

# PALAJA EN BREF

**BULLETIN MUNICIPAL MENSUEL  
AOUT 2016 N° 251**

[www.mairie-palaja.fr](http://www.mairie-palaja.fr) / [www.palajaenbref.fr](http://www.palajaenbref.fr)

## CE MOIS-CI

## INFORMATIONS MUNICIPALES

### INFORMATIONS MUNICIPALES

Le mot du Maire  
Mise au point  
Handisport  
Résultats de la collecte de sang  
Inscriptions listes Electorales  
Rentrée scolaire  
Accueils de Loisirs Périscolaires  
Restaurant scolaire  
Assistantes maternelles agréées  
Réglementation feux d'artifice  
Déchèterie  
Médiathèque  
**État Civil**

### Catéchisme

### SÉCURITÉ ROUTIÈRE

### FORUM DES ASSOCIATIONS

### ASSOCIATIONS

Pétanque  
Âge d'Or  
Handball  
Vitapause  
TC Briolet  
VTT  
Qi gong  
Tae Kwon Do  
Cap danse  
Gym Féminine  
Running club  
Chorale vocalises  
Les amis du vieux Palaja  
Ma vie  
Rugby passion  
Patchwork

### *LE MOT DU MAIRE*

*Au moment de rédiger ce « Mot », notre Pays vient une fois de plus de connaître la folie aveugle et meurtrière le 14 juillet à Nice, et tout récemment dans une église de Normandie. Ces deux attentats s'attaquent à des symboles forts de notre République et de notre société. Ils cherchent à semer la terreur et à déstabiliser notre population.*

*Jusqu'à alors, on pouvait imaginer que, pour faire un maximum de victimes, étaient privilégiés, les grands rassemblements, les lieux mythiques, les manifestations de masse. Aujourd'hui, l'assassinat d'un prêtre de 84 ans, qui disait sa messe quotidienne à 9h du matin, en présence de 5 fidèles, nous montre bien que ces actes odieux peuvent se produire partout et à tout moment.*

*Ceci nous prouve surtout que personne n'est à l'abri, que, malgré la mobilisation des Services de Renseignements et des Forces de l'Ordre, certains projets criminels sont imparables et qu'il est parfaitement légitime d'avoir peur. Nous allons devoir nous montrer unis, solidaires et vigilants et sans aller jusqu'à la psychose ou la délation, rester attentifs à tous comportements ou tous signes précurseurs d'un possible passage à l'acte.*

*Paul Ramoneda*



## MISE AU POINT

Lors de la présentation aux Parents d'élèves, de la chorale des enfants de l'école primaire, la municipalité a été publiquement et fermement mise en cause par Mr le Directeur sur les conditions inconfortables offertes aux parents pour apprécier véritablement la prestation de leurs enfants. Ces mauvaises conditions étaient dues, d'après lui, à la disparition de l'ancien podium qui servait autrefois à la Fête Locale, dans les années 70/80 et qu'apparemment il avait l'intention d'utiliser pour y installer les enfants !



Nous avons effectivement pris la décision de supprimer ce podium, situé hors de l'enceinte des écoles, il n'était pas utilisé depuis des années et servait d'entrepôt pour des vieilleries (tables scolaires cassées chaises, barrières, etc.). Ce bâtiment vétuste et fortement lézardé, présentait un risque certain. Par mesure de sécurité, nous n'aurions jamais donné l'autorisation d'utiliser ce bâtiment public pour y accueillir des enfants car le danger était réel et

il aurait été irresponsable de valider toute utilisation dans ces conditions.

Nous avons donc officiellement déposé, en mars 2016, un permis de démolir qui a été accordé, et nous avons enlevé cet édifice, véritable « verrue » au bord du chemin piétonnier récemment aménagé par les services municipaux.

Même si certains Palajonais, parmi les plus âgés peuvent avoir une certaine nostalgie pour les animations qui s'y sont déroulées dans les années 60/70, cet édifice vétuste, laid et dangereux ne pouvait, comme cela a été dit, représenter un élément du patrimoine de notre commune ! Il faut être sérieux !

Il faut que vous sachiez aussi qu'aucune demande n'a été formulée pour l'organisation de cette présentation et que, si cela avait été le cas, nous aurions fait tout notre possible pour mettre à disposition des élèves et de leurs enseignants, des infrastructures plus adaptées et plus confortables.

Chères Palajonaises, chers Palajonais, vous devez savoir que notre équipe municipale, contrairement à ce que peuvent affirmer certains, s'est investie et s'investit chaque année pour les écoles en mobilisant des moyens financiers, du personnel (Atsem, personnel d'entretien et de ménage, sécurité et prévention routière, encadrement des TAP, mise à disposition de la Médiathèque et de sa responsable), afin d'assurer le bien-être et la sécurité de nos élèves, les conditions de travail des enseignants et le confort des parents d'élèves. Beaucoup d'aménagement (rénovations diverses, réaménagement et sécurisation des parkings, aménagement du préau, etc.) ont été réalisés dans ce sens.

Les écoles, avec leur mission d'éducation, d'instruction et de formation, sont pour nous un pilier primordial et fondamental pour l'avenir de notre village.

En bref, j'espère que vous comprendrez notre dépit et notre déception face au mauvais procès qui nous est fait.

**Paul RAMONEDA, Le Maire**

## **Le Tour de l'Aude Handisport : 14<sup>ème</sup> édition**

### ***Étape à Palaja le 14 septembre***

Le Comité Handisport de l'Aude fédère l'ensemble des clubs et sections handisport du Département. Depuis de nombreuses années, les sportifs handicapés sillonnent toutes les routes du Département. Pendant 4 jours, ce « raid » permet de multiplier les rencontres avec des écoliers et leurs enseignants, des clubs sportifs...

Ce raid se révèle être un réel exploit sportif d'effort et d'endurance, du fait de l'importance des kilomètres parcourus (250) couplé à des qualités de courage, de persévérance et d'entraide nécessaires à la réalisation d'un tel projet.

Dans chaque ville d'arrivée d'une étape du Tour de l'Aude Handisport, un accueil des sportifs est organisé (mise à disposition des douches et repas du soir). Des démonstrations et initiations aux pratiques sportives Handisport sont proposées au grand public, aux enfants et aux membres des associations sportives de la ville.

## **RÉSULTATS DE LA COLLECTE DE SANG**

La municipalité remercie les **39 personnes** qui se sont mobilisées, lors de la collecte organisée le 11 juillet 2016 par les Etablissements Français du Sang. À cette occasion, **5 nouveaux donneurs** ont été recensés. La prochaine collecte se déroulera le 17 octobre 2016.

## **INSCRIPTIONS LISTES ÉLECTORALES**

Les nouveaux Palajonais, et les jeunes gens qui auront 18 ans avant le 28 février 2017, sont invités à se faire inscrire sur les listes électorales au

secrétariat de mairie **au plus tard le 31 décembre 2016.**

Se munir d'une pièce d'identité prouvant la nationalité française et d'un justificatif de domicile.

## **RENTÉE SCOLAIRE 2016 / 2017**

### ***Aide aux élèves Palajonais***

L'aide allouée aux élèves entrant au collège et au lycée est reconduite sous forme de bons d'achat, utilisables pour les fournitures scolaires (cahiers, stylos, agendas... sauf des livres). **Tout élève Palajonais** entrant en 6<sup>ème</sup> touche une aide de 35 € et ceux entrant en 2<sup>nde</sup> une aide de 50 €.

Les bons peuvent être retirés au secrétariat de mairie, sur justification de l'inscription dans un établissement scolaire, même hors département (pour les élèves internes). Ils sont valables dans les commerces, à CARCASSONNE, avec lesquels nous avons passé un accord.

- ▶ BREITHAUP CARIVEN, rue Courtejaire
- ▶ LACOSTE, boulevard Denis Papin et
- ▶ PLEIN CIEL, Zone La Ferraudière

### ***Nouveaux horaires***

Elle aura lieu le **jeudi 1<sup>er</sup> septembre 2016**. Les enfants n'étant pas encore enregistrés pourront se faire inscrire le jour de la pré-rentée à savoir le mercredi 31 août 2016.

Toutefois, il est demandé aux familles concernées de prendre contact avec le secrétariat de la Mairie au **04.68.79.62.15** qui leur indiquera les pièces justificatives à fournir.

**Les classes fonctionnent le lundi, mardi, jeudi de 8h45 à 12h et de 13h45 à 16h20, le mercredi et le vendredi de 8h45 à 12h.**

### **Accueil de loisirs périscolaires (C.I.A.S.)**

**Les T.A.P.** (Temps d'Activité Périscolaire) continueront toujours gratuitement pour les familles, **nouveaux horaires à partir de la rentrée 2016 le vendredi de 13h35 à 16h35** encadrés par des animateurs du CIAS sous la responsabilité de Fabien ALMERAS et de Victor SIOURAC

**Tél : 04.68.76.54.35 Portable : 06.72.51.99.01**

**Mail : ados.palaja@carcassonne-agglo-solidarite.fr**

**Siège : Foyer des jeunes au complexe sportif**

En dehors des horaires de classe, les enfants sont accueillis de 7h30 à 8h35, entre 12h et 13h35 et de 16h20 à 18h30 et le vendredi de 16h35 à 18h30.

Le mercredi et pendant les vacances scolaires, il existe un accueil de loisir spécifique, géré par les animateurs du C.I.A.S.

Les parents souhaitant obtenir des renseignements relatifs à l'inscription de leur(s) enfant(s) en Accueils de Loisirs Péri-scolaires (matin, midi et soir) peuvent se connecter sur le site de Carcassonne Agglo

**[www.carcassonne-agglo.fr](http://www.carcassonne-agglo.fr)**

↳ Enfance, jeunesse, séniors

↳ rubrique : L'enfance-jeunesse

↳ sous-rubrique : Accueils de Loisirs Péri-scolaires

Sont mentionnées les pièces à fournir pour la constitution des dossiers ainsi que les tarifs appliqués (coût à la journée ou forfait mensuel).

## **RESTAURANT SCOLAIRE**

### CONDITIONS D'ADMISSION :

La cantine est réservée aux enfants **dont les deux parents travaillent**. Les familles devront donc fournir les attestations de travail des deux parents, **dès la rentrée**, auprès du secrétariat de la Mairie.

### PAIEMENT :

Les repas sont **payables à l'inscription** et non à terme échu.

### FONCTIONNEMENT :

Les inscriptions se font à la semaine au moyen d'un imprimé que vous pourrez vous procurer au secrétariat de la Mairie.

Ce point concerne également les réservations par internet sur le site **[www.mairie-palaja.fr](http://www.mairie-palaja.fr)**

↳ Vie pratique et sociale

↳ Le groupe scolaire

↳ Inscription à la cantine

ou depuis la page d'accueil du site dans le bloc « Accès direct »

Les inscriptions s'effectuent auprès du Secrétariat de la Mairie  
**au plus tard le lundi avant 18 h pour la semaine suivante.**

Aucune inscription ne sera prise passé ce délai,  
sauf cas de force majeure dûment constaté.

**Ouverture du restaurant scolaire ► jeudi 1 septembre**

**Clôture des inscriptions ► Lundi 22 août 2016**

## **ASSISTANTES MATERNELLES AGRÉÉES**

Le Conseil Départemental met à disposition sur son site internet **www.aude.fr** la liste des assistantes maternelles agréées dans notre département. Vous pouvez y accéder dans la rubrique :

- Vivre dans l'Aude
- Mes enfants
- Vous cherchez un mode de garde près de chez vous
- Pour trouver une assistante maternelle près de chez vous...

La recherche peut être effectuée par nom, par commune ou par canton.

## **RÉGLEMENTATION FEUX D'ARTIFICE**

En application de l'arrêté préfectoral n° SIDPC 2016-07-12-01 nous vous informons que l'usage et le tir de feux d'artifices, de pétards et autres fusées, à titre privé, sont strictement interdits sur l'ensemble du territoire du département de l'Aude jusqu'au 15 octobre 2016 sous peine de sanctions pénales prévues aux articles 322-5 et 322-6 du code pénal.

## **DÉCHÈTERIE**

### ***Accès des particuliers en déchèterie***

Le Covaldem a décidé de mettre en place une identification par **carte de couleur** à l'accès de la déchèterie pour les habitants propriétaires de véhicules hors gabarit :

- Suite à un dépôt de dossier auprès du Covaldem **une carte verte** sera délivrée à l'usager qui est personnellement propriétaire du véhicule non lié à son activité professionnelle qui lui permettra d'accéder à la déchèterie après déverrouillage des portiques et du contrôle d'apport du volume maximal de 2m<sup>3</sup> par jour sur les 14 déchèterie de l'agglo.

## MÉDIATHÈQUE MUNICIPALE

La médiathèque rouvrira ses portes le **mardi 06 septembre 2016**.

Horaires d'ouverture au public :

- Les mardi, et jeudi de 16h30 à 19h
- Le mercredi de 14h à 19h
- Le vendredi de 14h à 18h

Comment s'inscrire ?

Tout simplement en nous communiquant vos nom, prénom, adresse et numéro de téléphone. Vous pourrez alors sans aucun frais emprunter 3 livres pour une durée maximum de 20 jours. Vous pouvez contacter Mme TERKI durant les heures d'ouverture au **04.68.79.85.73**.

SÉANCE « BÉBÉS LECTEURS »

Programmée le **mercredi 28 septembre** à 11h, elle aura pour thème "Les 4 saisons de loup".

Les places étant limitées, les personnes intéressées sont priées de s'inscrire auprès de Mme TERKI au **04.68.79.85.73**.

## ÉTAT CIVIL

MARIAGES

Nous avons le plaisir de vous informer des mariages de :

- **Benjamin VIZIO et Cindy RANFAING** le 21 mai au 5, Las Ortas
- **David MOISAN et Clarisse VIAULT** le 24 juin au 6, Lo Pech
- **Thierry MARIS et Sophie PEVERE** le 6 août au, 1 L'Espic

Nous présentons aux nouveaux époux nos sincères vœux de bonheur.

## NAISSANCES

Nous avons le plaisir d'accueillir parmi nous :

- **Ayah BERKOUKI** née le 26 juin au 43, Lo Briolet
- **Mila PARIS** née le 6 juillet au 6, L'Esteleta
- **Capucine PIVA** née le 20 juillet au, 15 rue Grenache

Tous nos voeux de bonheur aux bébés et nos félicitations aux parents.

## **CATÉCHISME**

Inscriptions catéchisme du CP au CM2 les mercredis **07 et 14 Septembre 2016 à partir de 17h30** au presbytère de l'église de Palaja.

Nous rappelons aux inscrits de l'année 2015/2016 que l'inscription est à renouveler à chaque nouvelle année scolaire.

Pour toutes informations supplémentaires, vous pouvez contacter Brigitte au **06 85 78 45 66**.

## **BILAN PREVENTION ROUTIERE 2015/2016**

La commune de Palaja a décidé depuis 2004 de s'investir dans le cadre de la prévention routière et sécurité routière, en détachant durant l'année scolaire un moniteur, en l'occurrence le policier municipal au profit des enfants de l'école primaire.

Cette année **20 interventions** ont été effectuées dans les classes de l'école primaire ainsi que des sorties en bicyclette.

Les thèmes qui ont été abordés pour les élèves de l'école primaire, avec différents supports proposés par les services de la Prévention et la Sécurité Routière sont :

- **L'environnement scolaire**
- **La ceinture de sécurité**
- **L'enfant passager**
- **L'enfant piéton**
- **Les panneaux de signalisation**
- **L'enfant à vélo**
- **Les équipements de sécurité**

En raison de l'implication de l'école primaire de Palaja (11) et des différents projets réalisés, celle-ci a bénéficié dans le cadre du Plan Départemental d'Action Sécurité Routière (**PDASR**) d'une somme de **400 €**.

Les classes de Mme TEISSEIRE Cathy **CM2**, Mme PONS Julie **CM2/CE2**, Mme JULIA Anne **CM1** et M. LECINA Thierry **CE2** ont pu être évaluées sur la piste d'éducation routière « **des SIGNAUX GIROD** » et également en salle afin de répondre aux questions du Code de la Route.

Ces évaluations ont été animées par M.BES Philippe (Policier National), MAISONNEUVE Guy et REY Fabrice (Policiers Municipaux de PENNAUTIER et PALAJA), moniteurs Prévention Routière et Intervenants Départementaux Sécurité Routière. Par la même occasion, il a été remis aux enseignants des 4 classes, des chasubles.



Les enfants sélectionnés

Sortie à **Port-Leucate/ La Franqui** avec la classe de Mme JULIA le 21 juin 2016.

Le **15 juin** a eu lieu à **LEZIGNAN CORBIERES (11)** la Finale Départementale de la Prévention Routière. 80 enfants étaient réunis pour la circonstance avec trois épreuves au programme : (théorique, maniabilité et circulation sur piste routière).

Satine **NAUZES-PAYROUSSE** et Antony **VERON** avaient été retenus dans les épreuves de sélection et ont représenté brillamment l'Ecole primaire de Palaja.

Antony **VERON** s'est classé 2<sup>ème</sup> à cette finale remportant pour l'occasion une coupe ainsi qu'une trottinette.



Remise des prix

La Municipalité de Palaja a bien compris que la politique de prévention menée au sein de l'école ne peut être efficace que si l'action est pérenne.

La réussite de la prévention routière à l'école primaire de Palaja repose sur trois piliers fondamentaux indissociables qui sont :

- L'investissement de la commune sur le long terme au profit des enfants,
- La mise à disposition d'un moniteur Prévention Routière
- La réponse à la demande des enseignants..



10 SEPTEMBRE 2016

Salle Polyvalente

Affiche Réalisée  
pour le CMJ  
de PALAJA

Cette affiche a été réalisée par le Conseil Municipal des Jeunes

# Deuxième Edition du Forum des Associations

## Samedi 10 septembre 2016, à partir de 14h

### Salle Polyvalente-Complexe Sportif

## Deuxième Edition du Forum des Associations

Fort de sa réussite en 2015, l'ensemble des Associations, en partenariat avec la Municipalité de Palaja, souhaite renouveler le Forum des Associations, qui de l'avis de tous, était une belle journée.

- ✓ Avec plus d'animations, **grâce à la Compagnie de la Harde**, accompagnée de ses musiciens **les Tanneurs de Drac**, de ses danseuses, de ses jongleurs, de ses cracheurs de feu
- ✓ Avec la bonne humeur de **Dj Pat Music** qui reviendra pour la journée, et pour la soirée dansante
- ✓ Avec l'énergie et le dévouement constant des **Associations Palajanaïses**
- ✓ Avec l'esprit d'équipe et l'envie bien faire de la **Commission Municipale « Vie Associative »**
- ✓ Un stand de la municipalité prévu pour accueillir **les nouveaux Palajanaïses**.

**Rendez-vous le 10 septembre pour fêter la rentrée !**

On vous attend nombreux, petits et grands pour vous présenter toutes les activités sportives et culturelles proposées tout au long de l'année par les Associations de Palaja.

Un repas dansant clôturera cette journée festive. **Moules-Frites à volonté. 12 € par personne, 6 € enfant de 6 à 12 ans, gratuit – 6ans. Réservation en mairie jusqu'au 7 septembre 2016.**

*Le programme détaillé de la manifestation vous sera distribué dans les boîtes aux lettres début septembre.*

# ASSOCIATIONS

## PETANQUE

**SAMEDI 8 OCTOBRE 2016**

**DINER-SPECTACLE**

**des « 60 ans »**

**du PETANQUE CLUB PALAJANAIS**

### MENU

*SALADE GOURMANDE*

\*\*\*

*CUISSE DE CANARD SAUCE À  
L'ORANGE  
ET SA GARNITURE*

\*\*\*

*PLATEAU DE FROMAGES*

\*\*\*

*GATEAU*

\*\*\*

*Apéritif, vins rouge et rosé, café,  
blanquette.*

### **Participation**

Membres 20€/pers. Invités 30€/pers

Inscriptions auprès des membres  
du bureau

Jusqu'au mercredi 28/09  
dernier délai

SPECTACLE VARIETE-CABARET



Par « GROUPE ECLECTIK »  
SOIREE DANSANTE



ANIMEE PAR « DJ JIMMY RAY »

# ÂGE D'OR

## *Programme de septembre*

- **Mardi 6 :** CONCOURS DE BELOTE à 14h30
- **Jeudi 8 :** LOTO MENSUEL à 14h30  
CONSEIL D ADMINISTRATION à 17h30
- **Samedi 10 :** **FORUM DES ASSOCIATIONS à 14h30**
- **Vendredi 16 et 23 :** REUNIONS D'INFORMATIONS UFC QUE CHOISIR  
Les seniors et l'alimentation  
Les arnaques  
**Salle de l'Age d'Or à 14h30**
- **Du 26 au 30 :** LES TRESORS DU PAYS BASQUE  
Deux points de ramassage sont prévus :  
PALAJA devant le jardin d'enfants près de la Mairie,  
CAZILHAC place de la Noria  
Les horaires seront communiqués dès connaissance.
- **Vendredi 30 :** JOURNEE GRATUITE OFFERTE PAR PRO CONFORT  
Présentation le matin à **9h** dans la salle de l'Age d'Or, des articles de la société sans obligation d'achat. Un repas sera servi le midi dans la salle de réception, Loto dans la salle de l'Age d'Or.  
**Seules les personnes présentes le matin seront acceptées au repas et au loto. COMPLET**

## *Animation à venir*

- **Vendredi 14 octobre :** **REPAS DES ADHERENTS** - Salle polyvalente à 12h. Inscription obligatoire. Apportez vos couverts.

## **CLUB FORME PALAJA**

### *"25 ans d'expérience et de savoir faire"*

Le Club Forme informe les adhérents et toutes personnes intéressées par la pratique de :

MUSCULATION – FITNESS – CARDIO TRAINING – STECHING- STEP  
RENFORCEMENT MUSCULAIRE – ABDO/FESSIERS – AVIRON INDOOR  
la reprise de ses activités à partir du **lundi 5 septembre 2016.**

# PALAJA PASSION HAND BALL

## *PORTES OUVERTES*

- Équipe moins de 9 ans (nés en 2008 et 2009) : samedi 3 et 10 septembre de 9h45 à 11h
- Équipe moins de 11 ans (nés en 2007 et 2006) : lundi 5 et 12 septembre de 17h30 à 19h et mercredi 7 et 14 septembre de 16h30 à 17h30
- Équipe moins de 15 ans féminines (nées en 2002 et 2003) mardi 6 et 13 septembre à 18h et Jeudi 8 et 15 septembre à 18h
- Équipe moins de 13 ans masculins (nés en 2004, 2005) : mercredi 7 et 14 septembre
- Équipe moins 15 ans masculins (nés en 2002 et 2003) : vendredi 9 et 16 septembre de 17h30 à 19h )
- Équipe moins de 18 ans (nés en 2001, 2000 et 1999) et pour les moins de 15 ans masculins (nés en 2002 et 2003) : vendredi 9 et 16 septembre de 19h à 20h30

## TC LE BRIOLET

### *Information rentrée 2016/17*

Le programme 2016/17 est disponible sur notre site [www.tclebriole.fr](http://www.tclebriole.fr)  
Les inscriptions pour la nouvelle saison seront prises aux dates suivantes :

#### A Cazilhac

- ⇒ Le **Mercredi 7 Septembre** de 16h00 à 19h30
- ⇒ Le **Vendredi 9 Septembre** de 16h00 à 19h30

#### A Palaja

- ⇒ Le **Jeudi 8 Septembre** de 16h00 à 19h30
- ⇒ Le **Samedi 10 Septembre** de 10h à 12h30

Début des cours la semaine du lundi 12 au 16 septembre, des séances d'essais y seront organisées.

## VITAPAUSE

Vous propose des activités physiques pour tout âge du débutant aux sportifs confirmés (cours collectifs et semi collectifs) : Fitness / minceur /

pilates / yoga / gym / culture physique / techniques de relaxation / récupération / école de posture et de la respiration. L'association vitapause est agréée jeunesse et sports et partenaire des programmes sports santé sur l'Aude.

**Public** : femmes et hommes, du débutant au sportif confirmé et compétiteur (ados, adultes, seniors) , personnes atteintes d'une ALD ou maladies chroniques, douleurs évolutives.

**Vous souhaitez vous réinscrire ou essayer nos cours et rencontrer notre enseignante : lundi 29 août de 18h à 20h** (salles polyvalente de Palaja) et d'autres permanences sur Carcassonne

**Reprise des cours le lundi 05 septembre 2016**

Contact : [vitapause@gmail.com](mailto:vitapause@gmail.com), <http://www.vita-pause.fr> ou au 06.13.43.71.

## V.T.T

Reprise des sorties de l'école VTT de PALAJA le samedi **10 septembre 2016** pour tous les enfants inscrits sur la saison précédente. Pour les nouveaux venus ou les personnes désireuses d'avoir des informations, nous vous donnons rendez-vous sur notre stand ce même jour au 2<sup>ème</sup> Forum des associations de PALAJA.

Vous pouvez aussi vous rendre sur le site internet du VTT CLUB : [www.vttpalaja.fr](http://www.vttpalaja.fr) (rubrique école) pour télécharger le dossier d'inscription ou nous envoyer un mail sur [contact@vttpalaja.fr](mailto:contact@vttpalaja.fr)

La semaine suivante le samedi 17 septembre 2016, une compétition de VTT X-COUNTRY sera organisée sur les terrains se situant entre le BORDEUR et PALAJANEL. Pour la première fois cette compétition comptant pour le championnat départemental sera ouverte à toutes les catégories (y compris adultes).

Nous vous donnons donc rendez-vous dès 9h pour assister aux premières courses de la journée. Venez nombreux et nombreuses encourager nos coureurs. Retrouvez les dernières news du club sont sur [www.vttpalaja.fr](http://www.vttpalaja.fr) et [www.facebook.com/vttPalaja](https://www.facebook.com/vttPalaja)



# QIGONG

## *Nouveaux horaires*

Dès le 13 septembre prochain, l'association « **Les Mouvements du Corps** » animée par Agnès et Paul Siemen, proposera à Palaja 2 cours hebdomadaires : le **mardi de 18h30 à 19h30** à la salle de réception (près du stade de foot) et le **mercredi de 11h à 12h** à la salle de danse (complexe sportif).

Le **QiGong** est une gymnastique millénaire chinoise dont l'objectif principal est l'accès à une activité corporelle ouverte à tous, favorisant la détente, la prévention et le bien-être.

Agréée par le ministère de la Jeunesse et du Sport, l'association « **Les Mouvements du Corps** » est par ailleurs signataire de la charte « **Sport, Santé, Bien-Être** ».

Pour tout renseignement sur les modalités d'inscription et les tarifs, merci de contacter Paul Siemen au 04 68 79 79 21 ou rendez-vous sur le site de l'association ou notre page facebook : lesmouvementsducorps

# TAE KWON DO

## **Main-Ho Dojang PALAJA**

La reprise des cours de Tae Kwon Do aura lieu le lundi **12 septembre 2016** à partir de 18h00.

### Horaires des cours :

#### ➤ Lundi :

- 18h00 à 19h00 : enfants 6 à 11 ans
- 19h00 à 20h15 : adultes + de 12 ans.

#### ➤ Jeudi :

- 18h00 à 19h00 : enfants 6 à 11 ans
- 19h00 à 20h15 : adultes + de 12 ans.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter Alain Juanole au **04.68.79.81.97** ou le **06.22.59.51.01**.

Sportivement. Alain et son équipe vous attendent.- Contact au 2 rue la Requesta - 11570 PALAJA - mail : [alain.juanole@orange.fr](mailto:alain.juanole@orange.fr)

## CAP DANSE

L'Association CAP DANSE reprendra ses cours de Hip Hop et de Jazz de 4 à 77 ans avec Lisa BELLIATO, le mardi **20 septembre 2016**.

Inscription au Forum le 10 septembre 2016. Planning des cours à valider selon inscriptions. Pour plus d'infos : Yannick Lemaire : **06.87.78.77.09**  
Sophie Millet : **06.77.08.53.57**

## GYM FÉMININE

Le club de Gym Féminine Palajanaise informe ses adhérentes et toute personne intéressée que les cours de gym reprendront le **mardi 13 septembre 2016**.

Ils auront lieu le mardi à 19h30 et le jeudi à 20h15 au gymnase.

Au programme : step, abdos, fessiers et bien d'autres plaisirs !  
Le tout dans une bonne ambiance...

### Tarifs :

- ▶ 40 € l'année pour 1 heure de cours par semaine
- ▶ 65 € l'année pour 2 heures de cours par semaine

L'âge minimum pour adhérer est de 16 ans. Venez nombreuses nous rejoindre ! Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Isabelle par téléphone au **04.68.79.72.01** (de 18h à 21h) ou bien par mail : [zaziisabelle@yahoo.fr](mailto:zaziisabelle@yahoo.fr)

## ***RUNNING CLUB PALAJA.11***

*Le Running vous propose la 1<sup>ère</sup> édition de la course pédestre nature*  
« **La Palajanaise** » le dimanche **25 septembre 2016**

Distance : 12,4 km (dénivelé + 151m) - Départ de la course : 09 h 30 au stade de Palaja (11) - Arrivée : au stade de Palaja - Frais d'inscription : **10 €**

Ouvert à tous hommes, femmes et mineurs à partir de 16 ans (nés en 2000 avec autorisation parentale).

**Contact :** Mr et Mme Jacky LOISON : **06.58.06.27.70** ou **06.58.13.49.63**

RUNNING CLUB PALAJA.11 – 11 rue La Jonquiera – 11570 PALAJA

Pré-inscription possible par mail au : **[runningpalaja.11@gmail.com](mailto:runningpalaja.11@gmail.com)**

Fiche d'inscription disponible à la Mairie.

# CHORALE VOCALISES

## *La nouvelle saison va commencer*

Toujours sous la conduite de la chef **Naira Yaver-Oganessian**, la chorale Vocalises entamera cette année avec un programme de concerts chargé dont les détails seront portés à la connaissance du public à l'occasion de chaque événement.

A l'orée de la saison nouvelle, et même en cours de saison, tous ceux qui voudront partager notre aventure seront les bienvenus. Vous aimez chanter, vous appréciez les chants traditionnels, contemporains ou plutôt classiques, vous n'appréhendez pas de côtoyer des grands auteurs : Mozart, Fauré, Gounod..., même si vous ne lisez pas couramment la musique, venez nous rencontrer à l'une de nos répétitions. Vous y verrez l'ambiance à la fois bon enfant et studieuse qui y règne. Vous y ferez la connaissance des choristes et de notre chef Naira. Vous contribuerez ainsi à agrandir notre cercle et faire en sorte que nos prochains concerts soient de plus en plus appréciés.

**La première répétition aura lieu le lundi 29 août 2016.**

Pour prendre contact, toutes les informations concernant la chorale Vocalises se trouvent sur le site internet de la Mairie de Palaja: **mairie-palaja.fr** à la rubrique Associations.

**Nos répétitions se déroulent tous les lundis de 20h30 à 22h30 à la salle des Conférences** (au sein du complexe sportif de Palaja).

Bienvenue à tous.

## **LES AMIS DU VIEUX PALAJA**

### *Vide grenier*

L'association "Les Amis du Vieux Palaja" organise son traditionnel vide-grenier le **dimanche 18 septembre 2016**. Il est conseillé de réserver d'ores et déjà votre place.

Le prix de l'emplacement a été fixé à **10 € les 6 mètres** avec possibilité de garer les véhicules sur tous les emplacements.

Le petit-déjeuner sera offert aux exposants. Possibilité de restauration sur place. Le meilleur accueil vous sera réservé.

Renseignements et inscriptions au **04.68.79.63.68** ou **06.87.28.05.54** ou **04.68.79.74.27**.

Le prix a été fixé à 6 € les 2 mètres ( tables fournies ).

N'attendez pas le dernier moment pour réserver, places limitées

*Pour tous renseignements et inscriptions: 04.68.79.63.68 ou 04.68.79.74.27*

## **SANTE-VOUS BIEN AVEC L'ASSOCIATION MA VIE !**

Nous vous attendons, en septembre 2016, pour une reprise chargée en énergie et en bonne humeur afin de vous accompagner pour cette nouvelle année.

A l'heure où la prescription de l'activité physique par le corps médical est en première ligne, les études scientifiques, les médias, les professionnels de santé, ... n'ont jamais été autant convaincus par ses bienfaits. Une pratique régulière est bonne pour la santé, quel que soit son âge, son état de santé et/ou son niveau d'autonomie.

En tant qu'acteur de la prévention santé et spécialiste des Activités Physiques Adaptées (APA), nous vous proposons de participer à la Gym'Santé Seniors à travers une pratique ludique, conviviale et adaptée, encadrée par un professionnel diplômé. Les bienfaits de nos ateliers sont multiples : maintenir et améliorer ses capacités physiques, rencontrer d'autres personnes, partager un moment agréable et bénéfique pour sa santé, connaître les bonnes pratiques...

Motricité, posture, équilibre statique et dynamique, coordination, souplesse, double tâche, mémoire, sollicitation articulaire et musculaire, ... sont autant de dimensions sollicitées durant l'activité dans un cadre sécurisé. Ces ateliers, qui favorisent le mouvement, l'échange, l'entraide, la convivialité et la bonne humeur, vous permettront de bien vieillir.

Ces ateliers hebdomadaires sont ponctués d'évaluations spécifiques à vos aptitudes physiques trois fois dans l'année. Cette méthodologie permet que votre pratique soit la mieux adaptée et la plus individualisée possible, mais également de quantifier les progrès et les bienfaits apportés par une telle activité.

C'est donc à partir du 20/09/2016 que l'association MA Vie vous propose de venir pratiquer l'activité « Gym'santé seniors », tous les mardis

de 15h45 à 16h45 et/ou tous les jeudis de 9h à 10h, à la grande salle polyvalente, 11 570 Palaja.

Si vous le souhaitez, une séance d'essai est possible afin de voir si le contenu de l'activité correspond à vos attentes et vos besoins.

N'hésitez pas à contacter Marion LAUZE au 06.15.83.69.27 pour toute demande de renseignements.

## **RUGBY PASSION PALAJA**

### ***Escapade à BARCELONE***

Quel plus grand plaisir pour les membres d'une association de se retrouver ensemble lors d'une escapade amicale qui lie les hommes et leur passion ! Finale du Top 14 au Nou Camp de Barcelone pour bon nombre de copains de Rugby Passion Palaja.



Un séjour mémorable, à l'image d'une nouvelle saison réussie, rassemblant au fil des jeudis ensoleillés ou pluvieux 15 à 30 amoureux du ballon ovale. Le Président CUBILLIER, nouvellement réélu, donne rendez vous à tous dès la rentrée pour la reprise des entraînements et le **10 septembre** pour le Forum des associations.

## **PATCHLAJA**

### ***Une riche année***

L'Association de Patchwork Patchlaja vient de clôturer une année dynamique par une visite à Rodez, au Musée Soulages pour voir les œuvres et aussi la nouvelle exposition Picasso. L'inauguration de notre nouvelle salle a aussi été célébrée et nous y serons à nouveau le 5 septembre 2016 à 14h00. Pour toute personne intéressée par nos activités, venez nous rejoindre rue Lauseta.