

# Marssac Info

Journal Municipal d'information

Janvier Février 2024 - N° 135



## Extrait du discours de Madame la Maire lors de la cérémonie des vœux à la population du 19 janvier

Chères marssacoises, chers marssacois

Les élus du conseil municipal et moi-même sommes heureux de vous retrouver ce soir, après 3 années d'interruption. Ces années « covid » qui nous ont tous marqués sont enfin derrière nous. Et c'est avec un très grand plaisir que nous vous recevons ce soir dans cette belle salle qui, comme vous pouvez le constater, a été rénovée du sol au plafond.

Mesdames et Messieurs, nous voici à nouveau rassemblés pour notre traditionnelle rencontre de début d'année. C'est un moment privilégié pour faire le point ensemble, regarder le chemin parcouru et parler d'avenir. Mais aussi, après les discours, de passer un agréable moment ensemble.

Mesdames et Messieurs, Marssac, cette commune qui nous tient tellement à cœur, ne cesse de grandir.

5<sup>ème</sup> commune de l'agglomération de l'albigeois, notre village se positionne dans le pool de tête des communes les plus attractives de l'agglomération.

Une attractivité qui ne se dément pas puisque, d'après l'Insee, la population a bondi de 2% par an entre 2015 et 2021.

Et en 2023, nous avons passé le cap des 3500 habitants !

### Retournons-nous sur l'année 2023

Nous avons terminé trois chantiers importants dans le domaine du sport et de la culture, ce qui n'a pas été une petite affaire.

C'est tout d'abord le chantier de la salle polyvalente, construite dans les années 60, qui a été entièrement réhabilitée. Nous en avons ouvert les portes en juin pour les 1<sup>ères</sup> représentations de l'année avec l'association « Les Planches ».

Tout à côté de la salle, c'est aussi une nouvelle vie qui s'est ouverte pour les terrains de pétanque, eux aussi entièrement rénovés, qui ont accueilli leur 1<sup>er</sup> tournoi le 25 mai. Et c'est enfin la réouverture

bruyant. Depuis son ouverture, en juin dernier, il rencontre lui aussi un franc succès.

Vous avez pu suivre l'avancée des travaux tout au long de leur réalisation sur le Marssac Info. Je ne vais donc pas aller plus loin ce soir sur ce sujet.

Mais nous aurons par contre grand plaisir à vous retrouver lors de l'inauguration de la salle polyvalente et des équipements sportifs qui aura lieu au second trimestre.

A moindre échelle, mais important pour la sauvegarde de notre patrimoine, nous avons engagé des travaux sur notre église.

Nous ne sommes pas près d'oublier l'impressionnant échafaudage de 35 m de haut qu'il a fallu mettre en place pour accéder à la toiture du clocher qui a été réparée en totalité.

A l'intérieur du bâtiment, c'est un nouveau campanaire qui a été installé et nous sommes assurés que nos cloches ont devant elles un avenir des plus serins.

### Du côté des enfants de l'école

Nous avons réaménagé le carre-



four de la poste afin d'améliorer leur sécurité. Pour cela nous avons supprimé le gros îlot central qui était en place et avons réalisé un carrefour classique pour limiter la vitesse des véhicules et mieux protéger les piétons. Des espaces verts ont été aussi aménagés dans un second temps.

A cela s'ajoute la création d'un pumtrack en lieu et place de l'ancien skate-park devenu trop

Nous avons aussi remplacé le gazon synthétique dans la cour de la maternelle et abattu 5 arbres pour protéger au mieux les enfants des chenilles processionnaires. 4 arbres seront plantés à leur place très bientôt.

Nous avons également créé une 3<sup>ème</sup> aire de jeux volontairement décentrée du cœur de village, rue Saint-Exupéry.

En 2023 nous pouvons enfin dire un grand merci à la gendarmerie, qui nous a guidés pour la mise en place de la vidéoprotection sur notre commune.

36 caméras sont installées dans notre commune, 23 sur nos bâtiments communaux et 13 autres en entrées et sorties de Marssac.

L'enjeu était important pour notre commune, mais aussi au-delà.

L'aide que la gendarmerie nous a apportée pour la finalisation de ce projet nous a été précieuse.

Ce partenariat a permis une baisse significative des actes d'incivilité sur nos bâtiments et a permis aux forces de l'ordre de résoudre des cambriolages et autres affaires judiciaires.

Il facilite désormais les échanges entre services et nous permet de bénéficier d'une présence accrue des forces de l'ordre sur notre commune particulièrement appréciée.

Nous devons aussi à la gendarmerie la tenue d'un point d'accueil



éphémère à Marssac, chaque premier mercredi du mois, entre 9h et midi, afin que les marssacois puissent déposer plainte, demander un conseil ou un renseignement, signaler un fait, le tout, en toute discrétion.

## Nos projets en 2024

Cette année s'ouvre sur un gros chantier, celui de l'avenue de Toulouse.

Après les travaux d'aménagement de la rue des Peyragues en 2010, ceux de l'avenue d'Albi, en 2015, et ceux de la rue du Nord en 2018, nous voilà au début de cet important chantier qui devrait se terminer en février 2025.

Il s'agit d'une requalification complète de l'avenue qui comprend le renouvellement des réseaux humides, des réseaux secs, des réseaux d'électricité basse tension, ainsi que la réfection complète de la voirie avec mise en accessibilité des trottoirs, passages piétons, places de stationnement, arrêts de bus, traçage au sol des voies cyclables, mobilier et espaces verts.

Le montant global des travaux avoisine les 1 500 000€ (TTC), la voirie étant évaluée pour elle seule à la moitié de ce coût. La commune participe au financement à hauteur de 950 000€, une partie étant directement financée par notre budget général (100 000€), et une autre partie financée par le conseil départemental et l'agglomération pour nos travaux de voirie, pluvial et éclairage public.

Nous en sommes conscients, ces 14 mois de travaux vont occasionner des contraintes pour tous, riverains, commerçants du village et du marché, piétons, automobilistes, mais ces travaux d'ampleur, longtemps repoussés, sont impératifs pour l'avenir de Marssac.

Compte tenu de l'importance du chantier, il ne peut en être autrement.

Mais, soyez-en assuré, tout sera fait pour que le chantier avance vite et bien et pour minimiser autant que possible les désagréments occasionnés.

Nous faisons appel par avance à la patience et à la compréhension de tous et à votre fidélité auprès de nos commerçants. Le résultat, soyez en sûr, en vaudra la peine.

Deux petites opérations sont aussi programmées, à savoir la réalisation d'un City Park et la mise en place d'agrès de sport de plein air. Elles devraient être terminées courant second trimestre.

## Et nous avons encore bien d'autres projets

Concernant la rénovation énergétique, le bilan énergétique de nos bâtiments communaux a été mené par le bureau d'étude ATHEMIS. Nous passons désormais en phase travaux !

Ceux-ci concernent les menuiseries et l'éclairage de l'école maternelle et du CLAE. Les chaudières de l'école maternelle seront également remplacées. Si le planning nous le permet, nous aborderons la réfection de l'ancienne cantine.

Dans le même temps nous allons accélérer les investissements concernant l'éclairage à led. Nous débuterons par l'éclairage du stade Désiré Gach et le relamping du complexe omnisports,



deux opérations particulièrement énergivores.

Nous allons, bien entendu, continuer à planter des arbres. Depuis 2009, nous en avons planté plus de 350 sur la commune et nous sommes bien décidés à aller toujours au-delà pour protéger la planète ! A ce jour nous avons d'ores et déjà convenu avec l'association Arbres et Paysages de planter une nouvelle haie avec 26 arbres supplémentaires. Ce sont des petits pas mais des petits pas qui comptent. Nous y sommes très attachés.



## Deux autres projets enfin seront explorés

Le 1<sup>er</sup> se dessine auprès de la SNCF. Celle-ci se dit désormais prête à nous vendre une parcelle de 10 000 m<sup>2</sup> située près de la gare de Marssac, ce qui pourrait nous ouvrir un champ d'exploration pour de futurs projets.

Le 2<sup>ème</sup> concerne une étude qui va être menée sur la réhabilitation des trottoirs de la commune. Beaucoup sont en mauvais état. Tout ne pourra pas se faire d'un coup. Mais il est important d'avancer sur ce sujet.

Mesdames et Messieurs, avant de tourner la page de ce discours, je veux rendre un hommage particulier à toutes nos associations, de la plus petite à la plus grande, qui œuvrent, chacune dans leur domaine, pour proposer aux marssacois et aux marssacoises une offre complète d'activités sportives, éducatives, sociales, culturelles ... Nous les soutenons depuis des années et nous continuerons à le faire.

Rassurez-vous, j'en termine, car je n'oublie pas que nous sommes ici ce soir pour fêter ensemble cette nouvelle année.

Avant que nous nous retrouvions tous autour du buffet, je tiens à remercier les services de la mairie d'Albi qui nous ont gracieusement prêté les plantes qui ornent la salle ce soir ainsi que le Domaine Duffau, le Domaine Grezels, le Domaine Mas d'Aurel et Déclinaison Traiteur qui sont là ce soir.

Et bien sûr remercier les élus et les agents municipaux qui ont contribué à la préparation de cette soirée.

Je veux aussi adresser, en mon nom, et au nom de tout le conseil municipal, mes meilleurs vœux,

A tous les bénévoles qui participent dans les associations à l'animation sociale, culturelle et sportive de notre village,

A nos relais de quartier et à nos distributeurs qui donnent bénévolement de leur temps pour le bien-être de la collectivité,



A tous les élus qui s'investissent pour le développement et le rayonnement de notre commune,

A tous les membres du CCAS qui s'investissent pour aider les plus démunis,

A tous nos agents municipaux qui par leur travail nous accompagnent pour construire au jour le jour notre cadre de vie,

A notre équipe enseignante et aux animateurs du CLAE qui aident nos enfants à apprendre et à grandir,

Aux commerçants qui croient, comme nous, à un commerce de proximité de qualité,

Aux artisans et entrepreneurs qui font le tissu économique de notre commune et sont source d'emploi local.

Mes vœux vont aussi à tous ceux qui sont dans la peine, dans la solitude, dans la recherche d'un emploi, pour qu'ils trouvent des raisons d'espérer.

Mes vœux sont enfin pour vous chères marssacoises et chers marssacois. Que cette année soit belle et bonne pour vous et vos proches.

Bonne année à toutes et à tous.

## Un grand bravo à nos élus du Conseil Municipal Jeunes, très émus de se retrouver tout en haut de l'estrade ce soir-là et qui se sont tous présentés avec brio.



Rafael ANTONIO, Sarah BELEFKIH, Quentin BLANC (Adjoint), Louis CAVALIER, Héloïse GRAFF (Adjointe), Pauline GRES, Romane HAESMANS, Tarek MECHALIKH (Maire), Marius MOULIS, Camille MOUNISSENS, Hermagne ROCHER, Eléna SOUYRIS

Photo du 9 mai 2023 : les enfants se sont vus remettre à chacun un tee-shirt et une casquette au logo du CMJ.

## [sommaire]

Cérémonie des vœux à la population	p 1 à 3
Les travaux sur notre commune	p 5
Avenue de Toulouse : réfection complète	p 6
Objets trouvés à la Mairie	p 7
Etat civil	p 7
Le visage de nos nouveaux recenseurs	p 8
Bientôt 16 ans : recensement obligatoire	p 8
Finie la coupe, place au championnat	p 9
Rencontres intergénérationnelles	p 9
Au revoir Monsieur Ratier	p 9
Tri, compostage, etc... Où en sommes-nous ?	p 10
Hausse des tarifs de l'électricité :	
20 solutions pour réduire sa consommation	p 11 & 12
Noël du personnel	p 13
Point d'accueil gendarmerie	p 13
Au Judo Club Marssacois, un Noël des enfants réussi	p 14
Une championne du monde sur les tatamis marssacois	p 14
Colis des aînés, remerciements	p 15
2024 chez Duolab	p 16
Autan pour soi : belle et heureuse année 2024	p 17
La galette des Rives du Tarn Running	p 17
Visite du nouveau secrétaire général de la Préfecture	p 18
Accompagnement professionnel avec Thierry Mulin	p 18
A vos agendas	p 18
Billes et bonne humeur avec la Team Punisher	p 18
Tempo Harmony remet le couvert	p 19
Etre bénévole à l'ADMR	p 19
Speed Vide Dressing	p 20
La Chorale Mélodie n'Sol reprend ses répétitions	p 20
Formation au numérique de nos séniors, c'est reparti pour 2024 !	p 21
«Les Planches», le théâtre à Marssac fête ses 10 ans	p 21
CROSSROAD 88 en concert	p 22
Numéros utiles	p 22
Pluviométrie à Marssac	p 23
J'aime mes commerçants, je les soutiens	p 24

### Précision

Marssac info, journal municipal d'information

Directrice de la publication :

Anne-Marie Rosé

Coordination de la rédaction :

P. Crépin, T. Stéfanon avec la participation des commissions municipales et des associations

Tirage : 1 600 ex

Distribution : par nos soins

Papier entièrement recyclé

Impression : Sorep Albi

### Votre Mairie

#### Horaires d'ouverture

Le lundi, mardi et jeudi de

8h30 à 12h - 13h30 à 17h

Le mercredi : fermé

(Réouverture courant 1er trimestre 2024)

Le vendredi de 8h30 à 12h - 13h30 à 16h30

Le samedi matin de 8h30 à 12h

(hors le 1<sup>er</sup> samedi du mois)

**Mairie fermée** le mercredi toute la journée et le 1<sup>er</sup> samedi de chaque mois.

Tél 05 63 55 40 47

Fax 05 63 53 10 15

[accueil@marssac-sur-tarn.fr](mailto:accueil@marssac-sur-tarn.fr)

[www.marssac-sur-tarn.fr](http://www.marssac-sur-tarn.fr)

Une assistante sociale,

reçoit sur rendez-vous.

Tél : 05 63 48 17 20

## à vous !

Vous souhaitez donner votre point de vue, proposer ou animer des rubriques... contactez

[communication@marssac-sur-tarn.fr](mailto:communication@marssac-sur-tarn.fr)

ou

Thierry Stéfanon

06 23 87 24 98

[thierry.stefanon@wanadoo.fr](mailto:thierry.stefanon@wanadoo.fr)

**LA DÉPÊCHE**

Paulette Cluzel, correspondante de la Dépêche pour la commune de Bernac depuis 2010, assure également le poste de correspondante pour la commune de Marssac.

Tél 05 63 55 22 81 - [popojournal@outlook.fr](mailto:popojournal@outlook.fr)

**le Tarn libre**  
LE JOURNAL DU TARN

Envoyez vos articles et vos photos à [redaction@letarnlibre.com](mailto:redaction@letarnlibre.com)

Marssac Info

Envoyez vos articles et vos photos à [communication@marssac-sur-tarn.fr](mailto:communication@marssac-sur-tarn.fr)



Suivez-nous sur facebook : Marssac sur Tarn

Prochaine parution du Marssac Info : mars 2024

Envoyez vos articles avant le 15 février à : [communication@marssac-sur-tarn.fr](mailto:communication@marssac-sur-tarn.fr)

## Les travaux sur notre commune



### Du côté du pumptrack

Après la sécurisation de la circulation autour de la zone du pumptrack, il restait encore à réaliser le marquage de la délimitation des bordures des pistes à l'intérieur : bordure verte, piste très facile – bordure bleu, piste de difficulté moyenne – bordure rouge, piste difficile. Le marquage a été réalisé par l'entreprise Signature spécialisée dans le marquage routier.



### Travaux à Saint-Maury

Le chauffage des vestiaires était peu efficace et très énergivore ! Nos agents sont intervenus pour le remplacer, pour le grand bonheur des sportifs.



### Opération «Collecte des sapins de Noël»

En trois jours, ce sont 90 sapins qui ont été déposés par les particuliers au lieu du dépôt organisé par la mairie, à proximité de stade Désirée Gach. A cela se sont ajoutés la cinquantaine de sapins distribués aux commerçants et le grand sapin normand de la place du Barry. De quoi éviter les dépôts sauvages et les déplacements en voiture à la déchetterie ! Tous les sapins ont été broyés sur place par nos agents. Le broya a été épandu dans un espace vert du CLAE afin de réaliser un paillage protecteur au printemps.



### Les travaux de maintien des berges du Tarn continuent

Cette année encore, des travaux de renforcement sont nécessaires pour lutter contre l'érosion des berges de la rue Saint Martin. Le chantier a été confié à l'entreprise Aménagement Gabion Paysage qui a réalisé 30 ml de berge pour renforcer la partie la plus étroite de la voirie. Des boudins coco biodégradables pré-végétalisés d'hélophytes et des boutures de saule pour enracinement ont été installés.

### Le stationnement vélo dans Marssac plus efficace

Afin que les personnes qui se déplacent à bicyclette puissent stationner leur vélo en toute sécurité dans le village, l'agglomération de l'albigeois a procédé au déploiement d'arceaux vélos en différents points de la commune. Ces nouveaux arceaux offrent des points d'appui pour le cadre, évitent d'abîmer les roues et permettent d'attacher efficacement son vélo, quelle que soit sa géométrie.



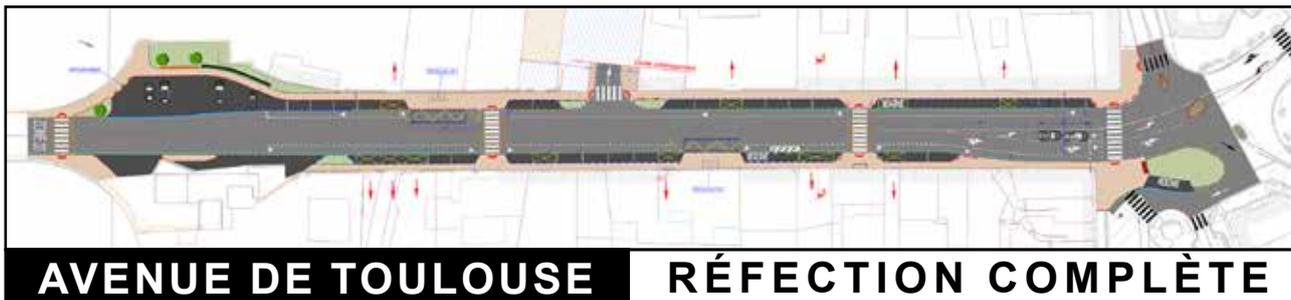
Ainsi, les anciens pince-roues installés à proximité de la crèche, à la Mairie, à l'aire de jeux Tonimarié, sur la place du Barry et sur l'avenue d'Albi ont été remplacés. Et de nouveaux arceaux ont été posés rue des écoles, avenue d'Albi, au stade Désiré Gach, au terrain de tennis, au complexe omnisports, aux écoles maternelle et élémentaire et à l'aire de jeu des Tilleuls.

La commune est désormais dotée de 99 stationnements pour vélos.



### Derniers petits travaux au boulodrome

Nous n'oublions pas nos boulistes. Un panneau d'affichage tout neuf vient de leur être installé, indispensable pour donner toutes les informations sur la vie du club. Nos agents, pour leur part, ont réalisé à leur demande un petit placard, très attendu, pour y stocker des bancs et autre matériel.



## Début des travaux de réhabilitation de l'avenue de Toulouse

Depuis la réalisation de la nouvelle station d'épuration de Marssac, la réhabilitation de l'avenue de Toulouse était impérative.

C'est devenu aujourd'hui une réalité.

Les travaux ont débuté le 9 janvier dernier. Ils concernent le nouveau réseau séparatif (assainissement et pluvial) qui doit être construit à la place de l'ancien unitaire, trop vétuste pour être réhabilité. Ces lourds travaux qui sont exécutés à 3 mètres de profondeur ne peuvent se dérouler qu'avec une circulation alternée. Trois mois seront nécessaires pour leur réalisation. Dans la foulée, le réseau eaux potables sera remplacé et modernisé ainsi que les réseaux secs (électricité, télécoms, fibre). Ensuite, ce seront les travaux de voirie, début juillet, qui modèleront toute l'avenue.

Pendant toute la durée des travaux l'accès aux commerces est maintenu. Ils sont tous ouverts et les horaires sont toujours les mêmes. La circulation est fluide en dehors des heures de pointe du matin et de la fin de journée.



Et aussi, **Au parking du complexe omnisports**, une borne électrique escamotable a été mise en place afin d'accueillir les forains du marché dans les meilleures conditions.



**Sur la place du Barry**, 4 places de stationnement provisoire ont été mises en place pour faciliter l'accueil de la clientèle des commerçants de l'avenue de Toulouse.



## Objets trouvés à la Mairie

Doudous, téléphones, lunettes, clefs, passeport, permis de conduire, montres, bijoux, cartes vitales, cartes bancaires... il y a pléthore d'objets trouvés que les marssacoises et marssacois ramènent régulièrement en mairie.

Tous attendent leurs propriétaires ! N'hésitez pas à venir voir si vous êtes l'un de ceux-là.



## Etat Civil du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre 2023

(avec l'aimable autorisation de parution des intéressés  
ou de leur famille)



### Naissances

26 avis de naissances nous ont été transmis en 2023 dont,

LELONG-BONNARIC Estelle	08/01/2023
FRANÇOIS Harisson	09/02/2023
BLAQUIERES Mélio	18/05/2023
LAPERRUQUE Arya	04/06/2023
CANER Rose	17/06/2023
MEILLAC Eden	11/12/2023
BRAVO Romy	24/12/2023



### Mariages

15 Mariages ont été célébrés en 2023 dont,

SIDOBRE Jean-Marc et LAURENS Corinne	08/07/2023
PONS Fabrice et RECOULES Laetitia	13/07/2023
BRENIER Baptyste et DEMAREST Elodie	28/10/2023



### Décès

23 Personnes nous ont quittés en 2023 dont,

TAGLIAFERRI Anne-Marie née MOUYSSET	23/02/2023
PÉRUFFO Vincent	03/08/2023
COQUERET Maria née DE SOUSA PIRES	22/02/2023
FREZOULS Anne-Marie née PERIÈS	12/06/2023
DUMONT Eliane née BRASSEUR	04/08/2023
VIGUIÉ Bernard	05/08/2023
BODIN Maryse née PÉTAPERMAL	18/10/2023
DUMONT Serge	23/10/2023
HUMILIÈRE Arnaud	07/11/2023
CABOT Guy	13/11/2023

## Le visage de nos nouveaux recenseurs

Au nombre de 7, ils ont été recrutés par la ville et sont habilités à se présenter à votre domicile durant toute la période du recensement qui se déroule du 18 janvier au 17 février.

Identifiables par une carte officielle tricolore portant signature de madame la maire, ils sont tenus au secret professionnel. Ils vous proposent de répondre au questionnaire du recensement par internet ou formulaire papier.



Toutes les réponses sont strictement confidentielles et sont transmises directement à l'INSEE.

(INSEE : Institut Nationale de la Statistique et des Etudes économiques)

De gauche à droite : Hélène, Laurence, Nelly, Dominique, Djamy, Raymonde, Mila

**BIENTÔT 16 ANS !**  
**PENSEZ AU RECENSEMENT**  
**C'EST OBLIGATOIRE**

[www.defense.gouv.fr/jdc](http://www.defense.gouv.fr/jdc)

Si vous êtes né Français, vous devez faire votre recensement citoyen à partir de votre 16<sup>ème</sup> anniversaire. Vous devez le faire dans les 3 mois qui suivent. Vous avez jusqu'à la fin du 3<sup>ème</sup> mois pour le faire.

### Ce recensement est obligatoire.

Après avoir fait votre recensement vous obtenez une attestation de recensement. Celle-ci est indispensable pour pouvoir vous inscrire avant l'âge de 18 ans à un examen (BEP, Bac...) ou un concours administratif en France.

Vous êtes convoqué à la journée défense et citoyenneté (JDC). Il faut avoir fait la JDC (ou en avoir été exempté), pour pouvoir vous inscrire à partir de 18 ans à un examen (BEP, Bac...), ou à un concours administratif, ou à l'examen du permis de conduire en France.

Vous êtes inscrit automatiquement sur les listes électorales dès votre 18<sup>ème</sup> anniversaire et pourrez alors voter.

### Recensement à la mairie

Vous devez faire votre recensement à la mairie de la commune de votre domicile. Vous devez faire la démarche de recensement vous-même. Mais si vous êtes mineur, l'un de vos parents peut faire cette démarche à votre place et en votre absence.

Il faut aller à la mairie avec les documents suivants :

- Carte nationale d'identité ou passeport valide
- Livret de famille à jour
- Justificatif de domicile

### Recensement sur internet

Vous devez avoir les documents suivants :

- Carte nationale d'identité ou passeport valide
- Livret de famille à jour

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R2054](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R2054)



**Suivez-nous  
sur facebook :  
Marssac sur Tarn**

## Au revoir Monsieur Ratier

C'est avec une grande tristesse que nous apprenons le décès de Jack Ratier survenu le 28 janvier dans sa 97<sup>ème</sup> année.

Il était parmi les premiers joueurs de pétanque à adhérer au club depuis sa création dans les années 1980. Très adroit et toujours jovial, il était estimé de tous.

Aujourd'hui, il était le doyen du club et ce sont tous les joueurs le connaissant qui sont émus par son départ.

Le club présente ses sincères condoléances à son épouse et à sa famille.



## Finie la coupe, place au championnat

Tout d'abord, nous débutons par les filles de la D2, ce qui n'est autre que la deuxième division française, pour présenter leurs résultats dans un championnat compliqué avec des clubs professionnels tels que Lens, Metz, Strasbourg et autres, Nantes ou encore Nice ou Marseille. La dernière journée de championnat a vu les joueuses de A. Benedet tenir en échec les marseillaises, pourtant leader du championnat sur le score de 1 à 1. Elles pointent à l'heure actuelle à la 7<sup>ème</sup> place avec 12 points. Le maintien est donc un objectif à la portée des filles.

Du côté des garçons, la coupe d'Occitanie s'est terminée ce week-end au stade des 16<sup>ème</sup> de finale par une défaite à D. Gach sur le score de 1 à 0 face aux toulousains de Balma qui évoluent en élite régionale. Les joueurs de J. Lacourt ont largement fait jeu égal avec les visiteurs et il n'aura manqué qu'une petite étincelle offensive qui aurait permis de passer un tour supplémentaire. C'est bien dommage mais ce genre de rencontre permet aux joueurs de progresser et de se préparer désormais pour le championnat. En effet, celui-ci reprend très vite ses droits avec un déplacement ce week-end à Toulouse Garonne autrement dit Mas Grenier, qui n'est autre que le troisième du championnat. C'est dire qu'il s'agit bien d'un déplacement plus que périlleux mais le match de Balma laisse espérer de bien belles choses jusqu'à la fin du championnat.



## Rencontres intergénérationnelles

**Un projet des classes de grande section maternelle de Mme Marchal et des CM2 de Mme Kubanik, avec Mme Jacqueline Pouant, Mme Nicole Roche et M. Pierre Roche**

Après quelques années d'interruption du fait du Covid, le projet intergénérationnel a repris, pour le plus grand plaisir des élèves et des adultes les accompagnant. Cette deuxième rencontre du vendredi 26 janvier sur les «objets d'autrefois», faisait suite à celle consacrée à «Noël d'antan», en décembre dernier. Une troisième suivra, en mars, sur le thème de «L'école autrefois».

Les enfants ont découvert avec enthousiasme des objets variés du quotidien des siècles précédents. Ils ont pu ensuite les manipuler, avec précaution !

Ils ont su ainsi reconnaître certains objets et en ont découvert d'autres, avec un plaisir partagé par tous. C'est un moment d'échanges et de convivialité dont ils se souviendront longtemps.

Merci aux Aînés de Marssac pour leur investissement dans le projet, et à la mairie pour le prêt des locaux de l'ancienne cantine.

## Tri, compostage, etc... Où en sommes-nous ?

L'obligation de trier les biodéchets est entrée en vigueur le 1er janvier 2024. Une obligation qui pour l'heure ne concerne que les collectivités chargées de mettre en place des solutions de tri.

À l'heure où les esprits sont un peu confus quant à l'obligation, dès le 1er janvier, de trier ses déchets de cuisine, Jean-François Rochedreux, maire de Saliès et vice-président de la communauté de communes de l'Albigeois (C2A), chargé du traitement des déchets, n'hésite pas à rappeler quelques messages essentiels.

**«Priorité au compostage que l'on va favoriser partout»,** martèle l'élu. Pour faire passer son message, la C2A a embauché, en novembre, trois ambassadeurs biodéchets. **«Pour nous, le compostage est la solution la plus écologique et la plus logique économiquement».** Mais ça n'est pas forcément la plus simple à mettre en place dans les délais.

Pour les particuliers qui disposent de terrain, la C2A a mis l'accent sur le volet pédagogique. Elle propose, depuis 2022, des composteurs individuels (à retirer au centre de Puygouzon) avec une formation d'une demi-heure pour adopter les bons gestes et des prix réduits (18 € à 25 €). Aujourd'hui, 20 % des foyers de l'Albigeois sont équipés d'un composteur.

### Des écoles aux restaurants

L'intercommunalité s'est aussi attachée à équiper les écoles de composteurs, avec un soutien aux



agents locaux réunis deux fois par an.

Son troisième objectif concerne les entreprises, au-delà des grandes, qui ont obligation de composter. **«En 2024, on va mettre un collecteur séparé pour les restaurants»** signale l'élu.

Reste à régler la solution pour les citadins ne disposant pas de jardin et les habitants de logements collectifs. **«Depuis 2023, la C2A propose «d'élargir l'usage du compostage aux habitants en appartement, en accompagnant les logements collectifs (immeubles, résidences, quartiers) qui voudraient disposer d'un composteur commun».**

**«Pour les petits ensembles, on va proposer un compostage collectif. Il faut juste que nous trouvions des habitants qui acceptent de s'en occuper»,** explique Jean-François Rochedreux. Il suffit d'être minimum 6 foyers participants «dont 2 à 3 personnes référentes qui vont porter le projet et être les interlocuteurs de la C2A».

### Apéro-compost

Autre solution mise en place dans le courant de l'année 2024, **«des points d'apport volontaires de biodéchets, environ 100 à 150 conteneurs à installer en concertation avec les communes de l'agglomération»** détaille l'élu. Avec un dernier message, tout aussi essentiel. **«La loi dit que l'obligation porte sur la collectivité, pas sur les particuliers. Eux ne risquent rien à la différence des professionnels».**

Et pour inciter plus encore les habitants, l'agglomération accompagne, de mai à octobre, l'organisation d'apéro-compost autour de composteurs individuels.

[www.grand-albigeois.fr/composteur](http://www.grand-albigeois.fr/composteur)

(Source : La Dépêche)

Des questions, des doutes sur vos gestes de tri ?

Toutes les réponses sont dans le guide du tri édité par l'Agglomération de l'Albigeois.

Pour le télécharger, rendez-vous sur le site de l'Agglomération.

[www.grand-albigeois.fr](http://www.grand-albigeois.fr)



### COMMANDEZ UN COMPOSTEUR

L'agglomération propose 2 modèles de composteurs à un tarif privilégié (disponibles en 2 tailles). Il est accompagné d'un seau de cuisine pour transporter vos déchets jusqu'au composteur.

Vous habitez un logement collectif ? Des solutions existent, renseignez-vous.

Information et réservation :

- > Par téléphone au 05 63 76 06 07
- > Par internet sur [www.grand-albigeois.fr/composteur](http://www.grand-albigeois.fr/composteur)

## Hausse des tarifs de l'électricité : 20 solutions pour réduire sa consommation d'électricité

Chaque foyer français possède en moyenne une centaine d'appareils électriques et électroniques. Gaspillages, suréquipement, manque d'entretien... alourdissent la facture. Quelques gestes peuvent faire la différence.

### Éteindre les veilles

Éteindre les veilles peut permettre d'économiser jusqu'à 15 % de la facture d'électricité (hors chauffage et eau chaude), soit plus de 100 €/an.

### Des LED, oui mais pas pour la déco

Les lampes à LED consomment peu d'électricité et durent longtemps (jusqu'à 40 000h), de quoi compenser leur prix d'achat. C'est la meilleure solution d'éclairage domestique, à condition qu'elles durent plus de 20 000 h et soient bien classées sur l'étiquette énergie.



### Ne pas laisser allumées des lumières inutiles

Éteignez les lumières en sortant d'une pièce.

Privilégiez les couleurs claires pour décorer votre intérieur (murs, sols, abats jour...) car elles réfléchissent mieux la lumière alors que les couleurs sombres l'absorbent.

Placez les canapés, bureaux près de fenêtres et profitez le plus longtemps possible de la lumière naturelle.

### Privilégier le programme «Eco» du lave-linge et du lave-vaisselle

Le programme «Eco» permet d'économiser de l'eau et de l'énergie même si la durée du cycle est plus élevée. Le temps de trempage et le lavage est plus

long mais l'eau est moins chauffée. Or, c'est le chauffage de l'eau qui consomme le plus d'électricité.



### Ne faire fonctionner son lave-linge et lave-vaisselle que lorsqu'ils sont pleins

La demi-charge du lave-linge consomme moins d'eau mais tout autant d'électricité ! Attendez plutôt que le tambour soit rempli pour faire fonctionner votre appareil.

Chaque ménage français effectue environ 200 cycles de lavage par an. En remplissant mieux le tambour, on pourrait éviter 30 cycles et économiser environ 15 % d'électricité pour le lavage du linge

### Ne pas utiliser systématiquement le sèche-linge

Si vous le pouvez, laissez sécher votre linge à l'air libre. Malgré les progrès réalisés par les fabricants ces dernières années, le sèche-linge reste un appareil ménager gourmand en énergie (environ 200 kWh par an).



### Cuisiner économe

Quand vous couvrez les poêles et casseroles, la cuisson est plus rapide. Pour faire bouillir de l'eau ou cuire votre plat, mettre un couvercle permet de consommer 25 % d'énergie en moins.



En éteignant le four avant la fin de la cuisson, vous pouvez économiser 10 % d'électricité.

### Limiter la taille et la luminosité de la TV

Des téléviseurs toujours plus grands entrent dans les salons, mais ils consomment plus d'électricité : un téléviseur de 160 cm (diagonale) consomme autant que 3 ou 4 téléviseurs de 80 cm.

### Ne pas laisser brancher les ordinateurs et consoles de jeux quand vous ne les utilisez pas

Souvent laissés en veille ou en pause, ces appareils consomment inutilement de l'électricité. Mieux vaut les éteindre complètement quand on ne s'en sert plus.



### Éteindre la box quand vous n'en avez pas besoin

Une box reste souvent allumée 24 h sur 24 et peut consommer plus de 200 kWh par an, soit autant que le lave-linge.

## Pour tout nouvel achat, vérifier l'étiquette énergie

Les économies d'énergie réalisables avec les appareils les mieux classés sont loin d'être anecdotiques. Chaque différence d'une classe représente de l'ordre de 15 à 20 % d'économie d'énergie. Sur la durée de vie d'un appareil, c'est important.



## Économiser de l'eau chaude, c'est aussi économiser de l'électricité !

Ne laissez pas le mitigeur en position intermédiaire. C'est de l'eau tiède qui est utilisée à chaque fois alors que pour laver les légumes, se laver les mains, rincer son éponge... l'eau froide convient bien.

Installez des mousseurs ou des réducteurs de débits sur les robinets. Une douchette économe peut vous permettre d'économiser jusqu'à 75 % d'eau.

Ne laissez pas fonctionner le ballon d'eau chaude en période d'absence prolongée.

## Régler la température du ballon d'eau chaude électrique

Programmer la température à 55°, c'est assez pour limiter le développement de bactéries pathogènes et cela limite la consommation d'électricité nécessaire pour chauffer l'eau.



## Calorifuger les tuyaux et le ballon d'eau chaude

En entourant le ballon d'eau chaude et les tuyaux avec un isolant, vous évitez des pertes de chaleur. Le calorifugeage est d'autant plus nécessaire lorsque le ballon d'eau chaude est installé dans un endroit non chauffé (garage, sous-sol...) et que les points d'eau sont éloignés du ballon d'eau chaude.



## Maîtriser la température de chauffage des pièces

Il est inutile de chauffer toutes les pièces à la même température. Certaines pièces sont occupées toute la journée, mais d'autres, comme les chambres ou la salle de bain n'ont pas besoin d'une température élevée permanente. Chauffer à 19° dans les pièces à vivre, 17° dans les chambres, vous permettra de réduire votre consommation de chauffage.



## Bloquer les entrées d'air froid

Fermez les inserts de cheminées, les portes qui donnent sur des locaux non chauffés (sous-sol, cave, cellier...). Calfeutrez au besoin les portes, donnant sur l'extérieur ou sur des pièces non chauffées, avec des boudins pour bas de portes. En revanche, ne bouchez jamais les grilles de ventilation, elles sont essentielles pour maintenir une bonne qualité de l'air dans votre logement.

## Baisser le chauffage en cas d'absence

Inutile de chauffer les pièces à la même température que si vous étiez là. Lors d'une absence pour la journée, baissez de quelques degrés la température de votre logement. Si vous vous absentez

quelques jours, pensez à mettre votre système de chauffage en position hors gel.

## Conserver la chaleur à l'intérieur

Fermer toujours vos volets dès que la nuit tombe et que les températures rafraichissent. Tirer les rideaux. Vous évitez ainsi que le froid rayonne dans le logement et l'ambiance de la pièce sera plus confortable sans avoir besoin de pousser le chauffage.



## Installer un système d'appoint performant : le chauffage au bois

Il existe un large choix de poêles fonctionnant avec des bûches ou des granulés qui peuvent vous aider à diminuer votre facture d'électricité en chauffant une partie de votre logement.

## Isoler davantage son logement

Alors que le chauffage représente 66 % de la consommation d'énergie des ménages, il est essentiel d'éviter autant que possible les déperditions de chaleur du logement. Pour diminuer les besoins de chauffage (et réduire donc les factures!) tout en gagnant en confort, la seule solution est de vivre dans un logement bien isolé.

Source Adème

## C'ÉTAIT FIN 2023

### Noël du personnel

Discours d'accueil du 12 décembre de Madame la Maire.

«C'est maintenant Noël !

Je tiens à vous dire combien je suis heureuse que nous puissions nous retrouver tous ici ce soir.

Heureuse parce que nous sommes aujourd'hui à mi-mandat et que, malgré la crise sanitaire, nous pouvons tous avoir la fierté d'avoir réussi le cap de nos projets, petits et grands, pour le développement



de notre village et le bien-être de tous.

Je parle là de la réhabilitation de la salle polyvalente qui ne désemplit pas ces jours-ci, des nouveaux

équipements du stade Désiré Gach qui sont superbes, du pumtruck qui fait le bonheur des enfants et j'en oublie encore.

Et je parle aussi d'autres opérations plus discrètes qui se sont concrétisées elles aussi, telles que le remplacement de la toiture amiantée des ateliers municipaux, la réalisation du terrain synthétique du tennis, l'opération «bancs publics» très appréciée des marssacois, l'installation des composteurs à l'école pour sensibiliser les enfants à l'écologie, la mise en place par le CCAS, des colis gourmands de Noël pour nos aînés et des ateliers numériques gratuits pour nos séniors....et bien d'autres.

Je tiens à vous dire à tous ce soir, élus et agents, combien nous pouvons être fiers, de tout ce que nous avons porté collectivement, pendant ses trois années, pour faire avancer l'avenir de notre commune.

Concernant le personnel, je suis très heureuse aussi que tous les élus du conseil municipal aient unanimement décidé de répondre positivement à la demande de la prime exceptionnelle de pouvoir d'achat dans ce moment de fête.

Il est grand temps maintenant de

profiter de ce moment de partage et de convivialité que les élus ont préparé avec toujours autant d'attention.

Nous vous souhaitons à toutes et tous de très belles fêtes de fin d'année».



## Le point d'accueil gendarmerie, c'est tous les premiers mercredis du mois à la salle Tonimarié



Le point d'accueil de la gendarmerie se tient le 1<sup>er</sup> mercredi du mois, de 9h à 12h, dans la salle Tonimarié. L'accès à la salle se fait par l'avenue d'Albi ou le parc Montois (cf plan).

Les gendarmes vous accueillent pour :

- déposer une main courante ou une plainte,
- déclarer un départ en vacances (Opération tranquillité vacances – OTV),
- prévenir d'un sénior isolé (Opération tranquillité séniors – OTS),
- prendre des informations sur le recrutement,
- et pour tous autres renseignements.



## Au Judo Club Marssacois, un Noël des enfants réussi

C'est le 19 Décembre qu'a eu lieu le traditionnel Noël des enfants.

Cet évènement a clos une belle année. A cette occasion, nos licenciés ont reçu de la part du Père Noël des chocolats et un polo à l'effigie du Club.

## Une championne du monde sur les tatamis marssacois

**Audrey Tcheuméo, préparation en vue des Jeux Olympiques de PARIS 2024.**

C'est avec un immense honneur que le Judo Club Marssacois a accueilli le 26 décembre 2023 et durant 5 jours, Audrey Tcheuméo, championne du monde de judo, double médaillée olympique à l'occasion d'un entraînement en vue de la préparation des JO de Paris 2024.

Audrey est venue échanger avec nos Judokas Tarnais et bénéficier des conseils et de l'expertise de Catherine Fleury notre championne olympique des JO de Barcelone en 1992.

Nous remercions notamment Franck Drouet, Myriam Clément, Hugo Escande et particulièrement Luc Jubert notre président ainsi que Jean-François Desplos pour leur investissement et l'implication à la bonne réalisation de cette semaine.

Le Judo Club Marssacois remercie également la Mairie de Marssac sur Tarn pour son soutien dans le bon déroulement de cette semaine, France 3 Occitanie, France 3 Tarn, TV Tarn, La dépêche du midi et M. Ramond, Président du conseil départemental du Tarn, et Eva Géraud, conseillère départementale.



# Colis des aînés, remerciements

Vous avez été nombreuses et nombreux à prendre le temps d'un petit mot, d'un mail pour nous remercier, nous souhaiter vos vœux ou remercier les enfants du CLAE. Nous sommes toujours très touchés de ces petits gestes plein de douceur. Nous ne pouvions qu'en partager quelques uns avec vous.



Siège et so  
famille vous souhaitent  
une heureuse bonne Année  
2024 accompagnée de joie  
bonheur, Amour, Réussite  
et particulièrement de  
santé. Nos meilleurs vœux  
vont aussi à tous les élus et  
les employés municipaux.  
Merci pour le beau et bon  
cadeau de fin d'Année

Merci de vos vœux et du cadeau,  
vous aussi nous souhaitons  
à vous et au conseil municipal et  
à tout le personnel nos vœux les  
meilleurs.  
Merci aux jeunes d'avoir pensé  
à nous par les dessins et messages  
Nous pour tout ce que vous faites  
pour une bonne harmonie de bien  
vive à Marsac

M. et Mme Pierre Tiennent à  
remercier même le maire et le conseil  
municipal pour le colis de Noël.  
Les traditions ne se perdent pas !  
Joyeux Noël à tous tous et tous nos  
vœux pour 2024 et la réalisation de  
vos projets.

**Votre Message :** Bonjour,  
A Madame la Maire et à l'ensemble de la Municipalité : Merci pour ce gourmand colis  
gourmand de Noël. Un chaleureux Merci aussi à Lucas GS, pour sa magnifique carte  
de vœux qui nous a également fait chaud au cœur, ainsi  
qu'à tous les enfants du Centre de loisirs qui ont participé à cette action. Bonne et  
Heureuse Année 2024.

**Votre Message :** je remercie chaleureusement la mairie de Marsac pour son  
généreux cadeau de Noël, je souhaite à Mme le maire, les conseillers et tout le  
personnel municipal de très bonne fêtes et une bonne année 2024.

C'est avec bonheur que j'ai  
reçu à la maison le colis des  
fêtes de fin d'année, offert par  
la municipalité et distribué par  
des personnes bénévoles.  
Merci à toutes ces personnes de  
nous gâter si généreusement -  
Bien vivre, à Marsac - J.

Un grand merci pour ce panier de Noël  
généreux et gourmand.  
Bonnes fêtes et Meilleurs  
à vous et à toute votre

**Votre Message :** Suite à la réception des colis de Noël, nous tenons à remercier  
Madame la maire et son équipe municipale de cette excellente initiative. Nous  
remercions également les enfants du CM2 Henri, Sara pour leurs gentils dessins. Nous  
vous souhaitons à tous un très joyeux Noël. Jacques et Elisabeth

vous remerciant  
pour vos vœux et le colis  
de Noël toujours sympa  
à recevoir. Joyeux Noël  
Bonne et Heureuse Année 2024

avec tout mes remerciements pour vos  
actions sur notre commune et pour ce colis  
annuel très apprécié, je vous adresse mes  
meilleurs vœux pour l'année 2024 et vous  
souhaite à tous un beau et heureux  
Noël

Marsac - le 12.12.2023

Mme et M.

vous remerciant pour  
les cadeaux offerts pour  
des fêtes gourmandes

Merci à toutes et  
tous

Merci pour les  
petits mots des enfants

Nous vous souhaitons  
de joyeuses fêtes et



## 2024 chez Duolab

L'année 2024 commence sur les chapeaux de roue au Centre Chorégraphique DuolaB !

Les cours ont repris depuis le lundi 8 janvier avec la détermination et la motivation de travailler sur notre spectacle de fin d'année qui aura lieu le dimanche 23 juin à 18h à la Maison de la Musique de Cap Découverte.

Mais la préparation de notre spectacle n'est pas le seul projet de cette nouvelle année !

### Spectacles à la Scène Nationale d'Albi

Le lundi 15 janvier, 5 de nos danseuses ont eu l'opportunité de participer à une Masterclass menée par Yanis, l'un des danseurs du spectacle Dub chorégraphié et mis en scène par Amala Dianor, à la Fabrique Danse à Gaillac. Un atelier de 2 heures qui aura permis à nos danseuses de se plonger dans l'univers de ce spectacle et de s'imprégner de la signature chorégraphique de Yanis. Le mercredi 17 janvier, 15 de nos élèves ont pu assister au spectacle qui a rencontré un franc succès auprès de tous les spectateurs !

Notre prochaine sortie spectacle se fera le mardi 19 mars pour le spectacle Exit Above de Anne Teresa de Keersmaeker, figure majeure de la danse contemporaine mondiale.

### Néodance Tour

Le week-end du 30 et 31 mars, nous avons le plaisir d'accueillir le Néodance Tour 2024.

### Qu'est-ce que le Néodance Tour ?

Il s'agit d'une « tournée » de stages de danse partout en France avec 4 professeurs de la Neodance Academy, école de danse professionnelle parisienne qui forme les danseurs pour les plateaux télé, comédies musicales, clips, compagnies etc.

Pour la région toulousaine, c'est le Centre Chorégraphique DuolaB qui a été choisi pour collaborer à l'organisation de ce tour !

Un gros projet pour nous auquel nous avons l'immense plaisir d'être impliqués !

Le stage se déroulera à la salle polyvalente de

## C'EST REPARTI POUR 2024 !

Marssac afin d'accueillir tous les danseurs de la région intéressés ! 8 cours seront dispensés sur tout le week-end (4 cours le samedi, 4 cours le dimanche) avec Nathalie Lucas, Justine Unzel, Manon Bouquet et Aurélie Guibout ! Toutes les modalités d'inscription sont à retrouver sur nos réseaux sociaux ou sur le site de la Neodance Academy : [www.neodanceacademy.com](http://www.neodanceacademy.com), rubrique « stages ».

### Mais ce n'est pas tout !

Pour la première fois, le Néodance Tour s'accompagne du Néodance Tour Contest : concours pour danseurs amateurs et semi-professionnels qui se déroulera le samedi 30 mars après le stage, à la Maison de la Musique de Cap Découverte. Retrouvez le règlement et inscriptions sur le site : [www.neodancecontest.com](http://www.neodancecontest.com).

Nous sommes ravis de tous ces projets et sommes impatient.es de les partager avec vous !

Très belle année 2024 à tous !

**Renseignements & inscriptions par mail :**  
[duolab.tempsdanse@gmail.com](mailto:duolab.tempsdanse@gmail.com)  
ou par téléphone : 06.44.24.69.80.

**Vous pouvez également retrouver toutes les actualités du Centre sur les réseaux sociaux et sur notre site internet :** [www.duolab-tempsdanse.fr](http://www.duolab-tempsdanse.fr).

**NEODANCE TOUR 2023-24**

En collaboration avec le  
**CENTRE CHORÉGRAPHIQUE DUOLAB**

**30 & 31 MARS 2024**

<b>4 PROFESSEURS</b> DE LA NEODANCE ACADEMY (PARIS)	<b>8 COURS</b>	<b>CONCOURS</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>NATHALIE LUCAS</li><li>JUSTINE UNZEL</li><li>MANON BOUQUET</li><li>AURELIE GUIBOUT</li></ul>	FORFAIT UNIQUE : <b>150€</b>	VOUS ÊTES AMATEURS OU SEMI-PRO EN DANSE ? VENEZ PARTICIPER AU CONCOURS LE SAMEDI 30 MARS À LA MAISON DE LA MUSIQUE À CAP DÉCOUVERTE (81450 LE GARRIC)
LIEU DU STAGE : Salle polyvalente, Rue Tonimarié 81150 MARSSAC-SUR-TARN 101 Avenue de la Liberté		
RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS : <a href="http://www.neodanceacademy.com">www.neodanceacademy.com</a>	 @neodance_academy @neodance_contest	RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS : <a href="http://www.neodancecontest.com">www.neodancecontest.com</a>



**Suivez-nous sur facebook : Marssac sur Tarn**

## Autan pour Soi Belle et heureuse année 2024

En cette nouvelle année, l'association Autan pour Soi tient à vous adresser ses vœux les plus chaleureux pour la santé, le bonheur et la sérénité. Que chacune de vos pratiques vous apporte équilibre, force intérieure et paix.

Que 2024 soit marquée par des rencontres enrichissantes et des partages de connaissances.

Ce sera peut-être l'occasion de découvrir le Yoga, le Pilates, le Qi Gong ou le Taiji Quan, pour le bienfait du corps et de l'esprit !

Des places sont encore disponibles dans certains créneaux de Pilates, Yoga, Qi Gong et Taiji Quan.

### Contactez les enseignants :

- Amandine Girard, professeure de Hatha Yoga  
06 09 40 75 92
- Florence Verpraet, professeure de Pilates  
06 61 43 21 11
- David Boudaille, professeur de Taiji Quan et Qi Gong  
06 06 49 87 22
- Martine René, professeure de Hatha Yoga  
06 89 49 84 16

Le premier atelier Yoga de l'année du samedi 13 janvier 2024 avec Martine René à la salle de danse de Duolab de Terssac a été très apprécié. Des rayons de soleil accompagnaient la pratique. Martine a proposé une pratique douce qui favorise la souplesse et la détente en agissant positivement sur les fascias, ces tissus conjonctifs essentiels à la mobilité et à l'équilibre du corps. Nous avons été aussi initiés à une petite routine pour le bien-être de notre dos. Un moment de convivialité a clôturé cette matinée.

**Les prochains rendez-vous sont fixés aux samedi**



**2 mars et samedi 8 juin de 9h à 12h. Si vous êtes intéressés, contactez Martine.**

N'oublions pas que notre bien-être individuel contribue au bien-être collectif. L'association poursuit son engagement envers la santé physique et mentale, tout en partageant la joie de ses activités avec ceux qui participent.

Nous profitons de l'occasion pour remercier la Mairie de Marssac et les associations «amies» Ambiance Scandale et Duolab-Temps Danse qui facilitent l'organisation de nos cours.

Bien sportivement,

L'Association Autan Pour Soi Marssac

[autanpoursoi@laposte.net](mailto:autanpoursoi@laposte.net)

Site de la Mairie de Marssac sur Tarn rubrique «Associations»

Association «Autan pour Soi» affiliée à la Fédération Sport pour Tous



## La galette des Rives du Tarn Running

Les adhérents de l'association se sont retrouvés dimanche 16 janvier autour de la traditionnelle galette en présence de Thierry Mallé représentant la municipalité.

Ce fut un moment de partage où furent évoqués les temps forts à venir avec notamment le Décath'Night du 9 mars prochain et la balade des Lucioles du 5 avril.

Les activités continuent avec entre autre la préparation physique généralisée le mercredi soir et la sortie dominicale avec la marche dynamique et la course.

**Pour tout renseignement vous pouvez contacter le 06 07 84 54 32**

Retrouvez votre Marssac Info

**TOUT EN COULEUR**

sur : [www.marssac-sur-tarn.fr](http://www.marssac-sur-tarn.fr)



## Visite du nouveau secrétaire général de la Préfecture

Ce vendredi 26 janvier, Monsieur Sébastien SIMOES, secrétaire général de la Préfecture, nous a fait l'honneur de venir découvrir notre commune. Dans un premier temps, il s'est entretenu avec Madame la Maire et trois élus. Les échanges ont été nombreux, notamment sur le chantier de l'avenue de Toulouse, les aides financières que peut apporter l'Etat, les logements sociaux, la vidéoprotection, la petite enfance et bien d'autres. Dans un deuxième temps il a souhaité visiter le complexe omnisports, les écoles, le restaurant scolaire ainsi que les dernières réalisations de ce mandat à savoir : la salle polyvalente, le boulodrome, les vestiaires et les tribunes du stade Désiré Gach ainsi que la pelouse synthétique qu'il a particulièrement appréciée, lui-même étant très sportif.

### DU CÔTÉ DES ENTREPRISES

## Accompagnement professionnel avec Thierry Mulin



J'habite Marssac depuis 1990. Diplômé en sciences de l'éducation et de la formation, je travaillais au sein du Service de Formation Continue et de l'Apprentissage de l'Université Toulouse-Jean Jaurès. J'y ai accueilli, orienté, accompagné et formé pendant des années des professionnels en quête de sens, de compétences,

et souvent aussi de reconnaissance, de mise en confiance.

Aujourd'hui, je développe, en auto-entrepreneur, mes activités de formateur, de conférencier et d'animateur de Groupes d'Analyse des Pratiques Professionnelles. Je propose aussi des accompagnements individuels adaptés aux besoins particuliers : orientation, réorientation, recherche d'emploi, retraite, préparation aux entretiens, conflits, burn out, création d'activités, accompagnement aux écrits, VAE, supervision.

Cet accompagnement professionnel peut se dérouler en présentiel, sur Marssac ou Albi, à domicile, ou à distance.

Premier contact sans engagement au 06 44 77 00 26  
[mulinthierry@gmail.com](mailto:mulinthierry@gmail.com)  
[www.linkedin.com/in/thierry-mulin](http://www.linkedin.com/in/thierry-mulin)

## A vos agendas

**Du jeudi 18 janvier au samedi 17 février**  
Recensement 2024

**Dimanche 3 mars**

Speed vide dressing – de 8h à 13h – Salle polyvalente  
Organisation Comité des fêtes

**Dimanche 10 mars** : loto des Amis de l'Ecole - 14h30  
Salle polyvalente

**Samedi 16 mars**

Les assiettes musicales - 19h30 - Salle polyvalente  
Organisation association Tempo Harmonie

**Dimanche 17 mars**

Cérémonie du cessez le feu en Algérie - Rendez-vous au monument aux morts

**Samedi 23 mars**

CROSSROAD 88 - 20h - Salle polyvalente  
Organisation Comité des Fêtes

**Vendredi 5 avril**

La Balade des Lucioles - Salle des fêtes de Lagrave  
Organisation Rive du Tarn Running

**Samedi 27 avril**

Café-Consert - Salle polyvalente  
Organisation chorale Mélodie n'Sol

**Samedi 8 et dimanche 9 juin**

Spectacle «Les 10 ans des Planches» - Salle polyvalente - Organisation association Les planches

**Dimanche 9 juin**

Elections Européennes 2024

## Billes et bonne humeur avec la Team Punisher

Depuis 2016 la Team Punisher, association d'Airsoft Loi de 1901 affiliée à la Fédération Française d'Airsoft s'est fixée pour objectif de faire connaître ce lointain cousin du Paintball et promouvoir les valeurs de ce sport : Fair Play et bonne humeur. Mais au fait, l'Airsoft késako ? Des joueurs s'affrontent en équipe selon un scénario convenu, à l'aide de lanceurs appelés «Répliques» qui projettent des billes biodégradables, respect de la nature oblige. L'objectif est surtout de passer une bonne journée entre passionnés, et de prendre un bon bol d'air «en jouant sérieusement mais sans se prendre au sérieux».

Nous nous réunissons deux dimanches par mois, dont un est ouvert à toute personne souhaitant s'essayer à notre loisir sans être adhérent de l'association. Nous pouvons vous louer tout le matériel nécessaire. Dans ce cas, la journée complète ne vous coûtera que trente euros (petit-déjeuner compris). Vous souhaitez organiser un enterrement de vie de garçon/fille, une journée récréative entre amis ou collègues, nous pouvons organiser pour vous une journée d'initiation avec ou sans repas.

Pour toute autre information, vous pouvez vous rendre sur notre page Facebook Association Team Punisher, ou ne pas hésiter à contacter :

**Bruno Fayon** notre président 06 23 94 74 56  
**Jérôme Pomarat** notre secrétaire 06 80 20 76 19

Airsoftement.

## TEMPO HARMONY PRESENTE



**LES  
ASSIETTES  
MUSICALES**

**16/03  
2024  
19H30**

FORMULES :

SUCRE / SALE / VIN / CAFE : 20 €

-12 ANS :  
SUCRE / SALE / JUS DE FRUITS : 12 €

**SALLE DES FETES DE MARSSAC SUR TARN**  
**RESERVATION AVANT LE 02/03/2024 AU 06 83 50 87 05**

Tempo Harmony  
remet le couvert

Après le vif succès remporté en 2023 par ses «assiettes musicales», Tempo Harmony vous propose un nouveau rendez-vous.

**A vos agendas !**

Initialement prévues le samedi 4 mai 2024, «Les assiettes musicales» se dérouleront le :

**Samedi 16 mars à 19h30**  
**Salle polyvalente de Marssac**

Venez partager cette soirée musicale en famille ou entre amis et déguster une belle assiette salée et une assiette sucrée gourmande dans une ambiance festive.

Les réservations sont ouvertes jusqu'au samedi 2 mars 2024 au  
**06 83 50 87 05.**

N'attendez pas, les places sont limitées.

## Etre bénévole à l'ADMR

L'association ADMR LES BERGES DU TARN a pour mission de permettre aux familles et aux personnes âgées de bien vivre chez elles en leur apportant un service adapté à leurs attentes et à leurs besoins.

L'association, pour poursuivre ses objectifs, recherche des bénévoles.

**Engagement du bénévole**

- Adhérer aux valeurs de l'ADMR,
- Participer et décider à la vie de l'association en toute convivialité.

**Informations**

Le bureau se réunit tous les mardis après-midi pour prendre les décisions relatives au fonctionnement de l'association.

A cette occasion n'hésitez pas à venir prendre contact avec l'équipe de bénévoles.

Association ADMR de Marssac  
Rue Tonimarié  
81150 Marssac sur Tarn  
Tél. : 05 63 53 09 83  
marssacsurtarn@admrtarn.fr



**pour tous, toute la vie, partout**

# MARSSAC

## DIMANCHE 3 MARS



# SPEED VIDE DRESSING

### SALLE DES FÊTES



## Speed Vide Dressing... Vite fait, bien fait!

Dimanche 3 mars, le Comité des Fêtes de Marssac organise un Speed Vide Dressing. Cinq heures de ventes entre 8h et 13h pour trouver un maximum d'habits à bas prix.

Venez vendre, acheter, troquer des vêtements adultes et enfants, chaussures, sacs, maroquinerie, articles de beauté, de puériculture. 800 m2 d'espace de vente.

De très bonnes affaires, c'est sûr, il va y en avoir ! Des vêtements et sacs de marque à des prix dérisoires, c'est la bonne pioche ! Se refaire une garde-robe à moindre coût, pourquoi se priver ?

Alors, ne manquez surtout pas ce Speed Vide Dressing sans pour autant «vider» votre porte-monnaie.

Inscriptions à partir du lundi 5 février auprès de Thierry Stéfanon au 06 23 87 24 98.

(1 seul stand par personne de 4 x 2 m, table et chaise fournies, prix du stand 18 euros, places limitées)



Après le concert de Noël de Décembre 2023 où nous avons eu l'immense joie de voir l'église de Marssac remplie d'un public enthousiaste et attentif, nous reprenons nos répétitions hebdomadaires. Un grand merci à la Mairie qui, tous les ans, organise ce concert suivi d'un vin chaud bien apprécié de tous.

**A présent, objectif Café-Concert. Il aura lieu le 27 avril. Retenez déjà cette date.**

Le principe sera comme vous l'avez peut-être déjà vécu: entrée gratuite, possibilité de se restaurer sur place à petits prix, un groupe cette année de musiciens

## La Chorale Mélodie n'Sol de Marssac reprend ses répétitions pour le Café-Concert du 27 Avril

et chanteurs le «ELK RIVER», suivi de notre chorale, avec des chants entonnés par tout le groupe, ou des solos, duos... parfois accompagnés par le chœur.

Mais au fur et à mesure des mois, nous vous en dirons plus, par le biais du Marssac Info.

Rappelons qu'il est possible d'intégrer la chorale en cours d'année.

Les répétitions ont lieu tous les jeudis soirs de 20h à 22h à la salle de l'ancienne Cantine/Bibliothèque (à côté de la mairie et de la salle polyvalente de Marssac).

**Pour tout contact : [francoise.graff@yahoo.com](mailto:francoise.graff@yahoo.com)  
ou 06 16 17 54 27**



**Suivez-nous  
sur facebook :  
Marssac sur Tarn**

## Formation au numérique de nos séniors, c'est reparti pour 2024 !

Une nouvelle session de formation est déjà en cours. Elle devrait se terminer fin mars. Et une autre, déjà complète, est dans les starting-blocks pour un démarrage courant Avril. D'autres séances seront bien sûr programmées dans le courant de l'année.

Les nouveaux stagiaires vont pouvoir ainsi se familiariser avec l'outil informatique en douceur, sous la houlette d'Emilie, notre formatrice qui en assure l'animation depuis près de 2 ans déjà.

Au-delà de la formation, ces séances sont aussi de vrais moments d'échange, de partage et de convivialité.

A ce jour, plus de 60 personnes ont été formées à ces ateliers gratuits, la preuve d'une forte attente de la part de nos séniors !



N'hésitez pas à vous renseigner auprès du service du CCAS de la Mairie. Téléphone : 05 63 55 07 48



## «Les Planches», le théâtre à Marssac fête ses 10 ans

Il est encore temps de vous souhaiter une merveilleuse année 2024, qu'elle vous soit grandiose et lumineuse.

Et oui 2024, le temps passe très vite et c'est avec une immense joie que «les Planches» fêtent ses 10 ans.

En 2014, le premier cours adulte démarrait, aujourd'hui ce sont 6 ateliers hebdomadaires qui vous sont proposés (à partir de 4 ans). Nos 68 élèves jouent grâce aux planches chaque semaine pour leur plus grand plaisir.

**A noter dès à présent dans vos agendas notre grand weekend de spectacles pour les 10 ans : samedi 8 et dimanche 9 Juin 2024, salle polyvalente de Marssac.**

Pour la 3<sup>ème</sup> année consécutive les Planches poursuivent de beaux projets pédagogiques, cette année avec 2 classes, les CM1-CM2 et avec la classe des CM2 de l'école primaire de Marssac. Un grand Merci aux enseignantes pour leur engagement.

Cette année, également, Bénédicte participe au grand projet Musique de nos vies, un projet organisé dans

le cadre du dispositif «Culture Santé Handicap et Dépendance» mis en place par l'Agence Régionale de la Santé (ARS) et la Direction Régionale des Affaires Culturelles (DRAC), avec comme comité de pilotage (Udepa, Adda du tarn et Tradethik).

Elle intervient à l'Ehpad L'oustal d'en Thibault de Labruguière. En 3 ans ce sont 15 Ehpad du département qui ont participé au projet.

### Quelques évènements à retenir

**23 Mars** : spectacle «Musique de nos vies» salle La Fabrique à Labruguière,

**Mars/Avril** : grosse soirée impro,

**Mai/Juin** : rencontre départementale théâtre à l'Athantor avec des élèves du Collège Bellevue,

**8 et 9 Juin** : spectacle «Les 10 ans des Planches», Marssac, salle polyvalente,

**13 Juin** : comédie musicale avec des élèves du Collège Bellevue au théâtre des Lices,

**Juin** : spectacle «L'opus des arts» des ateliers théâtre du Dôme des arts Montans.

Bénédicte poursuit des interventions conventionnées avec l'ADDA dans tout le département, à l'école et au collège. De la théâtralité en maison de retraite, ITEP, structure médico sociale et de l'accompagnement individuel, du Théâtre en Entreprise.

Pour vous informer :

**www.courslesplanches.com**

**Agréée Education Nationale**

**Page facebook : Les Planches**

**06 22 22 95 27**

**benedicte.graff@yahoo.fr**

Vive le Théâtre avec «Les Planches»

**REVIVEZ LE MEILLEUR DU ROCK  
DES ANNÉES 60'S 70'S 80'S 90'S**

BEATLES The Rolling Stones Pink Floyd  
LES BETA BETA BETA David Bowie QUEEN  
Alice Cooper TELEPHONE  
The Mary Marys POLICE U2 Johnny Halliday

**CROSSROAD  
88**

**CROSSROAD  
88**

**100% CONCERT LIVE  
+ DE 2H**

Apéro concert - Évènement  
Comités des Fêtes - Anniversaire  
Mariage - Soirée Rock

**Comité des Fêtes de MARSSAC**

**CROSSROAD 88 en concert  
à Marssac.**

**Samedi 23 mars**

**20h, salle polyvalente**

**Entrée Gratuite**

**Soirée organisée par le Comité  
des Fêtes de Marssac**

**cfmarssac@gmail.com**

**Votre article dans le  
prochain Marssac Info  
de mars ?**

à envoyer avant le 15 février  
communication@marssac-  
sur-tarn.fr

**Pas de fichiers en PDF  
Textes sous word  
Photos en JPEG**

## Numéros utiles

Mairie de Marssac	05 63 55 40 47
Gendarmerie	17
Samu	15
ou le 114 pour les sourds et malentendants	
Samu Social	115
Pompiers	18
Docteur : nuit, urgence et week end	3966
Pharmacie de garde : dimanche, jours fériés et urgences de nuit	3237
Enfance en danger	119
Femmes victimes de violences	3919
Harcèlement scolaire enfants parents	3020
Prévention du suicide	3114
EDF (service dépannage)	0810 33 30 81
Sécurité/Urgence Gaz GRDF	0800 47 33 33
Chenil Communautaire	05 63 38 38 24
Déchèterie de Ranteil	05 63 38 59 80
Déchèterie de Gaillaguès	05 63 46 20 98
Alcooliques anonymes	05 63 35 66 17
Alzheimer Info	0811 112 112
Cancer Info Service	0810 810 821

Coronavirus Covid-19

0 800 130 000

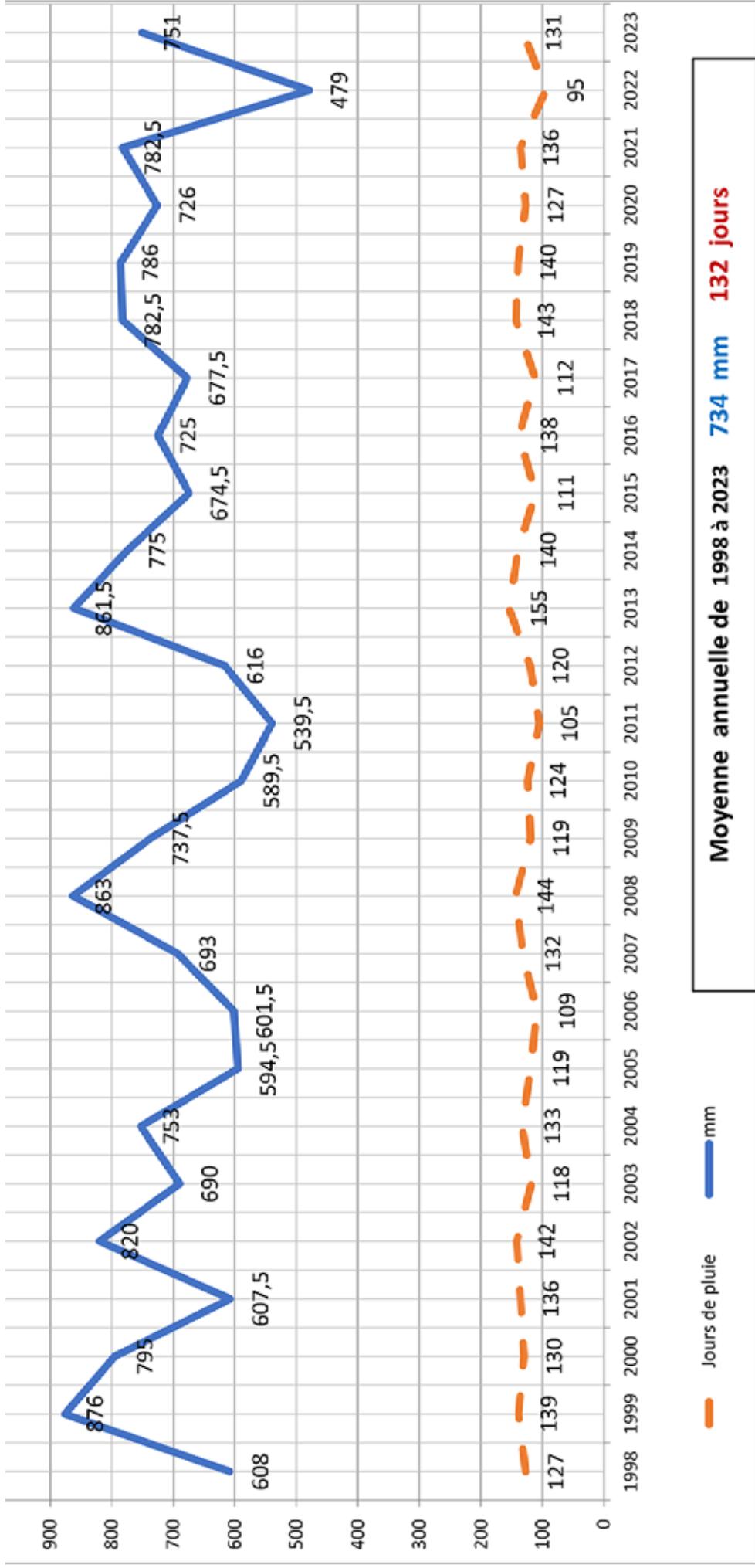
Croix Rouge Ecoute	0800 858 858
Dons d'organes et de moelle osseuse	0800 20 22 24
Drogues Info Service	0800 23 13 13
Ecoute Alcool	0811 91 30 30
Ecoute Cannabis	0811 91 20 20
Ecoute Handicap moteur	0800 500 597
Ecoute Infos Sclérose en plaques	0800 854 976
Enfance et Partage	0800 05 12 34
Protection et Assistance aux personnes âgées	0800 020 528
Sida Info Service	0800 840 800
SOS Amitié	05 63 54 20 20
SOS Enfants disparus	0810 012 014
Suicide Ecoute	01 43 39 40 00
Tabac Info Service	0825 309 310
Violence Conjugale Femmes	01 40 33 80 60
Viols Femmes Informations	0800 05 95 95
Allo Enfance maltraitée	0800 559 557
Ecoute des victimes de harcèlement en ligne et de violences numériques	3018

# La pluviométrie à Marsillac



Comme tous les ans, Guy Bénazeth nous fait le plaisir de nous transmettre les relevés qu'il effectue jour après jour, tout au long de l'année.

Voici le cru 2023 de nos précipitations ainsi qu'une mise en perspective depuis 1998.



Moyenne annuelle de 1998 à 2023 **734 mm** **132 jours**

Détail 2023		Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Total annuel
2023	mm	80,5	15	87,5	49	77	78,5	16,5	42	37,5	54	125	88,5	751
	Jours de pluie	13	4	11	11	12	11	5	8	6	9	22	19	131



## **J'AIME MES COMMERÇANTS J'AIME MES COMMERCES**



**Marssacoises, Marssacois,  
durant la durée des travaux  
(de janvier 2024 à février 2025)  
Vos commerces sont ouverts  
et vous accueillent aux horaires  
habituels.**

**Ne les oubliez-pas !**

**Stationnement facilité  
pendant toute la durée  
des travaux !**

La circulation est fluide en dehors des heures de pointe du matin et de la fin de la journée.



**J'aime mon  
commerce de proximité  
Je le soutiens !**

**M  
marssac**