



# Le Petit Ceyradais

Avril 2019 - n°23

Directeur de la publication : Jean-Claude Lacroix

ceyras.fr  ceyras



## Le mot du Maire

Madame, Monsieur,

Le printemps approche et l'allongement de nos journées favorise un regard extérieur tourné vers la nature et plus d'activités saisonnières.

La période passée, sans beaucoup de pluie, provoque de la sécheresse qui incite à la prudence. N'allumons pas de feux et utilisons les déchetteries pour nos travaux de jardinage ainsi que nos opérations de débroussaillage annuel.

Nous pouvons découvrir actuellement les travaux de l'extension de la Mairie et ceux de la bibliothèque. D'autre part une campagne de plantation d'arbres devrait permettre le remplacement de certains dans le village. La mise en place de bacs devant la cave coopérative agrémentera aussi le site.

Prochainement un espace public va être créé dans le parc jouxtant le château d'eau (bancs, tables de pique nique, jeux d'enfants).

Les travaux d'économie d'énergie sont terminés et nous bénéficions d'un nouvel éclairage public ainsi que de nouvelles menuiseries et isolations murales de la salle du peuple, du local des bains-douches et du bureau de poste communal. Ces opérations financées grâce à des subventions conséquentes venant de fonds européens notamment devraient nous permettre d'économiser sur la facture d'électricité.

Dans le cadre de nos actions liées aux problématiques environnementales, notre label « Terre Saine » au plus haut niveau a été renouvelé. Ces dernières semaines nous avons marqué le premier anniversaire de nos marchés bio (couverts !). Et concomitamment nous avons pu féliciter un de nos producteurs médaillé lors du dernier salon de l'Agriculture à Paris.

Actuellement de gros travaux d'entretien des berges de la Lergue sont en cours. Gérés par la Communauté de communes, ceux-ci doivent favoriser l'écoulement des eaux en nous protégeant des crues.

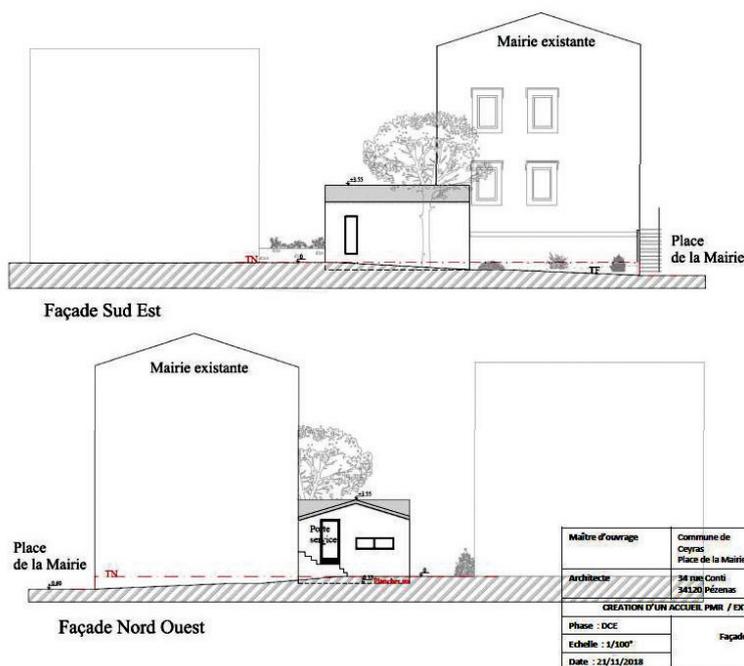
Cette période favorise aussi l'organisation de manifestations associatives, ce qui me permet de rappeler les règles indispensables de civisme (respect des horaires, bruit) tout en invitant le plus grand nombre à participer. Plus restreint mais tout aussi important, l'accueil des nouveaux arrivants se fera comme chaque année le 17 mai.

Dans l'attente d'une prochaine rencontre je vous souhaite une bonne fin d'année scolaire.

Cordialement,  
Jean-Claude LACROIX

## Travaux de la Mairie

Pour faciliter l'accessibilité de tous aux services, la commune a décidé de construire un nouvel espace d'accueil. Cet aménagement d'une trentaine de mètres carrés, de plain-pied et lumineux permettra de recevoir le public dans de meilleures conditions : un cadre moderne, agréable... Les travaux, commencés le 12 mars se poursuivront sous la surveillance de l'architecte, ils devraient être achevés fin juin - début juillet.



## RETOUR SUR LE CENTENAIRE

L'année 2018 a été marquée par les manifestations organisées à l'occasion du centenaire de l'Armistice, signé après la guerre de 14-18.

À Ceyras, nous avons souhaité prendre part à ces commémorations et le public, venu nombreux a répondu à l'appel. La cérémonie au Monument aux Morts, les dépôts de gerbes,

l'exposition de livrets militaires réalisée par le Patrimoine Culturel Ceyradais et la lecture théâtralisée « Paroles de poilus » présentée par Brigitte Rambal et son équipe de lectrices au Département ont amené chacun de nous à se souvenir des anciens et à souhaiter encore une fois que ces tristes événements ne se reproduisent plus.

## REMANIEMENT CADASTRAL

Des travaux de remaniement du cadastre vont être entrepris par les géomètres de la Brigade Nationale d'Intervention Cadastre.

Cette opération, initiée et entièrement prise en charge par l'État, est destinée à substituer au plan cadastral actuel un nouveau plan plus précis, et à une échelle mieux adaptée.

Il sera fait appel à la photographie aérienne.

- La première phase des travaux débutera par la prise de vue aérienne. Celle-ci a eu lieu fin mars 2019.

Préalablement au passage de l'avion, les géomètres ont procédé à la pose de signaux visibles sur les photographies aériennes. Ces signaux sont constitués par des plaquettes blanches de forme carrée. Ils sont implantés, dans la plupart des cas, en limite de parcelles ou de chemins.

Afin de ne pas compromettre la réussite des opérations, il est demandé instamment à la population de respecter les signaux, c'est-à-dire de les préserver non

seulement de toute mutilation ou dégradation, mais encore de les laisser rigoureusement à leur emplacement et dans la position où ils ont été implantés.

- La seconde phase des travaux sera constituée par la délimitation des propriétés.

Les propriétaires seront alors informés du passage du géomètre et invités à fournir tous les renseignements nécessaires à une bonne détermination des limites de leurs propriétés.

- La rédaction du plan sera suivie d'un certain nombre de travaux administratifs dont l'un des plus importants est la communication aux propriétaires des résultats du remaniement du Cadastre.

L'ensemble de ces travaux, tant techniques qu'administratifs, ne pourra être mené à bien sans la participation et la compréhension de la population entière de la commune qui en sera la principale bénéficiaire.

## URBANISME

Lors de leur passage dans la commune, les agents du cadastre ont attiré notre attention sur le nombre important de réalisations non déclarées : piscines, abris, forage... Leurs services se chargent de régulariser, cependant, il convient que chaque administré concerné dépose en mairie une déclaration préalable ou un permis de construire le cas échéant.

### L'urbanisme 2018 en chiffres

- 31 déclarations préalables
- 14 permis de construire
- 56 certificats d'urbanisme



## RAPPEL DES DÉMARCHES EN LIGNE

Ceyras est raccordée aux démarches en ligne : **[service-public.fr](http://service-public.fr)**

- Demande d'inscription sur les listes électorales (ILE)
- Recensement citoyen obligatoire (RCO)
- Démarche en ligne de préparation à la conclusion d'un Pacs (DDPACS)
- Déclaration d'ouverture de chantier (DOC)

## PROPRETÉ

Deux nouveaux espaces de tris ont été installés pour le papier, le verre et les emballages :

- Lotissement le Cabernet ;
- Chemin de l'Aveyro.

A ce jour, 5 emplacements sont répertoriés sur le village.

## JOBS D'ÉTÉ

Cet été et ce pour la 6<sup>e</sup> édition, la mairie de Ceyras recrutera 3 ou 4 jeunes ayant entre 16 et 18 ans sur la commune. La durée des contrats sera de 2 à 3 semaines. Il s'agit d'effectuer des travaux d'entretien et des mini-chantiers au sein des services techniques ou des missions au sein du service administratif selon les besoins.

Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur CV et une lettre de motivation en mairie au plus tard le 10 juin 2019.

Un entretien avec les candidats aura lieu la semaine 24.

## Nos ambulants

- **SJ Coquillages**  
Parvis de la boulangerie - 07 82 89 62 12  
dimanche matin
- **le volailler** Place de la Vierge  
le vendredi de 13h à 13h30
- **Chez Perte et Fracas** wraps et burgers  
Parvis de la boulangerie - 06 50 47 31 90  
mercredi soir
- **Toilettage canin Cabotine**  
Place de la Vierge - 06 79 64 14 11  
1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> jeudis du mois de 8h30 à 12h30

## Nos commerçants

- **Le traiteur l'Atelier Nomade**  
Mas des Oliviers, Lieu-dit Le Montlong  
D619, 34800 Ceyras 06 62 75 98 36
- **La boulangerie H&H**  
mar. au sam. de 7h à 13h30 et 16h à 19h30  
dim. de 7h30 à 12h30  
Espace des Terres Rouges 09 83 68 60 40
- **Le salon de coiffure Brillance**  
Tous les jours de 9h à 19h sauf lundi  
Espace des Terres Rouges 04 67 88 55 32
- **Le salon d'esthétique Au Naturel**  
mar. jeu. ven. 9h30 à 17h sans RDV  
lun. fin d'après-midi et sam. sur RDV  
Espace des Terres Rouges 07 67 46 29 62
- **L'épicerie Les 2L**  
Mardi, mercredi, jeudi, vendredi de 7h à 9h  
et jeudi de 16h à 18h  
Rue de la Chicane

## Santé

Docteur Alfon Jessica  
Chemin Neuf 06 12 04 02 03

### Infirmiers(ères)

- Monge Anne 06 18 37 89 63
- Pruvost Olivier 06 46 47 68 83
- Saunal Marion 06 50 62 57 06

## FLASH

### TBPH

Ceyradais de naissance et installé sur le village depuis quelques années, Frédéric Boulabas vous informe de l'accroissement de ses activités en matière de diagnostic et traitement des bois et protection de l'habitat. Devis et contrôle gratuits.

06 30 93 94 17

[www.tbph.fr](http://www.tbph.fr)

[frede34000@live.fr](mailto:frede34000@live.fr)

### TCE PAYSAGE

Vous propose ses services pour tous travaux de création et d'entretien d'espaces verts, élagage, engazonnement, terrassement, abattage. Devis gratuit, 50% de crédit d'impôt.

06 80 81 15 02

[tcepaysage@gmail.com](mailto:tcepaysage@gmail.com)

### FL'EAU

vous propose ses services en plomberie, chauffage, adoucisseur, pompe à chaleur, installation de plancher chauffant, climatisation et de salle de bains.

06 84 44 83 15

[fl.eau34@gmail.com](mailto:fl.eau34@gmail.com)

### ADPZ

Vous propose ses services de dépannage plomberie, zinguerie, couverture.

Thierry Robin

06 13 23 97 65

### MASSAGE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Le bien-être par le toucher des pieds, c'est avec Léla à Ceyras.

Sur rendez-vous ou à domicile : Léla

06 61 93 35 94

### CRÉATION DE RÊVES

Piñatas, couture et accessoires pour enfants (anniversaires...) pensez à Marisol !

 [Marisol Durand Création de rêves](#)

### EMS

Pour vos photographies et immortaliser des moments forts, Emilie Maistre Segui répond présente : mariages, grossesses, naissances, famille...

06 45 55 93 12

[www.emsphotographe.com](http://www.emsphotographe.com)

### Réouverture du garage !

### « 1-2-3 AUTO SERVICES » GARAGE AUTOMOBILE

Horaires : lundi au vendredi de 8h30 à 18h en continu & samedi de 9h à 13h30. Accueillons sur le parc les véhicules de toutes marques.

Partenaires du réseau « 123 auto » Nous bénéficions d'un support technique efficace et réalisons des révisions permettant de conserver les garanties constructeurs.

Le garage est équipé d'un banc de géométrie pour le réglage du parallélisme, et d'une valise de diagnostic électronique. Nous pouvons proposer des véhicules d'occasion aux prix abordables avec une remise en état.

Nous avons créé ce garage avec comme objectif de proposer un travail sérieux à un tarif raisonnable.

Le but étant de créer une confiance avec le client.

Partenaire d'« Allo pneus » nous proposons le montage de pneus à partir de 12 € TTC.

Le réglage de la géométrie à 55 € TTC, le taux horaire est à 60 € TTC et nous effectuons des remises sur les pièces.

## RETOUR SUR LE PROJET CONCORDIA

Cet été, nous avons souscrit une convention avec l'association Concordia.

12 jeunes adolescents venus d'horizons et de pays différents ont eu l'occasion de participer à un chantier de mise en valeur du ruisseau Le Rieu : débroussaillage, ramassage des détritux...

Ils étaient basés sur le parking du city sport et se sont bien intégrés

à la vie du village, notamment en participant au repas des aînés, au mois d'août.

Une expérience enrichissante pour eux comme pour la commune, qui sera renouvelée cette année.

**Pour rappel : l'association recrute dès à présent et les jeunes de notre territoire qui souhaitent s'inscrire seront les bienvenus.**



## LA FIBRE

Le réseau Hérault Numérique se déploie depuis quelques mois dans l'Hérault.

Les travaux réalisés par la société Hérault THD, filiale de Covage ont démarré. Pas loin de 286 communes seront raccordées à la fibre optique d'ici 2022. Concernant notre commune, les administrés devraient pouvoir se raccorder fin 2019.

Un site [herault-numerique.fr](http://herault-numerique.fr), spécialement dédié, a été créé et nous vous invitons à le consulter.

### INFO

Un organisme bancaire nous informe de la recrudescence du piratage de cartes bleues. Veuillez à ne pas donner vos codes bancaires sans vous assurer de leur bonne utilisation.

## ÉCONOMIES D'ÉNERGIE

La plupart des bâtiments municipaux ont été réhabilités : doublage placo, réfection des lignes électriques, changement des portes et fenêtres, dans un souci d'économie d'énergie, peintures et réfection des sols, pour l'esthétique. Le public sera maintenant

reçu dans de meilleures conditions et les associations pourront travailler et se réunir dans des espaces plus conviviaux et accueillants. De même, le remplacement des anciens lampadaires est terminé, au profit d'un matériel moins énergivore.



## RECENSEMENT DE LA POPULATION

Le recensement de la population est maintenant terminé. La commune vous remercie d'avoir pris le temps de recevoir les agents recenseurs ou d'avoir complété le dossier en ligne. Les chiffres vous seront communiqués dès le retour de l'INSEE.

## ELECTIONS EUROPÉENNES

Ces élections se déroulent le dimanche 26 mai 2019.

- Une nouvelle carte d'électeur sera distribuée quelques jours avant les élections. Elle comportera désormais un INE (identifiant national d'électeur).
- La liste des titres d'identité acceptés lors des opérations électorales a été modifiée ; ne seront acceptés dorénavant que les documents suivants :

- Carte nationale d'identité/passeport en cours de validité ou périmés **depuis moins de cinq ans** ;
- Carte du combattant **avec photographie** ;
- Permis de conduire **sécurisé et conforme au format « Union Européenne »**.

## CONTRÔLE DES OBLIGATIONS LÉGALES DE DÉBROUSSAILLEMENT

La commune s'implique, avec l'appui des services de l'Etat pour assurer l'obligation légale de débroussaillage : espacement des arbres, élagage, mise à distance du bâti, élimination des bois morts et déchets végétaux.

Vous pouvez accéder aux informations et à la réglementation applicable sur le site :

[herault.gouv.fr/politiques-publiques/agriculture-](http://herault.gouv.fr/politiques-publiques/agriculture-foret-et-developpement-rural/foret)

### ***foret-et-developpement-rural/foret***

A noter que des contrôles pourront intervenir jusqu'en juin prochain, et en cas de non-respect de la réglementation, les travaux pourront être réalisés d'office et à vos frais.

Pour mémoire les haies en limite de propriété doivent aussi être taillées en temps voulu pour permettre la circulation des piétons.

## AMÉNAGEMENT RYTHMES SCOLAIRES

Lors du Conseil d'école du 21 mars dernier la question des rythmes scolaires a été débattue suite au sondage réalisé auprès des parents d'élèves. Pour rappel résultat du sondage :

**Sur 80 % de participation :**

- 65 % pour la semaine à 4 jours
- 35 % pour la semaine à 4,5 jours

Après discussion et vote, le Conseil d'école a établi la proposition suivante qui a reçu l'accord de l'Éducation Nationale :

**Semaine à 4 jours :**

lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h45 à 12h et de 13h45 à 16h30. Ces nouveaux horaires seront donc appliqués dès la rentrée 2019.

## Etat Civil

### Naissances

<b>Tilio FREZAL</b>	3 juillet 2018
<b>Maëlya TRALLERO</b>	2 août 2018
<b>Elise GOUVEIA</b>	3 août 2018
<b>Younes FANOUI</b>	20 août 2018
<b>Lise FERRACANI</b>	12 septembre 2018
<b>Négan RIBO</b>	3 octobre 2018
<b>Wassilia RABEH</b>	28 novembre 2018
<b>Anna ROUJAS</b>	22 décembre 2018
<b>Robin TORCHIN</b>	14 février 2019

### Mariages

<b>Cécilia MAURIN et Jérémy RAMAL</b>	16 juin 2018
<b>Caroline BRUN et Julien RIBES</b>	21 juillet 2018
<b>Fanny BUENDIA et Julien GARDELLE</b>	25 août 2018
<b>Christelle MEILLAN et Sophie-Amandine ROUJAS</b>	20 octobre 2018
<b>Christiane DECHOUX et Christophe GARNIER</b>	1 <sup>er</sup> décembre 2018
<b>Betty DUSSOUT et Florencio BASILIO</b>	8 décembre 2018

### Décès

<b>Georges JEANJEAN</b>	14 juin 2018
<b>André DUFFRÉNAUD</b>	10 novembre 2018
<b>Domingos FERNANDES MARQUES</b>	9 janvier 2019
<b>Monique RIBES, née BEHAGHEL</b>	18 janvier 2019
<b>Brigitte MICOLA, née DAUTHERIBES</b>	30 janvier 2019

## Agenda

- **Mercredi 8 mai**  
Cérémonie de Commémoration par la Mairie
- **Dimanche 19 mai**  
Puces des enfants à la Cambalade par l'A.P.E.
- **Vendredi 14 juin**  
Spectacle des enfants au groupe scolaire par l'équipe enseignante
- **Samedi 15 Juin**  
Fête du Tennis au groupe scolaire par Ceyras Tennis
- **Vendredi 28 juin**  
Kermesse des enfants au groupe scolaire par l'A.P.E.
- **Samedi 20 Juillet**  
Repas estival à la Cambalade par Ceyras Loisirs
- **Samedi 28 Juillet**  
Loto de plein air à la Cambalade par Ceyras Loisirs
- **Mercredi 14 Août**  
Repas annuel à la Cambalade par la Mairie

Pour connaître les animations organisées par les Associations et la Commune, pensez à consulter

[ceyras.fr](http://ceyras.fr)  
ou [facebook.com/ceyras](https://www.facebook.com/ceyras)

## VOTRE QUOTIDIEN

### SERVICE À LA POPULATION

#### MAIRIE

##### Accueil physique et téléphonique sans rendez-vous

Lundi - mardi - mercredi - jeudi et vendredi matin de 9h à 12h.  
Jeudi après midi de 14h à 17h.  
04 67 96 24 65  
[mairieceyras.contact@gmail.com](mailto:mairieceyras.contact@gmail.com)

##### ■ Permanence d'urbanisme

sur rendez-vous le :  
mercredi de 10h à 11h, semaine impaire, avec un instructeur de la Communauté de communes du Clermontais.

##### ■ Permanence du Maire

sur rendez-vous le :  
lundi matin de 8h à 10h  
et le jeudi de 15h30 à 17h

##### ■ Permanence du CCAS

sur rendez-vous le mercredi matin

##### ■ Agence Postale Communale :

sans rendez-vous  
Lundi - mardi - mercredi - jeudi et vendredi matin de 9h15 à 12h15. En alternance un samedi ou mercredi sur deux.

##### ■ Groupe scolaire 04 67 88 06 63

##### ■ Accueil Péri-scolaire

04 67 88 67 04  
[pole.ceyras@cc-clermontais.fr](mailto:pole.ceyras@cc-clermontais.fr)

Pour recevoir les mails informatifs de la mairie (informations diverses...) écrivez nous à :  
[mairieceyras.communication@gmail.com](mailto:mairieceyras.communication@gmail.com)



### REPAS DU MERCREDI 14 AOÛT 2019

Comme chaque année, nous vous attendons nombreux pour partager le traditionnel repas dansant de la mi-août place de la Cambalade. Nous savourons à nouveau les « barons d'agneau » en méchoui de Jean Marie Baujart.

#### Au menu de cette belle soirée :

Apéritif  
Brasucade de moules  
Méchoui d'agneau accompagné de semoule et raisins secs  
Pâtisseries Orientales  
Thé à la menthe & café

## VIE ASSOCIATIVE ET SCOLAIRE

### OBJECTIF IMAGE 34

De nouvelles « Fourmis » qui s'adonnent à leur passe-temps manuel favori ?

Non ! Des photographes, membres du club « Objectif Image 34 », désormais basé à Ceyras.

« Objectif Image 34 » est une association loi de 1901 qui œuvre, à l'aide de la photographie numérique, pour la promotion du patrimoine local. Ce sont 18 photographes passionnés, tous amateurs, domiciliés pour moitié à Saint-André-de-Sangonis, et pour moitié dans d'autres communes de la région, Gignac, Jonquières, Saint-Guiraud, etc...

Naturellement, les habitants du village sont les bienvenus et peuvent, dès à présent, les rejoindre au local « Les Fourmis », place de la Cambalade.

Moyennant une cotisation annuelle de 50 €, ils se réunissent deux fois par mois, le mardi de 20h30 à 23h, pour des activités théoriques de développement et créativité sur ordinateur. La mise en application de ces formations est réalisée grâce à des

sorties hebdomadaires, le jeudi après-midi pour ceux qui sont disponibles et mensuelles, le dimanche matin, généralement sous la forme de « marathons photos ». Des « ateliers éclairages » (objets ou portraits) complètent les activités.

La vocation du club est de partager avec le plus grand nombre sa production photographique. Il participe donc à de nombreux concours et expositions. Dans l'attente d'une future exposition à la cave coopérative, nous vous invitons à venir nous rejoindre, à Clermont l'Hérault, du 18 avril au 4 mai prochains, dans la galerie du centre commercial Hyper U, où en collaboration avec la direction du magasin, nous organiserons une exposition sur le thème « Le Clermontais ».

#### CONTACT

Gérard Foltran | 06 14 21 15 61  
[coi34725@gmail.com](mailto:coi34725@gmail.com)

[f coi34725](https://www.facebook.com/coi34725)

**CAUE DE L'HÉRAULT**  
Service public créé par la Loi sur l'Architecture de 1977



**Vous avez un projet ?**  
Construction • Rénovation • Extension

**conseils gratuits**  
Prenez rendez-vous avec un architecte, un paysagiste  
au 04 99 133 700

**4 lieux de rendez-vous**

- \* CAUE de l'Hérault - Montpellier
- \* Saint-André-de-Sangonis - Pays Cœur d'Hérault
- \* Saint-Chinian - Pays Haut Languedoc et Vignobles
- \* Le Caylar - Mairie

**34** Hérault **caue** 

CONSEIL D'ARCHITECTURE, D'URBANISME ET DE L'ENVIRONNEMENT DE L'HÉRAULT  
19 rue Saint Louis 34000 Montpellier - [contact@caue34.fr](mailto:contact@caue34.fr) - [www.caue34.fr](http://www.caue34.fr)

## HAPPYS BIOS VERTS



Une fois par mois, tous les 2<sup>e</sup> dimanches, de 9h à 13h30, Les Happy Bio Verts et O Ptit Stock en partenariat avec la Mairie de Ceyras organisent un Marché Éco Bio dont le but est de proposer des produits de qualité grâce à des producteurs et artisans locaux et alternatifs, mais également des animations sur différents thèmes éco bio.

Alimentation et restauration bio, vins bio et naturels, artisanat éco-responsable, associations alternatives, zéro déchet ou presque, réduction du plastique, ateliers faire soi-même et musique.

De plus, le marché est couvert dans la cave coopérative pendant la saison hivernale, rue de la Cambalade, proche de la Mairie. Et l'été, le marché rayonnera en extérieur devant la cave coopérative.

Plus qu'un marché traditionnel, le Marché Éco Bio de Ceyras est un lieu de rendez-vous pour une pause saine, gourmande, musicale et conviviale ! Pour son premier anniversaire, le marché a connu un véritable succès chaland et exposants étaient ravis.

### CONTACT

contact@leshappybioverts.com

06 01 21 19 65

www.leshappybioverts.com

f leshappybioverts

## SHINDAI-DO 34

L'association Shindai-Do 34 a changé de nom pour plus de cohérence avec sa pratique : l'équilibre du corps et la force de l'esprit.

Cet art martial utilise les Éléments (Eau, Feu, Air et Terre) afin de cultiver un espace de sécurité intérieur.

Cette pratique est avant tout un combat soi face à soi : travail individuel, au sein du collectif.

Cette année il y a deux plages horaires de 18h45 à 19h45 pour les débutants et de 20h à 21h pour les débutants et avancés.

### Les tarifs pour l'année

120 € pour un adulte

80 € pour un mineur (à partir de 12 ans)

80 € pour un 2<sup>e</sup> membre d'une même famille

### Inscription par mail

shindai-do34@orange.fr

### CONTACT

Jessica Alfon | 06 12 04 02 03

## CEYRAS LOISIRS

Les mouvements sociaux ont conduit à l'abandon de certains projets, entre autres, la journée rituelle en Espagne mais les adhérents ont tout de même pu apprécier la beauté de la Féerie des lanternes chinoises à Gaillac. Deux voyages successifs, les 5 et 6 décembre et le 11 et 12 décembre leur ont fait découvrir la ville d'Albi et la magie du parc Foucaud illuminé de quelque 500 pagodes, jets d'eau et personnages

illustrant la vie quotidienne de la Chine sous la dynastie Tang.

**Les activités hebdomadaires :** balades du lundi à 9h et 9h30 et jeux de société du vendredi après-midi, prennent fin le 30 juin.

### CONTACT

Rolande Munerot 04 67 88 12 98  
ceyras.loisirs@gmail.com

## YOGA ET ART-THERAPEUTE

Coralie David, enseignante de yoga et art-thérapeute propose tous les mercredis de 17h à 19h (hors vacances scolaires) des séances d'Ashtanga Yoga à Ceyras dans la salle de Salydanse.

Véritable méditation au cœur de notre monde intérieur, cette pratique repose sur l'alchimie du souffle et du mouvement dans un enchaînement fluide et rythmé de postures.

L'écoute de la respiration et des sensations permet de refléter l'espace disponible et de retrouver une relation intime et authentique à Soi.

La pratique du yoga est un outil empirique de connaissance de Soi, qui requiert

patience, force et modération, dans une approche à la fois ferme et douce.

Véritable discipline de l'Être dans sa globalité, le Yoga affine la concentration, développe la présence, ouvre le regard, équilibre les forces et réunit ce qui semble opposé.

### Première séance d'essai offerte

15 € à l'unité

120 € les 10 séances

90 € pour 3 mois ou 250 € l'année

### CONTACT

Coralie David | 06 14 58 36 45  
contact@coraliedavid.fr

## APE

L'APE a élu un nouveau bureau en septembre composé de 6 nouveaux membres cette année.

Le marché de Noël du village a été un succès riche en échange et en émotion. Une riche variété de nombreux exposants a permis à chacun de trouver son bonheur au fil de ses déplacements.

### Le programme de cette année :

Février : grande tombola (tickets vendus par nos enfants)

Dimanche 19 mai : puces des enfants

Vendredi 28 juin : kermesse de l'école

Sans oublier la vente de gâteaux un vendredi par mois devant l'école, ouverte à tous.

Nous remercions toutes les personnes qui participent à la vie de L'APE, l'équipe enseignante et la mairie pour son implication et son aide précieuse à la réalisation et au bon déroulement de tous ces événements.

### CONTACT

Céline Kwicien | 06 76 18 36 45

## LES RANDONNEURS

Nous avons eu la satisfaction d'accueillir de nouveaux adhérents et nous sommes maintenant 37.

Nous avons ainsi retrouvé un bon équilibre et partageons le plaisir de la marche et de la découverte de notre belle région dans une ambiance toujours amicale et conviviale.

Ont eu lieu :

■ le samedi 12 janvier : galette des rois

■ le vendredi 15 février : assemblée générale à la salle du peuple.

Le programme des randonnées est à votre disposition en mairie.

### CONTACT

Claude Marty 06 69 66 27 35 | Nicole Martinez 06 88 24 80 33