles-sur-l'Hers
04 68 60 38 98 - communicatif@energiespiege.org



TOUS LES MARDIS / 9H-10H / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE

CAFE PARLOTTE

Café parlotte c'est un moment d'échanges informels autour d'une tasse de café ou de thé. Tous les mardis matin, on y parle de la naissance du dernier, de la montée des prix, du dernier match de la coupe du monde féminine ou de la fibre qui est en panne...

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

TOUS LES DIMANCHES / TERRITOIRE

RANDONNEES

Amis marcheurs, rendez-vous le dimanche matin ou toute la journée pour découvrir notre territoire. Voir le site pour la programmation et autres informations : <https://marcheursdelapiege.wixsite.com/rando>.

● marcheursdelapiege@gmail.com

JEUDI 4, 11, 18, 25 AVRIL / 14H-17H / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE

**ATELIERS
NUMERIQUES**

Un rendez-vous régulier pour aborder toutes les questions liées au numérique. 2 groupes. Groupe 1 : intermédiaires, groupe 2 : confirmés. (les groupes ne sont pas hermétiques, si le contenu d'un autre groupe vous intéresse, vous êtes bienvenu.e.s) **Groupe 1** : Jeudi 04/04 - Scan, imprimante, comment les utiliser ? Jeudi 18/04 - Mon espace particulier des Impôts. **Groupe 2** : Jeudi 11/04 - Le tableur 1 : qu'est-ce qu'un tableur ? Jeudi 25/04 - Le tableur 2 : les fonctions de base.

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

VENDREDI 5 AVRIL / 20H30 / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE

SOPHROLOGIE

Nouvelle séance de sophrologie caycédiennne ouverte à tous à partir de 14 ans, proposée par le centre social et culturel et animée par Tania, Sophrologue caycédiennne. Ce moment de détente et de bien-être privilégié permettra d'expérimenter différents exercices pour écouter son corps et ses sensations, afin de vivre des instants de qualité et de se projeter dans un quotidien serein. Participation gratuite, sur inscription uniquement. Attention places limitées.

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

SAMEDI 6 AVRIL / 10H-12H / ST MICHEL DE LANES / PARC OU SALLE DES FETES

CLUB 1^{ER} AGE

Le club du 1^{er} âge propose une chasse aux œufs de Pâques au parc si le temps le permet ou des activités libres sur le thème de Pâques à la salle des fêtes en cas de mauvais temps. Proposé par le Centre social et culturel Énergies de la Piège dans le cadre de sa mission d'animation auprès des familles et de soutien auprès des parents, le club du 1^{er} âge est un espace dédié au partage et aux rencontres entre parents, grands-parents ou assistantes maternelles et enfants âgés de 0 à 4 ans. Telle une parenthèse dans le quotidien, il permet à tous de se retrouver pour passer un moment convivial. Participation libre et gratuite.

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

SAMEDI 6 AVRIL / 14H-17H / SALLES SUR L'HERS / LA FRIPE DE LA PIÈGE

**LES SAMEDIS DE
LA FRIP'**

Comme tous les 1ers samedis du mois, venez chiner ou déposer vos vêtements et petits objets à la Friperie de la Piège (de 10h à 12h et de 14h à 17h). Vous pourrez également profiter d'une animation « Les Samedis de la Frip' » tout l'après-midi et échanger avec les bénévoles autour du projet « La Frip' ».

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

DIMANCHE 7 AVRIL / 16H30 / EGLISE / SALLES-SUR-L'HERS

CHORALE

Chants classiques et traditionnels d'Europe par les chœurs "Les tréteaux de Régambert" (Salles sur L'Hers - sous la direction de Barbara Blaser) et "Arabesque" (Auzeville - sous la direction de Christine Lauxire). Entrée libre.

● 05 62 71 01 82 / zeldabou@orange.fr

MARDI 9 AVRIL / 18H30-20H30 / SALLES SUR L'HERS / ESPACE EN GAUZY

DANSE DE SALON

Cours adultes de rock, salsa, bachata ou kizomba pour niveaux débutant ou initié. Inscriptions sur place, participation 4€/pers ou 6€/couple.

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

VENDREDI 19 AVRIL / 9H-12H ET 15H-18H / JARDIN DE LA MÉDIATHÈQUE / SALLES SUR L'HERS

**CHANTIER
PARTICIPATIF**

La cabane à partage renaît de ses cendres sous une autre forme et a besoin de vous pour l'y aider. Bricoleur avéré ou du dimanche, dispo toute la journée ou 30 minutes, tout le monde est le bienvenu pour reconstruire cet espace de gratuité dans le village. Boissons offertes !

● 07 68 42 10 29 / animation.natureenjeux@gmail.com

COMMUNIC' ACTIF

MARS
2024

Découvrez notre agenda en ligne : www.energiespiege.org



COMMUNIC'ACTIF

- CLUB 1^{ER} AGE**
MARDI 23 AVRIL / 9H30-11H30 / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE
Le club du 1^{er} âge propose un atelier autour du livre (au centre social et non à la médiathèque comme annoncé sur le calendrier des rencontres). Proposé par le Centre social et culturel Énergies de la Piège dans le cadre de sa mission d'animation auprès des familles et de soutien auprès des parents, le club du 1^{er} âge est un espace dédié au partage et aux rencontres entre parents, grands-parents ou assistantes maternelles et enfants âgés de 0 à 4 ans. Telle une parenthèse dans le quotidien, il permet à tous de se retrouver pour passer un moment convivial.
Participation libre et gratuite.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
-
- DANSE DE SALON**
MARDI 23 AVRIL / 18H30-20H30 / SALLES SUR L'HERS / ESPACE EN GAUZY
Cours adultes de rock, salsa, bachata ou kizomba pour niveaux débutant ou initié.
Inscriptions sur place, participation 4€/pers ou 6€/couple.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
-
- PERMANENCE PAC DDTM**
MERCREDI 24 AVRIL / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE
Un professionnel de la PAC (Politique Agricole Commune) du service agriculture, forêt, eau et biodiversité de la DDTM assurera une permanence dans les locaux de la France Services afin de venir en aide aux agriculteurs dans leur déclaration PAC.
Renseignements EDP, FS 9 rue des Rosiers 11410 Salles sur l'Hers.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
-
- SOPHRO-NATURE**
JEUDI 25 AVRIL / 9H30-11H30 / BELFLOU / SALLE DES ARCHIVES
Atelier de lancement d'un cycle de 5 autres animations autour de la pratique de la sophrologie en contact avec la nature et de la découverte des plantes sauvages. Gratuit. Inscription obligatoire. Salles des archives : 7 rue de la mairie.
● 07 68 42 10 29 / animation.natureenjeux@gmail.com
-
- ASSEMBLEE GENERALE EDP**
VENDREDI 26 AVRIL / 18H30 / SALLES-SUR-L'HERS / LA FRIP'
L'association Énergies de la Piège tiendra son assemblée générale dans les locaux de la Frip', 14 rue du moulin à Salles-sur-l'Hers. Accueil, présentation des différents rapports et focus sur les activités seront suivis d'un moment convivial. Venez nombreux.euses.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
-
- SOIREE MOULES FRITRES**
SAMEDI 27 AVRIL / 19H30 / LA LOUVIERE LAURAGAIS / SALLE DES FETES
Tarifs adulte 17 € / enfant de 6 à 12 ans :10 € / gratuit pour les moins de 6 ans. Apportez vos couverts + assiette + verre. Réservation dans la limite des places disponibles.
● 04 68 60 36 54 (heures repas) ou 06 84 81 19 89
-
- PERMANENCE DES IMPÔTS REVENUS 2023**
MARDI 30 AVRIL / 9H / SALLES SUR L'HERS / ÉNERGIES DE LA PIÈGE
Un agent des services des impôts assurera une permanence dans les locaux de la France Services sur rdv uniquement pour vous aider à compléter votre déclaration des revenus 2023 ou répondre à vos questions.
Renseignements EDP, FS 9 rue des Rosiers 11410 Salles sur l'Hers.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
-
- FOOTBALL**
MERCREDI 1^{ER} MAI / 8H / SALLES-SUR-L'HERS
Le traditionnel tournoi sixte de football Aimé Portes est ouvert à toutes et à tous. Les 32 premières équipes seront inscrites (équipe composée de 8 joueurs).
Frais inscription : 80€ par équipes.
● Inscription au 06 10 68 18 79 ou 06 07 60 64 75
-
- 2^E REUNION PREPARATION RANDO DE LA PIÈGE**
VENDREDI 3 MAI / 20H30 / BARAIGNE / SALLE DU FOYER
Dernière réunion de préparation de la 28^e Rando de la Piège, ouverte à l'ensemble des habitants qui souhaitent s'investir sur la préparation de cet événement.
Renseignements auprès de l'association Énergies de la Piège ou du secrétariat de mairie de Baraigne.
● 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org