



Le Saint-Pauletois

Après un bel été,
c'est la rentrée !





EDITO

La fin d'été est là. Il était chaud... il était sec... bon, à moins que vous ne viviez sous terre, on ne vous apprend rien ! On a bien profité de cette période clémente et on a, pour ceux qui ont de la chance, de beaux souvenirs en tête. La rentrée est lancée depuis quelques temps déjà, chacun a trouvé ses marques et la vie suit son cours.

On nous parle de sobriété ces temps-ci, vous remarquerez que ce n'est pas trop notre crédo pour vous motiver à participer à ce journal, on préfère l'expansif dans ce domaine.... Envoyez-nous vos articles, vos photos, vos poèmes, vos dessins, vos coups de gueule ou vos émerveillements, on veut tout ce qui fait la vie !!!

Nous avons essayé de vous concocter un journal qui vous tient chaud, qui vous informe au mieux de la vie du village, qui vous fera sourire et peut-être, un peu réfléchir. Un journal qui unit les Saint-Pauletois.

N'oubliez pas que chacun de vous est bienvenu pour participer, écrire et composer ce journal.

Bonne lecture à vous et portez-vous bien !

Yannick, Hélène, Charlotte, Audrey et Jean-Luc

On nous a copié à Saint Paulet de Caisson, dans le Gard...



Sommaire

Mairie

Le mot du Maire.....	Page 4
Chorale du 14 juillet.....	Page 4
État civil.....	Page 4
Informations communales.....	Page 5
Opération Brioches.....	Page 5
Formation.....	Page 5
Fête des mères.....	Page 5

Comité des fêtes	Page 15
-------------------------------	---------

Association Sportive et Culturelle

Historique de l'ASC.....	Pages 6 à 10
Concert.....	Page 11
Marche nordique et Sorties nature.....	Page 12
Ping-pong et Qi-gong.....	Page 13
Festival AlimenTerre et Théâtre.....	Page 14

Petites annonces	Page 14
-------------------------------	---------

Écoles	Page 15
---------------------	---------

Côté environnement

Apiculture.....	Page 16
Collectif Stop Décharge.....	Page 17

Rubriques ouvertes

Les news de la boîte.....	Page 17
Un nouveau boulanger au village.....	Pages 18 et 19
Place à l'épicerie mobile.....	Page 19
Sur le Causse, « La Vallée des rois ».....	Page 20
Rencontre des Vieilles Toiles Lauragaises.....	Page 21
Appel aux dons pour l'Ukraine.....	Page 22
Une nouvelle association : Cré'Arts d'Oc.....	Page 23
Le dessin de Sophie et le poème de Billie.....	Page 23

Contacts et informations pratiques	Page 24
---	---------



*Coucher de soleil sur la
Montagne Noire*

Prochain numéro
prévu fin janvier 2023

Le mot du Maire

L'automne est arrivé sur la pointe des pieds après un été caniculaire qui a été très rude pour tous les organismes, la végétation reprend doucement son souffle après une longue période de sécheresse.

Quel plaisir pour nous aussi de pouvoir profiter de cette nature qui nous entoure et qui nous rappelle à chaque instant que notre cadre de vie, tout exceptionnel soit-il, doit être protégé et respecté tout le long de l'année.

Je réitère encore une fois mes félicitations et encouragements à tous les Saint Pauletois et Saint Pauletoises qui s'investissent pour que notre village soit et reste toujours une référence au niveau culturel et associatif et où il fait bon vivre.

Bonne lecture à tous !

Gérard Lamarque



Chorale du 14 juillet

À l'initiative d'un petit groupe de citoyens, lassés d'entendre notre hymne national crachoté par un magnétophone lors des manifestations officielles de notre village, une petite chorale s'est organisée et a entonné quelques couplets choisis de la Marseillaise lors de l'hommage aux combattants le 14 juillet 2022. Leur prestation semblant avoir été appréciée, ils renouvelleront, très certainement, cette initiative lors de la manifestation du 11 novembre.

Si vous souhaitez nous rejoindre :
Sylvie Semenou au 06.48.70.65.44
ou Sarata Gil au 06.52.57.20.40.

Hélène R.

État civil

Le 30/0/2022 :
Mariage de David Ruiz
et Léa Sibra

Le 01/08/2022 :
Décès de Mme Pastre

Le 06/08/2022 :
Parrainage républicain
de Léna Nazorrek, fille
de Marian Nazorek et
Emilie Barrafranca
domicilié à En Bourrel



Informations communales

Dans le contexte d'économies d'énergie, le conseil municipal a approuvé l'essai **d'extinction de l'éclairage public** de 23h à 5h.

Une **pompe à chaleur réversible** d'une puissance de 5 kWA été installée à la mairie pour un coût de 4149,26 €.



Opération Brioches

L'AFDAIM-ADAPEI 11 (Association Familiale Départementale pour l'aide aux personnes handicapées mentales) organisait cette année la vente des brioches du 3 au 9 Octobre.

Relayée au sein de notre village, cette vente eut lieu les 7 et 8 Octobre et, comme toujours, les Saint Pauletois.es ont répondu présents puisque ce sont 45 brioches qui ont été vendues durant ces deux jours, malgré un prix de vente supérieur aux autres années.

Rappelons que cette opération permet de financer au niveau du département le soutien aux familles, de participer au développement des établissements d'accueil et d'aider à l'accès aux activités sportives et culturelles des personnes accueillies.

Un grand Merci à tous pour cette preuve de tolérance et de solidarité !

Jean-Luc S.

Formation

La mairie de Saint Paulet propose à tous les habitants du village une formation sur la « Sensibilisation aux Gestes qui Sauvent ».



Cette dernière est assurée par les sapeurs-pompiers de l'Aude et elle est accessible aux personnes de 10 ans et plus. Elle sera entièrement prise en charge financièrement par la municipalité et aura lieu le Samedi 26 Novembre 2022 de 10h à 12h (en attente de confirmation de l'organisme...).

Elle vous permettra de découvrir les premiers gestes indispensables pour venir en aide à autrui. Il n'y a aucun prérequis et le nombre de places est limité à 15 stagiaires.

Je vous invite donc à me contacter par téléphone ou mail afin que je puisse faire la liste des personnes qui s'engagent à la faire. Si cette formation est victime de son succès, il est évident que d'autres sessions seront mises en place ultérieurement.

Ne tardez pas ! A vos agendas ! Ces gestes simples sauvent des vies !

Contact : Ségolène au 07.83.36.91.06 ou dewaelesegolene@yahoo.fr

Ségolène D.



Comité des fêtes

Vide grenier

Le vide grenier de Saint Paulet aura lieu le **dimanche 16 octobre**.

Renseignements et réservations auprès de Patricia Lamarque : 06.22.61.59.68

Fête des mères

A l'occasion de la Fête des Mères, le dimanche 29 Mai, la Mairie a gentiment offert une rose aux les mamans du village qui étaient présentes à la fête du village...



Association Sportive et Culturelle

L'ASC pas à pas...

L'Association Sportive et Culturelle de Saint Paulet est créée le 11 Juillet 1991 afin d'organiser des activités pour les enfants et les adultes dans le village dans un cadre légal.

Président : Frédéric GEFROY, autres membres du bureau Geneviève GEFROY, Laurent et Agnès GROSANGIN, Roland et Sylvie CLERC,

Membres du CA : Maryvonne COLLET, Christophe Gérard et Gilles LAMARQUE, Denis et Vincent MINIER, Michel NEVEU

Dès le départ de nombreuses activités sont proposées : Volley, Football, Ping-pong, des activités périscolaires pour les enfants le samedi après-midi, du badminton. La Mairie est partie prenante avec Moïse Clerc, Maire de l'époque.

Nous vous proposons de revivre les grands moments de l'ASC !

1992 : Un partenariat pourra se mettre en place avec l'école de la Rouatière qui construit un gymnase qu'elle propose de mettre à notre disposition pour le badminton et le volley. Demande d'agrément à Jeunesse et Sports pour obtenir des subventions de fonctionnement. Une petite chorale se met en place.

1993 : L'ASC adhère à la Fédération Française de tennis de table afin d'avoir accès aux formations pour enfants et adultes. Deux tournois sont organisés. Une belle représentation au Championnat de l'Aude pour le badminton ainsi qu'une honorable participation à la rencontre du « Volant de l'amitié ».

1994 : 23 adhérents profitent de la création de l'association. Les activités périscolaires s'arrêtent ainsi que la chorale faute d'un nombre de participants suffisant. Des tee-shirts sont édités avec notre logo pour le volley et les grands de l'école bénéficient d'une initiation au badminton.

1995 : De nouvelles activités apparaissent : la gymnastique avec un bon groupe mixte, la pétanque sur le nouveau terrain aménagé par la Mairie, des sorties et des randonnées en groupe et l'organisation des championnats de l'Aude de badminton.

1996 : 40 adhérents participent régulièrement aux activités, les tournois de ping-pong font émerger de réels talents chez les jeunes Saint Pauletois.

1997 : Face au développement des activités, la Mairie, avec Robert Calvet, met à disposition un local de rangement dans la salle des fêtes. L'inauguration sera fêtée dignement et en musique !!! L'équipe locale de badminton participe avec succès au tournoi inter-régional.

1998 : Les premiers concerts avec une Soirée Salsa mémorable. Côté sport, le championnat de l'Aude de badminton est organisé à la Rouatière et la Coupe du monde France-Brésil est retransmise sur deux télévisions dans la cour de l'école.

1999 : La bibliothèque du village ouvre ses portes avec le soutien de la Bibliothèque Départementale, et certains se souviendront d'une randonnée frigorifique autour d'Arfons.... Le Conseil Général nous octroie sa première subvention de fonctionnement.

2000 : L'ASC compte 51 adhérents, le Conseil d'Administration s'est étoffé et le badminton compte 25 licenciés, les autres activités sportives voient arriver de nouveaux participants.

2001 : Grand succès pour la Soirée Cubaine, avec une exposition à la bibliothèque sur ce thème. Même chose pour la soirée Irlandaise, la salle des fêtes est transformée en pub irlandais... Soirée chaleureuse avec un concert de la chorale locale, et le club de gymnastique organise une sortie à Castres, piscine le matin et patinoire l'après-midi. Quelle énergie !!!

2002 : Première manifestation de « Défi d'Art » organisée pour permettre aux artistes professionnels et amateurs de se rencontrer en milieu rural. 44 artistes exposent dans les rues et les jardins, une calèche promène les visiteurs, les artistes animent des ateliers... Le jury attribue différents prix : adulte, enfant, œuvre collective. Un grand succès qui reste dans la mémoire des habitants.



Défi d'art 2002

2003 : Grande balade en raquettes au plateau de Beille qui réunit 18 participants organisée par le club de Gym, le badminton compte 32 personnes licenciées dont deux jeunes qui obtiennent les titres de Champions de l'Aude catégorie poussin et benjamin.



Défi d'art 2003

2004 : Soirée concert Jazz, Soirée Latino, nouvel atelier Théâtre pour les adultes, Défi d'Art pour sa 3^{ème} édition draine toujours autant de spectateurs. Une magnifique cabane de la mémoire est construite où chacun peut installer des éléments de son histoire personnelle notamment les artisans qui ont exposé des outils anciens. Les activités sportives se développent et la bibliothèque continue de fonctionner.



Défi d'art 2004

2005 : L'ASC compte 80 adhérents, représentation de l'atelier théâtre avec la pièce « Elle et lui » et 4^{ème} Défi d'Art qui est un succès mais demande de plus en plus d'énergie aux organisateurs qui poussent un « coup de gueule » pour avoir plus de bénévoles... L'activité gym compte 25 participants réguliers et s'équipe de nouveaux matériels, les champions du badminton continuent leur ascension.

2006 : Défi d'Art pour sa 5^{ème} et dernière édition transforme le village en un immense atelier à ciel ouvert avec plus de 100 participants professionnels ou amateurs, les activités gymnastique et badminton continuent mais la bibliothèque a du mal à trouver des lecteurs. Le Conseil d'Administration ne compte plus que 5 membres.

2007 : C'est la crise à l'ASC : le Conseil d'Administration démissionne en bloc, épuisé par quinze années d'un investissement total. Le manque de bénévoles est criant notamment pour Défi d'Art qui ne se renouvellera pas malgré un succès flamboyant, le badminton rencontre des problèmes de salle ce qui entraîne une baisse des participants. Une nouvelle activité de lecture à voix haute pour les petits voit tout de même le jour et une représentation de théâtre connaît un bon succès. Heureusement la retransmission du match de Coupe du monde de rugby sur écran géant remettra de l'ambiance ainsi que la participation à la fête du cassoulet avec la fabrication d'un OFNI (Objet Flottant Non Identifié). Le CA se reconstruit en fin d'année avec quelques nouveaux membres et les fidèles qui ne veulent pas laisser tomber cette belle aventure.

2008 : Création d'un club informatique, soirées cinéma, coupe d'Europe de football sur écran géant, et toujours la gymnastique et le badminton qui se pratiquent maintenant en activité de loisir.

2009 : Changement de président pour l'ASC, Nicolas Granier relaie Frédéric Geffroy qui tenait vaillamment ce poste depuis sa création. C'est la 1^{ère} Ronde de la rigole, avec 87 participants sur une course de 10kms. Pas de spectacle, ni de concert cette année-là.

2010 : La Ronde de la rigole est un vrai succès avec plus de 120 coureurs sur 3 parcours différents, la gymnastique fait une pause par manque d'animateur, 4 soirées cinéma sont organisées, une représentation de théâtre et le fameux concours de légumes fête sa première édition avec des tomates gigantesques et colorées.

2011 : La gymnastique reprend avec un nouvel animateur, deux sorties rencontrent un grand succès : plateau de Sault et sentier sculpturale de Mayronnes, le concours de légumes attire de plus en plus de jardiniers amateurs, le gagnant a apporté une courge de 51kg, l'ambiance est joyeuse au moment de la pesée... Le traditionnel repas de fin d'année regroupe un grand nombre d'adhérents et leur famille. Le club informatique se réunit régulièrement tous les quinze jours.



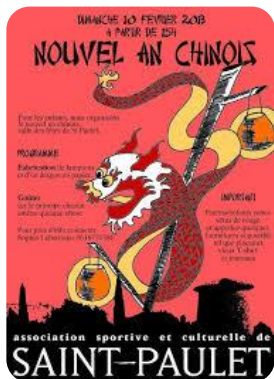
Concours de légumes 2010

2012 : Avec le changement des statuts de l'association, les 11 membres du CA deviennent co-présidents élus pour 3 ans et il est établi un règlement intérieur. Chacun s'engage sur les activités qui l'intéressent le plus, sportives ou culturelles. Concert de jazz, Premier festival « Le son des champs » aux Sabaties organisé par l'ASC avec 30 bénévoles motivés, 16 groupes de musique, 450 spectateurs sur deux jours de fiesta. Beaucoup de boulot de préparation et d'organisation mais un très grand succès.



Sortie au Gouffre de Cabrespine 2012

2013 : Deux nouvelles activités s'installent : QiGong et yoga, 3^{ème} concours de légumes avec le potimarron à l'honneur, de belles sorties nature à la mer ou en montagne et 5^{ème} édition de la course de la rigole avec 115 participants adultes et 18 enfants. Deux soirées théâtre, une exposition photos « entre Aude et Garonne ». Et 3^{ème} édition du Festival « Le son des champs », sur le site des Sabaties où des totems ont fleuri de partout et qui était noir de monde...



Nouvel an chinois 2013



Théâtre Kairos 2013

2014 : Gérard Lamarque, nouveau Maire du village continue de soutenir l'association. Les mom'en atelier envahissent le village avec Alohouine et un atelier langue des signes est proposé aux enfants. Le « Son des champs » s'installe pour la première fois dans le jardin des Pyrénées, sur le thème « du vent dans les voiles » avec toujours autant de spectateurs et une équipe de bénévoles qui s'étoffe régulièrement. Retransmission du Championnat mondial de foot sur grand écran, les passionnés sont présents. Les activités sportives continuent : Badminton, ping-pong, QiGong, course de la rigole et sorties nature.

2015 : 11 co-présidents travaillent d'arrache pieds pour animer le village, l'association compte maintenant 90 adhérents à qui il est proposé une soirée dégustation vin et fromage, le Nouvel an chinois, un 5^{ème} concours de légumes, la 1^{ère} projection de documentaires dans le cadre du festival AlimenTerre et la 8^{ème} course de la rigole.

2016 : La traditionnelle galette des rois et la grillade de fin d'année réunissent de plus en plus d'adhérents, le QiGong se développe avec en supplément des stages le samedi matin. Une randonnée vélo sur deux jours ramène une vingtaine de participants avec une ascension mémorable du col de Montségur, pas de « Son des champs » cette année, l'équipe avait besoin de souffler un peu, mais une soirée concert avec 3 groupes et une décoration du jardin des Pyrénées au top, comme d'habitude.

2017 : on commence à parler du projet de sentier de découverte avec la Mairie, trois compagnies de théâtre se produisent dans notre petit village, une magnifique exposition de photos en lien avec un spectacle de danse, et un stage de Gospel, conclu par un concert à l'église, qui réunit plus de 30 choristes . Le concours de légumes est consacré cette année aux pommes de terre, la sixième édition du « Son des champs » sur le thème des instruments de musique inspire l'équipe de bénévoles et accueille plus de 400 personnes sur les deux jours, la ronde de la rigole fête son dixième anniversaire, il n'y a que la bibliothèque qui a du mal à fonctionner malgré l'énergie de l'animateur.



Festival « Le Son des Champs » 2015



Festival « Le Son des Champs » 2017

2018 : Une soirée Jam mensuelle apparaît au programme de l'association pour les musiciens et les chanteurs amateurs, les randonnées sportives et culturelles se multiplient, le badminton s'arrête faute de local approprié mais le QiGong séduit de plus en plus de monde contrairement au ping-pong qui s'essouffle un peu. Un second stage de Gospel animé par 9 chanteurs professionnels réunit près de 50 choristes, et toujours des soirées théâtre, des concerts, un ciné-débat pour le festival AlimenTerre. Et un superbe concert en septembre.



Concert Les Madeleines 2018



Course La Ronde de la Rigole 2018



Théâtre Le Castelet 2018

2021 : Cause covid obligation est faite d'annuler le festival « Le son des champs » quinze jours avant la date prévue de réalisation. Immense déception pour les 70 bénévoles. Quelques sorties de marche nordique peuvent tout de même avoir lieu ainsi que le festival AlimenTerre et un très agréable concert de musique classique. La bibliothèque ne résiste pas au confinement et la fermeture définitive est annoncée. Certaines sorties nature ont pu être conservées et ont fait un bien fou aux participants. Soirée Reggae en fin d'année mais avec le pass sanitaire, le public n'est pas très nombreux.

2019 : Une nouvelle activité est proposée le samedi matin : la marche nordique. Le projet de sentier pédagogique commence à prendre forme avec la réalisation des panneaux. Les soirées Jam commencent à avoir du succès, la ronde de la rigole et les sorties nature séduisent les plus téméraires des 95 adhérents et le ping-pong double son nombre de participants. Un concert est organisé avec l'école de musique de Castelnaudary. Le « Son des champs » sur le thème de la mosaïque bat son plein malgré une canicule d'enfer avec 6 concerts et une multitude de spectateurs avec une entrée payante pour la première fois.



Stage de Gospel 2018



Festival « Le Son des Champs » 2019



Soirée Jam 2019



Alouhouine 2019

2020 : Le covid commence à frapper et les mesures drastiques qui sont mises en place provoquent l'arrêt d'une bonne partie des activités. Les préparatifs pour l'édition 2021 du « Son des champs » sur le thème des 5 continents démarre avec une incertitude grandissante... Une unique représentation de théâtre arrive à s'organiser en octobre entre deux confinements.



Romantica 2020

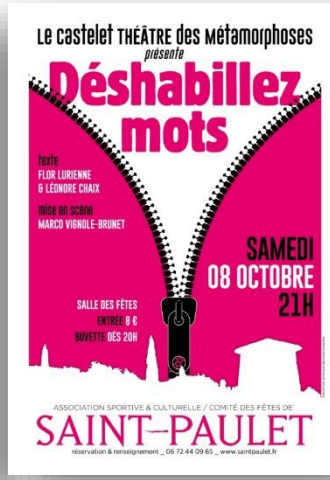
Voilà retracées les étapes de cette belle aventure qui dure depuis plus de 30 ans. Vous avez sûrement remarqué qu'en dehors du nom des membres fondateurs, des deux présidents et celui des trois Maires qui nous ont soutenus, je n'ai cité aucun autre nom des nombreuses personnes qui se sont impliquées au cours de toutes ces années. Ceci pour deux raisons : d'abord ce n'est pas trop le genre des membres de l'ASC de se mettre en avant, cela reste avant tout des projets collectifs et ensuite il y a tellement de personnes qui ont donné de leur temps et de leur énergie pendant toutes ces années que j'aurai eu trop peur d'en oublier !

Quelles en soient toutes chaleureusement remerciées.

Hélène R.

2022 : Cette année, nous sommes 7 co-présidents :

Joël LAMARQUE,
Frédéric GEFFROY,
Yannick GIL,
Dennis HENDRICK,
Patricia CALVET,
David RICHIN,
Hélène ROCHETTE,
et une vingtaine de bénévoles présents régulièrement pour nous soutenir.



Les activités sportives rencontrent toujours un grand succès, que ce soit le tennis de table, la marche nordique et le Qigong. Pour la soirée Cabaret de Mars, la salle des fêtes était pleine et un nouveau public s'était déplacé. Une centaine de personnes ont participé à la Chasse aux trésors en Mai et 200 personnes étaient présentes au concert de début Septembre. Les enfants sont fidèles aux propositions des mô'm'en atelier, et n'oublions pas le versant « environnement » avec notre beau sentier de découverte et les randonnées nature.

Bref l'ASC, c'est une affaire qui marche grâce à l'énergie et la créativité d'un groupe de personnes motivées et le soutien de la Mairie. Et il faut que ça continue...



Chasse aux trésors 2022



Pour l'année 2022/2023, certains d'entre nous prolongent leur engagement au sein de l'association. D'autres nous quittent après de longues années

de bons et loyaux services. C'est l'occasion de dire un immense merci à Patricia Calvet, membre du Conseil d'Administration depuis 1999 et qui vaillamment, toutes ces années, s'est occupée des comptes de l'association avec sa modestie et son efficacité habituelles. Patricia a toujours répondu « présente » pour un coup de main sur une manifestation. Elle continuera d'ailleurs à gérer l'activité Qigong et aura le plaisir d'être présente aux spectacles, enfin uniquement comme spectatrice et plus derrière le bar ou à la caisse !!!

L'association a encore de nombreux projets en réserve et recherche des personnes motivées ayant le sens de l'humour, de l'énergie et sachant fonctionner en groupe pour rejoindre le Conseil d'Administration. Soyons clair c'est du bénévolat mais c'est aussi de l'investissement dans la vie de son village (ou du village voisin, nul besoin de vivre à St Paulet...), de bons moments d'énergie partagée, de franches rigolades et le plaisir de voir se réaliser ce qui n'était au départ qu'un vague projet... La fréquence des réunions est à peu près tous les deux mois et la présence sur tous les événements n'est nullement obligatoire... mais c'est avant tout un travail d'équipe !!

Notre Assemblée Générale aura lieu le dimanche 20 novembre à 11h alors venez nous rencontrer et d'ores et déjà vous pouvez nous contacter pour en savoir plus.

Nous avons besoin de vous pour que cette belle aventure se poursuive...

Concert

C'était fantastique !!!

La soirée concert du 3 septembre, World Music / Musique Africaine ... à en croire les retours que nous avons eu du public et des artistes, était une grande réussite et nous en sommes vraiment ravis.

Dès l'ouverture du site, à 19h, il régnait une atmosphère zen, paisible, dans le cadre bucolique du jardin de la salle des fêtes. La décoration du site, en harmonie avec le fond musical, a permis au public de se prélasser au bar en mangeant une nourriture concoctée avec goût (produits bio / délicieux tapas maison / desserts au choix).

Grâce à la trentaine de bénévoles qui a œuvré à la préparation du site, les 2 groupes Fantadamali et Azile se sont produits sur une scène magistralement décorée et éclairée avec brio.



L'ASC met toujours tout en œuvre pour que la qualité sonore soit au rendez-vous, et ce fut le cas ce soir-là, grâce au talent de Stéphane l'ingénieur son et aux installations de Dom.

Vers 20h15 lorsque Fantadamali est entré sur scène, le public a été instantanément captivé et cela pendant près d'1h30. La chanteuse Fanta, dotée d'une voix et d'une énergie débordante, accompagnée de Adama joueur de Cora et de Stéphane percussionniste/ batteur, ont de suite été en communion avec le public, mélangeant musique traditionnelle du Mali et musique contemporaine. La magie a opéré... les corps se sont réveillés et les sourires aussi.

En deuxième partie, le groupe Azile composé de Cyril, Audrey et Elisa, 3 chanteurs(euses) musiciens(nes), accompagnés de Maarten et Matthieu, 2 percussionnistes parés de magnifiques masques, nous a fait découvrir un registre musical différent, en mélangeant les chants traditionnels Bretons, d'Afrique de l'Ouest et le Maloya de la Réunion. Encore une fois la magie a opéré ! Et c'est en dansant sous les étoiles que nous avons terminé cette soirée. Pourtant, la partie n'était pas gagnée d'avance, lors de la présentation du 1^{er} groupe l'émotion était palpable.

La motivation de toute l'équipe des bénévoles est bien présente, et cela laisse à penser que nous aborderons l'avenir positivement, et présage de belles soirées en perspective...

Merci à eux !!!

Dennis H.



Marche nordique

Nos coups de bâtons ne vont qu'au sol et c'est à leur rythme que l'on avance chaque samedi matin sur les chemins autour de notre joli village de St Paulet en suivant le sourire constant de Roland.

N'hésitez pas à rejoindre le joyeux groupe si l'aventure vous tente. Nos virées se font de 9 heures à 11 heures.

Audrey B.



Sorties nature

Les balades nature de l'automne dans le cadre du programme Ensemble, découvrons les espaces naturels et sensibles de l'Aude

Mercredi 05/10 de 14h30 à 18h, à Villasavary : balade Natura 2000 dans les collines du Vent (Ecodiv) - joëlette possible, RDV devant la maison de la randonnée.

Mercredi 12/10 de 9h30 à 13h, à Saint-Denis : balade dans les gorges de l'Alzeau et autour du lac (Ecodiv).

Mercredi 12/10 de 14h30 à 18h, à Montolieu : balade à la chapelle Saint-Roch et autour du cirque de combe Belle (ASC Saint-Paulet et association UMEN pour les joëlettes, réservation de ces dernières au 05.62.24.18.18).

Samedi 15/10 de 14h30 à 18h, à Villesèquelande : balade entre le canal et l'ancien étang (Ecodiv et Fédération Aude claire pour les contes) - joëlette possible, goûter offert par la mairie en fin de balade.

Samedi 15/10 de 18h30 à 23h, à Port-la-Nouvelle : chauves-souris et observation des étoiles (associations Ecodiv et Stimuli, qui prend les inscriptions au 06.17.76.55.15).

Samedi 22/10 de 14h30 à 18h, à Lastours : balade au-dessus des châteaux (ASC Saint-Paulet, suivi de 18h30 à 23h par l'observation des étoiles depuis le belvédère, par Stimuli).

Mercredi 26/10 de 14h30 à 18h, à Bizanet : balade dans la garrigue jusqu'au belvédère du mont Cal, dans le cadre du programme "Ma commune grandeur nature" du PNR de la Narbonnaise.

Mercredi 26/10 de 18h30 à 23h, à Bizanet : chauves-souris et observation des étoiles (associations Ecodiv et Stimuli, qui prend les inscriptions au 06.17.76.55.15).

Mercredi 09/11 de 9h30 à 17h, à Saint-André-de-Roquelongue : le massif de Fontfroide par la chapelle de la Vernède (Ecodiv).

Pour vous inscrire ou avoir davantage de précisions, merci d'appeler David Richin (sauf exception mentionnée ci-dessus) au 06.18.75.43.19.



11^e édition
avril à novembre 2022

Près de
200 sorties
nature
gratuites

DÉCOUVRONS ENSEMBLE
LES ESPACES
NATURELS
sensibles
de l'Aude

Des sorties accessibles à tous,
pour découvrir les merveilles naturelles de l'Aude
de manière insolite, pédagogique ou ludique.

Le Saint Pauletois
Aude
Le département de l'Aude

Ping-pong

Le Jeudi 15 Septembre a eu lieu la reprise du Ping Pong à la salle des fêtes du village.

Ce soir là, une bonne quinzaine de pongistes débutants, amateurs, confirmés, professionnels et mêmes internationaux en sélections locales s'étaient donné rendez vous pour croiser le bois et la balle en celluloid.

Autour de 4 tables intérieures et d'une table extérieure, l'ambiance était certes détendue pour ce retour de vacances mais la vigilance était de mise pour ne pas prendre fanny...

Le principe est simple, on s'échauffe un peu en faisant quelques balles, on fait un petit match en 11 points et on change de table et de partenaire....en simple ou en double.

Seul ou accompagné, de 7 à 177 ans, nous vous attendons donc nombreux tous les jeudis de 18H45 à 20H00 à la salle des fêtes, avec ou sans raquette (matériel fournis par l'ASC) pour parfaire votre service, votre swing, votre lift, votre effet caché, pour râler un peu ou pour exulter de joie....le tout dans la bonne humeur !

Max P.



Qi-gong

C'est reparti pour une nouvelle saison Qi-gong, relax...

C'est parti pour les inscriptions!

Cours hebdomadaires :
toujours le mardi de 18h30 à 19h30 (Possibilité aussi la 1^{ère} semaine des vacances scolaires selon le nombre de participants)

Cours mensuel : le samedi matin de 10h à 12h, l'occasion de la découverte !

A VOS AGENDAS pour les stages du samedi matin !

- **2022 : samedis 8 oct – 19 nov – 17 déc (à confirmer)**
- **2023 : samedis 7 janv – 11 fév – 11 mars - 8 avril - 13 mai - 10 juin**

Stage d'été : 8 et(ou) 9 Juillet 2023

Des questions, précisions,
contacter Corine : 06.09.87.68.66

A très vite!



Les écoles

Le 1^{er} septembre, 76 élèves ont franchi les portes des écoles.

19 élèves de maternelle sont à St Paulet avec Odile Rameil, l'enseignante et Cathy l'ATSEM.

Aux Cassès, Carole Moro s'occupe des GS/CE2. Amélie Desflachelles a la classe des CP/CE1 cette année.

A Souilhanel, il y aura des CE2/CM1 dans la classe de Céline Passemard.

Sébastien Panis enseignera aux CM2.

Le 21 septembre, Manue, naturaliste, nous a expliqué les « petites bêtes » du Causse. A nous les criquets, papillons, punaises... L'occasion pour nous de randonner, observer et bien sûr goûter !!!

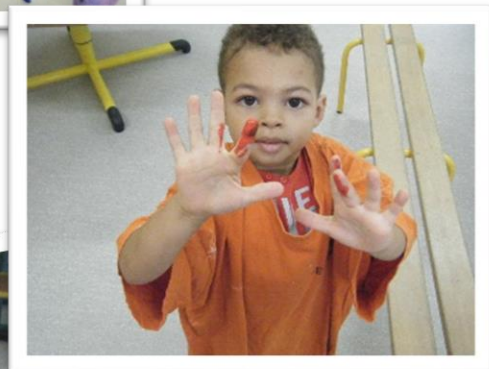
L'ENT reprend à peine, voici quelques photos des petits St Pauletois.



Le **projet de l'année** est **l'histoire et ses périodes** avec une grande sortie du regroupement au Parc Gaulois de Rieux Volvestre.

Quelques dates pour ce premier trimestre :

- **5 octobre** : randonnée du regroupement aux Cassès
- **13 octobre** : photos individuelles
- **13 décembre** : fête de Noël



Côté jeux L'énigme d'Hugo

Réponse à l'énigme du dernier numéro :
« Quel est le seul mot de la langue française qui, tout en se terminant par "ette" est masculin ? **Squelette** »

Nouvelle énigme : « Vous avez deux seaux non gradués, l'un de 3L et l'autre de 5L et une source qui coule à flot. Vous devez réussir à mesurer précisément 4L...comment faites-vous ? »

Précision : bien évidemment ces 4 L doivent être dans le seau de 5L puisque vous n'avez rien d'autres...

Côté environnement

Apiculture

Sur le complexe et surprenant insecte qu'est l'abeille, une pensée pertinente a été citée par un écrivain canadien du nom de Louis Marie PARENT :

« Imitons l'abeille, elle fait de grandes randonnées sans perdre son objectif ! »

Comme annoncé dans l'édition précédente et dans l'idée de cet écrivain et observateur, nous aborderons aujourd'hui les étapes de la vie d'une abeille ouvrière, dont l'objectif est essentiellement la survie de la colonie.

Voyons donc ce qui se passe exactement de la naissance de l'abeille à son premier vol :

Du 1^{er} jour au 3^e jour : Une fois sortie par elle-même de la cellule, l'abeille devenue adulte consacre quelques heures à se nettoyer. Elle demeure au nid (couvain), sollicitant de la nourriture auprès des ouvrières qui vont et viennent

Après 3 jours : La jeune abeille commence à se nourrir elle-même à partir de cellules à miel et à manger du pollen ; elle contribue aussi à l'entretien de la ruche en nettoyant les cellules d'élevage.



Ouvrière éliminant une larve morte

Pour pouvoir repérer l'endroit de la ruche, avant de prendre leur envol dans le but de butiner jusqu'à 3 kms à la ronde, les abeilles, qui sont arrivées à ce stade de leur vie, font leur vol de reconnaissance ou d'orientation. Cela se fait en général, par temps chaud, en milieu de journée ou dans l'après-midi, pour permettre à l'insecte de se familiariser avec les environs de la ruche, et tout y est mémorisé !

Alors, ne sommes-nous pas impressionnés par les magnifiques capacités de l'abeille ? N'imposent-elles notre respect ? Ainsi occupées tous les jours de sa vie, comme dit William Blacke, un écrivain anglais : **« La diligente abeille n'a pas de temps pour la tristesse ! »**

Lorsque l'on voit une abeille aller de fleurs en fleurs, ce qui nous vient à l'esprit en premier c'est de se dire qu'une abeille n'est en fait qu'une butineuse ! Eh bien, non ! Tout comme la vie d'un humain est remplie d'activités, la vie d'une abeille nous surprendra aussi, tant elle est active du jour de sa naissance jusqu'au jour de sa mort !

En effet, il est reconnu de longue date que la construction, la maintenance et la protection d'un nid élaboré par une colonie de 50 000 abeilles requiert une division étroite du travail entre les nombreuses ouvrières et c'est ainsi, au fur et à mesure que le temps passe, que l'abeille aura au moins 12 activités principales dans la ruche et exclusivement dans la ruche, avant d'entreprendre l'activité finale de sa vie qui concerne le butinage.

Pour rappel, au plus fort de la période d'activités estivales, l'abeille ouvrière travaille tellement que son espérance de vie n'excède que rarement 5 à 6 semaines soit 35 à 42 jours.

Du 4^e au 5^e jour : L'ouvrière peut commencer à nourrir le couvain ; au début, elle ne nourrit que les larves les plus âgées en régurgitant du miel et du pollen.

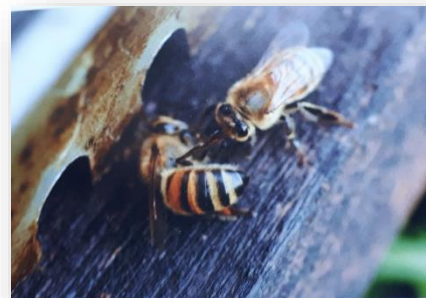
Du 6^e au 9^e jour : Lorsque ses glandes hypo pharyngées deviennent matures et que celles-ci peuvent transformer le pollen ingurgité en nutriment riche en protéines, elle nourrit les larves les plus jeunes.

Du 10^e au 12^e jour : Les glandes produisant des nutriments sont presque épuisées, mais les glandes sous abdominales commencent à fabriquer de la cire et l'ouvrière peut ainsi participer à la construction et à la réparation des cellules. C'est à ce moment-là seulement que l'abeille s'éloigne momentanément de la ruche pour un vol de propreté. Elle défèque pour la 1^{ère} fois lors de ce premier vol inaugural, et c'est visiblement l'accumulation d'excrément dans l'intestin qui l'encourage à s'envoler car aucune abeille ne défèque dans le nid.

Du 13^e au 14^e jour : elle se fait manutentionnaire et gère le stockage du pollen et du nectar.

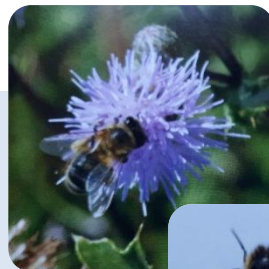
Du 15^e au 20^e jour : L'abeille ouvrière ventile la ruche grâce à ses battements d'ailes rapides et répétitifs.

Du 21^e au 24^e jour : Elle surveille l'entrée de la ruche pour éviter les intrusions qui se solderaient par le vol du miel.

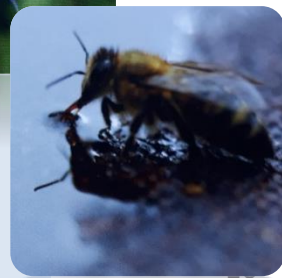


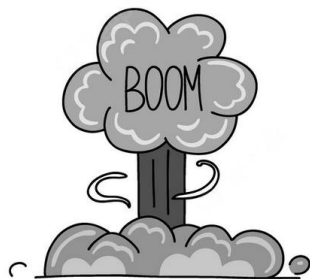
Gardiennne repoussant un intrus

Du 25^e jour et jusqu'à sa mort : elle prend son rôle de butineuse.



Ouvrière collectant nectar, pollen et eau





Collectif Stop Décharge



Ca bouge sur le Causse

Quelques détonations, un silence puis le bruit des pelleteuses avant un nouveau silence, voilà la mesure à 4 temps qui a baigné l'atmosphère du causse ces derniers mois.

Deux détonations d'abord, celle des obus entreposés sous terre en toute illégalité dans la carrière Assalit que les services de déminage ont fait exploser à la mi-mai. La route a été coupée durant quelques heures par mesure de précaution et le bruit a été nettement entendu jusqu'aux Sabaties.

Depuis, c'est le ronronnement des pelleteuses qui a bercé régulièrement le causse et leur travail avance de façon visible. Le projet de centrale photovoltaïque semble bel et bien lancé, en témoigne la disparition de certains déchets de la carrière sauvage de M. Assalit : plus de ferraille ni de pneus visibles depuis les alentours, l'amoncellement de déchets verts a laissé place à des montagnes de broyats fins et une partie du terrain semble avoir été aplani.

Le doute plane toujours sur la destination réelle qu'ont eu les divers déchets évacués. Il est à espérer que, cette fois-ci, ils surent trouver une filière adaptée, tracée et vérifiée.

Ces derniers temps, la campagne a retrouvé sa quiétude mais des démarches technico-administratives sont en cours et laissent présager une modification très prochaine du paysage que nous connaissons.

En effet, en Octobre aura lieu le bornage de la parcelle Assalit par un géomètre mandaté par la société Valeco en présence des propriétaires des parcelles adjacentes.

De plus, dans un avenir proche, devrait avoir lieu le défrichage des terrains dans un rayon 50m autour du terrain accueillant les panneaux. Ce défrichage est un prérequis inscrit dans le permis de construire et concerne tous les terrains, privés et publics, tous azimut. Des discussions sont actuellement en cours entre certains propriétaire et Valéco pour connaître la nature et l'importance de ce défrichage afin de diminuer autant que possible l'impact, d'une part sur les paysages, et d'autres part sur la biodiversité qui sera déjà mise à mal lorsque plusieurs milliers de mètres carrés seront rasés et opacifiés pour accueillir cette centrale.

Le contexte actuel et la fibre écologique de chacun rend compréhensible la tenue de tels projets, néanmoins, en prenant un peu de recul, il semble exister ailleurs des surfaces immenses déjà anthropisées qui semblent tout à fait aptes à recevoir des panneaux photovoltaïques : toitures d'hypermarché, d'usine, de parking etc. La logique voudrait que cette pollution visuelle touche d'abord ces complexes déjà peu esthétiques avant de se rabattre sur des surfaces vivantes.

Enfin, espérons que toute cette histoire trouve une issue favorable, et que, surtout, la pollution présente auparavant ait fortement diminué à défaut d'avoir disparue complètement. Avec un peu de chance, Saint-Paulet ne connaîtra plus de coupure d'électricité avec ses 3 parcs photovoltaïques actifs. Et qui sait, peut-être que notre beau village figurera dans le livre des records de surface de panneau solaire par habitant...

*Hugo R.,
Pour le Collectif*

Rubriques ouvertes

Les news de la boîte



N'hésitez pas à aller faire un tour à la Boîte à livres/ Grainothèque située dans l'ancien Poids Public. Il y en a pour tous les goûts et tous les âges. Vous pouvez venir déposer, emprunter échanger livres et graines.

Depuis l'ouverture au printemps, nous avons mis une boîte à idées pour trouver un nom à ce lieu. La boîte a été joliment remplie et peut encore accueillir vos jeux de mots, vos idées jusqu'au 31 Octobre.

Passez donc **avant le 31 Octobre à 18h où nous ferons un petit apéro pour ouvrir la boîte et définir le nom du lieu.**

Les petites terreurs pourront ensuite aller vous effrayer dans vos maisons contre des bonbons. Prochain rendez-vous pour le troc de graines début février. En attendant....les livres sont impatients de vous confier leurs histoires !!!

Florence G.

Un nouveau boulanger au village

Certaines et certains habitants de notre beau village ont déjà eu la primeur de l'information, mais je profite de ce nouveau numéro de notre gazette locale pour informer un plus grand nombre de ma nouvelle installation en tant que « pico-boulangier » sur Saint-Paulet. J'essaierai également, à chaque édition, de rédiger un article sur le pain ou la fermentation au sens large afin d'enrichir notre cher Saint-Pauletois et participer à sa culture populaire.



Pour faire un petit brin de causette sur ma personne, j'ai toujours été fasciné par le pain et par le pouvoir magique de la fermentation. J'ai eu la chance de commencer à apprendre ou plutôt appréhender la boulangerie au levain il y a une dizaine d'années auprès d'un ami, actuellement paysan-boulangier dans le Tarn-Et-Garonne. Ensemble (et avec le concours précieux d'une équipe surmotivée), nous avons produit du pain et des pizzas sur des festivals dans la région toulousaine durant quelques étés à la suite desquels j'ai passé un CAP, sésame indispensable à la possibilité de vendre son pain.

Depuis, j'ai le projet d'avoir une activité de boulanger artisanal, essentiellement au levain, et avec des produits biologiques. Et c'est avec cette idée que notre route nous a mené à Saint-Paulet il y a bientôt une dizaine d'années où La Caussinière semblait un cadre propice à une telle activité. Et puis, la vie, ses richesses et ses changements ont quelque peu retardé ce projet qui ne voit le jour que cette année dans un local flambant neuf.

Alors quels produits et comment ça se passe concrètement ?

A l'heure actuelle, je propose deux gammes de produits sur deux jours différents :

- Le **Vendredi soir**, je propose des muffins anglais (des petits pains de mie légèrement sucrés) et des pâtes à pizza fraîches à l'huile d'olive.
- Le **Dimanche soir**, je propose du pain bis au levain variété ancienne, du pain bis au levain aux graines, du pain blanc à la levure et des pains hamburgers (ou buns).

L'intégralité des ingrédients (sauf la levure) est issue de l'agriculture biologique, les farines sont du Lauragais ou du Tarn et Garonne, l'huile et les graines de France ou d'Europe lorsque la filière existe (pas pour le pavot par exemple).

Je produis uniquement sur commande afin d'éviter les invendus et le gaspillage qui en découle. Pour passer commande deux solutions existent :

- Intégrer la mailing-list grâce à laquelle j'envoie la liste des produits proposés environ deux jours avant la date des fournées ;
- Intégrer le groupe WhatsApp sur lequel je procède de la même façon (mais qui semble peut-être moins adapté si le nombre de clients et clientes augmente.)

Si vous êtes intéressé, vous pouvez m'écrire à l'adresse hugo.boulangier@mailo.com ou me contacter au 06 37 74 72 84.

Bien entendu, pas de minimum de quantité à commander ni d'obligation de commande, paiement en espèce, chèque ou virement à votre convenance.

La récupération des commandes se fait **le soir à partir de 18h30 à La Caussinière** (sur la cause entre le village et la carrière).

Produit	Tarif	Jour de vente
Pain bis variétés anciennes 100% levain 500g	2€30	Dimanche
Pain bis variétés anciennes 100% levain 750g	3€30	
Pain bis aux graines 100% levain 500g	2€50	
Pain bis aux graines 100% levain 750g	3€50	
Pain Blanc à la levure 500g	2€	
Pains à Hamburger 90g	3€ les 4	Vendredi
Muffins 60g	2€ les 4	
Pâte à Pizza 330g	1€20	



Pain au levain, pain de seigle, pain au seigle, pain de tradition... Quésako ?

Le pain est en France un produit très réglementé et très protégé. En effet, comme évoqué plus tôt, il est interdit de vendre sa production sans diplôme, les ingrédients qui entrent dans la composition d'un « Pain » sont limités : seuls certains additifs sont autorisés et beaucoup d'appellation sont réglementées.

Petit tour d'horizon de celles-ci :

« **Le pain de Tradition Française** » : Cette appellation très employée mais très méconnue de beaucoup de consommateurs et consommatrices ne peut s'employer que pour désigner un pain n'ayant subi aucune opération de surgélation/congélation, sans aucun additif, et composé uniquement de farines de blé et d'éventuellement de quelques dixièmes de pourcentage de farine de fève, de soja ou de malt de blé.

« **Le pain au levain** » : Le levain désigne un mélange de farine de blé et/ou de seigle et d'eau (et éventuellement de sel) ayant subi une fermentation acidifiante naturelle. Un pain au levain est doncensemencé avec un levain vivant (qui contient donc une flore active) et éventuellement avec un ajout de levure à un taux maximal de 2g par kilo de farine. Le pH final du pain doit être de 4,3 et la teneur en acide acétique de 900ppm.

« **Le pain maison** » doit être pétri, façonné et cuit sur le lieu de vente ou vendu de façon itinérante par le boulanger l'ayant fabriqué.

Le pain que je propose et que propose la plupart des paysans-boulangers ou des boulangers bio est donc « de tradition », « maison » et « au levain ».

Pour finir, une « **Boulangerie** » est un local dans lequel le pain (non congelé ou surgelé) a été pétri, façonné et cuit sous le contrôle d'un boulanger diplômé.

« **Le pain de seigle** » doit être panifié avec minimum 65% de farine de seigle par rapport à la farine totale.

« **Le pain au seigle** » doit être panifié avec minimum 10% de farine de seigle par rapport à la farine totale.

« **Le pain de méteil** » est un pain composé de 50% de farine de seigle et de 50% de farine de blé. Traditionnellement, ces deux céréales étaient semées et moissonnées ensemble.

« **Le pain cuit au feu de bois** » doit être cuit dans un four à chauffe directe au bois c'est-à-dire où les braises et/ou la flamme se trouvent dans la même chambre que le pain lors de sa cuisson. Cela ne concerne donc que les fours « romains » ou les fours à gueulard.

« **Le pain à l'ancienne** » est sans doute l'appellation la plus contraignante, en effet elle ne concerne que les pains panifiés sans additif, au levain, pétris de façon lente et peu intense et cuits au feu de bois dans un four traditionnel en pierre.

Hugo R.

Place à l'épicerie mobile

Une jolie camionnette blanche a fait son apparition au village, tous les **dimanches matins de 9h45 à 10h45** et je vous y propose :

Viande et charcuteries de La ferme du Lauragais, poulets fermiers plein air de Viviers les montagnes, fromages de Marzac à Revel, pain et viennoiseries de L'engrain à Revel, les moutardes de Lautrec, les légumes du Gaec du Sor à Garrevaques, les confitures "les douceurs d'ici" de St Paul Cap de Joux, les farines du Moulin de Maury à Durfort et l'huile d'olive de Montmaur. Plus un très grand choix de produits d'épicerie classique.

Possibilité de livraison et de vente à domicile.

En ce qui concerne la viande de bœuf, agneau et lapin, n'hésitez pas à passer commande.

A bientôt,

Delphine « Me voilà »



Sur le Causse, « la vallée des rois » ...

C'était un mélange de bleu et de gris dans ce ciel de début juillet, le printemps finissait, il laissait sans place à la canicule qui devait nous terrasser tout l'été.

C'est dans cette atmosphère, que je reçu un message de la famille Semenou des plus surprenant : « France 2 était en train de tourner un épisode d'un film sur le Causse... Il fallait faire vite car la production avait loué une des carrières du Caussanel que quelques jours. Ci-joint le contact d'un responsable sur le plateau. »

Mon esprit, mon sang ne fient qu'un tour. Je pris donc rendez-vous pour le lendemain, en début d'après-midi.

C'est sous un ciel de plus en plus gris, que je me rendis sur le Causse. En effet, toute une équipe de décorateurs, de machinistes s'affairaient pour terminer l'installation d'un décor, pour la scène qui allait suivre.

Le renforcement de la carrière, était devenu « **La vallée des rois** ». Un télé-film de France 2, me dit-on. **La découverte du tombeau de Toutankhamon en 1922.** Le sujet n'était pas nouveau, mais un sacré décor était là.



Sous une grande tente berbère, des figurants dans leurs costumes, d'autres plein d'entrain éparpillés dans ce paysage de roches et de front de taille, se préparaient pour le tournage d'une scène. De tranquilles dromadaires, une voiture ancienne et divers objets finissaient de poser l'ambiance.

Nous étions en 1922. Monsieur Howard Carter criait des ordres aux ouvriers. Lord Carnavon, le financier des travaux, regardait cela d'un mauvais œil, sachant que celui-ci finançait des recherches qui s'éternisaient sans aucun résultat de la part de Carter, et qu'en plus, il soupçonnait celui-ci d'avoir des relations amoureuses avec sa fille, présente sur le chantier.

C'est après quelques prises de vue, et quelques querelles, que la scène se termina. La famille Semenou vint me rejoindre pour des commentaires drôles et de notre époque. L'après-midi s'étira, pour finir sous la tente avec les ouvriers. Les dromadaires devaient repartir pour l'Aveyron. Le ciel était menaçant, mais c'était pareil en 1922 dans la vallée des rois.

Tout allait pour le mieux. C'est ainsi, après ces confidences optimistes que je retournai chez moi, pas déçu d'avoir vécu ce moment d'anachronisme.

Joël L.



Chasse

Après de nombreuses années passées à la présidence de L'ACCA de St Paulet, j'ai décidé de passer la main et c'est **Gilles Lamarque**, ancien vice-président, qui me succède.

A ses côtés **Gilbert Fontez** est trésorier et **Dominique Monserat** assure le secrétariat. Bonne réussite à ce nouveau bureau.

Comme les années passées, le lièvre est très abondant et le chevreuil est bien présent. Ces deux espèces occasionnant des dégâts sur le tournesol, nous devons en prélever davantage en étant raisonnables quand même.

Freddy Gauthier reste président de L'AICA. Cette année, la commune de Souilhanel s'est rattachée à notre AICA pour pouvoir exister.

Deux jeunes chasseurs ont pris la carte de chasse cette année et c'est à souligner dans ce contexte du vieillissement du pratiquant.

Bonne saison à tous.

Robert C.

Rencontre des Vieilles Toiles Lauragaises

Cette 4ème édition de la rencontre des "Vieilles Toiles Lauragaises" a pu se réaliser grâce au partenariat entre le propriétaire du terrain, le collectif Aéromodélisme de St Paulet, le Model Club de Revel, la Fédération Française d'Aéro Modélisme et la Direction Générale de l'Aviation Civile.

Une quinzaine de pilotes avec leurs belles maquettes de planeurs anciens, provenant de toute la France et de Monaco, ont partagé leurs expériences du **vendredi 16 au dimanche 18 septembre**.

Une trentaine de ces superbes réalisations ont profité du ciel du Lauragais et d'une excellente météo pour le plus grand plaisir des passants, des organisateurs et de leurs pilotes bien évidemment.

La première journée se déroulait sur **l'aérodrome de la Montagne Noire** pour des évolutions en vol de pente. Il s'agit de profiter du relief et de la tramontane pour que les petits planeurs puissent rester en vol parfois plus d'une heure sans autre énergie que le vent !



Les 2 autres journées se déroulaient sur la **piste de St Paulet**, les planeurs étant lancés à 200m d'altitude grâce à un avion remorqueur et une corde de 30m, à l'image des vrais planeurs. Dans ce cas, le vol peut également se prolonger plusieurs dizaines de minutes si le pilote a l'expérience suffisante pour profiter des courants ascendants d'air chaud qui naissent grâce à l'ensoleillement encore important à cette saison.

Le **Model Club de Revel** est à votre disposition pour tout renseignement complémentaire si vous souhaitez goûter aux joies du pilotage des modèles réduits. Vous pouvez le contacter par le formulaire internet sur le site du Club à cette adresse : <https://www.mcrevel.com>

Vous pouvez également contacter **l'Aéromodélisme de St Paulet** :

Thierry Semenou au 06 63 19 38 88
Thomas Marc Antoine au 06 75 07 52 67



Appel aux dons pour l'Ukraine

Cela fait maintenant fait 7 mois que le conflit a commencé en Ukraine... L'élan de solidarité a été incroyable pour aider la population de ce petit pays tant au niveau matériel qu'alimentaire.

Par une initiative personnelle, j'ai eu l'occasion début septembre, avec Marina (ancienne saint-pauletoise !) de faire don de tout ce que nous n'avons pas vendu au vide grenier de Lenclas à une association située à Saint Sulpice sur Lèze. Quelques mamans du village ont souhaité y participer elles aussi.

Cette association a pour but d'accueillir des familles, de les loger, de les aider dans les démarches administratives mais elle est aussi en contact avec 2 autres associations qui possèdent des camions et qui vont donc sur place pour apporter ce que nous donnons.

Quel a été notre étonnement en arrivant sur place de voir que le hangar de stockage était quasiment vide ! Je lance donc un appel aux dons alimentaire, médical et matériel...

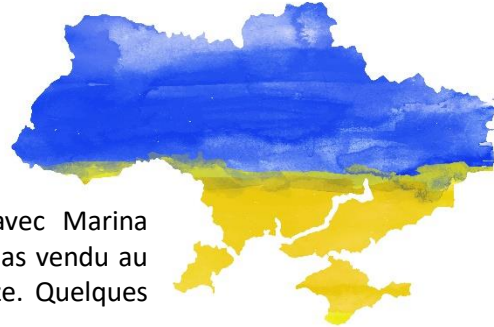
Vous trouverez ci joint la liste de ce dont ils ont besoin. Je sais que nous avons nous même à faire face à des soucis dans notre quotidien et que chaque centime compte mais comme nous a dit l'une des bénévoles de cette association : « si chacun ne donne ne serait-ce qu'un paquet de pâtes, c'est énorme sur la globalité ! »

Ne les oublions pas s'il vous plaît... C'est une petite goutte d'eau dans l'océan, je sais, mais chaque petite goutte permet à cet océan d'être ce qu'il est !

Je réceptionne vos dons chez moi dans un 1er temps donc n'hésitez pas à me joindre au : 07.83.36.91.06

Merci à vous, merci pour eux !

Sécolène D.



Association Vivre à Saint-Sulpice-sur-Lèze
Collecte Ukraine 31
www.vassl.org

LISTE DES DONNÉS ACCEPTÉS

A destination de l'association Alliance Occitanie Ukraine en direction de Lviv, l'association Mira i Dobra qui achemine sur Kiev et Kharkiv et des réfugiés du territoire.

Médical

- Soins de première urgence
- Médicaments
- Petit matériel médical

Produits et matériel d'hygiène

- Produits Homme, Femme, Enfant, Bébé
- Coton
- Papier toilette
- Mouchoirs
- Cosmétiques et parfums

Alimentation

- Boîtes de conserves (légumes, poisson, pâtés...) - Plats cuisinés
- Pâtes -Semoule -riz - céréales - purée
- Légumes secs et frais
- Fruits secs et frais
- Farine
- Sucre poudre et morceaux
- Café - Thé (thé noir de préférence) - Cacao
- Sauces et coulis de tomates
- Levure
- Bouillons cube - Assaisonnements et épices - Condiments - huile - vinaigre
- Compotes
- Pâtes à tartiner - confitures
- Chocolat
- Biscuits
- Céréales
- Bonbons
- Charcuterie
- Viande
- Fromage
- Beurre
- Soupes
- Chips
- Jus de fruits - sirops
- Lait UHT
- Eau
- Alimentation bébé
- Alimentation animaux

Matériel & Entretien

- Lessive
- Produits d'entretien
- Piles
- Lampes de poche
- Rallonges électriques
- Sacs de couchage - Couvertures
- Jouets -peluches

Association « Vivre à Saint-Sulpice-sur-Lèze »
4 chemin de Saint Jean
31410 Saint-Sulpice-sur-Lèze

Association loi 1901
RNA W311007646

Nathalie Gobé - Présidente
05 36 28 00 52
contact@vassl.org

ATTENTION !!!

Témoignage poignant mais qui peut être difficile émotionnellement parlant...

Ce n'est pas possible de ne pas agir quand nous entendons le témoignage de cette bénévole. Elle nous explique que l'un des hommes Ukrainien présent ce jour-là, arrivé il y a un mois à peine en France, avait été emprisonné par les Russes. Ils ont été séparés dans un camp : femmes et enfants, vieillards et hommes forts. Après 48h d'humiliation, totalement dénudé, sans nourriture ni boisson, au cœur même du camp au mois d'avril avec le climat continental, il lui a été jeté un uniforme de soldat Russe... Comment ne pas l'enfiler dans l'espoir de survivre et en même temps comprendre ce qui lui sera demandé... Il est parti avec d'autres hommes vers l'un des fronts. Il a réussi à s'enfuir avec un autre homme et à rejoindre sa femme en France. Depuis, il est entré dans un mutisme et ne se confie qu'à sa femme.

Sécolène D.

Le poème de Billie

Automne singulier

Une voûte dorée m'apparaît
La verdure se transforme en or
Les feuilles frémissent en vrai
Après l'été si sec, la nature vit encore

Une brindille de graminée frémit
petite brise humide qui renaît
la nature se bat et dit toujours oui.
Il faudrait mieux comprendre ce qui lui plaît !

Je sors, hume l'air, ça sent bon.
la terre humide me redonne espoir
Je parle à mes plantes
Et pas seulement le soir.

Et puis un bruit au loin
Comme un oiseau de nuit
Je prête l'oreille, ce bruit est un cri
Un animal est en danger, pas bien.

La chasse aujourd'hui,
Un chevreuil à l'agonie,
Qui pourrait supporter ce cri ?
La voûte dorée disparaîtra avec lui.

Point de nuages au loin, les feuilles sont fatiguées
Elles le couvriront doucement d'un manteau doré
Je rentre sans voix, tellement hébétée
Pour que le sommeil me rende la sérénité.

Billie

Une nouvelle association est née dans le village : Cré'Arts d'Oc

C'est une association loi 1901 montée par 2 créatrices :
Lamarque Patricia « Patoucartonne » et
Palacio Cathy « CHT Créations », soucieuses de rassembler
des créateurs venus de tous horizons autour d'un projet
commun : la promotion de l'artisanat par l'exposition en
boutique et par l'animation d'ateliers créatifs.

Les objectifs de l'association sont les suivants :
Organiser des ateliers pour enfants et adultes (couture,
bijoux, origamis, macramé, ...) et un marché des créateurs
une à deux fois par an à Saint Paulet.

Cré'Arts d'OC ouvre sa boutique associative le 8 Octobre :
mêlant diverses thématiques, décorations, bijoux, accessoires
de mode, univers pour enfants, etc., avec une rotation
régulière des exposants.

Ce lieu d'échanges où créateurs et amateurs
d'artisanat se rencontrent est l'un des
projets phares de L'Association. Vous
pourrez y découvrir une dizaine de
créateurs avec des univers variés et
colorés, au 8 rue Victor Hugo à Revel.

Cré'Arts d'OC ouvre sa boutique
associative le 8 Octobre : mêlant
diverses thématiques, décorations,
bijoux, accessoires de mode, univers
pour enfants, etc., avec une rotation
régulière des exposants.
Ce lieu d'échanges où créateurs et
amateurs d'artisanat se rencontrent est
l'un des projets phares de L'Association.
Vous pourrez y découvrir une dizaine de
créateurs avec des univers variés et
colorés, au 8 rue Victor Hugo à Revel.

Première date à retenir :
**Le Dimanche 11 Décembre à Saint
Paulet**, marché de Noël des créateurs.

Créateurs ou passionnés d'artisanat
tendance, rejoignez-nous dans cette
belle aventure !

Renseignements :
Cathy : 06 74 65 62 67
Patou : 06 22 61 59 68

Le dessin de Sophie

As-tu déjà vu
un Jackalope ?



Coin recettes

Recette Pesto de Bourrache

Voilà la petite recette de l'automne. La bourrache poussant encore, il est possible de faire du pesto pour vos pâtes d'hiver. Pour cela, il vous faut :

- Feuilles de bourrache
- Graines de tournesols (moins cher que les pignons de pin)
- Ail
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Mixer le tout au blender et rajouter l'huile d'olive en filet selon votre goût pour obtenir une pâte homogène.

Pour le conserver, vous pouvez le stériliser en petits pots ou remplir des « sachets de glaçons » pour le congeler et vous servir tout l'hiver.

Florence G.



Contacts

Mairie

Lundi de 14h à 18h
Mercredi de 8h à 12h
Vendredi de 17h à 18h
Tel : 04 68 60 06 49
mairiedesaintpaulet@orange.fr
www.saintpaulet.fr

Secrétariat du SIRS

(Syndicat Intercommunal
du Regroupement Scolaire)
Mardi de 8h30 à 12h
Assuré par Sandrine VILLE
Tel : 04 68 60 06 49
s.i.r.s@orange.fr

Location des salles

Réservation et inscription au secrétariat de la mairie

Informations pratiques

Collecte et tri des ordures ménagères

SMICTOM – 04 11 21 00 24

Ordures ménagères : Un ramassage par semaine, le vendredi matin

Tri sélectif : Un ramassage par semaine, le mercredi matin

Encombrants réutilisables

EMMAUS – 04 68 23 44 60

Gravats

Benne au hangar communal
(demander la clef en mairie)

Déchetteries

Castelnaudary :

du lundi au samedi
de 8h à 12h et de 14h à 16h45

Labastide d'Anjou :

le mardi, vendredi et samedi
de 8h à 12h et 14h à 16h45

Saint Papoul :

le mercredi de 8h à 12h et 14h à 16h45,
le samedi 14h à 16h45

Commissions communales

Budget- Finances

Gérard Lamarque
Jean Luc Sanguesa
Sébastien Pastre
Catherine Sibra

Aide sociale

Virginie Darras
Jean Luc Sanguesa

Fleurissement et embellissement du village

Virginie Darras
Sébastien Pastre

Travaux – Voirie

Gérard Lamarque
Jean Luc Sanguesa
Sébastien Pastre

Fêtes et cérémonies

Virginie Darras
Thomas Marc-Antoine
Ségolène Dewaele

Saint Pauletois

Yannick Gil
Christophe Jeansing
Ségolène Dewaele

Patrimoine

Ségolène Dewaele
Catherine Sibra

Coordination des associations

Yannick Gil
Gérard Lamarque

Site internet

Thomas Marc-Antoine
Sébastien Pastre