

Journal des Associations



AOÛT 2016

COMITE DES FETES



PUYGOUZON en fête

les 26, 27
et 28 août

L'équipe des festives, depuis plusieurs mois, prépare l'évènement.

Cette année encore vous trouverez une programmation adaptée à tout public.

Vendredi 26 août :

De 18 h à 23 h : marché artisanal
20 h : apéro animé par la banda **OK'ZOU**
22h 30 : **DJ DAVID**
et son show exceptionnel

Samedi 27 août :

20 h : Dîner spectacle brésilien
Cocktail typique de Sao Paulo
Salade « do brazil »
Picadinho de bœuf avec son riz
Flan coco et son coulis de fruits
Café et vin compris

Feu d'artifice

23 h : concert avec le groupe **EPSILON**

Dimanche 28 août :

8 h 30 : marche nordique
9 h à 14 h : Marché gourmand de producteur
14 h : Concours de pétanque en doublette
Fête foraine, buvette et restauration rapide sur les deux soirs

Nous tenons à remercier les sponsors
pour leur généreuse participation.

Appel aux bénévoles

Nous avons des projets, mais,
nous manquons de bénévoles pour les concrétiser.

Manifestations à venir :

- Fête de la bière : samedi 1^{er} octobre - salle des fêtes
- Semaine des arts : 21 au 26 octobre

Éditorial

La rentrée approche

En septembre, la traditionnelle rentrée des écoles annonce aussi la reprise des activités sportives, culturelles et socio culturelles.

Après la trêve estivale bien méritée, licenciés sportifs, adhérents, bénévoles vont investir les terrains de sport, les locaux et les salles pour débiter une nouvelle saison.

Durant l'été des travaux ont été réalisés sur les infrastructures mises à la disposition des associations.

Le tissu associatif local fort d'une grande diversité d'activités va rouvrir ses portes et accueillir petits et grands sans oublier nos aînés.

Les bénévoles seront présents pour animer et faire vivre le cœur de Puygouzon.

Bonne rentrée à tous et bonne saison associative.

Alain Jarlan
Maire adjoint
sports jeunesse
et à la vie
associative



VIDE DRESSING

Dimanche 18 septembre 2016
à Puygouzon

Inscription et réservation

Véronique : 06.86.04.21.35 ou puc81_animation@hotmail.com



stand de 4m²
tables disponibles
cabine d'essayage

TENNIS

Au TPA, la saison s'est terminée ! (Tennis Puygouzon Association)



Le nombre des adhérents reste stable par rapport aux années précédentes, environ 130 personnes dont 68 jeunes inscrits à l'école de tennis.

De même nos éducateurs nous restent fidèles et un jeune du club a validé cette année sa formation d'initiateur.

Côté installations, l'aide de la Mairie nous a permis de remettre le terrain extérieur 2 en état et le club a été rénové grâce aux jeunes de Puygouzon lors d'un chantier été.

Nous avons eu cette année sept équipes engagées chez les jeunes, des 9/10 ans aux 17/18 ans. C'est un record pour Puygouzon !! A ces équipes s'ajoutent les équipes adultes au nombre de 5, avec là aussi pour la première fois, une équipe féminine débutante.

Toutes ces équipes nous obligent à une organisation assez rigoureuse surtout en cas de printemps pluvieux... car nous ne disposons que d'une salle.

Comme chaque année, deux tournois ont été organisés :

Le tournoi jeunes avec environ 80 joueurs durant les vacances de printemps.

Le tournoi adultes avec 210 joueurs et 310 matches qui a occupé les terrains pendant 3 semaines.

En plus de l'école de tennis, le club propose des cours pour les adultes débutants ou confirmés qui connaissent de plus en plus de succès.

Agenda :

Pour le tennis-loisir et comme chaque année, une carte été est disponible (du 1^{er} juillet au 1^{er} septembre).

Des permanences seront assurées les mercredis et samedis des deux premières semaines de septembre pour les inscriptions à l'école de tennis ou pour les adultes. Vous pourrez rencontrer les moniteurs, éducateurs ou responsables à cette occasion. Les cours commenceront la deuxième quinzaine de septembre.

Contacts : mel : tennispuygouzon@gmail.com

Tél : 05 63 54 95 81

Boutique Côté court : 06 58 45 54 38

YOGA

L'année se termine avec la réalisation de nos projets. Il nous est très difficile pour l'instant d'accepter de nouvelles inscriptions. Nous avons de nombreuses demandes, une plus grande salle serait la bienvenue.

Sont intervenues Evelyne Grieder sur le thème « Importance des textes anciens sur la philosophie du yoga ». Madame Trézequet sur le thème « La Souffrance dans le Travail ».

L'Assemblée Générale pour l'année 2016/2017 se tiendra début octobre pour envisager les projets de l'année prochaine

Les cours de yoga reprendront le 12 septembre 2016

BADMINTON



L'été s'installe et sonne ainsi le clap de fin de la première saison sportive de l'Union du Badminton de l'Agglomération Albigeoise. L'UBAA est née de la fusion des clubs de badminton de Puygouzon et d'Albi, devenant ainsi le premier club du département en nombre de licenciés, niveau et nombre de jeunes joueurs, se hissant également au 7^{ème} rang régional (sur les 88 clubs de Midi-Pyrénées). Il faut noter que le palmarès collectif et individuel est à la hauteur de la motivation et de l'engagement des joueurs puisque de nombreux badistes ont été couronnés d'or et d'argent lors des différents championnats.

Outre la compétition, la convivialité et le dynamisme sont des valeurs phares du club, qui se sont exprimés tout au long de l'année à travers des soirées de jeu à thème (intégration, primeur, galette, chandeleur, bad-becue) !

Enfin, mettons à l'honneur notre école de jeunes, qui accueille le mercredi après-midi les badistes en herbe dès 5 ans, créneau unique dans le Tarn !

Qu'une chose à dire avant de vous souhaiter un très bel été sous le soleil puygouzonnois, venez vous essayer au badminton et gonfler les rangs de l'UBAA dès le lundi 05 septembre !

Agenda

Dores et déjà, nous vous donnons rendez-vous pour les grands événements sportifs de l'année à venir :

19 et 20 novembre 2016, manche du tournoi régional jeune

10 et 11 décembre 2016, tournoi senior national, l'Albigeois Classic »

21 et 22 janvier 2017, manche du tournoi départemental jeune

22 et 23 avril 2017, tournoi de double, Le double de l'Albigeois

JAZZ Y DANCE



L'association Jazz Y Dance a présenté le 25 juin dernier son 5^{ème} spectacle sur le thème « des souvenirs d'enfance » devant près de 400 spectateurs au Théâtre des Lices d'Albi.

En effet, c'est plus de 90 artistes âgés de 4 à 18 ans qui se sont produits sur scène sur de nombreuses chorégraphies de modern jazz, street jazz et claquettes sous les applaudissements d'un public enthousiaste et visiblement conquis.

Après une pause estivale amplement méritée par les danseurs, les cours de danse reprendront à par-

tir du lundi 5 septembre à la salle polyvalente de Puygouzon. A noter que les cours sont accessibles aussi bien pour les enfants dès l'âge de 4 ans que pour les adultes avec des cours de zumba proposés deux fois par semaine.

Le planning des cours reste disponible au dos des flyers présents à la Mairie de Puygouzon.

Pour toute autre information, vous pouvez contacter le professeur de danse Marina SOUTADE au 06.98.09.53.80

Facebook : Asso Jazz Y Dance

GYMNASTIQUE

L'association Gymnastique Volontaire de Puygouzon, affiliée à la Fédération Française d'Education Physique et Gymnastique Volontaire, propose depuis plus de 40 ans des séances de gymnastique accessibles à tous, jeunes et moins jeunes.

Les séances sont variées, elles se déroulent dans la bonne humeur, la convivialité et l'efficacité.

La compétence de nos trois animatrices vous assure la pratique d'une gymnastique variée (renforcement musculaire, gainage, abdos, fessiers, stretching, cardio...) en toute sécurité.

Les cours se déroulent à la salle Polyvalente de Puygouzon.

Les cours reprendront le 5 septembre 2016.

le lundi de 9 h à 10 h et de 10 h à 11 h avec Valérie Puech,

le mardi de 18 h à 19 h avec Latifa Faitout,



le Jeudi de 9 h à 10 h avec Karine Vervaeke,

le Jeudi soir de 18 h 15 à 19 h 15 avec Valérie Puech.

La cotisation s'élève à 95 € pour l'année 2016/2017 (65 € pour les étudiants). Une période d'essai d'une semaine est proposée.

Contacts :

Arlette : 05 63 54 58 15

Elisabeth : 05 63 38 72 63

Nicole : 05 63 56 66 63

DOUX DOUDOUS

L'association des Doux Doudous Halte-jeux pour les bébés et les enfants de 0 à 4 ans, ouvre ses portes tous les vendredis matins. Cette association réunit parents et assistantes maternelles pour partager des moments conviviaux autour d'ateliers ludiques et créatifs (peintures, pâte à sel...), de projets annuels pédagogiques (les formes, les couleurs, les animaux...) mais aussi des sorties à la ferme, zig et Cie... C'est aussi des rencontres

émouvantes et festives autour de gouters à thème comme Halloween, Noël, carnaval...

Les Doux Doudous échange également avec la crèche de Puygouzon « Les Lucioles » et la bibliothèque « Puygouline » tout le long de l'année des ateliers de motricité et de lecture.

Venez nous rejoindre !

Contact : Céline CAYZAC : 06 85 62 21 33

ROC'N BLOC

Cette année encore, le club d'escalade de Puygouzon vous permet de grimper de 4 ans à 99 ans... Plusieurs groupes accueillent les enfants dans la salle de bloc à côté du gymnase.

C'est une pratique ludique de l'escalade sans corde mais avec une réception sur de très gros tapis.

Une grande nouveauté pour cette année : un accès à une salle à cordes toute neuve qui permettra aux petits et grands de diversifier leur pratique et de s'initier à l'escalade sur un grand mur.

Agenda

Roc'n Bloc fera sa rentrée à partir du 12 septembre. Pour informations et inscriptions, téléphoner au 06 78 45 61 18 à partir du 1^{er} septembre.

Voir aussi sur :

www.rocnbloc.wordpress.com

4-6ans : mercredi après midi-16h15-17h15

6-9ans : mercredi après-midi : 17h15-18h15

9-16 ans : lundi soir : 18h00-19h00 mercredi soir : 18h00-19h00

16 et + : mardi soir mercredi soir et jeudi soir

MARCHE NORDIQUE



Bilan de la saison passée à Puygouzon :

Les parcours des vendredis (9 h-11 h) et samedis (10 h-12 h) dans la commune de Puygouzon vers Labastide Dénat ont été appréciés ainsi que les randonnées en direction du centre équestre de Lavazière. Des paysages, des rencontres et une ambiance formidable à travers ces chemins intercommunaux.

GRUPE DU MARDI MARCHE NORDIQUE SANTE : de plus, un nouveau groupe de marche santé s'est ouvert le mardi de 14 h 30 à 16 h. Ce groupe est dédié aux per-

sonnes qui ont envie de retrouver la santé à travers une marche douce et adaptée à leur condition physique.

Une information supplémentaire : vous pourrez nous retrouver à la rentrée, le Dimanche 28 Août 2016 pour une Marche Nordique sur la commune co-organisée avec « les festives de Puygouzon ». Départ 8 h 30, devant le mille-club. Renseignements :

Benoist LEDUC, diplômé d'Etat marche nordique 06 14 89 93 37

CLUB DU CHIEN

Les prochains concours organisés sur le terrain du Club du Chien de la Vallée du Tarn :

22 octobre concours d'obéissance 3 et 4 décembre concours RCI (pistage, obéissance, défense)

6 et 7 mai 2017 (à confirmer) concours Ring (obéissance, défense). Le Club du Chien de la Vallée du Tarn vous accueille depuis plus de 40 ans tous les week-ends pour partager des activités avec vos compagnons à quatre pattes. Ecole du chiot et éducation de base pour tous jusqu'au passage d'un diplôme national, puis pour ceux qui le souhaitent des disciplines de compétition, nous proposons un large choix d'activités ainsi que des journées ponctuelles de découverte toujours placées sous le signe de la convivialité.



Nous organisons également 2 à 3 concours par an, avec des équipes de haut niveau, auxquels tous peuvent assister pour découvrir d'autres disciplines et admirer la complicité homme-chien que ce travail de précision demande.

N'hésitez donc pas à venir nous rencontrer dès la rentrée et même si vous n'en êtes encore qu'au projet d'adopter un chien.

Président : Guillaume Puech 06 64 37 28 76 puech.guillaume@wanadoo.fr

PUC VOLLEY-BALL

PUYGOUZON UNION CASTELNAU VOLLEY BALL : PUC 81 VB

RESULTATS : « Les équipes fanions »

NATIONALE 2 ! les seniors masculins se maintiennent en NATIONALE 2 en résistant au leader : à NICE (3/2 18/16 au tie break) et finissent 4^e de la poule et les filles de NATIONALE 2 terminent la saison par une victoire (3/0) contre GRENOBLE et consolident leur 6^e place qui sera synonyme de maintien en NATIONALE 2

RESULTATS : « Les équipes réserves »

PRE-NAT MASCULINE : Vice champion Midi-Pyrénées 3^e aux FISO
PRE-NAT FEMININE : Championne de Midi-Pyrénées, Accède en NATIONALE 3 Vainqueur des FISO
REGIONALE 1 : 6^e de MIDI PYRENEES

FINALES : Jeunes

JUNIORS FILLES : Vice-championne de MIDI PYRENEES.
CADETTES FILLES : Championne de MIDI PYRENEES et Championne de la « grande région » 7^e tour coupe de france



Bilan et projets

Encore une fois la saison sportive du PUC81 est plus que positive. Les équipes seniors ont eu de très bon résultats qui se traduisent par 3 équipes en NATIONALE (unique en MIDI PYRENEES) !!!
 Côté jeunes, de nombreux titres et podiums ont auréolé la formation du PUC 81, seul regret pour nos cadettes qui ont raté les finales nationales pour un seul petit set... un petit point... une décision arbitrale !!!
 Les manifestations ont connu toujours un grand succès grâce aux nombreux bénévoles et à la qualité des prestations, merci tout particulièrement à Emilie SONNEVILLE et à Michel FRANCES... seul regret a été le report de la fête du club, dû à un calendrier très chargé
 Notons que la prochaine manifestation sera le vide dressing ; DIMANCHE 18 SEPTEMBRE à la SALLE DES FÊTES de PUYGOUZON
 ... les projets sont de maintenir les résultats sportifs avec le travail de notre formation, d'etoffer la filière masculine et de pouvoir intégrer de nouveaux bénévoles dans les diverses commissions. Venez nous rejoindre ! Le PUC81 est une famille où la convivialité est la ligne directrice autour de tous les licenciés et de leur engagement sportif.
Contact : Veronique LARRUE : 06 86 04 21 35

MINIMES FILLES : Vice championne de MIDI PYRENEES : 4^e de la « grande région ». 7^e tour de coupe de france.
MINIMES 2 FILLES : (entente avec CAMBON) : 9^e de MIDI PYRENEES
CADETS MASCULINS : 3^e de MIDI PYRENEES
MINIMES MASCULINS : 6^e DE MIDI PYRENEES
BENJAMINS : 5^e de MIDI PYRENEES
POUSSINS : 4^e de MIDI PYRENEES
BENJAMINES FEMININES : équipe 1 : 6^e du Tarn/équipe 2 : 10^e du Tarn
POUSSINES : 4^e de MIDI PYRENEES
GRAINES DE POUSES (- de 9ans) : plus de 20 joueurs et joueuses ont sillonné les routes du TARN pour obtenir des niveaux de « couleurs » Bravo à tous et toutes pour leurs performances qui se sont concrétisées aux finales Tarnaises par des titres et des podiums... et des médailles.

VOLLEY LOISIR : UFOLEP/VLACA

EQUIPE 2 : VICE-CHAMPION et vainqueur de la COUPE
EQUIPE 1 : 6^e DU CHAMPIONNAT et finaliste de la COUPE



ECOLE DE MUSIQUE

La salle des fêtes de Puygouzon résonnait ce 17 juin des mélodies jouées par les élèves de l'école de musique sur des arrangements proposés par leurs professeurs. Tous avaient à cœur de séduire un public, certes bienveillant, mais attentif à la réussite de chacun. Les applaudissements généreux témoignaient alors de l'enthousiasme mais aussi du très grand nombre de spectateurs venus à cette soirée.
 Trente groupes se succédaient pour, le temps de quelques minutes, donner le fruit d'un travail de plusieurs mois. Se sentir ainsi porté par le public, donner le meilleur de soi, la plus belle récompense se lisait dans les yeux des proches et le regard attentif des professeurs.
 Partager, le temps d'une soirée la scène avec d'autres élèves, mêler les instruments avec la partition

comme lien rythmique et harmonique, surmonter ses appréhensions, que du bonheur et l'envie de continuer l'an prochain ce parcours culturel.

Agenda

Les inscriptions 2015 /2016
Inscription directe pour les nouveaux élèves
Nouveaux élèves : Lundi 5 septembre de 17h à 19h
Pour les anciens élèves, votre professeur prendra contact avec vous pour une pré inscription téléphonique. Il suffira de venir à l'inscription confirmer l'horaire d'instrument et prendre connaissance des horaires de solfège.
Elèves en piano, accordéon : Mercredi 14 septembre de 12h à 15h30
Elèves en guitare et batterie : Jeudi 15 septembre de 16h30 à 19h
Attention, les cours débiteront dès le 19 septembre 2016 exceptionnellement cette année.

Chabada s'active !

CHABADA



En ce début d'année 2016 le groupe chabada se consacre à la création d'une nouvelle comédie musicale d'exception : les années 60 !
 Cette fois-ci le spectacle sera tout public, même s'il se produit toujours en maison de retraite il est surtout à destination des clubs « génération mouvement ».
 Fait important de cette aventure c'est qu'elle met en avant les vêtements et le décor de ces années là, le plus fidèlement possible. Créer les dialogues a été un « jeu d'enfant » s'agissant simplement de revisiter un vécu bien connu de chacun.

La troupe des 18 comédiens, chanteurs, musiciens, metteurs en scène, coiffeurs, costumiers est actuellement en grande effervescence, désireux de partager avec le plus grand nombre tous ces « souvenirs, souvenirs », de « la première surprise partie » aux plus grands espoirs « pour moi la vie va commencer », le temps d'un « inventaire 66 ». Quelle grande « satisfaction ! ».
 A tous ceux qui ont le temps et l'envie de nous rejoindre pour participer à nos spectacles, il suffit de chanter juste, d'aimer jouer la comédie ou d'être musicien. Chacun peut y trouver sa place.
Contact : 06 81 96 04 67

De la mosaïque aux dessins en sable colorés

MOSAÏQUE

De la mosaïque
 Art décoratif dans lequel on utilise des fragments de pierre colorés, de verres, d'émaux, de miroirs etc...
Aux dessins en sable colorés
 Art de peindre en versant des sables naturels colorés ou provenant de pigments d'autres sources naturelles sur une surface
Reprise des cours
le Lundi 5 septembre de 13h30 à 17h, salle de Creyssens.

ARTS PLASTIQUES



de Creyssens (créé en septembre 2013) regroupe les activités artistiques proposées à tous publics : Enfants, adultes, débutants et confirmés. L'objectif reste la promotion et le développement de la

création artistique, l'échange des savoirs. C'est Annie Jeunet, professeuse d'Arts Plastiques, diplômée des Beaux Arts qui dispense les cours : Dessin, encre, graphisme, gouache, huile, aquarelle et création. Aucun exercice n'est imposé, chacun avance à son rythme et selon ses choix.
Agenda
Horaires assurés du 1^{er} août 2016 à fin juin 2017
Mardi de 16h30 à 17h30
Mercredi et jeudi de 13h30 à 17h
Renseignements et inscriptions : Annie JEUNET 05 63 55 33 10



TAI CHI CHUAN

La saison s'est terminée lundi 27 Juin sur une démonstration apéritive à l'occasion de laquelle ont été mis en valeur le travail avec l'éventail, la pratique de l'enchaînement en cercle et des applications martiales... une ambiance tamisée, avec bouquets de bambous, ombrelles chinoises et éventails ont permis d'installer une ambiance très zen qui s'est communiquée au public qui a pu ressentir le calme et la sérénité que l'on obtient en pratiquant le Tai Chi Chuan.

Les cours reprendront à la salle polyvalente, vendredi 16 Septembre à 9h30 et mercredi 21 Septembre à 19h. Des créneaux horaires sont prévus pour les débutants : le vendredi de 10h30 à 12h00 et le mercredi de 20h00 à 21h30...

Pour tout renseignement, contacter Sylvie Capo : 07 87 87 17 60 ou par mail : sylviam81@orange.fr

LE PUPITRE



L'Ensemble vocal « Le Pupitre » réunit chaque semaine, une quarantaine de choristes pour le plaisir de chanter.
 Notre chœur a vécu une année riche en rencontres parfois au profit d'Associations telles que « Saute-Moutons » et « Un Geste pour un Sourire ».
 Lors du Printemps de Puygouzon, nous avons reçu « l'Harmonie St Eloi » de St Juéry (photo ci-jointe), un moment très sympathique et chaleureux.
 Le 11 juin, grand moment d'émotion au Prieuré d'Ambialet, lieu magique avec le Duo Lalka.

Après cette pause estivale, nous reprendrons le **mercredi 14 Septembre**.
 Comme chaque année, les répétitions auront lieu les mercredis de **20h à 21h30** dans la salle à côté de l'Ecole de Musique.
 Nous sommes toujours très heureux d'accueillir de nouveaux choristes, lecteurs ou non.
 N'hésitez pas à venir nous rejoindre, vous découvrirez un répertoire varié.
Pour tout renseignement contactez : le 06 24 55 10 97 ou le 06 30 20 38 63.

PULSAR PULSAR

LES TROUBADOU



Les troubad'ou sont en vacances depuis leur représentation du 4 Juin à Laboutarié.

Cette année encore la troupe s'est retrouvée tous les mardis, dans une bonne humeur, pour répéter.

Comme d'habitude pour cette nouvelle pièce le décor, les costumes ont été élaborés par nos petites mains)

La reprise se fera le 6 Septembre.

La programmation de début de saison est déjà établie à savoir : 29 octobre à Puygouzon Salle des fêtes pour la pièce « tous mes vœux » début novembre à St Genest de Contest.

En espérant vous retrouver à la rentrée nous vous souhaitons de très bonnes vacances



COUNTRY

La saison d'Api Country s'est terminée le 23 juin

Nous pouvons encore une fois dire que l'année a été très enrichissante et toujours pleine de convivialité.

Le club a été convié en cours de saison à faire une animation au grand cinéma d'albi dans le cadre du thème sur Maryline Monroe.

Chaque danseur a désormais sa chemise à l'effigie du logo D'Api Country.

Nous tenons à remercier Mme Annie JEUNET du club d'art plastique de Puygouzon qui nous a confectionné ce logo.

L'assemblée du club s'est tenue le mardi 5 Juillet, le bureau actuel a été réélu.

Les danseurs ne se quittent vraiment pas pendant l'été et se donnent rendez vous dans les festivals de la région : Réal Croche à Réalmont, Festival de Fréjairolles et bien d'autres.

Après les vacances d'été que nous souhaitons très bonnes pour tout le monde nous reprendrons les cours.

Les cours débuteront le 15 Septembre à 20 h pour les intermédiaires et 21 h pour les novices.

QI GONG TAI CHI



Grâce à un travail de souffle, cette discipline chinoise millénaire aide à la circulation des flux énergétiques. Le Qi Gong vise à réconcilier le corps et l'esprit, à recouvrer une vitalité minée par la vie urbaine.

Les mouvements lents non violents, contrôlés et associés à des exercices de respiration et de concentration de l'esprit permettent de relâcher les tensions qui s'accumulent. Il allie la relaxation mentale, l'assouplissement corporel et le plaisir de se mouvoir en harmonie dans l'espace.

Le Qi Gong est enseigné par Mr ATHUIL avec l'Association du club des aînés).

Président : M. AVERSENC
Tél : 05 63 54 64 22

Le Tai Chi de l'École de la voie intérieure fondée par Vlado Stévanovitch enseigne un art énergétique orienté vers le bien-être et la santé. Sa pratique assouplit les articulations, développe une respiration profonde, procure une détente musculaire. Elle développe aussi la souplesse, la concentration et le calme intérieur.

Le Tai chi est enseigné par M. ATHUIL de l'association : la voie du Chi
Tél : 05 63 80 49 07
06 63 02 66 50

Pas de vacances pour « les amis de puygoulires »

PUYGOUILIRE



Depuis le 12 juillet, la bibliothèque Puygoulires a définitivement fermé ses portes, et c'est à ce moment-là que sont intervenus « les amis de Puygoulires ». Avec les bibliothécaires, il a fallu d'abord préparer le déménagement, trier, éliminer, ranger, emballer, étiqueter, puis déballer, ranger et aussi

s'occuper de la nouvelle collection de quelques 1000 livres, BD, CD, DVD, les coter, informatiser, plastifier, étiqueter, mettre en rayon. Vous aurez sans doute remarqué, à droite de la mairie, un nouveau bâtiment de verre et d'acier corten (rouillé), c'est là que dès le 12 septembre nos adhérents anciens et futurs, vont pouvoir découvrir leur nouvelle médiathèque.

SARRAZART

L'Association SARRAZ'art proposera pour la deuxième année à Puygouzon des cours de Pilates le jeudi soir de 18h30 à 19h30 à la salle de Creyssens à côté de l'église. Au cours de la première saison, en petit comité, les élèves ont apprécié l'ambiance conviviale des cours tout en progressant, grâce au renforcement de leurs muscles profonds. Ainsi ils ont pu constater un mieux-être et une facilité pour accomplir les gestes de la vie quotidienne.

Diplômée Leaderfit » International, Sarra Zarrouk vous invite donc à essayer ou à poursuivre cette méthode de gymnastique « douce » créée par Joseph Pilates.



Le travail des muscles profonds permet d'améliorer la posture pour replacer le corps dans un alignement idéal et ainsi lutter contre le mal de dos. Chaque mouvement fait appel à un renforcement doux mais efficace de la ceinture abdominale et du périnée.

Vous pouvez vous inscrire ou réserver votre place pour un cours d'essai gratuit qui aura lieu le jeudi 8 Septembre de 18h30 à 19h30 à la salle de Creyssens :
- Téléphone au 06 62 04 65 54
- mail : asso.sarrazart@gmail.com
Le tarif est de 30 € par mois.

ATELIER ECHANGES ET CREATIONS

L'année 2015 a été assez difficile ! ayant intégré les nouveaux locaux en Novembre, suite à l'ouverture récente de la nouvelle Salle Polyvalente où nous apprécions l'accessibilité et la luminosité.

Les activités reprendront le 6 Septembre 2016.

A partir d'Octobre une animatrice nous aidera à perfectionner les différentes techniques de peinture.

Agenda
Mardi et vendredi de 13h45 à 16h 30
Renseignements : Agnès 05 63 56 69 26

FESTIVITES SCOLAIRES



Soleil, musique et jeux en bois, voilà le programme de la kermesse qui vient de clôturer cette année scolaire 2015-2016. Arrosée de boissons et de glaces et sucrée de Barbapapa, cette belle après-midi aura permis à tous les enfants de profiter d'un joyeux moment entre copains.

Et ce sont bien ces moments festifs et conviviaux que l'Association des festivités scolaires de Puygouzon souhaite créer, tout en permettant de récolter des fonds entièrement reversés à l'école pour ses projets avec par exemple cette année, 1200 € pour le goûter et les cadeaux de Noël, 3000 € pour les sorties et les projets culturels).

A l'automne, nous avons débuté les manifestations avec la Bourse aux jouets et à la puériculture qui une nouvelle fois était complète et a vu une belle affluence du public.

A Noël, le traditionnel goûter a permis aux enfants de tous se re-

trouver pour déguster petits pains et pâtes de fruits, et découvrir avec joie tous les nouveaux jeux et jouets offerts par l'Association à l'école.

Enfin, au printemps, le loto et la tombola ont eu un franc succès et chacun a pu tenter sa chance pour gagner de nombreux lots généreusement offerts par les artisans et commerçants de Puygouzon et des communes environnantes.

Alors, après une pause estivale, « les parents festifs » feront leur rentrée en septembre et vous invitent à les rejoindre pour partager de bons moments et de bonnes idées pour les enfants.

Agenda :
Bourse aux jouets et à la puériculture : 20 novembre 2016
Goûter de Noël : 16 décembre 2016
Loto des écoles : 26 février 2017.

BRODERIE

A petits points

Si vous voulez passer un moment convivial autour de la broderie, venez nous rejoindre 2 fois par mois, les jeudis de 20h à 22h à la Salle du judo à Creyssens. La date de reprise est le 8 septembre.

Depuis 1999 que nous existons, nous organisons, lorsque cela se présente, des sorties en groupe aux divers salons de la région, nous participons au marché De Noël de Puygouzon et réalisons une exposition tous les 2 ans.

Nous serons heureuses de vous accueillir.

Nos premières dates de nos rencontres : 8 et 22 septembre/13 et 27 octobre

Contact : A.Lourme 05 63 78 94 39/C.Crusem 05 63 45 20 63



GYM MUSCULATION

Les trois animateurs : Jean-Louis, Nadège et Annette vous donnent rendez-vous les :

Lundi 17H- 20H : musculation
Programme individuel et progressif, selon les demandes

Vendredi : 16H30 - 19H30 : musculation
Programme individuel et progressif, selon les demandes

Programme individuel et progressif, selon les demandes

Cours collectif avec entretien musculaire, abdos/fessiers, assouplissements, étirements « basé sur le rythme de chacun ».

Programme individuel et progressif, selon les demandes

Programme individuel et progressif, selon les demandes

Puygouz'Ainés Généralions Mouvement

Vous pouvez venir rejoindre nos dynamiques adhérents dans le cadre des diverses activités proposées par nos animateurs bénévoles et compétents.

Il vous sera proposé de vous détendre :

De façon studieuse avec l'anglais, le remue-méninges, la généalogie, l'œnologie et bien sûr l'informatique.

De façon joyeuse avec l'Occitan et les patois locaux.

De façon traditionnelle avec les jeux de cartes et de société.

De façon migratoire avec les sorties et les voyages.

De pratiquer le Qi Gong avec un diplômé bénévole.

De faire du sport avec la marche et la randonnée mais aussi en dansant.

De rencontrer de façon amicale et festive les autres adhérents lors des diverses animations (grillades, châtaignes, galette des rois, repas)

De participer à la vie locale en vous investissant comme bénévole.

D'apporter vos idées pour compléter celles des bénévoles du conseil d'administration et du bureau.

Dès le 1^{er} septembre vous pourrez nous rencontrer et vous inscrire tous les jeudis après midi à la salle polyvalente.

Pour les 444 anciens adhérents, peu de changement dans les horaires.

Vous pouvez consulter notre site : <http://puygouzaines.wifeo.com> ou prendre contact avec un des responsables : contact : Éloïse 05.63.38.00.40 ou Josette 05 63 55 76 99 ou Paulette 05.63.54.60.54 ou Claude 05 63 54 64 22.

Pour le Bureau

le président Claude Aversenc.



AGENDA

- ✓ **Tous les lundis 13 h randonnée** départ parking derrière la mairie demander le programme
- ✓ **14 h marche** départ parking derrière la mairie demander le programme
- ✓ **Vendredis 1/2 : randonnée 13 h** départ parking derrière la mairie demander le programme
- ✓ **Tous les lundis, mercredis ou jeudis :** informatique demander le programme des 4 séances
- ✓ **Tous les jeudis (sauf le 3^e) à 14 h salle polyvalente :** Belote, Rami, Scrabble, Rummikub, tarot ?... etc...
- ✓ **Remue méninges :** 2^e et 4^e mardi matin Bernadette 05.63.54.73.71
- ✓ **Généalogie :** 2^e et 4^e mardi après midi
- ✓ **Atelier d'Anglais,** lundi matin pour débutants, mardi matin et vendredi matin : Paulette 05.63.54.60.54 Alain ou Rose-Marie 05 63 47 69 10
- ✓ **Occitan : mardi 14h à 15h30.conversation** Joël et Louis
- ✓ **Enologie :** calendrier à définir avec vous
- ✓ **Qi gong** (chi gong) : Jean-Pierre jeudi et/ou vendredi matin
- ✓ **Concours de belote : 3^e jeudi Salle polyvalente à 14 h :** 15/09 ; 20/10 ; 17/11 ; 15/12
- ✓ **Animation Rétro : 3^e vendredi Salle polyvalente à 14h30 :** 16/09 ; 21/10 ; 18/11
- ✓ **Châtaignes :** salle des Fêtes fin octobre à 14h avec sa rando
- ✓ **Loto 6 novembre 2016 : à 14h00 salle des fêtes** (merci de participer)
- ✓ **Animation associative : vendredi 14 octobre « Édit Piaf » 20 h 30** salle des fêtes (Pulsar, Puygouz'Ainés, Amis de Puygouliere et Municipalité)
- ✓ **Repas de Noël : 11 Décembre 2016 à 12h30** salle des fêtes
- ✓ **Thés dansants : salle des fêtes à 14h30**
Dimanche 9 octobre : Trompette Mélody
Dimanche 27 novembre : Bruno Barelli
- ✓ **Activités fédération départementale : finale remue méninge : 8 septembre 9h30 a Labastide de Lévis concours de belote : 20 septembre a Saint Julien du Puy**
- ✓ **Sortie 1 jour**
23 septembre : Vélo Rail
- ✓ **Voyages :**
Rando Alain : 19 au 22 septembre
- ✓ **Voyage de l'amitié : 25 au 28 octobre**
Des changements peuvent intervenir en Septembre en fonction des disponibilités des animateurs et des salles).
- ✓ **Prévisions pour le 1^{er} semestre 2017**
- ✓ Thés dansants : 5 février, 19 mars, 21 mai
- ✓ Galette jeudi 12 janvier
- ✓ Loto : 12 février
- ✓ 42^e assemblée générale : 5 mars
- ✓ Grillades : 9 juin
- ✓ Voyages et sorties à définir.

Merci de vous inscrire ou de nous demander les documents concernant chaque activité