



SAINT-PAULETOIS



Édito

Vous l'aurez peut être constaté, nous avons zappé le numéro printemps / été 2024, la dernière parution datant du mois d'Avril. Alors pas de panique, la rédaction du journal est toujours là, motivée et complémentaire. Cette pause aura permis à tous de faire mille choses, de faire autre chose et également d'avoir eu le temps de savourer de ne rien faire.

Vous l'aurez constaté aussi que tout change mais rien ne change. Malgré ce que le brouhaha numérique veut nous imposer, tout reste et la nature humaine également. Les heureux restent heureux, les peureux restent peureux, les paresseux... les idiots... les intellos... vous l'avez compris rien ne change !

Ce qui ne changera pas non plus, c'est que la meilleure version de nous-même se mesure TOUJOURS à ce que l'on est capable de faire pour les autres et ce que l'on fait réellement pour les autres. Et toi ? Tu fais quoi pour les autres ? Si tu veux, il y a une petite place pour toi dans notre journal...

A tous ceux qui ne font que dire que c'était mieux avant, que plus rien ne va, qui ne distillent que du négatif, nous disons « vai veire endacòm mai »

*Audrey, Charlotte, Hélène,
Jean-Luc et Yannick*

Mairie

Le mot du Maire

Bienvenue dans ce nouveau numéro du Saint-Pauletois.

La fin de l'année arrive déjà à grands pas et l'actualité de notre commune est toujours aussi riche. Les projets et travaux portés par le conseil municipal avancent à leur rythme, notamment la rénovation du foyer qui devrait débuter dans quelques semaines. Des travaux d'entretien de voirie sont également programmés avant la fin de l'année. Nous portons également une attention toute particulière sur la qualité de l'eau potable qui dessert notre commune et tout particulièrement les écarts, des travaux de remplacement de certaines conduites sont prévus très rapidement, travaux portés et financés par la Communauté de Communes. La fibre optique devrait aussi desservir notre commune d'ici peu, les travaux portés par le SYADEN débuteront début novembre pour une mise en service dans le courant du premier trimestre 2025.

Je tiens encore une fois à remercier mon équipe municipale pour son soutien et féliciter tout les bénévoles qui prennent sur leur temps pour nous présenter avec sincérité et humour l'actualité de nos associations, du conseil municipal et tous les faits importants de notre commune, chaque trimestre dans un nouveau numéro de notre journal communal

Je vous souhaite une bonne lecture.

Gérard Lamarque

État civil

Décès

C'est avec beaucoup de tristesse que nous avons appris le décès de **Denise Lacrous** le 21 septembre à l'âge de 86 ans

Naissance

Nous avons la joie d'apprendre la naissance de **Zùri Rouvière** née le 2 avril 2024, fille de Dorian Rouvière et Melissa Louar, demeurant En Rougérou

Nouveau arrivant

Nous souhaitons la bienvenue à **Guillaume Rodrigues**, 1 rue de la Carriereta

Association Sportive et Culturelle

Chez Zaza

Les soirées guinguette du vendredi, au centre du village, ont remis le couvert pour cette saison 2024. L'équipe d'organisation s'est agrandie en la présence de Cédric et Ségolène. Merci à eux.

Le point accueil/buvette, qui la saison dernière était dans un kiosque, à changé pour une caravane vintage aménagée. Cette caravane Kaïffa est disponible pour toutes les manifestations des associations du village. Venez me voir si jamais...

Les soirées guinguette ce sont déroulées sur 4 vendredis. Une cinquantaine de personnes présentes à la soirée d'ouverture du **28 juin**.

Pour la suivante du **12 juillet**, la pluie a un peu refroidi le public, le groupe Silver Stars a su trouver les bons accords pour passer une bonne soirée.

Pour le **2 août**, un regroupement avec un marché de créateur, sur l'initiative de l'association Créa'doc basée à Revel, ont fait de cette 3^{ème} soirée une belle réussite qui à fini tard dans la nuit.

L'odeur de merguez et de poulets grillés de la soirée clôture du **28 août**, ont convaincu le public, les 2 musiciens des « Copains d'abord » invités pour l'occasion, nous ont fait chanter et danser avec eux.

Merci à tous pour l'énergie et l'ambiance que génèrent ces soirées et peut-être à la saison prochaine !!!

Joël L.



Chasse au trésor

La 2^{ème} édition de la chasse au trésor à eu lieu le **1^{er} juin 2024**.

Quel bonheur de voir toutes ces équipes se hâter dans tout Saint-Paulet. Certains se triturent l'esprit pour comprendre les énigmes, d'autres s'agitent sur les épreuves farfelues sorties de l'imagination de villageois affublés. Tout cela pour se retrouver clef en main au pré et dénicher les trésors dans la caverne d'un gardien haut en couleur.

Comme il est difficile de se séparer après un bel après midi, nous sommes restés pour déguster les petits pains salés de Lo Bon Pan et le repas de mamie Ouata qui a ambiancé nos papilles avec ses saveurs incroyables. Puis comme le veut la tradition, la soirée s'est prolongée et les rythmes du DJ Pasteq ont démarré.

Sophie L.

Théâtre

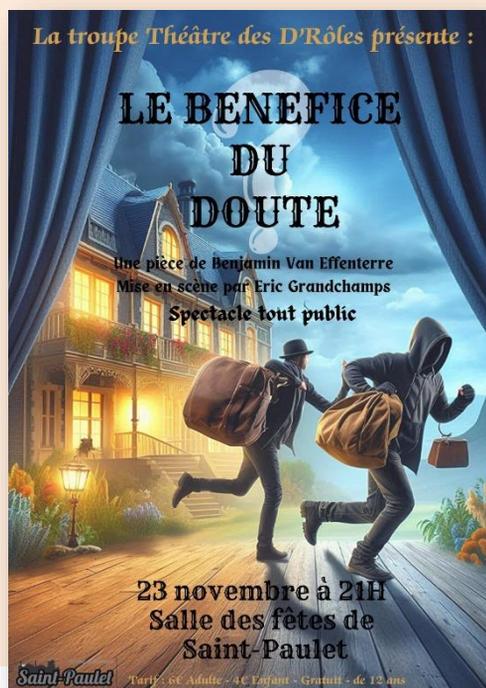
Oyez, oyez, brave gens ! Après quelques temps sans, l'ASC va proposer une soirée théâtre le 23 novembre 2024 à la salle des fêtes.

Nous aurons l'honneur d'accueillir la troupe des **D'Rôles de Revel** qui nous proposera une pièce avec pas moins de 15 acteurs, dans un grand vaudeville pour petits et grands.

Comme la culture doit rester accessible au plus grand nombre, les prix de l'entrée seront en conséquence. La gratuité sera de mise pour les spectateurs en dessous de 12 ans. Pas de restauration prévue, juste de quoi boire un pot avant ou après.

Nous espérons vous voir nombreux, d'autant qu'une habitante du village va jouer... mais chut, je n'en dirai pas plus !

Yannick G. pour l'ASC



Qi-Gong

Nous sommes heureux de vous annoncer que nos **cours hebdomadaires de Qi-gong** reprennent chaque **lundi** à Saint Paulet. Venez découvrir cet art ancestral chinois qui allie mouvement, respiration et méditation pour revitaliser corps et esprit. Ouverts à tous, ces cours offrent un moment de calme et de reconnexion avec soi-même, dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Le **Qigong** est une pratique accessible à tous, peu importe l'âge ou le niveau de forme physique. En groupe, l'énergie collective renforce les effets de la pratique, favorisant détente, bien-être, et équilibre énergétique.

Horaires :

- Tous les lundis, de **18h30 à 19h30**
- Lieu : Salle des Fêtes de **Saint Paulet**

Photo : stage d'été dans la yourte "chez Cristina": merci Cristina pour ce partage dans ce cadre magique.



JEUDI 31 OCTOBRE

à partir de 18 h, Maison des associations

HALLOWEEN

Chasse aux bonbons

Concours de soupe & Concert !

18h chasse aux bonbons

Les parents seront sous la responsabilité des enfants

19h concours de soupe

Préparer votre soupe avec un zeste d'originalité, 2 litres maximum

20h auberge espagnole buvette sur place

21h concert Rockabilly



ASSOCIATION SPORTIVE ET CULTURELLE DE

SAINT-PAULET

Inscription pour les cuisiniers avant 25 octobre 06 82 48 49 84

L'atelier dessin

MÔM'EN ATELIER PRÉSENTE



**POUR LES ENFANTS
DE 6 À 11 ANS**

**MARDI 17H15 / 18H45
MERCREDI 15H / 16H30**

**POUR LES ADULTES
À PARTIR DE 12 ANS**

**MARDI 19H / 21H
JEUDI 18H / 20H**

**SÉANCE : 10€ / ENFANT
12€ / ADULTE**

MAISON DES ASSOCIATIONS



ASSOCIATION SPORTIVE & CULTURELLE DE

SAINT-PAULET

inscription obligatoire _ Sophie Leherissier _ 06 16 770 386

Assemblée Générale

Le bureau du Comité des fêtes vous invite à participer à l'Assemblée Générale qui aura lieu le **dimanche 17 novembre 2024** à 18h à la Salle des fêtes de Saint Paulet.

Ordre du jour :

- Bilan financier
- Renouvellement du bureau
- Questions diverses

Nous comptons sur votre présence ! L'assemblée sera suivie d'un apéritif.

L'équipe du Comité des fêtes

Vide-grenier

Le vide-grenier organisé par le Comité des Fêtes a eu lieu le dimanche 13 octobre au cœur du village. De nombreux exposants et chineurs du dimanche étaient présents, et même un perroquet a fait le détour jusque dans nos rues !



SAINT-PAULET (H)

DIMANCHE 10 NOVEMBRE
à 15h00



LOTO

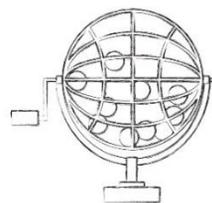
D'HIVER

À LA SALLE DES FÊTES



5 CARTONS PLEINS

16 QUINES (suivies)



Nuit Insolite - Bon d'achats
Tablette tactile
Paniers garnis

Et bien d'autres lots..

10€ les 5 cartons
16€ les 10 cartons

Gaufre / Buvette

Pensez à amener vos jetons
Places limitées, réservation conseillée au 06 07 75 69 87
Organisé par le comité des fêtes

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique



Les écoles

L'école de Saint Paulet



Cette année, pour fêter les **100 jours d'école**, les copains de Les Cassès sont venus. Au programme, fabrication par équipe des 5 anneaux olympiques. Chaque anneau devait avoir 100 objets de la couleur choisie. (de 2 à 6 Des ateliers sur les 100 ou sur les JO ont été proposés. Une bonne façon de préparer la rencontre de fin mai avec l'école de Montmaur.

Zachary a préparé une **collection de 100** feuilles : tous les jours depuis septembre il ramasse une feuille. Quel travail ! Bravo !

Les MS de Saint Paulet ont créé leur affiche des J.O.



Nous avons fini notre travail sur les **équilibres**. Voici Cathy et son totem (selon l'artiste Niki de St Phalle). Cette sculpture sera exposée lors de la rencontre équilibre.

Notre 2^{ème} rencontre avec l'école de Peyrens : le matin, au cinéma, nous avons vu des films de Norman Mc Laren « Jeux d'images ».

Après un bon pique-nique, nous avons réalisé des ateliers d'équilibres ou de peintures.



Le 31 mai, les écoles de Les Cassès, Montmaur et Saint Paulet ont fait **leurs jeux olympiques**.

D'abord, les équipes ont décoré leur drapeau. Ensuite des ateliers de lancers, sauts et courses ont été proposés. Toutes les classes ont passé une excellente journée.

Fin du projet USEP « les équilibres » : accompagnés de leur totem « Cathy » : les élèves de la maternelle sont allés au gymnase Le Millénaire réaliser des ateliers de gym, d'acroSPORT, de cirque et un parcours santé.

Le 02 juillet, après une **randonnée sur le causse**, les classes de Montmaur, Les Cassès et St Paulet se sont retrouvées pour des petits jeux et une remise de médailles et de diplômes.



40 ans d'enseignement, dont 18 ans à Saint Paulet : **MERCI** à toutes les personnes avec qui j'ai travaillé. Continuez à faire vivre votre village comme vous le faites au quotidien.

Quand je suis arrivée, Valérie Estival que je remplaçais m'avait dit : « tu verras Odile, tu seras bien ». Et j'ai été bien ! Je dis la même chose à Laurence Riols qui me succède « tu seras bien ».

Bonne continuation à tous et au comité de rédaction du Saint Pauletois.

Odile R.



Les écoles du RPI

Fête des écoles

Le thème de l'année étant le théâtre, toutes les classes ont présenté des numéros avec Carlos Pinto, comédien, qui est intervenu de février à juin dans toutes les écoles. Une bonne grillade préparée par l'Association Les Galopins a suivi.

Journée patrimoine à Saint Paulet

Les 4 écoles ont investi le village le vendredi 28 juin. Les enseignants avaient préparé un jeu de découverte des endroits remarquables.

Du cimetière au moulin en passant par l'église, le cœur du village et la maison de Virginie ils ont arpenté les ruelles, questionnaire à la main.

Le matin, Gérard Lamarque était venu leur remettre les clefs du village. Après le repas, les grands sont allés randonner pendant que les petits se reposaient à l'école. Un goûter offert par la municipalité a terminé cette journée. Un marque page souvenir a été offert à chaque enfant.



Maxime Espire a écrit un article sur le théâtre

« On est allé à Toulouse avec l'école de Soupex voir le spectacle **Cyrano sentait bon la lessive**. On a marché jusqu'à la fontaine de la place Dupuy. On a bu et mangé, et après, on est allé au théâtre. Il fallait bien ouvrir les oreilles et les yeux. En fait, Cyrano était amoureux de sa cousine. Il avait peur de le dire et Christian, son cousin était aussi amoureux de Roxane. Christian est mort à la guerre et Cyrano a dit à Roxane son amour pour elle, et il est mort lui aussi. Je trouve que c'était un moment très triste. »



Clément Pagèze a écrit sur la semaine de la presse

« Le vendredi 22 mars, nous avons participé à un webinaire pour la semaine de la presse. Nous avons découvert le métier de journaliste.

Les journalistes peuvent être spécialisés dans un domaine tel que l'économie, le sport ou l'environnement comme Anne Sophie Novel la journaliste invitée sur le webinaire d'un jour une actu présentée par Camille. Ils peuvent aussi être « fact checkers » (vérificateurs d'informations).

Nous avons appris que nous pouvions nous informer de diverses manières (comme à la radio, sur internet, dans les journaux ou bien à la télé).

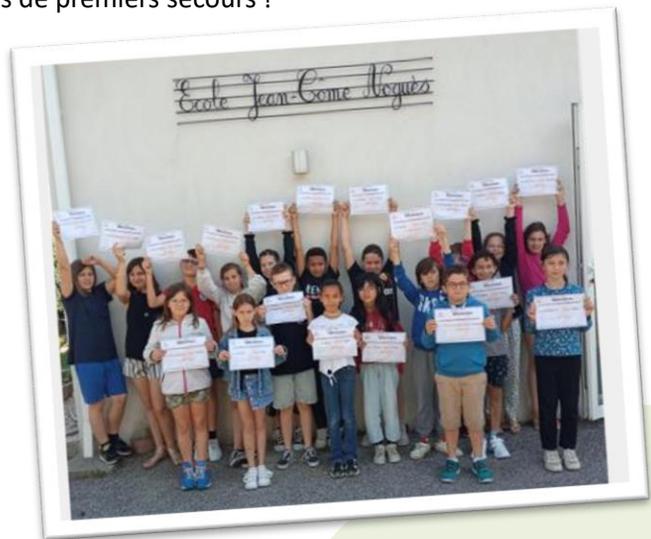
Dans certains pays comme la Corée du nord, la liberté d'expression de la presse n'existe pas ! Certains journalistes ou diffuseurs d'informations sont parfois tués ou envoyés en prison.

Nous avons aussi appris qu'un journaliste, pour ne pas diffuser de fausses informations, doit vérifier trois fois sa source. Sinon l'information peut être fausse et donc dans ce cas, ce serait une fake-news.

Nous, les jeunes, passons beaucoup de temps sur les réseaux sociaux, recevons des informations et devons donc faire attention à garder un esprit critique. (Et il ne faut pas prendre un petit escargot sur sa plante pour un monstre prêt à dévorer un immeuble !) »

Maya Bonnal écrit sur la sensibilisation aux gestes de premiers secours

Le vendredi 7 juin après-midi, Valérie Faelli, sapeur-pompier à la caserne de Castelnaudary, est venue à l'école pour nous apprendre les gestes de premiers secours. Elle nous a donné les numéros d'urgence à connaître (15, 18, 112....). Puis, elle nous a appris à téléphoner aux secours, à donner toutes les informations utiles sans paniquer. Ensuite, elle nous a montré comment mettre une victime inconsciente en PLS (Position Latérale de Sécurité), comment aider quelqu'un qui s'étouffe, comment intervenir pour un malaise. Nous avons ensuite réalisé des exercices par 2. Enfin, nous sommes allés voir le défibrillateur de Soupex. Nous avons reçu chacun une attestation de sensibilisation aux gestes de premiers secours !



Enzo Ruiz a bien observé le jardin de l'école

« Les mantes religieuses dans leur environnement peuvent changer de couleur, pour se cacher. On l'a vu dans le jardin. Elle mange le mâle après l'accouplement. »

Les devinettes

Maxime Espire :

Qui bave rouge quand il est brûlant ?

Le volcan

Qui hurle et crache des éclairs ?

Le tonnerre

Hélios Levoir :

Qui tue les dinosaures ?

Le volcan

Qui sort des fois la tête de sa carapace ?

La tortue

Qui hurle le soir à la lune ?

Le loup

Clément Pagèze : C'était le dernier, notre dernier, mon dernier.

Nous les CM2 de Soupex, à la fin du spectacle un sentiment de tristesse nous a envahi et un peu de nostalgie en repensant à nos spectacles passés. Cette année c'était le dernier. Cette année j'ai senti que j'avais franchi un cap : me voir sur scène avec ce micro à la main m'a ouvert les yeux. J'ai senti que tout allait changer pour moi, collègue, autonomie ! L'an prochain, j'aurai quitté mon maître et ma petite école de Soupex. Que ce soit de la danse des élèves de Saint Paulet à nos chants mélancoliques de John Lennon en passant par nos créations théâtrales autour du respect de la différence, ce spectacle était un aboutissement de cette merveilleuse année passée à Soupex et de mes 9 années de RPI. Quand je parle de tout cela, j'ai un peu la larme à l'œil !



Depuis septembre

Depuis la rentrée, j'ai pris le relais de Maîtresse Odile, qui m'a gentiment laissé sa classe pour partir à la retraite (quelle bonne idée !). Je profite avec plaisir d'un environnement agréable et des joyeux enfants du regroupement. Ce retour aux origines (19 ans comme ATSEM dans cette école !!!) me comble : pourvu que ça dure ! Je remercie les collègues, Cathy, mon ATSEM et les parents pour le bon accueil qui m'a été fait.

Laurence Riols

Pour information, il y a 23 élèves dans la classe : 13 Moyennes Sections et 10 Petites Section (dont 4 de St Paulet).

Voici la première sortie "mathématiques" de l'année... Maîtresse a demandé à tous les enfants de ramasser 3 et seulement trois marrons "Pas un de plus, pas un de moins !". Mais on pouvait recommencer plusieurs fois ! Résultat, nous avons une grande récolte et nous nous demandons quoi en faire ?

Les élèves





Maison d'Assistants Maternelles

C'est la rentrée !

Après de bonnes vacances d'été, notre MAM a ré-ouvert ses portes le lundi 2 septembre.

Nous souhaitons une belle rentrée à Séréna, Léna, Louise, Jade et Mathéo qui ont rejoint les bancs de l'école.

Billie, petite Saint-Pauletoise a rejoint notre tribu, ainsi que Tom qui a remplacé son grand frère, Mathéo.

D'ici quelques semaines nous aurons la joie d'accueillir à la MAM, ouverte depuis 11 ans déjà, une troisième assistante maternelle. Marion, fraîchement diplômée dans la petite enfance a obtenu son agrément pour 4 enfants.

Nous serons 3 assistantes maternelles pour 10 enfants, il nous reste d'ailleurs quelques places pour 2025, c'est le moment de faire des bébés !

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.

A très vite,

Lolo et Patou



Contact :

MAM Pirouette et Galipette
2 rue de l'école
11320 Saint-Paulet
04-68-23-51-37

pirouettegalipette@yahoo.fr

Environnement

La fontaine des Graniès

Autour de la fontaine, une partie des aménagements programmés en début d'année sont achevés, fruit du travail des cantonniers et des bénévoles du conseil de la Mairie et de l'ASC. Le sentier de découverte et le site de la source sont régulièrement débroussaillés.

Une haie plantée sur un paillage de bois fragmentés, longe le site de la fontaine en fixant le talus qui protège des arrivées d'eau et de terre provenant du champ en amont. Cormiers, azéroliers et néfliers ont été choisis, histoire de remettre un peu au goût du jour ces variétés fruitières, passées un peu dans l'oubli, qui en plus de leur esthétique, sont intéressantes pour...les confitures.

Le fossé descendant le long du chemin des Graniès a été creusé et prolongé par une canalisation enterrée qui contourne la source et évite désormais les débordements sur la calade au pied de la fontaine. Ce travail a été confié à l'entreprise Didier Bru. Ces interventions agrémentent le cadre et améliorent les conditions de restauration du site.

Les prochains objectifs prévus au fur et à mesure de la disponibilité des différents intervenants sont :

- La pose d'une rambarde de sécurité en rondins de bois au dessus du puits et de l'abreuvoir
- L'habillage du mur de fond de l'abreuvoir.
- La restauration des murets du puits et du bord de l'abreuvoir
- La reprise de la mise à jour des différents murets et l'entretien de la calade

Le sentier est de plus en plus fréquenté par les promeneurs.

Frédéric G.



Sortie aval de la canalisation enterrée et plantation



Fossé du chemin des Graniès recalibré



Entrée amont de la canalisation enterrée

Apiculture

Les occupants de la ruche et leurs particularités

Une colonie d'abeilles est formée de 3 castes à la morphologie et aux rôles distincts. Les tâches indispensables au développement de la colonie sont si diverses qu'elles nécessitent une organisation stricte pour être accomplies au bon moment et par un nombre optimal d'ouvrières.

Au printemps, une colonie se compose d'une reine, de plusieurs dizaines de milliers d'ouvrières et de quelques milliers de mâles que l'on appelle « faux-bourdons ».

Les adaptations morphologiques, physiologiques et comportementales permettent aux individus de chaque caste de réaliser les différentes tâches de façon optimale :

- LA REINE pond les œufs et assure la descendance de la colonie ;
- LES OUVRIERES accomplissent toutes les autres fonctions nécessaires au développement et à la survie de la colonie ;
- LES MALES ont pour tâche essentielle connue de féconder les reines.

Les mâles sont issus d'œufs non fécondés qui peuvent provenir de la reine ou de certaines ouvrières.

La reine pond des œufs fécondés qui donneront des femelles ou ouvrières.

La différence entre reine et ouvrière provient uniquement de la nourriture différente, qu'elles ont reçue à partir du 3^e jour de leur développement larvaire et de la taille de l'alvéole dans laquelle elles ont grandi. La reine continuera d'être nourrie de gelée royale au-delà du 3^e jour et ce, jusqu'à la fin de sa vie.

RECONNAÎTRE D'UN COUP D'ŒIL LES OCCUPANTS D'UNE RUCHE



L'OUVRIERE : Plus légère que la reine ou le faux-bourdon, elle exhibe le dispositif de collecte du pollen sur ses pattes postérieures. Un sillon sur la face inférieure de son abdomen trahit la présence des glandes à cire utilisées pour construire les rayons. L'aiguillon porte des barbillons et l'ouvrière meurt toujours lorsqu'elle essaie de retirer ce dard après avoir piqué.

LA REINE : Son corps est allongé, avec un abdomen pointu. Ses pattes sont grêles et longues, sans sac à pollen. Son aiguillon est incurvé et moins irrégulier que celui de l'ouvrière (il peut être utilisé et retiré après avoir piqué sans mettre la vie de l'insecte en danger). Sa langue est plus courte que celle de l'ouvrière.

LE FAUX-BOURDON : Il est plus lourd et robuste que la reine ou l'ouvrière, avec un abdomen épais et de grands yeux composés se rejoignant sur le sommet de la tête. Les mâles sont dépourvus de sac à pollen et de glandes à cire, leur langue est très courte et ils n'ont pas d'aiguillon.

En fonction de la taille et du stade de développement de la colonie, l'effectif de la population en abeilles peut aller de 20 000 à 80 000 individus, dont : une reine (ou temporairement plusieurs reines) et entre 1 000 et 4000 mâles.

Parlons plus précisément maintenant de la reine, « mère » de la ruche. C'est effectivement l'individu central de la colonie. Reproductrice de tous les membres de la colonie, elle naît au terme de 16 jours de gestation, plus ou moins 1 ou 2 jours selon la température ambiante. Son corps est plus long que celui des ouvrières d'environ 7mm, sa longueur peut atteindre 18 à 19 mm, son abdomen plus volumineux est plus effilé. Son thorax est large, ce qui permet à l'apiculteur de la marquer d'un point de peinture pour la différencier.



La reine, entourée des ouvrières

La reine est unique dans la ruche et assez repérable. Son existence dépend totalement de celle des abeilles de la colonie. Sa durée de vie peut atteindre exceptionnellement 6 ans, mais 20 à 25% des reines ont disparu au terme des 2 premières années de leur vie.

La reine est incapable de se nourrir seule, sa ponte dépend de la qualité et de la quantité de gelée royale qu'elle reçoit. Il arrive qu'elle pondre jusqu'à 3 000 œufs par jour. En période froide, l'hiver notamment, mais aussi en pleine saison en cas de disette, on constate des arrêts de ponte momentanés.

LES VOLS NUPTIAUX

La reine s'accouple toujours hors de la ruche, en plein vol, entre le 5^{ème} et le 15^{ème} jour après sa naissance ; Le vol dure environ 6 minutes. De 6 à 20 faux-bourdons, parfois plus, participent à l'évènement, assurant la mixité génétique nécessaire à la robustesse de l'espèce.

Du sperme, déposé successivement dans le vagin de la reine par les différents mâles, les spermatozoïdes vont migrer vers la spermathèque, vésicule contenant un liquide nutritif spécial et fortement oxygéné qui assure leur survie tout le temps de celle de la reine. Après chaque accouplement, la reine regagne la ruche. Puis elle retourne en vol pour un nouvel accouplement.

Au terme de ceux-ci, elle ne sortira plus de la ruche, sauf le jour d'un essaimage, se consacrant uniquement à la ponte.

Les faux-bourdons l'ayant fécondé meurent dans la foulée.

AUTRES PARTICULARITES

• L'emprise des phéromones

Les phéromones royales sont produites en partie par les glandes mandibulaires. Elles induisent chez les ouvrières des comportements spécifiques à la bonne marche de la colonie et vont modifier profondément leur physiologie, dans le cas par exemple d'une reine qui vieillit, d'une reine qui a essaimé ou encore d'une reine qui est morte.

• Une particularité physiologique

L'appareil vulnérant de la reine est doté d'un aiguillon pratiquement lisse, d'un système de fixation robuste et d'un sac à venin très développé. Elle peut ainsi piquer ses rivales sans perdre son dard, contrairement à l'ouvrière, qui en meurt. La reine ne participe pas à la défense de la colonie.

Voilà l'essentiel de ce qui caractérise la reine. Dans le prochain numéro du Saint Pauletois, si vous le voulez, nous aborderons exclusivement la 2^{ème} caste : LES OUVRIERES

Fred V. Apiculteur du Causse

Panorama de fleurs

Voici un panorama de fleurs présent sur le sentier de Saint Paulet ainsi que leur répartition en France et au-delà.

PETITE CENTAURÉE *Centaurium erythraea*



Localisation en France
(source site INPN)



Répartition mondiale
(site INPN, GBIF source)

POIS VIVACE *Lathyrus latifolius*

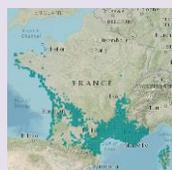


Localisation en France
(source site INPN)



Répartition mondiale
(site INPN, GBIF source)

POIS VIVACE *Lathyrus latifolius*



Localisation en France
(source site INPN)



Répartition mondiale
(site INPN, GBIF source)

COQUELICOT *Papaver rhoeas*

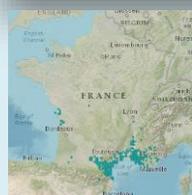


Localisation en France
(source site INPN)



Répartition mondiale
(site INPN, GBIF source)

VIPÉRINE très rude, VIPÉRINE DES PYRÉNÉES *Echium asperrimum*



Localisation en France
(source site INPN)



Répartition mondiale
(site INPN, GBIF source)

Association Transhepate Occitanie



Pour rappel, cette association régionale qui regroupe des malades et transplantés hépatiques, a son siège à Saint Paulet depuis avril 2017. Brigitte Alibert, transplantée depuis octobre 1996 en est la trésorière, après avoir été la présidente, et moi-même en suis le secrétaire.

Notre structure est une des 13 ramifications régionales de la fédération nationale « Transhépate », reconnue d'intérêt général auprès du ministère de la santé, dont le siège se situe 6 rue de l' Aubrac 75012 Paris. Tous nos membres sont bénévoles.

Principaux buts de l'association :

- Soutien moral et psychologique aux malades et à leur famille, lors des visites hebdomadaires de nos bénévoles, au CHU de Toulouse Rangueil, au travers de leur expérience quotidienne du vécu de transplanté.
- Sensibilisation de l'opinion aux pathologies graves pouvant déboucher sur une transplantation hépatique.
- Information sur l'importance de la prévention, de la protection et du dépistage des diverses hépatites.
- Représentation des adhérents auprès des instances officielles (ministère de la santé, associations nationales de greffés).
- Accompagnement, si besoin, d'une aide juridique et diffusion de conseils dans les relations avec les services sociaux et la Sécurité Sociale.
- Soutien et aide aux recherches fondamentales, aux recherches sur les pathologies hépatiques, à l'immunologie et à la transplantation hépatique.
- Sensibilisation de l'opinion sur l'importance du don d'organes, afin de réduire notablement le nombre de refus de prélèvements.

Principales activités au long de l'année :

Au-delà des buts mentionnés ci-dessus, nos bénévoles s'activent « sur le terrain » pour diverses tâches, régulières ou ponctuelles, telles que :

- Visites hebdomadaires, au CHU Rangueil, aux patients en attente de greffe ou greffés, afin de répondre aux nombreuses questions relatives à l'opération et son suivi, au traitement qui en découlera, possibilité de reprise d'activité, à l'espérance de vie
- Création de lien social et amical entre les membres, en organisant des sorties et rencontres culturelles sur différents sites régionaux (ex : canal du Midi, grotte du Mas d'Azil....).
- Gestion administrative continue, tenue de conseils d'administration bimestriels, assemblée générale annuelle
- Promotion du don d'organes, en coordination avec les associations dédiées telles que les ADOT (Association pour le Don d'Organes et de Tissus humains), afin de démystifier la greffe, de favoriser les dons, en facilitant la discussions en famille et entre proches

Ces actions se déroulent sur des stands, des forums, diverses campagnes d'informations, (voir photo) avec témoignages de greffés et distribution de documents informatifs et autres.

Information importante concernant le don d'organes

La dernière « loi bioéthique » de 2021, dit que nous sommes tous des donneurs potentiels, mais pratiquement, pour qu'une personne puisse « être prélevée », il faut **impérativement** que **l'accord de son vivant** puisse être rapporté soit par un membre de sa famille (époux, épouse, frère sœur, père mère...) ou par un proche qui témoignera de sa volonté de « donner ». Il est donc essentiel d'aborder ce sujet en famille ou avec ses proches, sans tabou, afin que la volonté de chacun soit connue et puisse être respectée. N'hésitez pas de nous demander de la documentation pour éclairer votre réflexion. **Il ne s'agit en aucun cas de donner la volonté de la famille ou d'un proche.**

A noter que :

- le recueil de la volonté du don (ou du refus) est fait par l'équipe de coordination de prélèvement du CHU.
- il n'est donc plus nécessaire de porter une carte de donneur pour témoigner de sa volonté de donner ses organes.

Refus du don : Les personnes refusant de donner leurs organes peuvent exprimer leur volonté, à partir de l'âge de 13 ans, en s'inscrivant sur le Registre National du Refus (RNF), auprès de l'Agence de la Biomédecine (ABM), située : 1, avenue du stade de France 93212 SAINT-DENIS LA PLAINE CEDEX

Guy et Brigitte A.

Patrimoine de Saint Paulet

Oye ! Oye !

L'été dernier était organisé des visites ponctuelles des villages alentours avec le soutien de l'Office du Tourisme de Castelnaudary... J'ai trouvé cela très sympathique et me disais que j'aimerais aussi mettre notre beau village en valeur. Je ne suis habitante de Saint Paulet que depuis 10ans donc je suis loin de connaître l'histoire ainsi que les anecdotes qui s'y sont déroulées.

Quelqu'un aurait-il des informations à me confier ? Et/Ou intéressé pour m'aider à collecter et mettre en forme les informations obtenues ?

Peut-être pourrions-nous aussi participer à cet évènement ? Ou peut être aux Journées du Patrimoine ?

Je reste bien entendu ouverte à toutes informations ou propositions !

Alors ? Partant(e) ?

Ségolène D.
dewaelesegolene@yahoo.fr
07.83.36.91.06

Le dessin de Sophie



Octobre rose

Cré'Arts d'Oc

Cet été, l'association «Cré'Arts d'OC » a organisé 3 marchés nocturnes dans le pré, dont un avec la Guinguette « Chez ZaZa », un immense merci à eux et à tous pour l'excellente ambiance qui a régné tout au long de ces marchés.

Merci aussi à vous, les Saint Pauletois pour votre participation, à tous ceux qui sont venus flâner, les exposants et bénévoles, on vous dit à l'année prochaine pour de nouveaux marchés, dès que les beaux jours seront là.

La troisième édition du marché de Noël à Saint Paulet sera le dimanche 8 décembre. Nous rééditons le calendrier de l'avent pour les Saint Pauletois, ci-joint le bon de participation à déposer avant le 1^{er} Décembre dans la boîte aux lettres de la MAM.

Les objectifs pour l'année 2025 de l'association sont les suivants :

- Des marchés nocturnes des créateurs à Saint Paulet
- Calendrier de l'avent pour les habitants de St Paulet.
- Marché de Noël

Et bien sûr nous avons toujours la Boutique située 8 rue Victor Hugo à Revel, avec 19 créateurs à l'intérieur, plein d'idées cadeaux pour les fêtes qui arrivent à grand pas (Savons, Bijoux, Tableaux, Couture, Fleurs séchées, Miels, Confitures, Tisanes, Bougies, Miroirs, Lampes etc...)

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



Cathy et Patou

Pizza Toto

Pizza Toto, habituellement à Saint Paulet tous les lundis soirs, viendra à présent une semaine sur deux. Alors pour les pizzas chaudes, ce sera les semaines paires dorénavant !



Désagréments par un/une/des désagréables

Nous constatons, depuis quelques mois, une répétition d'incivilités certes d'un faible niveau de nuisance, mais qui sont en réalité la preuve qu'un peigne-cul se cache parmi nous.

Je ne ferai pas la liste de ces petits vols car ce serait faire trop d'honneur à la petitesse d'esprit de la personne qui en est responsable. Sachez simplement que c'est extrêmement désagréable pour ceux qui s'investissent, qui mettent du cœur dans leurs actions et qui essaient de vivre en paix.

Je reste poli et j'essaie de faire de belles phrases, peut-être que cette personne ne comprendra pas, alors j'y vais plus franchement (vous m'excuserez): « Toi être un gros débile qui n'a pas de face et on va te choper un jour ou l'autre, alors arrête tes petites mesquineries, fais comme si on n'existait pas et reste chez toi, comprends !? »

J'espère que ce simple d'esprit trouvera très bientôt une raison de ne plus emmerder les gens gratuitement et, pourquoi pas, comprendra que créer est mieux que détruire.

Yannick G.

« Une fois n'est pas coutume » mais j'aimerais alerter sur l'utilisation des containers à poubelle au cœur du village.

Il y a eu en effet, en l'espace de peu de temps le dépôt d'un matelas, d'un meuble dînette ou des packs de bières vides juste à côté.

Il existe un container de pour le verre, une déchetterie à Labastide d'Anjou et une autre à Castelnaudary donc SVP prenez le temps d'y aller...

Il me semble que le tarif de nos poubelles dépend de notre sérieux à faire le tri.

Notre petit village est agréable, ce serait chouette qu'il le reste, c'est avec une conscience collective que nous parviendrons à perpétuer cela. Qu'en pensez vous ?

Ségolène D.

Le poème de Clément

Il arrive l'homme en couleurs

En automne il y en a pour tous les goûts,

En automne pour les rêveurs il y a des milliers de couleurs et de formes tombant des arbres leur rappelant que la nature va bientôt s'endormir et que l'homme en couleurs arrive.

En automne pour les curieux il y a de drôles de petites bêtes à observer et des milliers de couleurs jonchent le sol humide de la période aux champignons qui nous raconte que l'homme en couleurs est bien entamé.

En automne pour les paresseux il y a la cheminée qui commence à faire danser ses premières flammes et les couettes qui ressortent du grenier ce qui nous font penser que l'homme en couleurs est bientôt terminé et que l'homme vêtu de blanc va bientôt venir refroidir et endormir notre merveilleuse NATURE !

Le poème de Billie

Pour augmenter la puissance de ce poème écouter le concert Smetana avec Karajan !

La Moldau

Les méandres de la vie
Lui réservent un avenir obscur.
Quand elle est née elle était fine
Transparente, elle était pure !

La voilà fière, qui se met à courir,
Bravant les obstacles les plus beaux.
Elle n'écoute rien, juste les oiseaux,
Et le vent, qui parfois, veut mourir.

Elle est partie de chez elle, si petite
Et sait qu'elle ne reviendra jamais.
Elle est parfois triste, mais jamais ne hait,
Et veut faire de sa vie une réussite !

Alors elle se bat, court, ou se calme.
On veut la traiter et lui faire du mal.
Elle se perd dans des méandres et des virages...
On ne lui prendra pas comme ça son âme !

On ne lui avait jamais dit
Qu'un jour elle aurait une belle vie.
Elle a déménagé pour la trouver
Tant de fois, elle y était presque arrivée !

Et puis un jour, si fatiguée, polluée
Elle vit du bleu à l'horizon, se profiler.
Elle y courut dans un élan d'ivresse
Sans savoir que c'était le début de sa vieillesse !

Épilogue

" La rivière avait rejoint la mer"



Les girolles arrivent dans la Montagne Noire