

UNE AIDE POUR S'INSCRIRE
DANS UNE ASSO
en page 3

FORUM DES ASSOS
LE 9 SEPTEMBRE
à la Musardière

VIDE-GRENIER
LE 27 AOUT
sur le terrain de rugby

N° 150 – Aout 2023

Pechabou

www.pechabou.fr • mairie@mairie-pechabou.fr • 05 61 81 76 33

La Gazette



**PECHABOU EN FÊTE,
20 ANS DE JUMELAGE AVEC SANT JORDI
DU 1^{ER} AU 3 SEPTEMBRE**



Dimanche 27 aout

- Vide-grenier
Terrain de rugby

1^{er}, 2 et 3 septembre

- Pechabou en fête

Lundi 4 septembre

- Club lecture
Médiathèque

Mercredi 6 septembre

- Bébés lecteurs
Médiathèque

Samedi 9 septembre

- Forum des associations
Salle de la Musardière

Samedi 9 septembre

- Pecha'Bout de laine
Médiathèque

Lundi 11 septembre

- Café des aidants
Salle des glaces

Jeudi 14 septembre

- Réunion de rentrée de l'APE
Maison des associations

Vendredi 15 septembre

- Concert
Salle de la Musardière

Jeudi 28 septembre

- Repas intergénérationnel
Salle des glaces

Lundi 9 octobre

- Café des aidants
Salle des glaces

Mercredi 4 octobre

- Atelier manga
Médiathèque

Vendredi 13 octobre

- Théâtre
Médiathèque

Samedi 14 octobre

- Atelier philo
Médiathèque

Jeudi 19 octobre

- Repas intergénérationnel
Salle des glaces

Lundi 20 novembre

- Café des aidants
Salle des glaces

Jeudi 23 novembre

- Repas intergénérationnel
Salle des glaces

Lundi 11 décembre

- Café des aidants
Salle des glaces

Édito

Pechabou en fête-s !

L'été, c'est la belle saison, le temps des retrouvailles en famille, entre amis, temps gourmand et festif, temps de pause et de repos, temps d'évasion, de liberté, d'insouciance pour goûter la vie, autrement. Nous voici déjà au mois d'aout et alors que l'été bat son plein au son des cigales (désormais pechaboliennes... vous les avez sûrement tous entendues dans les jardins ou au détour d'une promenade), Pechabou se prépare aux festivités qui seront, au niveau communal du moins, le point d'orgue de cette période estivale.

Pour ceux qui n'ont pas franchi la frontière espagnole pendant leur vacances, et bien c'est l'Espagne qui viendra à vous à la fin du mois d'aout pour fêter dignement au son de bandas et fanfare les 20 ans de notre jumelage avec la commune de Sant Jordi.

C'est une délégation de plus d'une centaine d'amis espagnols qui quittera son petit écrin niché entre mer et montagne, à quelques encablures à peine du delta de l'Ebre et de Valence, pour nous faire vivre à l'heure espagnole le temps d'un weekend.

Nous les accueillerons lors de la fête de Pechabou, orchestrée comme chaque année par le comité des fêtes et qui prendra pour l'occasion des airs ibériques avec de beaux moments de joie, d'amitié et de partage au programme...

D'autres dates et rendez-vous avant la fin de l'été sont également à retenir. Parmi eux, le vide-grenier de Pechabou bien sûr, que grands et petits attendent chaque année avec impatience, un apéro concert au Bar du Bout de la Colline (du blues au menu, parce que la rentrée sera proche...) et le forum des associations enfin, qui signifiera avec de belles nouveautés la reprise des activités collectives pour la saison 2023-2024.

En attendant ces perspectives réjouissantes, je vous souhaite à toutes et tous de bien profiter de ce bel été et rendez-vous très vite pour le fêter ensemble et comme il se doit !

Dominique Sangay
maire de Pechabou

La newsletter est de retour !

Vous pouvez retrouver sur la lettre d'information hebdomadaire tous les articles parus sur le site de la mairie. Pour vous abonner, rendez-vous sur la page d'accueil dans la section **Lisez la newsletter**.



ÉTAT CIVIL

■ Naissances

Thomas Wambete Bertazzon né le 6 juin 2023
Kaëmeron Clain né le 18 juin 2023

■ Mariages

Voahangy Rajohanta et **Bernard Riviere** le 13 mai 2023
Gwenaëlle Juffroy et **Taufik El Mastouli** le 3 juin 2023
Wendy Paguaga Lopez et **Aymeric Serradeil** le 24 juin 2023
Julie Cadoux et **Thomas Richard** le 29 juillet 2023

Liste non exhaustive publiée avec l'accord des familles.

Café des parents



Que vous soyez jeunes parents, beaux-parents, grands-parents ou arrière-grands-parents, vous êtes les bienvenus ! Une nouvelle équipe bienveillante vous attend tous les mardis de 9 h à 11 h (hors vacances scolaires) autour d'un café à la médiathèque de Pechabou. L'association RegARDS (www.soutien-parent-regards.org^{qr1}) et la municipalité proposent des échanges avec l'éclairage d'une professionnelle de la famille accompagnée de l'agente sociale. Vous trouverez au café des parents la possibilité d'échanger sur vos questionnements autour de la parentalité dans une ambiance conviviale et en toute confidentialité.

Date de reprise : le mardi 5 septembre.

N'hésitez pas à nous contacter au 05 62 16 78 24, 06 70 59 67 31 (aux horaires d'ouverture de la mairie) ou écrire à ccas@mairie-pechabou.fr^{qr2}



Café des aidants

Une fois par mois, l'association RegARDS (www.soutien-parent-regards.org^{qr1}) et la municipalité proposent un espace d'échange et de rencontre pour les aidants familiaux. Vous pourrez partager vos questionnements, vos joies, vos inquiétudes dans un cadre convivial et en toute confidentialité, accompagné d'une professionnelle de la famille et de l'agente sociale. Prochaines rencontres : lundi 11 septembre, lundi 9 octobre, lundi 20 novembre, lundi 11 décembre de 14 h à 15 h 30 à la salle des glaces.

N'hésitez pas à nous contacter au 05 62 16 78 24, 06 70 59 67 31 (aux horaires d'ouverture de la mairie) ou écrire à ccas@mairie-pechabou.fr^{qr2}

👍 Un coup de pouce pour s'inscrire auprès des associations de Pechabou

Pour cette rentrée 2023, le CCAS de la commune de Pechabou a décidé de reconduire son action en faveur des familles dont le quotient familial CAF est inférieur à 699 €, pour l'inscription de leurs enfants à une activité culturelle ou sportive d'une association de la commune.

Le bon ci-dessous est à présenter à l'association pour obtenir une réduction de 70 € sur le cout annuel de l'activité choisie par votre enfant.

Attention :

- cette aide ne vaut que pour les associations pechaboliennes ;
- le bon n'est valable que pour une seule activité par enfant.

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Haleh Charabiani au 06 63 40 83 69 ou Blandine Lidy au 06 33 29 02 12.

Partie à compléter uniquement par l'association (l'association se charge de remettre le bon au CCAS de Pechabou)

Nom et prénom de l'enfant concerné par la déduction :

.....

Nom et tampon de l'association :

.....



Repas intergénérationnels



Un jeudi par mois, dans la salle des glaces, la municipalité organise un repas ouvert à tous, pour un moment d'échange entre les habitants.

Les prochains repas auront lieu **le 28 septembre, le 19 octobre et le 23 novembre.**

Pour réserver (au plus tard le mardi précédent) : www.pechabou.fr/repas-intergeneracionnel-bulletin-reservation^{qr code 1}
05 62 16 78 24 ou 06 70 59 67 31 ou ccas@mairie-pechabou.fr^{qr code 2}

Le CLAS en mode vacances...

Une chasse au trésor a clôturé l'année du CLAS (contrat local d'accompagnement scolaire). Par équipes de deux ou trois, nos petits aventuriers ont dû résoudre neuf énigmes disséminées dans le parc de la mairie, pour accéder au trésor.

Toutes les équipes ont brillamment réussi l'ensemble des épreuves !

Bravo aux enfants, merci à Milena qui a organisé ce grand jeu et merci aux bénévoles pour leur investissement et leur enthousiasme !
« C'était trop bien ! », ont déclaré les enfants.



PECHABOU



*Le bon sens
dans
mon assiette*

*À chaque séance,
un moment ludique
pour apprendre sur
l'alimentation, un
atelier culinaire et un
repas partagé.*

Programme animé par une diététicienne. Venez avec vos questions !

- | | |
|--|---|
| <p>1 BIEN MANGER POUR BIEN VIVRE
Lundi 9 octobre 2023
9 h 30-14 h</p> <p>2 MON ALIMENTATION
Lundi 6 novembre 2023
9 h 30-14 h</p> <p>3 LA FOURCHETTE À LA RETRAITE
Lundi 20 novembre 2023
9 h 30-14 h</p> | <p>4 LE VRAI-FAUX DES ÉTIQUETTES ALIMENTAIRES
Lundi 4 décembre 2023
9 h 30-14 h</p> <p>5 ET SI ON MANGEAIT PLUS VÉGÉTAL ?
Lundi 18 décembre 2023
9 h 30-14 h</p> <p>6 PAPOTE ET POPOTE
Lundi 8 janvier 2024
9h 30-14 h</p> |
|--|---|

INSCRIPTIONS

Au CCAS 05 62 16 78 24 ou 06 70 59 67 31
ou auprès de Blandine LIDY 06 33 29 02 12

Salle des glaces
Rue du Fort
31320 PECHABOU



Programme gratuit, réservé aux personnes de plus de 60 ans dans la limite des places disponibles

Opération financée par





Un bizutage bon enfant, pour Perrine, la nouvelle directrice de l'école maternelle

Médiathèque

Rendez-vous de la médiathèque

En septembre

- Lundi 4 de 14 h 30 à 16 h 30 : club lecture.
- Mercredi 6 de 10 h 15 à 10 h 45 : bébés lecteurs.
- Samedi 9 de 11 h à 12 h : atelier tricot Pecha'bout de laine.
- Magic cocoon, cabane à histoires pendant tout le mois !

En octobre

- Mercredi 4 de 16 h à 18 h : atelier Manga à partir de 10 ans (accompagné d'une expo Manga du 26/09 au 6/10), offert par la médiathèque départementale.
- Vendredi 13 à 20 h 30 : spectacle tout public à partir de 13 ans *Pour vous servir*.
- Samedi 14 de 10 h 30 à 11 h 30 : atelier sirop-philo pour les 7-12 ans.



Atelier Manga

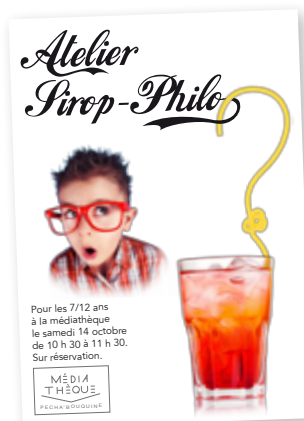
Le *yonkoma*, littéralement « 4 cases », est une petite BD, généralement humoristique, que l'on retrouve en version BD franco-belge, comics américain et Manga. À l'image de toute BD, le *yonkoma* voit sa construction suivre celle de toute histoire : une introduction, un développement, un climax et une conclusion.

Pour vous servir

En 2002, séduite par une conférence de recrutement de l'association Pour Vous

Servir, Marcelline, 74 ans, signe un pacte avec le diable pour avoir de nouveau 20 ans. Aujourd'hui, vingt années plus tard, après avoir médiocrement profité de cette opportunité d'une deuxième jeunesse, elle doit s'acquitter de sa dette en intégrant l'équipe de recruteurs et assurer les conférences.

Réussira-t-elle à convaincre un spectateur ou une spectatrice de signer à son tour le pacte ?



Atelier sirop-philo

Il s'agit moins de faire de la philosophie que de philosopher, une démarche à la portée de tous, c'est-à-dire réfléchir ensemble, dans une communauté, sur des sujets universels (l'amitié, la liberté, la différence, la violence, les émotions...) et échanger les points de vue en les argumentant.

L'APE prépare sa rentrée



A lors que cartables et cahiers sont encore en vacances, l'association des parents d'élèves (APE) de Pechabou prépare déjà la rentrée scolaire.

L'année scolaire 2022/2023 qui s'est clôturée en juin aura été marquée par de nombreux projets et événements organisés par l'APE pour les enfants des écoles maternelle et élémentaire de Pechabou : participation au marché au gras, fêtes de Noël, carnaval, loto, bal de promo des CM2, kermesse de fin d'année, etc. Ces festivités sont l'occasion pour nos enfants de pouvoir se retrouver lors de moments festifs et conviviaux avec leurs familles et de leur laisser de beaux souvenirs de leurs années d'école.

Tous ces événements permettent également de collecter des fonds pour financer de nombreux projets sur l'école. Chaque année, une majeure partie des recettes est remise aux écoles afin de financer projets ou matériel, définis par les équipes enseignantes.

En parallèle, l'association finance très régulièrement des projets dédiés aux écoles, ainsi que des activités pour les enfants lors des événements festifs. Durant cette année scolaire, l'APE aura notamment pu financer l'organisation de courses d'orientation pour les classes de l'élémentaire, une sortie à la ferme pédagogique d'Odars et le traditionnel bal de promo pour tous les élèves de CM2.

Lors de la kermesse du 30 juin, l'APE a pu proposer plusieurs structures de jeux pour tous les enfants. Château gonflable, course de karts à pédales ou jeu du buzzer, autant d'activités gratuites qui ont pu faire le bonheur de tous les enfants pendant cette belle fête de fin d'année.

L'APE, c'est aussi une trentaine de parents bénévoles (mais aussi adolescents ou grands-parents) qui organisent ces fêtes, mais également une vingtaine de parents délégués investis dans l'écosystème de l'école tout au long de l'année scolaire. Au-delà de l'aspect festif, l'APE est avant tout une association ayant pour mission de représenter et d'informer les parents d'élèves et de les accompagner dans leurs

démarches. L'APE est un lien entre toutes les parties intervenant à l'école : parents d'élèves, équipes enseignantes, mairie et ALAÉ. C'est grâce à l'investissement de tous ces parents que l'association existe depuis plus de 36 ans dans notre village et que les festivités peuvent continuer d'exister pour le plaisir de nos enfants. Parents actifs tout au long de l'année, nous tenons à les remercier pour leur énergie et leur générosité.

Cette année, l'un de nos piliers et membres les plus actifs, Jean-Marc Benchimol, quitte l'association après plus d'une décennie d'investissement à l'APE. Merci, Jean-Marc, pour tout ce que tu as pu mettre en place dans les écoles (l'informatique notamment), mais aussi ton investissement sans faille (et celui de ta famille), et ta bonne humeur légendaire pour l'organisation de tous les événements et l'animation de l'association.

Pour cette rentrée 2023/2024, l'APE recherche de nouveaux parents bénévoles pour maintenir nos actions, que ce soit sur la partie scolaire, festive ou au bureau. Quelle que soit votre disponibilité, nous serons heureux de pouvoir vous accueillir et de vous intégrer dans nos futurs projets pour nos enfants. Rejoignez-nous, nos enfants comptent sur vous !

Rendez-vous le jeudi 14 septembre, à partir de 20 h 30 à la maison des associations de Pechabou pour la réunion de rentrée de l'APE autour d'un apéritif de bienvenue.

Pour en savoir plus sur l'APE et nous contacter :

ape-pechabou.fr



👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Art Palette

Les activités 2023-2024 sont disponibles à cette adresse : art-palette-pechabou.blogspot.com/p/planningtarif.html^{qr code 1}
Les inscriptions sont possible soit au forum des associations, le samedi 9 septembre à la salle de la Musardière de 9 h à 12 h, soit le lundi 11 septembre de 16 h 15 à 18 h 30 au foyer.
Cependant, pour éviter trop de brassage au forum, il serait préférable de faire les inscriptions par internet :

art-palette-pechabou.blogspot.com^{qr code 2}
Nos premiers ateliers reprendront autour du 20 septembre.
Contact : artpalette.pechabou@gmail.com^{qr code 3}



👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Association sportive et culturelle de Pechabou ASCP, saison 2023-2024



Inscriptions en ligne à partir du 1^{er} septembre 2023 sur le site : ascp-pechabou.assoconnect.com

Nous serons également présents au forum des associations samedi 9 septembre de 9 h à 13 h salle de la Musardière à Pechabou pour répondre à vos questions sur les activités et vous aider dans votre démarche d'inscription si problème.

Réductions non cumulables : applicables sur le tarif de base unique précisé pour chaque activité

- 25 % pour les étudiants, les demandeurs d'emploi, ou personne porteuse de handicaps sur justificatif.

Prévoir pour l'inscription en ligne :

- une adresse courriel valide pour l'année;
- les justificatifs pour les réductions.

Début des activités :

- semaine du 11 septembre 2023 pour toutes les activités sauf multisports, démarrage le 18/09/23;
- fin des activités le 29 juin 2024 pour tous sauf multisports, cirque, théâtre et modern jazz le 22 juin 2024;
- il sera possible d'effectuer 1 cours d'essai lors du démarrage de l'activité.

Nouvelles activités sur cette saison

Enfants

Cirque : acrobatie, jonglerie, équilibre, portés, chacune des disciplines du cirque est à découvrir pour élaborer dans un esprit ludique un spectacle de fin d'année. Venez essayer avec Mathias Simon.

Théâtre : Marie Montagne fait découvrir les bases du jeu théâtral par des exercices ludiques, des improvisations et des textes écrits. Chaque enfant pourra y exprimer ses émotions et affirmer sa confiance en lui. Spectacle de fin d'année.

Kung-Fu : le *sanda* est une boxe chinoise qui mêle des coups de pied, de poing et des projections. Au-delà de l'aspect physique, le sanda permet d'apprendre la maîtrise de son corps et de ses émotions telles que le stress d'un combat, l'appréhension des coups et l'adaptation à l'adversité.

Adultes

Sophrologie : grâce à des exercices simples de respiration, de visualisation et de mouvements, la sophrologie vise la détente du corps et du mental et l'amélioration de la confiance en soi. Les relaxations dynamiques ou statiques entraînent un relâchement musculaire et favorisent le lâcher-prise.

Tai-Chi : le *taïchichuan* est une pratique de gymnastique énergétique du système de la médecine traditionnelle chinoise. Par des mouvements continus et circulaires réalisés avec lenteur et précision, on recherche un état d'harmonie entre le corps et l'esprit, un équilibre entre le yin (l'énergie de la terre) et le yang (l'énergie de l'esprit) pour une bonne circulation de l'énergie et la coordination du corps.

Les activités 2023/2024

▶▶▶ TAI CHI (adultes) avec Hou Lin

- Horaire : vendredi 20 h-21 h 30
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 180 €

BADMINTON (adultes)

- Horaire : jeudi 20 h 30-22 h 30
- Lieu : gymnase INP Labège
- Cotisation annuelle : 120 €
- Volants à la charge des participants

MARCHE NORDIQUE (adultes) avec Vincent Parra

- Horaires :
 - lundi 9 h 30-11 h confirmés
 - jeudi 11 h-12 h 30
- Lieu : extérieur
- Cotisation annuelle : 150 €
- Prévoir l'achat de bâtons, chaussures et sac à dos

👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

▶▶ Les activités 2023/2024

RENFORCEMENT MUSCULAIRE (adultes et 16/17 ans) avec Sophie Blanchard

- Horaire : lundi 19 h 30-20 h 30
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 140 €

CENOLOGIE (adultes) avec Anne-Marie Estampe

- Horaire : 1 mercredi/mois 20 h 30-22 h 30
- Lieu : maison des associations
- Cotisation annuelle : 190 €

CHORALE (adultes) avec Laure Guiraud

- Horaire : mardi 19 h-21 h
- Lieu : salle A. D.
- Cotisation annuelle : 190 €

ROCK ET DANSES DE SALON (adultes) avec Philippe Enjalbert

- Horaire : débutants et confirmés, lundi 20 h-21 h
- Lieu : salle de la Musardière
- Cotisation annuelle : 140 €

YOGA IFY Institut français du Yoga (adultes) avec François Brun

- Horaires :
 - samedi 9 h 30-10 h 45
 - samedi 11 h-12 h 15
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 150 € pour 1 cours

YOGA VINYASA (adultes) avec Marie Capron

- Horaires :
 - mardi 19 h 30-20 h 30
 - jeudi 19 h 15-20 h 15
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 140 € pour 1 cours

PILATES (adultes) avec Jacques David

- Horaires :
 - mercredi 9 h-10 h
 - jeudi 18 h-19 h
 - jeudi 20 h 15-21 h 15
- Lieu : salle Occitane mercredi et jeudi à 18 h et salle de la Musardière le jeudi à 20 h 15
- Cotisation annuelle : 140 € pour 1 cours

▶▶▶ **SOPHROLOGIE (adultes) avec Françoise Poloni**

- Horaire : mardi 19 h-20 h
- Lieu : salle de la Musardière
- Cotisation annuelle : 190 €

MODERN JAZZ (enfants du CP au collège) avec Delphine Collombet

- Horaires :
 - CE2-CM1-CM2 : mardi 18 h-19 h
 - collège : mercredi 14 h 15-15 h 15
 - CP-CE1 : mardi 16 h 45-17 h 45
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 140 €
- Costumes non inclus.

JEUX MULTISPORTS

(enfants de maternelle et primaire) avec Sensactifs

- Horaires :
 - lundi 16 h 30-17 h 30 (MS, GS)
 - lundi 17 h 45-18 h 45 (CP, CE1, CE2)
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 140 €

▶▶▶ **CIRQUE (enfants des classes primaires) avec Mathias Simon**

- Horaire : mercredi 13 h-14 h (CE2, CM1, CM2)
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 130 €

▶▶▶ **KUNG-FU (enfants des classes primaires) avec Hou Lin**

- Horaire : mercredi 15 h 45-16 h 45 (CM1, CM2)
- Lieu : salle Occitane
- Cotisation annuelle : 130 €

▶▶▶ **THÉÂTRE (enfants des classes primaires) avec Marie Montagne**

- Horaires :
 - mardi 17 h-18 h (CM1, CM2)
 - mardi 18 h 15-19 h 45 (collège)
- Lieu : maison des associations
- Cotisation annuelle : 130 € pour les primaires et 150 € pour le collège

GRAFF (jeunes du primaire au collège ou du lycée à adultes) avec Raphaël Aznar

- Horaires :
 - jeudi 18 h-19 h enfant primaire à partir du CE2 et collège
 - jeudi 19 h-20 h lycéens et adultes
- Lieu : maison des associations
- Cotisation annuelle : 190 € fournitures comprises

👉 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Comité de jumelage Espagne

Le jumelage avec Sant Jordi fête ses vingt ans !

Et oui, vingt ans déjà ! Et ça se fête... en grand, comme tous les jours avec nos jumeaux de Sant Jordi.

Ça a commencé au mois de mai, sous le soleil de Sant Jordi. Nous sommes partis cinquante, pour la fête locale du 27 avril au 1^{er} mai. Les *toros* étaient de la fête, dans une arène temporaire installée à l'entrée du village pour des jeux taumachiques auxquels s'adonnèrent les jeunes (garçons, il faut le dire...) du village. Mais les jeunes filles étaient dans les gradins pour les encourager, la *Reina de Sant Jordi* et ses *Damas* en tête. Les *bandas* étaient là aussi, et le chœur de Sant Jordi. Même la chorale de Pechabou était là pour quelques chants, juste avant la dégustation des *calderas de arroz*. Un reportage très complet sur cette belle fête est visible à cette adresse :

canal56.com/2023/05/->video-festes-patronals-de-sant-jordi-romeria-a-la-mare-de-deu-de-la-font-de-la-salut-01-05-2023/^{qrcode1}

En aout, pour la fête de Pechabou, ce sera le « match retour » : nous attendons une délégation de cent Espagnols. La célébration des vingt ans se fera sous le signe de la musique : Ivan, le maire, et son conseil municipal seront accompagnés des *bandas*, *bombos* et du chœur de Sant Jordi, nous leur répondrons

par fanfare, chorale et bien d'autres surprises concoctées par le comité des fêtes.

Un point fort de leur visite sera le samedi soir 2 septembre : nos jumeaux prépareront le *fideua*, un plat traditionnel valencien, pour tout le village. Venez nombreux ! (programme complet sur le tract joint).

Réservez votre week-end, révisez votre espagnol, ça va bouger à Pechabou !

¡Vamos a bailar con nuestros hermanos de Sant Jordi!

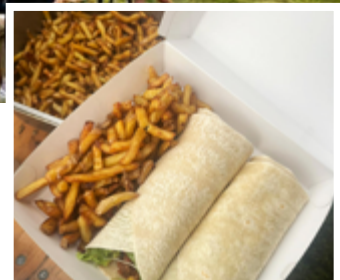
Dans un registre plus culturel, le vendredi 15 septembre à 20 h 30, le comité de jumelage organise une soirée concert avec la venue à Pechabou, au cours de sa tournée dans le sud-ouest de la France, de Sebastian Pitre, un artiste argentin, chanteur et guitariste. www.sebastianpitre.com^{qrcode2}

Le programme du reste de l'année est encore en cours de maturation, mais n'hésitez pas à venir nous rencontrer au forum des associations pour parler de nos projets.



👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Comité des fêtes



Retour sur la fête de la musique : le *pechaburrito* s'est dégusté au son de les Zapostrophes et Wild Bees. L'invitée surprise, la pluie, n'a pas permis au groupe Alys de nous faire profiter de son talent ! Et pendant ce temps, les supporters encourageaient le Stade toulousain...



Les dates à retenir

- **le 27 aout**, vide-grenier sur le terrain de rugby de la Musardièrre (inscription possible en mairie ou via les infos sur le tract, en dernière page de *La Gazette*);
- **les 1^{er}, 2 et 3 septembre**, Pechabou en fête avec la participation exceptionnelle de nos amis ibériques de Sant Jordi, pour fêter les 20 ans de jumelage (le programme complet sur le tract joint à *La Gazette*);
- retrouvez-nous au forum des associations **le 9 septembre** à la Musardièrre...

👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Le Comité Italien de Pechabou recrute !

Le CIP sera présent comme tous les ans au forum des associations de Pechabou. C'est l'occasion de venir discuter avec nous de nos actions et de nos projets.

Ceux-ci sont toujours orientés vers la mise en valeur de l'Italie. Cette année, le projet phare est le lancement d'un pacte d'amitié avec une ville de Toscane qui s'appelle Vicchio, située à une trentaine de kilomètres de Florence. Dans ce cadre, le CIP recherche de nouveaux bénévoles qui souhaitent s'inscrire dans ce projet de mise en place d'un pacte d'amitié qui pourra évoluer dans un deuxième temps vers un jumelage. Le CIP organisant entre 3 et 5 manifestations par an, l'impact de votre engagement comme membre actif ne sera pas très important.

La cotisation annuelle pour les membres actifs ainsi que pour les membres sympathisants n'a pas évolué depuis 5 ans. Elle est de 10 € pour l'année associative 2023/2024.

L'Italie vous intéresse, participer à l'organisation et la réalisation de nos événements vous plairait ?

Alors, n'hésitez pas ! C'est le moment de nous rejoindre.

Pour mieux se connaître, veuillez remplir la fiche de renseignement jointe et nous la faire parvenir par tout moyen à votre convenance.

Nos coordonnées :
Comité Italien de Pechabou
Mairie de Pechabou
6 rue du Fort – 31320 Pechabou
Courriel : cte.ital.pechabou@gmail.com
Tél. : +33 634 653 806



J'ai hâte de vous rencontrer, alors à très bientôt.
Le président du CIP, Stan Tiberghien



Fiche d'inscription Comité Italien de Pechabou

M. M^{me}

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Commune :

Tél. fixe : Portable :

Courriel 1 : Courriel 2 :

Date naissance (JJ/MM/AA*) : / / (* AA est facultatif)

Divers :

Nombre d'enfants à charge

Parle italien Est déjà allé en Italie Aimerait aller en Italie avec le CIP

Hébergerait volontiers des Italiens dans le cadre du jumelage Souhaite être **actif** au sein du CIP

👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

La Joie de Vivre

Quelques photos du trimestre avant les vacances. Retrouvez-nous au forum des associations le 9 septembre.



Le repas des grillades dans la joie et la bonne humeur.



Le 25 juin, sortie d'une journée à Gruissan avec un arrêt à Portel-les-Corbières pour visiter Terra Vinea, délicieux repas sur le port, suivi d'une promenade en bateau.



La journée à Baziège organisée par le Sicoval pour les participants à la gym Silver XIII avec apéro dinatoire, diplôme de participation, plus un joli ballon.



Pour terminer la saison de gymnastique, l'auberge espagnole sous la Halle avec François, créateur et moniteur du « Bien vieillir ».



Musique à Pechabou



Comme chaque année, les musiciens en herbe de la classe de piano de Mira Abualzulof et de la classe de guitare de Samuel Geffroy se sont produits le 10 juin à la maison des associations pour fêter la fin de l'année dans une atmosphère de convivialité.

Pour la rentrée prochaine, l'association Musique à Pechabou propose les habituels cours individuels de piano et de guitare. Les cours de batterie seront également de retour. La grande nouveauté de cette rentrée est l'ouverture d'une chorale pour enfants (primaire et collège). À l'heure actuelle, nous sommes encore à la recherche d'un professeur de flûte traversière ou autre instrument à vent... Rendez-vous pour les inscriptions au forum des associations ou par mail à musiqueapechabou@free.fr



**L'association
Musique à Pechabou**

vous propose pour la rentrée 2023

- Chorale enfants - mercredi à 17h00
à la salle Occitane
- Cours de chant - mercredi
- Eveil musical - à confirmer au forum
- Cours d'instruments :
 - guitare, batterie et basse - lundi et mardi
 - piano - jeudi et vendredi

à la Maison des Associations

Renseignements et inscriptions :
musiqueapechabou@free.fr
 forum des associations
 le 9/9/2023 à salle de la Musardière

L'association Wei Ji

L'association Wei Ji reprend ses activités sur la commune. Nous proposons des cours de Qi Gong et de Pilates énergétique (ou Yoga Pilates).

Toutes ces pratiques portent l'accent sur le bien-être physique et émotionnel en favorisant la tonicité, la fluidité et la détente corporelle ainsi que le lâcher-prise émotionnel.

Selon les disciplines proposées, l'accent est mis sur le rééquilibrage des chaînes myofaciales et musculosquelettiques (Pilates énergétique), la réharmonisation de l'énergie dans le

corps et l'esprit ainsi que la mise en mouvement fluide du corps (Qi Gong).

N'hésitez pas à venir essayer un cours (cours d'essai gratuit).

Vous pouvez trouver plus de détails en allant sur le site

www.agnes-delattre.com.

Vous pouvez aussi appeler Agnès Delattre au 06 83 45 27 41.

Inscriptions possibles toute l'année. **Les cours reprennent la semaine du 11 septembre.**



Retrouvez toutes les informations
sur les associations sur le site de la mairie

👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Pech'à nous

Le Bar du Bout de la Colline

Le Bar associatif du Bout de la Colline, c'est un lieu beau et chaleureux, tenu par toute une équipe de villageois bénévoles de l'association Pech'à nous.

Il est ouvert tous les mercredis et vendredis de 18 h à 21 h, voire plus selon l'ambiance !

Ouvert sur une magnifique terrasse au milieu des arbres quand il fait beau, il accueille habitants et gens de passage (adhésion annuelle : 2 €, gratuit pour les mineurs).

Les enfants ont leur coin (livres, jeux, déguisements...), et les adultes leur carte de vins, bières, cidres locaux et soft en tout genre, des boules de pétanque, des quilles de molky et un babyfoot.

Sur place, une épicerie sèche permet de partager terrine, pâté et saucisson autour d'un bon verre.

Déjà plus de 1500 adhérents et adhérentes ! Votre carte de membre vous attend...

Un lieu pour commencer la soirée, éviter de cuisiner, faire ses courses...

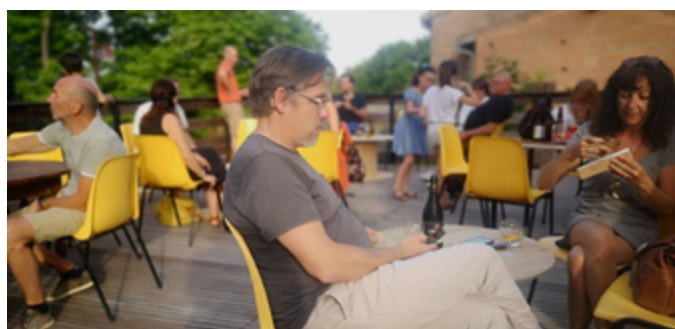
Tous les mercredis, sous la halle devant le bar, Joël vous livre votre pain frais (à commander avant la veille sur lespetitspains.fr), et Thierry ses légumes bios de saison.

Tous les vendredis, le food-truck Mi Ranchito vous propose ses délicieuses empanadas argentines et tacos.

Un samedi par mois : apéro-concert accompagné d'un food-truck. Retrouvez la programmation sur www.pechanous.org.



Le Trombinoscope d'une partie des barmans bénévoles du bar. Le bar côté terrasse.



Un lieu pour développer vos idées !

Le mercredi, la grande salle du bar peut accueillir des interventions ponctuelles ou des ateliers récurrents. Vous souhaitez développer un projet d'animation ? Venez nous en parler !

Venir : rue du Fort, Pechabou, à droite de la mairie.

Nous contacter : contact@pechanous.org

+ d'infos : programme des concerts et des soirées, tarifs du bar, rejoindre notre équipe de barmans pour porter le tablier jaune du bar, proposer un thème d'apéro-discute ou un spectacle pour nos apéros-concert : www.pechanous.org

f [@LeBarDuBoutDeLaColline](https://www.facebook.com/LeBarDuBoutDeLaColline)

@ [@barduboutdelacolline](https://www.instagram.com/barduboutdelacolline)



👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

Pechabou du monde

Nos intervenants

« Je m'appelle Crystal, une Texane des États-Unis, et je vous aiderai, vous, votre enfant, à apprendre l'anglais avec des séances ludiques, inspirées par le système de Cambridge Young Learners. Grâce aux jeux, role-plays, dialogues et casse-têtes, apprendre l'anglais n'a jamais été aussi facile et intéressant ! »

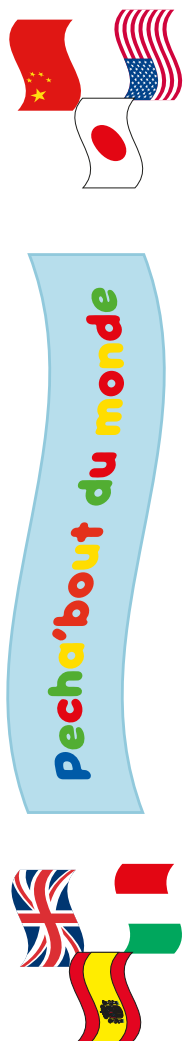
Crystal

« Apprenez le chinois dans la joie et la bonne humeur, avec des jeux et des activités. Le chinois est simple et les bases sont vite apprises. Vous pouvez aussi vous perfectionner, car je suis chinoise et je vous aiderai dans votre apprentissage. »

Shai

« Apprenons le japonais ensemble ! Je vous propose une année à parler, écrire, apprendre par la pratique et les jeux. J'ai obtenu mon diplôme au Japon, avec un JLPT-N1, j'ai travaillé à Osaka pendant dix ans. Je suis née en Chine et j'ai vécu au Japon dix-huit ans. Je peux vous apprendre le japonais, pour le tourisme ou trouver un emploi. Amusons-nous ensemble. »


Shai



Saison 2023–2024

Retrouvez-nous au forum des associations le **samedi 9 septembre de 9 h à 12 h à la salle de la Musardière**

Venez apprendre des langues de manière amusante à la salle des associations à Pechabou.

 Anglais initiation avec le cirque (4/7 ans)	Mercredi	15 h 45 – 16 h 45
Anglais primaire	Lundi	17 h 00 – 18 h 00
Anglais primaire	Mercredi	13 h 30 – 14 h 30
Anglais collègue	Mercredi	14 h 35 – 15 h 35
Anglais adulte débutant	Lundi	17 h 00 – 18 h 00
Anglais adulte intermédiaire	Lundi	18 h 05 – 19 h 05
Anglais adulte confirmé	Lundi	19 h 10 – 20 h 10
Italien débutant	Jeudi	20 h 00 – 21 h 00
Italien intermédiaire	Jeudi	17 h 45 – 18 h 45
Italien confirmé	Jeudi	19 h 00 – 20 h 00
Espagnol débutant	Mardi	18 h 00 – 19 h 00
Espagnol intermédiaire	Lundi	18 h 00 – 19 h 00
Espagnol confirmé	Mercredi	18 h 00 – 19 h 00
Chinois scolaire	Mardi	18 h 00 – 19 h 00
Chinois adulte	Samedi	10 h 00 – 11 h 00
Japonais scolaire/adulte	Mardi	19 h 00 – 20 h 00





Passionnée de littérature et de culture italienne, j'essaie de transmettre mes connaissances aux élèves de tous niveaux dans une ambiance décontractée et souriante. Je dispense mes cours en fonction des besoins des élèves. Mes leçons sont bien différentes les unes des autres et animées par des vidéos, des chansons et des jeux de rôles, des commentaires

sur des documents authentiques, car je crois qu'il est indispensable de s'amuser pour bien apprendre une langue!

Roberta

►► Résolutions 2023 :

- regarder un film espagnol en VO;
- commander des tapas et une sangria sans Google traduction;
- discuter avec son voisin de plage sur la Costa Brava;
- et surtout, s'inscrire au cours d'espagnol!

Muriel

N'hésitez pas à nous contacter !

pechaboutdumonde@gmail.com^{qrcode1}

Marcella Dumas : 06 70 51 23 12

Salve a tutti! De langue maternelle italienne, titulaire d'un diplôme en sciences de la formation (histoire de l'art et matières littéraires), et d'un master 2 en Applied Linguistic and TEFL, j'enseigne la langue et la culture italiennes à tous les niveaux depuis longtemps auprès des écoles de langue publiques et privées et en cours particuliers.

Le bulletin d'inscription en ligne : www.pechabou.fr/pechabout-dumonde---bulletin-dinscription^{qrcode2}



Bulletin d'inscription 2023-2024

Nom :

Prénom :

Âge : Classe :

Adresse :

Téléphone :

Courriel :

Cours souhaité(s)

- Anglais initiation avec le cirque (4/7 ans) primaire (lundi) collège primaire (mercredi) adulte débutant adulte intermédiaire adulte confirmé
- Italien débutant intermédiaire confirmé
- Espagnol débutant intermédiaire confirmé
- Chinois scolaire adulte
- Japonais scolaire adulte

(À retourner par mail à pechaboutdumonde@gmail.com)

ou à déposer dans la boîte aux lettres de la mairie)

Tarifs annuels

Adhésion individuelle obligatoire 15 €/an (forfait adhésion famille 20 €/an)

Anglais, espagnol, chinois, italien : 180 €/an = 30 cours de 1 heure.

Inscription définitive à réception de la totalité du paiement.

Possibilité de paiement en deux fois.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter !

pechaboutdumonde@gmail.com

Marcella Dumas : 06 70 51 23 12

Un Présent Pour Nous

Merci d'être venus si nombreux !
 Vous pourrez nous retrouver dès le mois de septembre au forum des associations et dès le mois d'octobre pour de nouveaux moments privilégiés à partager avec votre enfant ou votre petit-enfant.

L'association Un Présent Pour Nous vous souhaite de passer de belles vacances d'été et une bonne rentrée.



Retour en images sur les instants privilégiés proposés aux familles durant l'année.

👍 Une aide pour s'inscrire à une association de Pechabou, voir page 3

