

JANVIER  
2023

## Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le lundi 23 janvier

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

04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)



ÉNERGIES  
de la PIÈGE

CASTELNAUDARY  
LAURAGAIS AUDOIS  
C.L.A. communauté

COMMUNIC'ACTIF

### VACANCES EN FAMILLE

#### JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

Le centre social et culturel Énergies de la Piège accompagne des familles du territoire dans la préparation de leur projet de vacances. Soutenu par la CAF de l'Aude, ce dispositif de soutien à la parentalité permet de mettre en œuvre des projets de vacances d'été et d'obtenir une aide financière sur les frais d'hébergements. Renseignements sur les conditions et inscriptions auprès de la coordinatrice familles du centre social et culturel.

Démarrage des accompagnements courant janvier.

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

### CLUB PREMIER ÂGE

#### SAMEDI 7 JANVIER - 10H - 12H / PAYRA-SUR-L'HERS - SALLE DE LA MAIRIE (1ER ETAGE)

Atelier « signer pour raconter » animé par Caroline de l'association Cocoon. Les signes associés à la parole représentent un outil qui permet aux bébés de pouvoir exprimer leurs besoins ou émotions avant de maîtriser le langage, développer sa motricité fine et enrichir sa relation à l'adulte, sa communication. C'est aussi un outil qui permet aux adultes une meilleure compréhension du bébé et favorise les interactions. Lieu de rencontres et d'échanges entre parents et enfants, le club du 1er âge s'adresse à tous les enfants âgés de moins de 4 ans, accompagnés de leurs parents, grands-parents ou assistantes maternelles.

Participation libre et gratuite au gré des envies et des disponibilités de chacun.

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

### CLUB COUTURE

#### TOUS LES LUNDIS - 19H30 - 22H / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

Vous aimez coudre ou avez juste envie de tester, cet atelier ouvert à tous les niveaux permet de découvrir la couture, en convivialité. Si vous n'avez pas de matériel, nous vous le prêtons (machine à coudre, petits matériels...). Animé par Anna Bidouille et Marie. Reprise le 9 janvier - Sans inscription - Gratuit - Repas auberge espagnole

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

### CLUB COUTURE ET ATELIER CREATIF JEUNES

#### MERCREDI 11 JANVIER - 14H - 17H / SALLES-SUR-L'HERS - FRIPE DE LA PIEGE

Club Couture : vous avez envie de tester la customisation, la couture ? Venez à la Fripe de la Piège avec ou sans votre matériel à la rencontre d'Anna Bidouille.

Atelier de loisirs créatifs : animé par Catherine de la Commission Culture, pour petits et grands. L'animation Jeunes aura lieu également à la fripe de la Piège. L'objectif est de créer des fabrications artisanales qui seront mis en vente à la prochaine action d'autofinancement des jeunes.

Gratuit - Sans inscription.

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

### PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE

#### JEUDI 12 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary.

● 04 68 23 55 82 / [MDS.Castelnaudary](mailto:MDS.Castelnaudary)

### SOIREE 10-13 ANS

#### VENDREDI 13 JANVIER - 17H - 21H / SALLES-SUR-L'HERS - ESPACE JEUNES

Cette soirée est pour les jeunes de 10 à 13 ans. Au menu, raclette et jeux de société. Une participation financière de 4€ est demandée.

Sur inscription - Place limitée.

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

### PORTEUR DE PAROLE ET VOEUX

#### SAMEDI 14 JANVIER - 10H30 / SALLES-SUR-L'HERS - VILLAGE & FRIPE

De 10H30 à 11H30 : Animation Porteur de Parole, au cœur du village. A la suite de la réflexion engagée sur l'avenir du bâtiment de la Fripe de la Piège et son aménagement, l'Association Énergies de la Piège vous donne rendez-vous pour échanger sur vos besoins et idées autour de cette question et d'un café, dans la rue commerçante de Salles sur l'Hers. A 11H30 : Vœux d'Énergies de la Piège, par la Présidente. Retrouvons-nous dans le bâtiment Fripe de la Piège, rue des Moulins à Salles sur l'Hers, pour les vœux 2023 et continuer les échanges sur le projet du bâtiment et son inscription au Budget Participatif 2023, en partageant le verre de l'amitié.

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

### FORMATION PSC1

#### SAMEDI 14 JANVIER - 9H - 17H / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

L'association Énergies de la Piège organise une formation PSC1 ouverte à tous, animée par Patrice Carlier, formateur. La Formation PSC1 permet à toute personne d'acquérir les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours. Participation 45€/personne. Possibilité de prendre le repas sur place.

Attention, places limitées. Inscriptions avant le 10 janvier.

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

### VERNISSAGE DE LA NOUVELLE EXPO

#### LUNDI 16 JANVIER - 18H / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

Énergies de la Piège réouvre ses murs aux expositions et vous convie au vernissage de cette proposition multi-artistes qui animera l'espace de l'association jusqu'à la fin du mois de Mars.

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

### CREPES PARTY

#### MERDREDI 18 JANVIER - 14H - 18H / SALLES-SUR-L'HERS - ESPACE JEUNES

Fabrication de crêpe pour le goûter et accès libre à l'espace jeunes. Une participation financière est demandée. Tarif de 2€ par personne. Sans inscription

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

Découvrez notre agenda en ligne : [www.energiesdelapiege.org](http://www.energiesdelapiege.org)

JANVIER  
2023

## Centre social et culturel Énergies de la Piège

Dépôt des informations avant le lundi 23 janvier

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

04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)



ÉNERGIES  
de la PIÈGE

CASTELNAUDARY  
LAURAGAIS AUDOIS  
C.L.A. communauté

### MERCREDI 18 JANVIER - 9H30 - 11H30 / MEZERVILLE - SALLE DES FETES

Atelier « marionnettes » coanimé par Emilie. Lieu de rencontres et d'échanges entre parents et enfants, le club du 1er âge s'adresse à tous les enfants de moins de 4 ans, accompagnés de leurs parents, grands-parents ou assistantes maternelles. Participation libre et gratuite au gré des envies et des disponibilités de chacun.

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

CLUB PREMIER ÂGE

### SAMEDI 21 JANVIER - 14H / SALLES-SUR-L'HERS - EN GAUZY

L'Assemblée Générale de l'Amicale des Aînés se tiendra le mardi 21 janvier 2023 à 14 heures, dans la grande salle d'En Gauzy.

● Guy Barthas : 06 58 04 29 00 / Jacques Asset : 06 85 67 19 35

AMICALE DES AINÉS

SESSION SPORTIVE  
BASKET-BALL

### MERCREDI 25 JANVIER - 14H30 - 15H30 / SALLES-SUR-L'HERS - ESPACE JEUNES

Session sportive basket. Gratuit et sur inscription.

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

PERMANENCE  
ASSISTANTE SOCIALE

### JEUDI 26 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary.

● 04 68 23 55 82 / MDS Castelnaudary

BILAN RANDO DE LA  
PIEGE

### VENDREDI 27 JANVIER - 18H30 / PAYRA-SUR-L'HERS - SALLE DES FETES

Tous les bénévoles qui ont prêté mains fortes à l'organisation de la 26<sup>e</sup> Rando sont invités à la réunion-bilan. Cette soirée sera l'occasion de se retrouver en présence de l'équipe des salariés de l'association Énergies de la Piège, des habitants et des élus de Payra sur l'Hers, et d'engager les préparatifs de la 27<sup>e</sup> édition. La réunion sera suivie d'un repas offert mais uniquement sur inscription. Les bénévoles qui n'auraient pas reçu d'invitation en date du 16 janvier sont invités à nous le signaler.

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

CAFE DES PARENTS

### SAMEDI 28 JANVIER - 10H / SALLES-SUR-L'HERS - ENERGIES DE LA PIEGE

La commission parentalité du centre social et culturel Énergies de la Piège propose aux parents de se retrouver autour d'un café ou d'un thé, avec leur enfant s'ils le souhaitent, pour partager leur expérience ou papoter sur le thème de « l'arrivée d'un enfant ». Qu'il soit le premier, le second ou le troisième d'une fratrie, l'arrivée d'un enfant suscite un changement et même pour certains un bouleversement ; un nouvel équilibre est à trouver au sein du foyer familial. Ce moment d'échanges sera coanimé par Anne-Cécile Véricel, consultante en parentalité et formatrice.

Participation gratuite sur inscription auprès du centre social et culturel.

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

SORTIE EXPOSITION  
NIKI DE SAINT PHALLE

### DIMANCHE 5 MARS - APRES-MIDI / TOULOUSE - MUSEE DES ABATTOIRS

Énergies de la Piège vous propose de découvrir la très belle exposition « Niki de Saint Phalle - Les années 1980 et 1990. L'art en liberté » proposée par le musée des Abattoirs de Toulouse. En fonction de la participation, nous pouvons nous y rendre en co-voiturage ou en bus. Sur inscription à partir du 9 Janvier jusqu'au 17 février. Plus d'information sur les modalités (moyen de transport, heure de rendez-vous, tarifs...) dans le courant du mois de février.

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

APPEL AU DON DE  
MATERIEL  
INFORMATIQUE

Vous possédez de vieux matériels informatiques obsolètes ou endommagés qui dorment dans votre cave ou votre grenier ? Pour certains d'entre eux, ils peuvent encore servir et retrouver une seconde vie par l'utilisation de leurs pièces détachées. Alors n'hésitez pas à prendre contact avec nous pour nous proposer cette ressource si précieuse.

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

*L'équipe d'Énergies de la Piège  
vous présente ses meilleurs vœux pour*

**2023**

COMMUNIC' ACTIF