



LIVRET  
DES  
ASSOCIATIONS  
2022 - 2023

Cher(e)s Lasserro-Pradérois (es)

Nous avons le plaisir de vous présenter la 18<sup>ème</sup> édition du livret, des différentes associations de notre village.

De nombreux bénévoles contribuent à les animer tout au long de l'année et nous les en remercions vivement.

Au fil des pages, vous retrouverez ou découvrirez : activités sportives, de loisirs, culturelles, service....

La journée des associations aura lieu le :

**SAMEDI 27 AOUT DE 15H À 18H**

Les activités des professionnels feront l'objet d'un livret séparé.

Ce livret dématérialisé est consultable sur le site de la mairie :

[www.mairie-lasserrepradere.fr](http://www.mairie-lasserrepradere.fr)

Les commissions des associations, communication de la  
Mairie de Lasserre-Pradère.

Contact :

 05 61 86 61 46

 [mairie.lasserre-pradere@orange.fr](mailto:mairie.lasserre-pradere@orange.fr)

# SOMMAIRE

ASSOCIATIONS	CONTACT	TEL	MAIL	PAGE
<b>ADMR</b>		06 61 06 83 21	<a href="mailto:admr.saad.bouconne@fede31.admr.org">admr.saad.bouconne@fede31.admr.org</a>	4
<b>ASSOC LES VIEUX TRACTEURS DE LA BOMBOURIDE</b>	Jean-Paul DUSTOU	05 61 86 71 08	<a href="mailto:jpdustou@orange.fr">jpdustou@orange.fr</a>	5
<b>BOULE LYONNAISE</b>	Claude BARRAT	06 08 34 44 16	<a href="mailto:claudе.barrat@orange.fr">claudе.barrat@orange.fr</a>	6
<b>CRECHE L'ARCHE DES BAMBINS</b>	Stéphanie IVANEC	05 61 06 46 39	<a href="mailto:archebambins1@orange.fr">archebambins1@orange.fr</a>	7
<b>DANSELLA</b>		06 47 46 49 84	<a href="mailto:dansella32@gmail.com">dansella32@gmail.com</a>	8-9
<b>ECOUTE CREATIVE MUSIQUE ET VOIX</b>	Anne ROUQUETTE-SIMONSON	05 61 99 06 24	<a href="mailto:ecouteanne@gmail.com">ecouteanne@gmail.com</a>	10
<b>EDUCATION CANINE 31</b>	Cécile DEMBLANS	06 50 85 32 95	<a href="mailto:edcanine31@gmail.com">edcanine31@gmail.com</a>	11
<b>FCPE</b>			<a href="mailto:fcpelesserre@orange.fr">fcpelesserre@orange.fr</a>	12
<b>FOOTBALL CLUB DE L'OUEST</b>	Patrick PETIT	06 02 73 93 25	<a href="mailto:fcouest31530@gmail.com">fcouest31530@gmail.com</a>	13
<b>GYMNASTIQUE VOLONTAIRE</b>	Cécile CAGNIANT	06 63 41 41 07	<a href="mailto:gvlevignac@gmail.com">gvlevignac@gmail.com</a>	13
<b>KARUNA</b>	Laurent ALEGRE	06 74 21 64 20	<a href="mailto:karuna.asso@gmail.com">karuna.asso@gmail.com</a>	14-15
<b>LE BOSQUET FANTASTIQUE</b>	Sarah REYNARD	06 48 00 42 28	<a href="mailto:lebosquetfantastique@gmail.com">lebosquetfantastique@gmail.com</a>	16
<b>LES ECURIES D EN CAYLA</b>	Hélène DEMBLANS	06 80 28 20 10	<a href="mailto:encayla31@gmail.com">encayla31@gmail.com</a>	17
<b>PLUIE DE SCRAP</b>	Stéphanie CASATO-RIVIERE	06 22 96 88 52	<a href="mailto:steffyscrap31@gmail.com">steffyscrap31@gmail.com</a>	18
<b>POLE DANCE</b>	Cécile DEMBLANS	06 50 85 32 95	<a href="mailto:poledance31530@gmail.com">poledance31530@gmail.com</a>	19
<b>TENNIS CLUB</b>	Fanny POINTET	06 89 30 59 29	<a href="mailto:tennis.lasserre.pradere@gmail.com">tennis.lasserre.pradere@gmail.com</a>	20
<b>FOYER RURAL</b>	Maxime GAUTHIER		<a href="mailto:foyer.rural.lasserre.pradere@gmail.com">foyer.rural.lasserre.pradere@gmail.com</a>	21-22
<b>CINEMA</b>	Pierrette LHERMITTE	06 51 44 23 16	<a href="mailto:lacomme@wanadoo.fr">lacomme@wanadoo.fr</a>	23
<b>CLUB DES AINES</b>	Mme Jeannette HINGRAND	05 61 86 70 09		24
<b>LA SERRE CREATIVE</b>	Françoise HINGRAND	06 71 58 24 91	<a href="mailto:lasserrecreative@gmail.com">lasserrecreative@gmail.com</a>	25
<b>JEUX DE SOCIETE</b>	Aurélie CANILLOT	06 60 78 13 59	<a href="mailto:aurelie.canillot@free.fr">aurelie.canillot@free.fr</a>	26
<b>LES JARDINS PARTAGES</b>	Laurent POINTET	06 83 86 14 42	<a href="mailto:jardindenplume@gmail.com">jardindenplume@gmail.com</a>	27
<b>RANDONNEE</b>	Pierre DUPUY	05 61 86 59 16	<a href="mailto:pierre.dupuy1945@gmail.com">pierre.dupuy1945@gmail.com</a>	28
<b>BADMINTON</b>	Valérie CLAVEL / Laurent PAILHES	06 12 03 23 39	<a href="mailto:clavelvalerie@sfr.fr">clavelvalerie@sfr.fr</a> / <a href="mailto:laurent.pailhes@gmail.com">laurent.pailhes@gmail.com</a>	39
<b>BASKET LOISIR MIXTE</b>	Pascal SAVOLDELLI	06 13 79 37 50	<a href="mailto:pascal.savoldelli@neuf.fr">pascal.savoldelli@neuf.fr</a>	30
<b>COUNTRY</b>	Pierrette LHERMITTE	06 51 44 23 16	<a href="mailto:lacomme@wanadoo.fr">lacomme@wanadoo.fr</a>	31
<b>CAFE ASSOCIATIF LE BUV'ART</b>	Maxime GAUTHIER	06 75 60 27 68	<a href="mailto:cafelebuvarart@gmail.com">cafelebuvarart@gmail.com</a>	32-33
<b>MARCHE DU BUV'ART</b>			<a href="mailto:consommer.local.31530@gmail.com">consommer.local.31530@gmail.com</a>	34



**Besoin d'une aide à votre domicile, dans vos locaux professionnels,  
L'ADMR vous aide**

**Pour prendre contact :**

**Tél : 05 61 06 83 21 Mail : [admr.saad.bouconne@fede31.admr.org](mailto:admr.saad.bouconne@fede31.admr.org)**

**Le siège social est à proximité et se situe au 4 rte de LEGUEVIN 31820 PIBRAC**

- Depuis plus de 40 ans, l'association ADMR DE BOUCONNE (ex Admr de Léguevin) (Association loi de 1901) propose ses services à la population des communes de Lévigac, Lasserre-Pradère, Ste Livrade, Mérenvielle, Le Castéra, Léguevin, La Salvetat St Gilles, Brax, Pibrac, Colomiers, Mondonville.
- Certifiée AFNOR pour l'ensemble de son activité SAD et SSIAD (Service d'Aide à domicile, et Service Soins Infirmiers à Domicile) elle reste attachée à son cœur de métier et est fière d'être reconnue pour la qualité de ses services.
- **Le Service d'Aide à Domicile (SAAD)** apporte un panel de services permettant de répondre aux besoins de chacun et intervient après évaluation des besoins auprès des :
  - Personnes âgées
  - Personnes en situation de Handicap
  - Familles (Naissance, Maladie)
  - Garde d'enfants (périscolaire)
  - Couples (ménage-repassage)
  - Ménage des domiciles vacants (fin de location, biens immobiliers à la vente)
  - Ménage de locaux professionnels (professions libérales, personnes morales, collectivités)
  - Certaines aides peuvent être cofinancées par le Conseil Départemental (APA, PCH...), les caisses de retraite, les mutuelles, la CAF, les CE des grandes entreprises via des CESU.....
- **Le SSIAD de la Save au Courbet (SSIAD)** est destiné aux personnes âgées malades ou dépendantes et aux personnes en situation de handicap. Il intervient sur prescription médicale uniquement pour accomplir les actes essentiels de la vie tels que les toilettes ou les soins de nursing. Il prévient, retarde la dégradation de l'état de santé. Les soins sont prodigués par des aides-soignantes, à domicile, sous la responsabilité d'une infirmière coordinatrice. En cas de soins infirmiers, le patient conserve son cabinet infirmier libéral habituel avec lequel notre SSIAD conventionne.

**Important :**

**Crédit d'impôts à hauteur de 50 % des sommes versées  
(sauf pour les professionnels et les personnes morales qui insèrent la dépense dans leurs  
frais professionnels)**

# ASSOCIATION LES VIEUX TRACTEURS DE LA BOUMBOURIDE

Contacts privilégiés : Jean-Paul DUSTOU au 05.61.86.71.08

Ou 06.72.18.79.42

Nadège ALLEGRET BOURDON au 06.15.99.95.27

✉ Mail : [jpdustou@orange.fr](mailto:jpdustou@orange.fr)

## 27 AOÛT JOURNEE DES VIEUX TRACTEURS A LASSERRE-PRADÈRE 31 RN 224

Exposition et labours avec des tracteurs anciens,  
voitures, mobylettes et métiers d'autrefois et avec  
nous la participation des Ecuries d'En Cayla



Matin défilé dans le village avec remorque et ses  
passagers

Après- midi démonstration de labours

Le soir repas (sur réservation) suivi de labours  
nocturnes

### Menu

(15 € gratuit pour les moins de 10 ans)

Apéritif

Hors d'œuvres

Haricots, cochon à la broche

Fromage

Dessert



Réservation repas au

TEL :05 61 86 71 08 (Mr DUSTOU)

06 72 18 79 42 (Mr DUSTOU)

06 15 99 95 27 (Mme ALLEGRET BOURDON)

ANIMATION NONO

# BOULES LYONNAISES

**Président: Claude BARRAT**

**Tel :06 08 34 44 16**

**Mail : [claudе.barrat@orange.fr](mailto:claudе.barrat@orange.fr)**

**Site de la boule lyonnaise: [bombouride.monsite-orange.fr](http://bombouride.monsite-orange.fr)**

**Site histoire du village: [lasserre31530.monsite-orange.fr](http://lasserre31530.monsite-orange.fr)**



Le samedi 7 Mai, pour la 4<sup>ème</sup> année consécutive notre club de boule Lyonnaise a remporté le titre de la haute Garonne des Associations Sportives, Secteur Boule lyonnaise Loisirs, après avoir triomphé des clubs de CUGNAUX, MURET, CASTANET et BRUGUIERES.

Un grand Bravo à nos représentants. Ils ont su porter haut, et les couleurs de notre club, et les valeurs de notre « petit village », par leur talent et leur combativité, leur permettant de triompher d'équipes faisant partie de « gros bourgs » de notre département.

Le Président Claude BARRAT



# CRECHE L'ARCHE DES BAMBINS

**4 route de Bouconne  
31530 Mérenvielle  
05 61 06 46 39**

[archedesbambins1@orange.fr](mailto:archedesbambins1@orange.fr)



Née d'une volonté de la mairie de Mérenvielle en 1998, la crèche associative l'arche des bambins répond aujourd'hui aux besoins de mode de garde collectif pour les habitants des communes de Mérenvielle, Lasserre Pradère, Sainte Livrade et Lévignac.

Située au cœur du village de Mérenvielle, elle accueille 25 enfants de 10 semaines à 3 ans en s'adaptant aux besoins, aux attentes et aux plannings des parents.

Une équipe de professionnelles qualifiées et diplômées accueillent les enfants du lundi au vendredi de 7h30 à 18h20.

Notre projet pédagogique et les projets ponctuels au cours de l'année mettent l'enfant au cœur de nos préoccupations. Chants, lecture, activités manuelles, motricité, découvertes sensorielles sont autant de propositions faites aux enfants afin de soutenir et guider leurs découvertes. Chaque moment de vie est un « prétexte » à laisser l'enfant faire seul, à essayer, à devenir autonome.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à venir découvrir notre structure.

L'arche des bambins  
4 route de Bouconne  
31530 Mérenvielle  
05 61 06 46 39

[archedesbambins1@orange.fr](mailto:archedesbambins1@orange.fr)



# DANSELLA

Contact :

[dansella32@gmail.com](mailto:dansella32@gmail.com)

Tel : 06 47 46 49 84

Site internet : [www.dansella.com](http://www.dansella.com)

# DANSELLA

COURS DE DANSE

SEGOUFIELLE

LASSERRE /

PRADERE

Modern jazz  
Hip hop  
Break Dance  
Classique  
Street jazz  
Zumba

COURS ENFANTS  
DÈS 3 ANS, ADOS,  
ADULTES.  
TOUS NIVEAUX

# DANSELLA

Contact :

[dansella32@gmail.com](mailto:dansella32@gmail.com)

Tel : 06 47 46 49 84

Site internet : [www.dansella.com](http://www.dansella.com)

DANSELLA propose des cours de danse de l'enfant (à partir de 3 ans), ados et adultes.

Tous niveaux.

Modern jazz, Hip Hop, Classique, Street jazz, Break Dance, Dancehall et Zumba.



## PLANNING COURS DE DANSE 2022/2023 DANSELLA



(Tous les cours sont soumis à un nombre minimum d'élève pour être maintenus, ce planning est susceptible d'être modifié)

### SEGOUFIELLE

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
16h30-17h15	HIP HOP 1 5-7 ANS	16h45-17h30	BABY HIP HOP 3-5 ANS	16h-17h	MODERN JAZZ 3 11-13 ANS	17h30-18h30	BREAK 1 8-11 ANS	17h-17h45	ÉVEIL DANSE 3-5 ANS
17h15-18h15	MODERN JAZZ 2 8-10 ANS	17h30-18h15	INITIATION DANSE 5-7 ANS	17h-18h	STREET JAZZ 3 11-13 ANS	18h30-19h30	BREAK 2 12-17 ANS	18h-19h	CLASSIQUE 1 8-11 ANS
18h15-19h15	HIP HOP 2 8-11 ANS	18h15-19h15	HIP HOP 3 12-17 ANS	18h-19h	STREET JAZZ 4 14-17 ANS			19h-20h	CLASSIQUE 2 12-17 ANS
19h15-20h45	MODERN JAZZ 4 14-17 ANS	19h15-20h15	PRÉPA CONCOURS	19h-20h	DANCEHALL 12-17 ANS			20h-20h45	BARRE À TERRE
20h45-22h15	MODERN JAZZ ADULTE	21h15-22h15	STREET JAZZ ADULTE	20h-21h	DANCEHALL ADULTE			20h45-22h	CLASSIQUE ADULTE

### LASSERE PRADERE

LUNDI	
16h30-17h15	ÉVEIL DANSE 3-5 ANS
17h15-18h	INITIATION DANSE 5-7 ANS
18h-19h	STREET JAZZ 2 8-10 ANS
20h45-21h30	ZUMBA

FAITES VOTRE PRE-INSRIPTION

EN LIGNE  
PAR TEL  
PAR EMAIL

[WWW.DANSELLA.COM](http://WWW.DANSELLA.COM)  
06 47 46 49 84  
[dansella32@gmail.com](mailto:dansella32@gmail.com)



## ECOUTE CREATIVE MUSIQUE ET VOIX

**Contact :**

**Anne ROUQUETTE-SIMONSON**

**Tél : 05 61 99 06 24**

**Mail : [ecouteanne@gmail.com](mailto:ecouteanne@gmail.com)**

### **Chanter pour retrouver la joie !**

L'association de l'Ecoute Créative vous propose de vivre  
L'aventure joyeuse du son, de l'oreille jusqu'à la voix.

**Rencontres autour de la chanson, ouvertes à tous les habitants de Lasserre-Pradère au  
café associatif le Buv'Art de 19h à 21h Le mardi ou le jeudi.**

**Soirées musicales détentes** animées et préparées par une joyeuse équipe de chanteurs et  
chanteuses.

**Organisation de concerts et chants de Noël** dans l'Eglise de Lasserre.



## FCPE

Représentants des Parents d'élèves  
Des écoles maternelles et élémentaires

Courriel : [fcpelasserre@orange.fr](mailto:fcpelasserre@orange.fr)

Facebook <https://www.facebook.com/fcpelasserrepradere>

### Le conseil local FCPE Lasserre-Pradère c'est :

- Un lieu de dialogue et d'échange où les parents s'entendent pour défendre les enfants d'une seule voix. Ensuite, les représentants élus portent cette voix en conseil d'école ou lors de réunions diverses.
- Un lieu de réflexion entre les parents sur la vie des écoles et les relations avec les enseignants et les élus. Nous participons par exemple à l'élaboration et au suivi du projet éducatif de territoire.
- Un relai pour les parents qui rencontrent des difficultés ou des questionnements et qui recherchent des conseils ou du soutien.

### Nous sommes également un collectif investi dans la vie de l'école et du village :

- Nous organisons des actions qui permettent de **récolter des fonds pour les coopératives scolaires** (ex : vente de chocolats de Noël, de sapins et de plants et de gâteaux, tenue de buvettes lors de manifestations locales ...)
- Nous organisons des **événements festifs** : marché de Noël des créateurs et producteurs au Buv'Art, repas de fin d'année
- Nous mettons en place une **commande groupée de fournitures** pour l'élémentaire avec notre partenaire **Allo Buro**
- Nous avons lancé une réflexion sur la sécurisation des abords des écoles (élémentaires notamment) avec la mairie de Lasserre-Pradère, avec entre autres la création de lignes de **pédibus**.



**Tout au long de l'année et au fil des manifestations, nous vous invitons à nous rejoindre et à partager avec nous de chouettes moments de convivialité, mais aussi de réflexion et de collaboration !!**

# FOOTBALL CLUB DE L'OUEST

## Président & Contact :

Patrick PETIT : 06 02 73 93 25

Responsable école de foot :

Patrick CELOTTO : 06 81 33 31 57

[fcouest31530@gmail.com](mailto:fcouest31530@gmail.com)

Site internet : [www.fcouest.fr](http://www.fcouest.fr)



Le FC Ouest (Football Club de l'Ouest), c'est le club de foot des 12 communes du 31530 dont Lasserre-Pradère !

Le FC OUEST est labélisé « Label Jeunes Espoir » pour l'amélioration du fonctionnement de son Ecole de Football, son encadrement, sa promotion de l'esprit sportif, du Fair Play et du respect des lois du jeu.

LE FC OUEST en quelques chiffres :

Animé par environ 55 bénévoles, le FCO propose :

### Une Ecole de FOOT (U6 à U13) :

~160 enfants de 5 à 13 ans

~ 40 enfants de 14 à 20 ans

~ 30 vétérans



### La préformation : U14 a U20

Le FC Ouest pour ses catégories des moins de 15 à moins de 20 ans, forme l'Entente Save & Garonne avec les clubs voisins de l'AS Launac/Larra, du Grenade FC, et du FC Merville pour proposer aux jeunes du foot à 11 dans de bonnes conditions.

De très bons résultats très prometteurs dans ces catégories !

### Une équipe Vétéran-Loisirs

Le FC Ouest compte également une équipe de vétérans - loisirs qui évolue tous les vendredis pour des rencontres amicales et participe à quelques tournois. La 3eme mi-temps est toujours de mise !

Tous les renseignements sur les sites [www.fcouest.com](http://www.fcouest.com)  
et sur [www.entente-save-garonne.com](http://www.entente-save-garonne.com).



# GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

## Contacts :

Cécile CAGNIANT  
06 63 41 41 07

Laure SOUBEYRAND  
06 75 68 92 50



Mail : [qvlevignac@gmail.com](mailto:qvlevignac@gmail.com) Site [www.qvlevignac.com](http://www.qvlevignac.com)

## GYMNASTIQUE EN SALLE POUR ADULTES

*Mouvement, plaisir, santé et convivialité !*

Le Club *GV de Lévigac*, association sportive dynamique, vous propose chaque semaine sur Lévigac et Lasserre, 13 cours de gymnastique et 1 séance de marche nordique.

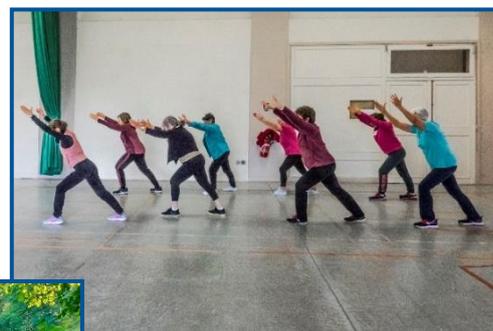
Nos animatrices diplômées s'attachent à vous maintenir en forme toute l'année avec des séances variées et en musique.

- *Gym tonique*
- *Gym douce/Pilates/Gym ball*
- *Gym Senior*
- *Renforcement musculaire*
- *Circuit training / Circuit training senior*
- *Stretching*
- *Marche nordique*
- *Zumba et Global fit !*

**Nouveau**

2 cours d'essai offerts (pour les nouveaux adhérents)

Alors, n'hésitez plus : venez essayer... et rejoignez-nous !



# KARUNA

Siège social : 1026 chemin d'Empelat 31530 LASSERRE-PRADERE

Présidente : Nancy TREILHES-LAVIGNE

Contacts : Laurent ALEGRE 06.74.21.64.20

[karuna.asso@gmail.com](mailto:karuna.asso@gmail.com)

## Le dessin méditatif et relaxant

Au sein de l'association **KARUNA**, je vous propose 3 approches graphiques qui vont vous aider à retrouver la sérénité et la joie de créer.



### Le dessin relaxant grâce à la méthode Zentangle

Qu'est-ce que la méthode zentangle ? c'est une méthode facile à apprendre, relaxante et créative permettant de créer de superbes dessins à l'aide de motifs structurés. Le zentangle est très apaisant, il aide à réduire le stress et procure à la fois détente et confiance en soi car la méthode Zentangle a la faculté de révéler l'artiste qui sommeille en chacun de nous. L'une des clefs de la méthode consiste à prendre son temps, à avancer pas à pas : « *tout est possible, un trait à la fois* » est d'ailleurs l'une des maximes des créateurs de la méthode. Le zentangle se pratique sur des carreaux de papier de 9 cm de côté à l'aide d'un crayon graphite et d'un stylo feutre noir.



La méthode est accessible à tous, enfants et adultes de 7 à 97 ans !! Cette pratique favorise la motricité fine, la concentration, la mémoire, l'apaisement intérieur.

### Le mandala, outil d'épanouissement de soi

Le mandala nous vient d'Inde et du Tibet. Ce mot signifie « cercle » en sanscrit et désigne une œuvre artistique servant de support de méditation et de guérison dans les traditions ancestrales de ces pays. Les mandalas permettent l'expression du soi, la reconnexion à son intériorité. Ces cercles magiques sont des supports de création, d'éveil et de rencontre avec soi. Ils favorisent la canalisation de l'énergie, le calme mental, l'apaisement des émotions et des tumultes intérieurs.

Chaque mandala est un voyage méditatif, créatif et une invitation à la détente et à la rencontre de soi.



# KARUNA

Siège social : 1026 chemin d'Empelat 31530 LASSERRE-PRADERE

Présidente : Nancy TREILHES-LAVIGNE

Contacts : Laurent ALEGRE 06.74.21.64.20

[karuna.asso@gmail.com](mailto:karuna.asso@gmail.com)

## Le dessin neurographique

Le dessin neurographique vient de neurones, composants du cerveau et de graphique : représenter des symboles archétypaux, des formes, des lignes. Avec ces images, nous laissons la parole à notre inconscient.

Cette technique de dessin propose de transformer d'anciennes voies neuronales qui nous font penser et percevoir les situations toujours de la même façon. Le dessin neurographique fait apparaître de nouvelles voies neuronales qui laissent émerger de nouvelles idées et plus de créativité.

La méthode permet la connexion d'un plus grand nombre de neurones ce qui contribue à améliorer la plasticité de notre cerveau (amélioration de la concentration, de la mémoire...)



**Chaque forme artistique est proposée dans les cours hebdomadaires en présentiel  
mais aussi possibilité d'une adhésion en ligne (pack de vidéos)**

## ET TOUT AU LONG DE L'ANNEE

- Des Ateliers dans l'année pour les publics adultes, le samedi après-midi selon un calendrier communiqué lors des inscriptions.
- Un Stage résidentiel été pour les initiés : 3 jours en juin dans un lieu de ressourcement.

**Cours, ateliers et stage animés par Cécile Cadène « YinRose| »**

Enseignante certifiée de la Méthode Zentangle



Association KARUNA

Sérénité et Créativité

[karuna.asso@gmail.com](mailto:karuna.asso@gmail.com)



# LE BOSQUET FANTASTIQUE

Conseils et Conception de Jardins comestibles  
Ateliers et Animations sur la permaculture et la transition écologique

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

lebosquetfantastique@gmail.com

Sarah REYNARD 06 48 00 42 28



## LE BOSQUET FANTASTIQUE

Le Bosquet Fantastique propose plusieurs prestations :

- Conception Paysagère de **Jardins comestibles**, organisation des espaces selon la vision globale de la permaculture (habitat & **rêves des habitants**, potager, fruitiers, **forêt jardin**, poulailler, plan d'eau, gestion des vents, de l'ensoleillement, de l'irrigation etc...)
- Animation d'ateliers sur le **climat, la transition écologique, le jardinage bio & techniques de permaculture**, individuels, en famille, ou auprès des professionnels.

Pour l'ensemble des prestations & informations voir sur le site internet et par mail ou téléphone.





## LES ECURIES D'EN CAYLA

2144 avenue de Bouconne - 31530 LASSERRE-PRADERE

Présidente : Hélène DEMBLANS

[encayla31@gmail.com](mailto:encayla31@gmail.com) - Tél : 06 80 28 20 10

Site Internet : [www.encayla.fr](http://www.encayla.fr)

**BALADE A CHEVAL**  
042 - 31530 LASSERRE

*Détente & plaisir !*  
En solo, en couple ou même en famille !

**ECURIES D'EN CAYLA**  
Réservez votre balade sur  
[encayla.fr](http://encayla.fr) ou au 06.80.28.20.10

École d'équitation à partir de 18 mois !  
Balades tous niveaux  
Ouvert toute l'année.



# PLUIE DE SCRAP

Contact :

**Stéphanie Casato-Rivière**

**06 22 96 88 52**

[steffyscrap31@gmail.com](mailto:steffyscrap31@gmail.com)

## PLUIE DE SCRAP

L'association « Pluie de Scrap » vous invite à découvrir le monde créatif du papier.

Apprenez à faire vous-même vos cartes de vœux, menus de fête(s), invitations, portes blocs notes, portes post-it, albums...

- Des ateliers "clé en main" pour les débutants.
- ❖ Enfants de 4 à 7 ans accompagnés des parents (utilisation de cutter ou ciseaux)
- ❖ Enfants de 7 à 12 ans
- ❖ Adolescents
- ❖ Adultes débutants

Tout le matériel vous est fourni. Vous n'avez plus qu'à venir vous installer, suivre les consignes, papoter, créer... et vous repartirez avec votre création et des idées plein la tête.

- Des ateliers pour les initiés. Vous pourrez amener votre matériel de base et apprendre diverses techniques dans le Scrap ! Fonds de carte, embossage à chaud, à froid, tamponnage, pochoirs, découpes....

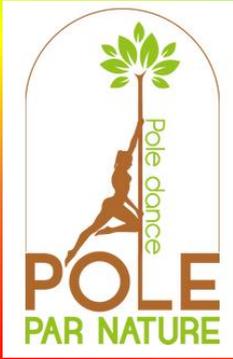
Les ateliers programmés seront proposés selon un calendrier communiqué par mail.

Possibilité de monter un groupe de scrapeurs-ses hebdomadaires (jour(s) – horaires et lieu(s) à définir).

Une fois dans mes contacts, vous recevrez un mail qui vous permettra de vous inscrire pour assister à un atelier.

Lancez-vous !!!

Ambiance chaleureuse et échanges conviviaux assurés !



# POLE DANCE & YOGA DANSE

Association POLE PAR NATURE

Infos sur le site

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

Cécile 06 50 85 32 95

[poledance31530@gmail.com](mailto:poledance31530@gmail.com)

L'association « Pole par nature » vous propose des cours de :

- Pole dance dès 11 ans,

NOUVEAU

- Yoga danse (mélange entre le yoga et la danse moderne)

Aux écuries d'en Cayla

En petits groupes

- *École affiliée à la Fédération Française de danse*
- *Cours d'essai sur RDV*



Pole dance - Yoga danse



"DANSER, C'EST  
S'INTERROGER, ALLER AU  
PLUS PROFOND DE SOI"

MARIE-CLAUDE PIETRAGALLA

31530 LASSERRE



## TENNIS CLUB

Présidente : Fanny POINTET

Tel 06 89 30 59 29

[tennis.lasserre.pradere@gmail.com](mailto:tennis.lasserre.pradere@gmail.com)



### Le club propose :

- Une école de tennis accueillant les enfants dès 5 ans ½
- Des cours pour les adultes, tous niveaux
- Accès libre aux terrains avec cotisation à l'année
- Nouveau : groupe perfectionnement/compétition jeunes

Les cours sont encadrés par des professeurs titulaires d'un Diplôme d'État ou d'un CQPET (Certificat de Qualification Professionnelle Éducateur Tennis).

Les cours ont lieu les mardis et jeudis (après-midi pour les enfants et en soirée pour les adultes).





**FOYER RURAL**  
LASSERRE-PRADÈRE

## FOYER RURAL

Président : Maxime Gauthier

Courriel : [foyer.rural.lasserre.pradere@gmail.com](mailto:foyer.rural.lasserre.pradere@gmail.com)

Site internet : <http://foyerrurallasserrepradere.fr>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/FRLasserrePradere/>



**Le FOYER RURAL** est une association gérée par des bénévoles de Lasserre-Pradère, dont les objectifs sont multiples :

- **CULTURE** avec le Cinéma mensuel, le café du Buv'Art et ses concerts, ses pièces de théâtre, ses expositions, son café lecture, mais également des sorties groupées à Odysud avec abonnement à tarif préférentiel
- **ART** avec la Serre Créative, les ateliers couture et cuisine du Buv'Art
- **SPORT** avec les sections Basket, Badminton, Country, Randonnée
- **ALIMENTATION LOCALE** avec le drive fermier « Le Marché du Buv'Art »
- **JARDINAGE** sur les terres des Jardins d'Emplume en parcelle privée ou collective
- **EDUCATION POPULAIRE** avec des conférences et des journées à thèmes (Permaculture, Migration, Partage de connaissance, Ateliers de réparation...)
- **FÊTES** au sein du village avec un calendrier régulier : Fête du printemps & Carnaval, Fête de la musique, Vide Grenier, Fête Locale, Jazz sur son 31, Spectacle de Noël
- **CONVIVIALITE et LIEN SOCIAL** incarné par l'ouverture sur l'année du café associatif Le Buv'Art, seul café du village.



**FOYER RURAL**  
LASSERRE-PRADÈRE

## FOYER RURAL

Président : **Maxime Gauthier**

Courriel : [foyer\\_rural.lasserre\\_pradere@gmail.com](mailto:foyer_rural.lasserre_pradere@gmail.com)

Site internet : <http://foyerrurallasserrepradere.fr>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/FRLasserrePradere/>

Venez nous rejoindre pour l'organisation et le déroulé des manifestations du Village, il y a toujours besoin de forces vives !

La fête se déroule aussi derrière le bar ou les grillades, c'est un super moyen de côtoyer du monde, et quel bonheur de contribuer à la joie des enfants et des parents !

Nous souhaitons évoluer vers des éco festivités, avec une place plus grande aux produits locaux, la réduction des déchets et les éco gestes.

### En 2022

- Octobre **ASSEMBLEE GENERALE** au Buv'Art
- 18 décembre **PESTAC 'DE NOEL** avec goûter

### En 2023

- Mars -Avril **CARNA'BAL – FÊTE DU PRINTEMPS**
- 21 juin **FÊTE DE LA MUSIQUE**
- 23 juillet **VIDE GRENIER**
- 25-26 août **FÊTE LOCALE**



## CINEMA

Contact : Pierrette Lhermite 06 51 44 23 16

Courriel : [lacomme@wanadoo.fr](mailto:lacomme@wanadoo.fr)

Site internet : <http://foyerrurallasserrepradere.fr>

Le foyer rural propose **un vendredi soir par mois**, de septembre à juin, **deux films à l'affiche**.

la salle du temps libre se transforme alors en véritable salle de cinéma (projecteur professionnel, grand écran et système audio) pour les petits et grands.

Séance de **18h30 : jeune public**

Séance de **21h : public adulte**.

Les séances sont assurées par des bénévoles dans le cadre du circuit itinérant de Cinefol 31.

Ce partenariat permet aussi à nos enfants des classes de maternelle et de primaire de bénéficier du programme "Ecole au Cinéma", constitué de 3 projections et de matériels éducatifs associés.

### TARIFS

Plein tarif 7€

Tarif réduit (adhérents Foyer) 5€

Tarif enfants (moins de 18 ans) : 4€

Adhésion CINEFOL31 : 15€





**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## **CLUB DES AINES**

**Contact : Mme Jeannette HINGRAND**

**Présidente**

**05 61 86 70 09**

Le Club des Aînés propose :

- Des réunions conviviales du jeudi de 15 h à 18 h au Buv'Art
- Des goûters mensuels avec des lotos internes,
- Des sorties ponctuelles



## LA SERRE CREATIVE

Contact : Françoise HINGRAND 06 71 58 24 91

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

Couture : Isabelle : 06 88 24 29 73

[i.d.perez@wanadoo.fr](mailto:i.d.perez@wanadoo.fr)

La Serre Créative vous propose tout au long de l'année au Buv'art,  
**des ateliers créatifs** pour les enfants. (Dates à définir)

Que vous ayez 4 ans ou 90 ans, soucieux d'apprendre, ou de développer une technique créative, ou tout simplement venir partager un moment convivial, n'hésitez pas à nous rejoindre !

l'équipe de La Serre Créative sera ravie de vous accueillir.



**“Les ateliers couture”** continuent ...

Passionnées de couture depuis plus de 20 ans, c'est avec plaisir que nous partagerons notre **expérience de la couture “amateur”** avec **toutes personnes désireuses de s'initier ou se perfectionner au maniement de la machine à coudre et surjeteuse.**

**Ateliers** de 3h, au Buv'Art, tous les 15 jours les mardis soirs de 18h30 à 21 h. Places limitées. Ateliers gratuits.



**FOYER RURAL**  
LASSERRE-PRADÈRE

## JEUX DE SOCIÉTÉ

Contact Aurélie CANILLOT

06 60 78 13 59

[aurelie.canillot@free.fr](mailto:aurelie.canillot@free.fr)



La section organise des séances d'animation au rythme d'une séance par mois le dimanche après-midi de 15h à 18h, et un mercredi par mois (généralement le dernier du mois) en soirée au Buv'Art.

Nous proposons, à côté de certains grands classiques, une majorité de jeux peu connus du grand public pour permettre à tous de faire de belles découvertes ludiques.

L'entrée est libre et gratuite.

En dehors de ces séances, les jeux sont en libre accès au Buv'Art.





**FOYER RURAL**  
LASSERRE-PRADÈRE

## LES JARDINS PARTAGES

**Jardins d'En Plume**  
**Contact Laurent POINTET**  
**06 83 86 14 42**  
[jardindenplume@gmail.com](mailto:jardindenplume@gmail.com)



- Jardinage collectif : parcelle-test en permaculture, formations, journées portes ouvertes printemps et automne, jardinage avec les enfants de l'ALAE
- Jardinage individuel : parcelles disponibles de 1 m<sup>2</sup> à 100m<sup>2</sup>
- De nombreuses rencontres, échanges de services, de plants, de trucs et astuces !

Rejoignez-nous !

2 rendez-vous avec animations sont prévus en automne et au printemps





**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## RANDONNÉE

Contact Pierre DUPUY

05 61 86 59 16

[pierre.dupuy1945@gmail.com](mailto:pierre.dupuy1945@gmail.com)

La section "randonnée" du Foyer Rural propose des balades familiales 2 fois par mois le MERCREDI après-midi ou le SAMEDI après-midi autour du village mais aussi des sorties à thèmes comme le brâme du cerf dans les Pyrénées ou dans des réserves ornithologiques.

Nous participons aussi à "un village, un chemin"- marque déposée - de la Fédération Départementale des Foyers Ruraux 31/65 où nous accompagnons les randonneurs pour une "balade au clair de lune" jusqu'au cœur de la Forêt de Bouconne.





**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## **BADMINTON LOISIR**

**Contact : Valérie CLAVEL / Laurent PAILHES**

**06 12 03 23 39**

**[clavelvalerie@sfr.fr](mailto:clavelvalerie@sfr.fr) / [laurent.pailhes@gmail.com](mailto:laurent.pailhes@gmail.com)**

Envie de vous changer les idées ?? Venez échanger quelques volants...

### **TOUS NIVEAUX**

Entrainement le **jeudi de 20h15 à 22h** environ à la salle du temps libre de Lasserre-Pradère.

2 tournois sont prévus dans l'année

(Dates à définir - le samedi après-midi à partir de 15h avec apéritif et auberge espagnole)





**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## **BASKET MIXTE LOISIR**

Contact : Pascal SAVOLDELLI 06 13 79 37 50

[pascal.savoldelli@neuf.fr](mailto:pascal.savoldelli@neuf.fr)

Entraînement le **mardi de 21h à 22h**, salle du temps libre, à Lasserre-Pradère.

Et en plus, quelques matchs amicaux sont organisés tout au long de la saison contre les clubs des localités voisines.

Tout cela, dans une ambiance très conviviale.





**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## COUNTRY

**Contacts:**

**Pierrette LHERMITE**

**05 61 86 67 68 - 06 51 44 23 16**



Vous avez envie de danser ? Un groupe sympa et relax vous y invite :  
**danse en ligne, en face à face, en cercle ou en couple.**

Cours de niveaux « débutants » à « avancés »  
**le mercredi de 19h45 à 22h à la salle du temps libre.**

Reprise des cours en septembre.

**3 cours d'essai gratuits** en septembre

Deux bals prévus dans l'année :  
(Dates non fixées)

**Bals Country Lasserre-Pradère**

**Entrée 5€ Pâtisseries offertes**  
**Entrée gratuite en dessous**  
**de 18 ans**  
**et pour les adhérents Foyer Rural**



**FOYER RURAL**  
**LASSERRE-PRADÈRE**

## CAFE ASSOCIATIF LE BUV'ART

5 Avenue de BOUCONNE

Contact : Maxime Gauthier 06 75 60 27 68

Mail : [cafelebuvarart@gmail.com](mailto:cafelebuvarart@gmail.com)

Web : [www.facebook.com/cafelebuvarart](http://www.facebook.com/cafelebuvarart)



Le Buv'Art, c'est un café associatif, porté par le Foyer Rural de Lasserre-Pradère, qui a ouvert ses portes en 2019 dans les locaux de l'ancienne école, grâce à la mobilisation de plusieurs dizaines de personnes du village et des proches alentours.

### C'est quoi un café associatif ?

C'est un café à but non lucratif géré par des bénévoles, ce qui le distingue d'un café commercial, donc pas de distribution d'argent entre les membres mais l'argent récolté sert au fonctionnement et à l'amélioration.

Ce café a pour vocation de développer le lien social, intergénérationnel et la convivialité. C'est ici que nous pouvons nous réunir pour discuter, échanger, apprendre ou tout simplement boire un verre en compagnie de nos voisins et amis.

Nous voulons que ce lieu soit chaleureux, accueillant, et que tout le monde s'y sente le bienvenu.

Nous ferons évoluer le lieu en fonction de vos envies.

Vous pouvez rejoindre l'équipe organisatrice (programmation, tenue du lieu, logistique, gestion ...) sur ce projet passionnant, ou simplement adhérer pour consommer sur place, car un café associatif ne peut servir que ses adhérents par obligation légale.

Le prix de l'adhésion est symbolique (1 euro à vie !).

A LA CARTE : Boissons bio et locales, en-cas charcuterie / fromage, bonbons & glaces pour les jeunes (ou pas)





**FOYER RURAL  
LASSERRE-PRADÈRE**

## CAFÉ ASSOCIATIF LE BUV'ART

5 Avenue de BOUCONNE

Contact : Maxime Gauthier 06 75 60 27 68

Mail : [cafelebuvar@gmail.com](mailto:cafelebuvar@gmail.com)

Web : [www.facebook.com/cafelebuvar](http://www.facebook.com/cafelebuvar)



Côté organisation, plusieurs niveaux d'implications sont possibles et ouverts, de l'adhérent bénéficiaire vers les habitués et organisateurs :

1

Je viens pour la première fois, j'adhère à 1€ pour toute ma vie, et je kiffe !



Je veux me rendre utile, donner un coup de main, faire connaissance avec l'équipe !

2

Je me fais connaître en envoyant un mail à [animationlebuvar@gmail.com](mailto:animationlebuvar@gmail.com)  
C'est le point de départ !



Je suis inscrit dans la liste des **BENEVOLES EN FORMATION!**  
Je vais recevoir le planning du mois pour m'inscrire.

3

Je m'inscris sur un créneau du vendredi « **EN FORMATION** » ou j'assiste à une session de formation (c'est plus rare)  
**Je lis le LIVRET DES BÉNÉVOLES**



Quand je me sens prêt, j'envoie un petit mail pour indiquer que je suis formé, je passe **BÉNÉVOLE**  
Je peux aussi rejoindre le **Comité de Pilotage et les Commissions**

4

Je prends une adhésion au **FOYER RURAL** pour avoir les assurances (15€/an) et je m'inscris dans les cases **BÉNÉVOLE**



J'ai pris l'habitude, je suis autonome.  
Il est temps de passer **HABITUÉ**

5

Je récupère les clés, les codes, je forme les nouveaux, je gère l'ouverture et/ou la fermeture.  
Je m'inscris en **HABITUÉ** dans le fichier





**FOYER RURAL**

**LASSERRE-PRADÈRE**

**DRIVE FERMIER**

**LE MARCHÉ DU BUV'ART**

**5 Avenue de BOUCONNE**

**Mail : [consommer.local.31530@gmail.com](mailto:consommer.local.31530@gmail.com)**

**[www.facebook.com/lemarchedubuvart](http://www.facebook.com/lemarchedubuvart)**



Légumes de saison, magrets de canard, poulets, œufs, petits plats végétariens, vin, bières artisanales, jus de pomme, farines, légumes secs, café, thé, miel, fromages, produits « zéro déchet » (savons, lingettes, bee wraps...), tous ces produits sont désormais disponibles chaque semaine au Marché du Buv'Art en direct de leurs producteurs.

Commande et paiement en ligne sur <https://www.local.ht/le-marche-du-buv-art>

Retrait des commandes dans la cour du Buv'Art le vendredi entre 18h et 19h30.

Le lieu fonctionne grâce au bénévolat, nous avons mis en place un planning partagé et des formations pour pouvoir ouvrir et tenir le lieu sur des créneaux horaires identifiés. Vous souhaitez participer ?

Venez nous rencontrer ou contactez-nous à l'adresse [consommer.local.31530@gmail.com](mailto:consommer.local.31530@gmail.com)

Vous êtes producteur et souhaitez rejoindre le projet ? Venez nous rencontrer ou contactez-nous à l'adresse [marchebuvart.producteur@mailo.com](mailto:marchebuvart.producteur@mailo.com)



SAMEDI 27 AOÛT 2022



FORUM  
*des*  
Associations

15H > 18H

*Boulodrome/Prairie*

