



« Opération Coup de Pouce aux entrepreneurs de Lasserre ! »

Après un premier article sur Jonathan PIQUES et Florent DUGUET (*SARL GREEN SENSATION, création et entretien d'espaces verts*), « **L'OPERATION COUP DE POUCE AUX ENTREPRENEURS DE LASSERRE** » se poursuit. Nous faisons donc la connaissance au travers de ce Flash Septembre 2014, d'*Hélène DEMBLANS (Ecuries d'En Cayla), de Stéphane PICARD (Apiculteur) et d'Emmanuelle VERGINE (Educatrice sportive).*

Rencontre : Ecuries d'En Cayla

La Commission Communication & Information a eu le plaisir de rencontrer Hélène 32 ans, agricultrice et gérante des **Ecuries d'En Cayla**.

Elle nous raconte comment tout a commencé :

« J'ai découvert le cheval à l'âge de 2 ans 1/2 grâce à une famille de Lasserre qui avait à l'époque des chevaux. Intriguée par cet animal, j'ai supplié mes parents de m'emmener voir des chevaux ! Ils m'ont inscrite dans une ferme équestre quelque peu éloignée dans l'espoir de me décourager ... mais ... je suis devenue passionnée. Aujourd'hui les chevaux font partie de mon quotidien ; c'est réellement un mode de vie (mon mode de vie) à part entière !

J'ai créé mes écuries qui accueillent depuis 2009 des chevaux en pension et nous allons développer très prochainement un « atelier découverte » des poneys pour les enfants.

Elle poursuit : « J'aime tout ce qui tourne autour de l'agriculture, c'est complémentaire à mon activité puisque je produis moi-même mon foin et ma paille tous les ans, j'élève aussi des poneys de race Connemara. J'ai participé au championnat de France à plusieurs reprises et aujourd'hui un de mes licenciés, Thomas CARLILE, Lasserrois d'origine, est devenu double champion du monde ! C'est historique ! Maintenant, l'objectif ce sont les Jeux Olympiques de Rio en 2016...

Les Ecuries ont été primées meilleures écuries régionales, une belle aventure qui continue !

D'ailleurs j'en profite pour remercier tous les agriculteurs de la région qui m'aident beaucoup et qui participent à cette belle réussite ! »

Contact : Hélène DEMBLANS: 06.80.28.20.10 / Site internet : encayla.fr

Rencontre : Apiculture



La Commission Communication & Information a recueilli le témoignage de Stéphane PICARD.

Il nous parle de ce métier et propose ses services en matière de retrait d'essaim. Une passion qui transparait bien au-delà des mots. Laissez-vous porter ...

« **Comment je suis tombé dans le monde des abeilles?** »

5 ans en arrière, je ne connaissais ni les abeilles, ni l'activité d'apiculteur, ni les produits de la ruche (autres que le miel). C'est comme souvent une histoire de rencontres et de curiosité :

La rencontre d'un apiculteur qui cueille un essaim au printemps, devant ma maison,

Un autre qui m'explique sur quelle colline retranchée du piémont pyrénéen ses abeilles vont butiner, et enfin quelques militants qui me sensibilisent aux différents facteurs affectant les abeilles et les autres insectes en général. A ce stade, il ne faut plus grand chose pour me décider à participer aux cours du soir d'apiculture dispensés par le Syndicat d'Apiculture de Midi-Pyrénées, d'acheter mes premières ruches et de déclarer "mon entreprise agricole".

Les premiers instants en tête-à-tête avec les abeilles sont assez extraordinaires, c'est toute une société avec laquelle nous collaborons (jusqu'à 80 000 abeilles dans une ruche, si si...). Les visites de ruchers s'enchaînent,



les observations de la vie à l'intérieur et à l'extérieur occupent une grande partie de mon temps libre, puis vient le temps des premières récoltes. Produire son miel et le partager... c'est un régal et aussi une fierté!

A l'issue de la première saison apicole, j'ai décidé d'étendre le rucher, en cherchant de nouveaux emplacements me permettant d'avoir une plus grande diversité de floraisons et de miellées. Aujourd'hui, le rucher varie entre 12 et 18 ruches, principalement dans la vallée de la Save et en Ariège. Certaines sont même sur la commune de Lasserre.

Les activités apicoles m'occupent du mois de Mars à Septembre, avec la cueillette des essaims en Avril / Mai. Ces moments sont toujours très surprenants, les essaims pouvant se réfugier dans de nombreux endroits, sur un branche, derrière un volet, dans une cheminée

ou sous un toit. C'est toujours un grand moment d'échange et de stratégie pour les inciter à entrer dans la ruche. Les premières récoltes de printemps coïncident avec la fin de floraison du Colza. La transhumance en Juin permet de placer les ruches pour les miellées d'Acacia et de Châtaigniers. Le tournesol est la dernière étape de l'année avant un nouveau cycle, l'année suivante. L'hiver est assez calme, les abeilles restent groupées dans la ruche.

Pour l'apiculteur, pour moi, ces activités sont extrêmement variées en émotions et en échanges et elles me permettent :

- d'observation les mondes animal et végétal, totalement intégrés et dépendants l'un de l'autre,
- de soigner et de développer mes colonies,
- de gérer ma production, même si elle reste modeste,
- d'être confronté à certains aléas et de les appréhender, comme les maladies, les maladrasses (et inévitables inondations lors des crues de la Save en 2012 et 2013),
- de rencontrer des personnes passionnées, intéressées et sensibilisées... ou simplement face à un essaim dans leur jardin.

Il s'agit donc d'une discipline à part entière, qui n'est toutefois pas mon activité professionnelle principale - je n'en suis en effet qu'au stade de la « pratique éclairée ».



Le printemps est la période d'essaimage des colonies d'abeilles, qui cherchent de nouveaux emplacements pour s'installer. Aussi, durant les mois d'Avril, Mai et Juin, vous rencontrerez très certainement des essaims pendus à une branche d'arbre ou même au sol.

Photo essaim récupéré à Lasserre

C'est le moment idéal pour cueillir les essaims, avant qu'ils ne s'installent dans une cheminée, dans un mur creux ou derrière un volet. Je récupère gratuitement

les essaims pour les installer dans un de mes ruchers, n'hésitez donc pas à me contacter.

Contact : Stéphane PICARD 06 33 10 27 40 / stephane.picard022@orange.fr

Rencontre : du Pilates & de la Baby-Gym !



Emmanuelle VERGINE est éducatrice sportive diplômée tous publics depuis 2007. Après avoir vécu sur la ville de Sète pendant quelques années, elle est installée sur Lasserre depuis 2010. Cette maman de deux enfants (un « grand » qui rentre au collège sur Léguevin et un « petit » qui suit son cursus en école maternelle), Emmanuelle parle de son métier avec passion.

« Mon activité sportive vise tous les publics et tous les niveaux. Mon objectif est de travailler dans une atmosphère conviviale et d'apporter tout mon savoir en toute simplicité ».

Dès la rentrée 2014, elle propose sur Lasserre deux activités sportives distinctes : **la Gym- Pilates et la Baby-Gym**. Le **Pilates** vise à développer le corps de façon harmonieuse, stimuler la vitalité physique et stimuler l'esprit.

La technique Pilates est basée sur :

- une respiration abdominale mais aussi costale, qui muscle les abdominaux en profondeur,
- la concentration, ceci afin que tous les mouvements viennent du centre du corps (les exercices s'effectuent avec la respiration),
- le contrôle et la fluidité. Les mouvements sont précis, lents et fluides. La respiration est continue,
- le centrage d'énergie.

La **Baby-Gym** s'adresse à un public « allant de l'autonomie (marche » à 3 ans. La baby-gym contribue à l'épanouissement de l'enfant et favorise ses habilités motrices naturelles. Elle s'effectue au travers d'ateliers de courtes durées mais diversifiés visant à solliciter les sens (visuels auditifs, tactiles) afin de favoriser l'autonomie, les capacités psychomotrices et la socialisation par les activités d'éveil de l'enfant.

Cours Gym-Pilates adulte :
mercredi 18h30-19h30, salle de l'école maternelle et jeudi 9h30-10h30, salle du temps Libre

Baby-Gym (de la marche à 3 ans) : mercredi de 17h à 17h45

En plus de ces activités sportives, Emmanuelle dispense sur rendez-vous des **soins énergétiques** humains et animaliers : mal de maux de dos (arthrose, problèmes articulaires), problèmes tendineux (tendinites, entorses), zonas, feu (insolation, brûlures), phobies, stress, insomnie, verrues, ...

Les soins énergétiques s'effectuent sans manipulation, juste par apposition de mains sur le corps du patient ou de l'animal. Vous le savez, ces soins, sont une complémentarité à la médecine générale.

Contact : Emmanuelle VERGINE 06 62 89 15 18
emmanuelle.vergine31@gmail.com



Rappel

« Opération Coup de Pouce aux entrepreneurs de Lasserre ! »

Nous invitons tous les entrepreneurs bénéficiant d'une raison sociale à Lasserre (Entreprise Individuelle, Auto-entrepreneur, SAS, EURL-SARL ...) et souhaitant se faire connaître à prendre contact avec le service Com'.

Ils pourront ainsi bénéficier de ces supports pour multiplier leurs contacts (que ce soit au travers d'un article complet, de quelques lignes seulement, de photos, ou de leurs coordonnées).

Vos histoires et vos métiers suscitent notre plus grand intérêt.

Faites-vous connaître sur : mairie.lasserre2@wanadoo.fr



Le CCAS, comment ça marche, à quoi ça sert ?

LE MOT DU PRESIDENT DU CCAS DE LASSERRE

Suite aux élections municipales du mois de mars dernier, le conseil d'administration du Centre Communal d'Action Sociale a été renouvelé.

Dans un contexte économique difficile, le CCAS reste mobilisé pour aider les personnes âgées, les familles, lutter contre le handicap et œuvrer contre les exclusions.

La manifestation culturelle automnale mise en place il y a plusieurs années en direction des personnes en situation de handicap aura lieu les 17 et 19 octobre prochains : nous porterons nos **Regards vers les différences**, vers l'Autre, loin des « idées poussiéreuses » sur le handicap selon l'expression de Bernadette ROGE, spécialiste mondialement reconnue de l'autisme. N'hésitez pas à pousser la porte de la salle du temps libre les 17 et 19 octobre pour vivre des moments d'échange et de partage.

Le Président du CCAS,
Hervé SERNIGUET



Flash Infos

Septembre 2014 - Mairie de Lasserre 31530

Bonne rentrée à tous !

Chers Lasserroises & Lasserrois,

C'est avec plaisir que nous revenons vers vous au travers d'articles, qui nous l'espérons, susciteront votre plus grand intérêt. Vous trouverez notamment au sein de ce Flash des informations relatives au Plan Local d'Urbanisme (PLU) et au Centre Communal d'Action Sociale (CCAS). Veuillez noter que les actions « Coup de pouce aux entrepreneurs de Lasserre » et « Banque d'images » se poursuivent et qu'un projet de « livraison de panier de légumes » est en cours.

Nous vous retrouverons au travers d'un Echo de la Boumbouride en mars/avril 2015.

Bonne lecture,

Le Maire et les membres du Conseil Municipal

Information sur le PLU (Plan Local d'Urbanisme)



Lors de la délibération du Conseil Municipal en date du 20 juin 2014, le Maire rappelle que le PLU a fait l'objet d'une concertation préalable la plus ouverte possible ; dans les faits, celle-ci s'est traduite par :

- l'affichage à la Mairie de la délibération sur l'élaboration du PLU,
- l'exposition en Mairie du diagnostic et projet d'Aménagement et de

Développement Durable sur panneaux polychromes,

- la publication de plusieurs articles dans le bulletin municipal,
- la tenue d'une réunion publique concernant le PADD, le 07 mars 2012, à destination de l'ensemble des habitants,
- la tenue d'un registre et la consultation des documents en Mairie depuis le lancement des études jusqu'à l'arrêt du Plan Local d'Urbanisme.

Cette concertation auprès des citoyens s'est ainsi réalisée de manière plus large que le contexte initial, par la délibération du Conseil Municipal. Grâce à cette concertation et aux échanges sur les options d'urbanisme ainsi que les règles qui seront applicables au territoire communal, le projet de PLU est aujourd'hui prêt à être arrêté par le Conseil Municipal. Il sera transmis pour avis aux personnes publiques associées à son élaboration et appelées à être consultées.

Attendu cet exposé, et après en avoir délibéré, le Conseil Municipal, décide :

- de tirer le bilan de la concertation,
- d'arrêter le projet de PLU. Le Conseil Municipal précise que la présente délibération et le projet de PLU seront communiqués pour avis à l'ensemble des personnes publiques associées à la révision du PLU et à celles qui ont demandé à être consultées.