



SOUVIGNARGUES

BULLETIN MUNICIPAL

N° 70 - Décembre 2020

LE MOT DE MADAME LA MAIRE



L'année 2020 touche à sa fin, une année inédite et marquée par la crise sanitaire avec une alternance de confinements et de déconfinements.

2020 c'est l'année qui conclue cinq années de travail pour l'élaboration du PLU qui est aujourd'hui arrêté et approuvé.

2020 c'est aussi l'année des élections municipales, avec une équipe constituée de beaucoup de nouveaux élus qui, maintenant que le doute est levé sur les résultats du 1^{er} tour, vont pouvoir agir ensemble pour notre commune.

2020 c'est surtout l'année des annulations et ou des reports des manifestations. C'est le cas pour le traditionnel repas du 15 août du comité des fêtes, annulé suite au refus de la Préfecture. C'est aussi le cas pour le repas de fin d'année des aînés ou encore le spectacle de Noël de l'APE, annulés suite à la fermeture du foyer en raison de la crise sanitaire. Malgré cela, sachez que toutes les commissions sont à pied d'œuvre et travaillent sur différents projets pour la commune. Notamment la commission culture dont le tiroir déborde d'idées telles qu'un « bal du déconfinement », des concerts, des balades patrimoine, un salon de créateurs...

La vie souvignarguaise a toujours été marquée par les festivités et les rencontres multiculturelles et il me tient à cœur de protéger et de promouvoir cette culture. Plus particulièrement en permettant, en partenariat avec les associations, l'organisation de ces manifestations dès que la situation sanitaire s'améliorera.

Les traversées de Souvignargues et de Saint Etienne d'Escattes ont déjà revêtu leurs habits de fêtes. Les illuminations ont été lancées avec quelques nouveautés, merci à Loïc et Cédric, et vont durer jusqu'à début janvier.

De quoi se mettre dans l'esprit de Noël malgré le contexte actuel.

Dans l'attente de jours meilleurs où nous pourrons nous rencontrer et nous retrouver, tout le conseil municipal se joint à moi pour vous souhaiter à toutes et tous de passer de belles et heureuses fêtes de fin d'année.

Soyez prudents, prenez soin de vous et de vos proches.

Catherine LECERF

SOMMAIRE

Informations utiles	3
Vie de la Commune	4 - 8
Associations	9 - 13
Bibliothèque	14 - 18
Informations diverses	19 - 22
Informations communales	23 - 24
Concours dessins	25 - 28

MAIRIE

Jours et Heures d'ouverture :

Lundi & Vendredi de 9h00 à 11h30

Mardi & Jeudi de 14h00 à 16h00

Mercredi de 9h00 à 11h30

et de 16h00 à 19h00

Nous contacter :

Téléphone : 04 66 80 01 57

Email :

contact@mairie-souvignargues.fr

Pour suivre l'actualité de la Commune :

Site internet:

www.mairie-souvignargues.fr

Info flash : Application à télécharger

Recensement militaire :

Dans les trois mois qui suivent le 16ème anniversaire, le recensement est obligatoire pour tout citoyen.

Veillez vous présenter en Mairie, muni de votre livret de famille.

Bibliothèque :

Ouverture au public les :

Mercredi de 10h à 12h

Vendredi de 16h45 à 18h30

Samedi de 11h à 12h00

Bulletin municipal :

Les personnes désireuses de recevoir les futurs bulletins de la commune uniquement en version numérique peuvent en faire la demande par email :

bulletin@mairie-souvignargues.fr

INFO FLASH

Pour informer de manière instantanée, la commune utilise les services d'Info Flash. Ce service est financé par la Communauté de Communes du Pays de Sommières. C'est un écosystème numérique, sur lequel collectivités locales et services de l'État informent et alertent localement sur un même canal de communication. Info Flash est accessible par application mobile sur Android et Apple mais aussi en version Web.

Créez les favoris collectivités et services que vous souhaitez suivre. A ce jour 172 abonnés suivent les informations de notre commune.

Résidents permanents ou occasionnels, gardez le lien. (Cela a encore plus de sens en ces temps de distanciation.)



Iphone & Ipad



<https://www.info-flash.com>





Android



CORRESPONDANTE MIDI-LIBRE

Bienvenue à Josette Royo qui est désormais notre nouvelle correspondante Midi Libre sur la commune.

Elle est donc accréditée pour recevoir les informations locales et à relater les événements des associations.

Vous pouvez la joindre par téléphone au : 06 81 06 53 60 ou par courriel à : joroyo@wanadoo.fr



NUMEROS UTILES

ORANGE (Téléphonie-Internet) :

Demandes commerciales :

1014

Dysfonctionnement internet :

3900

Dysfonctionnement ligne téléphonique :

1013

Assistance technique mobile :

3970

SAUR (Assainissement Collectif - Eau Potable) :

04 30 62 10 00 Dépannage client

04 30 62 10 08 Dépannage 24/24

ENEDIS (Électricité) :

Accueil raccordement :

0810 058 714

Demandes liées à votre contrat :

0810 112 212

Centre appel dépannage :

0810 333 030

MUTUELLE Santé communale :

Contactez Carole CALISTRIS :

06 83 12 69 08



**ARRÊTONS
LES
VIOLENCES**

VIOLENCES CONJUGALES OU INTRAFAMILIALES

En cas de danger pour vous, une proche ou une voisine :

17 En cas d'urgence : appelez la police ou la gendarmerie au 17 (24h/24, 7j/7).

114 En cas de difficulté pour appeler en toute confidentialité, donnez l'alerte par SMS au numéro d'urgence 114.

115 Pour une mise à l'abri, appelez le 115 (24h/24, 7j/7).

119 Pour l'enfance en danger, appelez le 119.

Pour une écoute et des conseils :

3919 Numéro d'écoute, anonyme et gratuit, accessible du lundi au dimanche de 9h à 19h.

La plateforme arretonslesviolences.gouv.fr permet d'avoir des premiers conseils sur ses droits, les démarches et de signaler des violences sexistes et sexuelles.

Pour informations et démarches juridiques :

 Liste des associations gardoises de lutte contre les violences faites aux femmes sur www.gard.gouv.fr.

 Pour solliciter les conseils bénévoles d'un **avocat du Barreau** de Nîmes : permanence téléphonique gratuite (7j/7) au 07.84.00.64.69



**PRÉFET
DU GARD**
Michel
Gauthier
Président

COMMEMORATION DU 11 NOVEMBRE

La traditionnelle célébration de l'armistice du 11 novembre 1918 a pris une tournure bien particulière cette année, puisqu'elle n'était pas ouverte aux habitants de la commune, crise sanitaire oblige.

C'est donc Madame la Maire accompagnée des seuls élus qui a présidé la commémoration à laquelle participait également M. Daniel Tamagni, porte-drapeau des Gueules Cassées du Languedoc-Roussillon et l'adjudant-chef Franck, réserviste au 4^{ème} régiment du matériel.

Après la lecture du discours de Mme Darrieussecq, ministre déléguée auprès de la ministre des armées, chargée de la mémoire et des anciens combattants, ainsi que du message de l'Union Française des Associations de Combattants et Victimes de Guerre (UFAC), Mme la maire a procédé au dépôt de gerbe devant la plaque commémorative apposée au mur de la Cambasse, à St Etienne d'Escattes.

Une cérémonie identique a ensuite eu lieu au monument aux morts de Souvignargues.

La cérémonie s'est terminée par un dépôt de gerbe sur la tombe de l'écrivain Gabriel Boissy, dont on rappelle qu'il eut le premier l'idée de la flamme qui brûle depuis 1923 sur la tombe du Soldat inconnu sous l'Arc de Triomphe.

Dominique CHIARAMONTI

Du nouveau dans l'accompagnement social

La nouvelle équipe du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) souhaite affirmer son rôle auprès des habitants de la commune et portera une oreille attentive aux difficultés que vous pourriez rencontrer.

L'association CALADE nous a présenté en Conseil municipal toutes les actions qu'elle développe sur notre territoire, dans ses locaux de Sommières et Calvisson.

Créée en 1990, l'association compte aujourd'hui quelque 220 bénévoles et 45 salariés, dont 15 en insertion professionnelle.

Elle est ouverte à tous, enfants, familles, jeunes et propose une très grande variété d'activités : accompagnement à la scolarité, initiation au code de la route, ateliers informatique, activités ludiques pour la famille, recyclerie (réparation des vélos et autres) ...

Calade dispose également d'un pôle insertion professionnelle : avec l'aide des conseillers, un accompagnement personnalisé vous permettra de construire un projet professionnel et de faire des stages en entreprise. Calade propose également un chantier d'insertion avec contrat de 4



mois renouvelable afin de trouver la solution d'emploi la mieux adaptée à vos compétences.

Calade à Sommières : 1 rue Poterie, 04 66 93 20 20

Calade à Calvisson : 6 bis avenue du 11 novembre, 04 66 22 16 35

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi : 8h30 – 12h / 13h30 – 17h

Mardi : 8h30 – 12h.

Parallèlement, nous allons mettre en place sur notre commune un accompagnement d'une demi-journée mensuelle pour vous assister gratuitement dans vos démarches administratives (constitution de dossier CAF, impôts, carte grise, retraite, Pôle Emploi...). Ce projet se mettra en place progressivement début 2021 si la situation sanitaire nous le permet. Les personnes intéressées par cet accompagnement doivent se faire connaître auprès de la mairie afin que nous puissions organiser au mieux cette intervention.

Bien entendu, les conseillers municipaux membres du CCAS restent à votre disposition et votre écoute, et sur rendez-vous, en mairie de Souvignargues.

Françoise CANAC et Dominique CHIARAMONTI

JOURNEE DES ASSOCIATIONS ET DU PATRIMOINE

Prévue initialement pendant les Journées du Patrimoine en septembre, mais repoussée pour cause d'alerte vigilance rouge pluie inondations, la première journée des associations et du patrimoine organisée par la municipalité s'est tenue le samedi 10 octobre.

Les représentant.e.s des associations l'Aigalade, l'Amap, l'APE, les Bib, Ginkgo Biloba, les Vétérans, les Waï Note ainsi que les bénévoles de la Bibliothèque ont installé leur stand place de la Croix. Photographies, affiches, livres, instruments de musique, tapis de yoga, maillots de foot ou encore légumes d'automne ont ainsi permis d'accueillir les visiteurs/ses et de présenter les différentes activités de ces associations.



Une exposition permettait également d'admirer les très beaux dessins des élèves de la classe de CE2 CM2, réalisés après une promenade autour des capitelles et de l'Eglise St André.

A 10 heures deux élus ont accompagné à pied quelques habitants (assez courageux pour être présents dès 9 heures) ; d'abord à l'église Saint-André, habituellement fermée au public vu son état de délabrement – mais déjà au XVIIème siècle, l'évêque de Nîmes s'en plaignait ! – et qui possède encore quelques sculptures témoignant d'une riche ornementation datant du XIIème siècle. A bien regarder, on trouve quelques pierres tombales enfouies dans la garrigue à proximité.



L'étape suivante était l'église de Saint-Etienne, construite à la fin du XIème siècle dans une pierre de couleur différente malgré la proximité des deux édifices mais les carriers se servaient directement là où ils construisaient ! Les visiteurs ont admiré les inscriptions sur l'abside, avant de pénétrer dans le sanctuaire et détailler le reliquaire présentant un clou qui aurait –

et encore, pour partie – maintenu le Christ sur la croix. Si l'église est ouverte pour les célébrations, il n'en a pas toujours été le cas. Elle a failli disparaître sous la Révolution pour financer l'achat d'un logement pour l'instituteur...



Le petit groupe est ensuite remonté à pied à Souvignargues, pour se joindre à ceux, nombreux, venus faire la visite du village avec M. Christian Vernazobres qu'on ne saurait trop remercier.

Chacun était très attentif aux explications données par notre guide historien du village. En parcourant la Circulade, aucun vestige du château médiéval, aucune entaille d'essieu de charrette dans la pierre d'une rue étroite ne nous ont échappé, et les Souvignarguais de souche bien établie acquiesçaient au souvenir de telle ou telle maison dont la destination a perdu aujourd'hui de son caractère villageois ancestral.

Pour la circonstance, l'église et le temple sont restés ouverts aux visiteurs curieux.

Enfin, notre employé municipal Loïc avait rendu accessible l'un des silos souterrains creusés en nombre dans la veine rocheuse autour de l'actuelle place de la croix, dans lesquels on protégeait aliments et semences à l'époque médiévale, voire plus anciennement encore.

Christian Vernazobres a fait une deuxième visite l'après-midi, avec les personnes qui s'étaient inscrites.

Tout ceci tout au long d'une matinée ensoleillée, et dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Un grand merci à tous/toutes les participant.e.s !

Nous réfléchissons à développer ce type de manifestation dans l'avenir, en proposant à une population élargie la création d'un comité patrimoine. Le patrimoine de notre village le mérite !

Florence ARNAUD et Dominique CHIARAMONTI

Les bénévoles qui souhaitent participer peuvent se faire connaître par email :

bulletin@mairie-souvignargues.fr

ou laisser leurs coordonnées au secrétariat de la mairie

LES COMMERCES AMBULANTS DU PLAN

Chacun est familier du camion de l'ESPRIT CEVENOL qui klaxonne pour prévenir de son arrivée le mardi matin vers 12h. Il propose des produits ménagers de première nécessité, des laitages, petits-déjeuners, jus de fruit, viande et fromages. Deux autres arrêts sont prévus dans le village et il est possible de passer commande de certains produits à l'avance au 04 66 77 00 59.

Le Conseil municipal a maintenant autorisé l'installation de deux autres commerces :

L'ATELIER NATURE, de Catherine GRES, fleuriste, présente le jeudi. Elle travaille avec les pépiniéristes locaux et propose dans sa camionnette joliment aménagée des compositions végétales et florales écologiques. Les restrictions sanitaires n'impactent pas sa présence.

Également présent sur le Plan, deux jeudis par mois le salon de coiffure itinérant TIFF'TRUCK, basé à Montpezat, est parfaitement aménagé.

Dominique CHIARAMONTI

PANIER DE NOEL

Comme chaque année, la municipalité souhaite honorer ses aînés au moment des fêtes de Noël.

En raison des conditions sanitaires, elle n'a pas été en mesure d'organiser le traditionnel repas de fin d'année.

Toutefois, il a été décidé d'offrir un panier de Noël aux personnes âgées de 65 ans et plus.

Plus de 120 personnes profiteront de ces paniers de produits locaux confectionnés par les membres du CCAS. Ceux-ci fournis par les producteurs, créateurs ou commerçants suivants :

Des Cévennes à la Camargue, Sommières

Miellerie de Clairan

Rapsody by C., St Etienne

Savons Cachalot, Calvisson.



Le retrait des colis s'effectuera en mairie les mardi 15 et jeudi 17 décembre entre 16h et 19h. Les élus du CCAS assureront une livraison à domicile au profit des personnes qui le souhaitent.

Dany DUMAS

COMMISSIONS TRAVAUX

VOIRIE

Un diagnostic sur l'ensemble du territoire de Souvignargues et St Etienne d'Escattes est en cours de réalisation sur l'état de la voirie.

Son but est de cartographier informatiquement par un système de notation les degrés de détérioration des routes et chemins communaux, afin de déclencher les interventions nécessaires à la réfection des chaussées.

L'ensemble de données collectées sera mis à jour au fur et à mesure de l'avancement de la remise en état de la voirie et deviendra un outil de maintenance à part entière pour l'équipe en place mais aussi pour celles à venir.

Cependant il reste un retard évident sur l'entretien des artères principales et secondaires de la commune.

Une opération forte et importante de remise en état général de la voirie est prévue dès le mois de décembre, une fois que les différentes offres de prix des entreprises de travaux public seront analysées.

DIVERS

La pose d'un tampon de voirie sur un silo à grains (curiosité de l'histoire de Souvignargues à voir et à revoir lors des différentes manifestations du patrimoine) a été réalisée par notre agent technique Loïc accompagné de quelques élus, afin de rendre sa visite plus facile.

Suite à l'enrochement réalisé sur le pourtour du stade il est prévu d'installer un portail métallique afin de finir la sécurisation de celui-ci.

Des consultations ont été lancées pour :

- une réparation sur le plafond de l'église de St Etienne d'Escattes,
- la construction d'un ou plusieurs abris bus (semblables à celui réalisé à côté du rond-point des quatre chemins de Villevieille).

Nous avons commandé en fournitures pour l'aménagement du village et de son hameau, des bancs, des croix de St André, des bornes à propreté canine.

D'autres projets plus lourds (station d'épuration, sécurisation de la traversée du village) font l'objet de réunions et de rencontres avec les différents intervenants du département, bureaux d'études concernés et riverains.

Jérôme Leconte.

1^{er} adjoint à Mme la Maire.

CHANTIER D'INSERTION

Chantier d'insertion du centre socioculturel Calade
Entre deux confinements, l'équipe du chantier d'insertion a terminé la réfection du muret en pierres sur la place de Saint Étienne d'Escattes



L'activité du chantier d'insertion se décline en travaux de maçonnerie traditionnelle, construction de murs en pierres sèches, enduits à la chaux, aménagement paysager d'espaces verts, débroussaillage, élagage, taille, éco-buage, plantation. Les interventions du chantier concernent uniquement des éléments du patrimoine ou des espaces paysagers appartenant aux communes du Pays Sommiérois.

Dany DUMAS



JARDINS FAMILIAUX

L'équipe municipale met à l'étude l'aménagement d'une parcelle en jardins familiaux pour les habitants qui souhaitent cultiver un potager et qui n'en n'ont pas matériellement la possibilité. Dans cette parcelle un sous espace leur sera dédié. Les modalités et les aménagements seront définis suite à une réunion d'information avec les intéressés.

Alors si Louchet, Grelinette, Serfouettes et Croc ne vous sont presque pas étrangers, faites nous part de votre motivation et de l'intérêt que vous portez à ce projet par email bulletin@mairie-souvignargues.fr

ESPACES VERTS

Cédric VERNAZOBRES

La commission Environnement et Développement Durable souhaite maintenir le comité **Espaces Verts** et y associer les habitants. Sa principale mission sera d'aménager et valoriser les villages de la commune avec des plantations de fleurs, d'arbres et de buissons d'ornement.

Les bénévoles aux mains vertes, ou en devenir, qui souhaitent participer peuvent se faire connaître par email :

bulletin@mairie-souvignargues.fr ou laisser leurs coordonnées au secrétariat de la mairie 04 66 80 01 57

Cédric VERNAZOBRES

CIRCUITS COURTS

Alors que le confinement a perturbé les approvisionnements alimentaires, des idées et des initiatives naissent au cœur de nos territoires ruraux.

Des circuits courts de proximité viennent compléter l'offre de l'Amap (lire article bulletin)



Le Domaine Puech de la Fontaine à Congénies, producteur local de légumes et fruits de saison en agriculture raisonnée, livre gratuitement à domicile des paniers depuis le mois de mars, contact

Bernard au +33610765892 ou <https://www.facebook.com/puechdelafontaine>

Le Jardin de Petitou, Association paysanne de développement des circuits courts, met en lien producteurs bios et locaux avec les consommateurs.

Point relais à l'atelier Embellivre, 7 Rue du Vieux Village à Souvignargues. Vous pouvez passer commande sur le site www.jardindepetitou.fr

Le pain d'Ugolin, livre toutes les semaines au hameau. Vous pouvez le joindre au 06 12 85 83 03

N'hésitez pas à nous faire part de vos actions de solidarité à l'adresse : bulletin@mairie-souvignargues.fr



Dany DUMAS

ACTIONS DE NOËL

La boîte aux lettres du père Noël est arrivée !

Le Père Noël a fait un petit détour par Souvignargues pour y déposer deux boîtes aux lettres destinée aux enfants.

Nous remercions François Piasentin pour ses très belles réalisations.

Une au pied du pin de la place du Hameau, l'autre sous l'arbre de la liberté sur le Plan.

Ceux qui le souhaitent peuvent donc y déposer leurs courriers.

Aidé de ses lutins, il se fera un devoir de répondre à chacun d'entre eux.

Bien entendu, il ne faut pas oublier de bien noter l'adresse postale pour recevoir la réponse !

Les enfants qui ont déjà envoyé leur courrier peuvent bien sûr lui écrire à nouveau. Il adore lire leurs lettres.

Afin qu'il ait le temps de répondre avant de débiter sa tournée, les lettres sont à déposer jusqu'au 20 décembre.

A l'occasion des fêtes, ces deux arbres seront illuminés.



Résultats du concours de dessins de Noël

Les enfants âgés de 3 à 11 ans étaient invités à participer au concours de dessins.

Beau succès pour cette première édition.

Le jury composé de 3 élu.e.s et d'un membre du CCAS s'est réuni et a examiné chaque dessin. Ils étaient magnifiques.

Après un choix difficile, le jury s'est prononcé pour ceux de

Clémentine Ayme 9 ans

Lisa Lignel 7 ans

Félicitations à toutes et tous les participant.e.s.

Joyeux Noël à tous !

Dany DUMAS

MATERIEL

La commune a investi et équipé notre agent technique

Loïc d'un nouveau matériel de travail : un tracteur multi fonction qui lui permet de passer plus aisément dans les rues du village.



REFERENTS AGRICULTURE

La commune a deux élus référents en lien avec les exploitants agricoles.

Pour toutes questions, veuillez contacter :

Benjamin Bouscharain au 06 80 60 73 50

Philippe Nouvel au 06 03 47 35 47

BELLE INITIATIVE

Belle initiative citoyenne proposée par des habitants du hameau dimanche 22 Novembre 2020 :

Ils se sont retrouvés entre 25 et 30 personnes (adultes, jeunes et enfants) pour nettoyer les fossés sur les routes arrivant au village (route de Souvignargues, route de Calvisson, route de St Côte, raccourci de Souvignargues).

Ils ont malheureusement remplis en 3 heures, 3 remorques de déchets divers et variés .

Nous espérons tous que ce mouvement permettra de faire appel au civisme de chacun



POUR AMELIORER NOTRE QUALITE DE VIE

ASSOCIATIONS COMMUNALES

Comité des fêtes : Le Scorpion souvignarçais

Réseau 30

GinkgoBiloba

Club l'Aïgalade

Association des Parents d'Élèves

Association sportive des Vétérans

Les Bib

La Diane

Grès Aventure

AMAP

Ride Al País

Les Quilles de Joie

Wai Note

Alaya yoga

AMAP Les paniers de l'escattes

L'AMAP Les paniers de l'Escattes organise la commande groupée et la distribution de produits locaux chaque mercredi soir sur la place du petit hameau de Saint Etienne d'Escattes.

AMAP, ça veut dire quoi ?

AMAP c'est l'acronyme de « Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne ».

Le but d'une telle association est double :

- proposer des produits locaux (et le plus souvent bio) aux adhérents.
- œuvrer pour le maintien de production locale ou régionale.

Pour réussir cela, le système est simple, celui d'un double engagement sur une durée déterminée (6 mois en général), engagement des producteurs et engagement des adhérents.

Les producteurs s'engagent dans ce partenariat sur :

- la quantité
- la qualité
- la date de livraison (selon les produits, une fois par semaine, toutes les deux semaines ou une fois par mois)

Les adhérents-clients s'engagent sur l'achat des produits qu'ils désirent mais sur 6 mois.

L'avantage pour les producteurs, c'est qu'ils savent à l'avance quelle production ils vont pouvoir vendre. A terme cela aide à pérenniser l'agriculture locale.



L'avantage pour les adhérents, c'est qu'ils ont des produits qu'ils connaissent, livrés à côté de chez eux, à date régulière et parfois moins cher que sur le marché.

Dans le monde économique des années 2000 on appelle ça un partenariat gagnant-gagnant !

Avec L'AMAP de Saint Etienne d'Escatte, chaque mercredi vous pourrez avoir :



- **Panier de légumes** de saison bio (Bruno et Menou Planiol de Fontanès) :

12 € le grand panier, 8 € le petit, contrat sur 6 mois

- **Pains bio** : selon choix à la semaine, réservations variables, contrat sur 6 mois.

- **Œufs bio** (A. Mougui à Sus-sargues) : 2,60 € la boîte de 6 œufs, contrat sur 6 mois.

- **Fromages de brebis** : une semaine sur deux d'avril à décembre avec contrat.

Et selon les possibilités vous trouverez lors de la distribution du mercredi, sans engagement :

- viande de volailles (domaine d'Ambrussum à Villetelle) : poulets, pintades.
- viande de porc (Stéphane Vidil à Gallician)
- Châtaignes à 4€ le kilo
- Savons artisanaux
- Miels
- Vins

Toute information complémentaire ou contrats sur simple demande par courriel à lespaniersdelescattes@gmail.com

Notre association est structurée en collégiale (5 administratrices et administrateurs en 2020) et compte 24 adhérents. Rejoignez-nous !

HATHA YOGA à SOUVIGNARGUES



Au delà d'une simple activité physique le **Yoga** a pour finalité **l'harmonie, le bien être de notre corps et de notre mental avec le monde qui nous entoure.**

Dans la tradition indienne le Yoga est un véritable chemin de vie, une philosophie.

En France, près de 3 millions de personnes pratiquent le yoga, jusque dans les villages les plus reculés.

Pratiquer le yoga permet de :

- Mieux respirer, améliorer ses capacités pulmonaires,
- Renforcer ses os, muscles et articulations,
- Réduire les douleurs chroniques du cou et du dos
- Tonifier la silhouette, assouplir,
- Améliorer la statique et l'équilibre,
- Préserver les fonctions cognitives, l'attention, la concentration, la mémoire,
- Réduire les pensées et émotions perturbatrices, le stress, l'anxiété, la dépression.
- Conduire à la pratique de la méditation, vers un état d'unité, d'union avec soi-même.

Enseignante diplômée en 1997 de la Fédération Française de Hatha Yoga et en 2000 de l'Institut de Yogathérapie, j'enseigne depuis 23 ans le Hatha Yoga à Montpellier, depuis 3 ans à Saussines, depuis le mois de juin à Souvignargues.

Passionnée par les effets thérapeutiques du yoga, je pratique la Yogathérapie depuis 20 ans, pour accompagner les personnes dont l'état de santé requiert un yoga adapté, en cours individuels.

A Paris, durant 14 ans j'ai été l'élève de Shri Mahesh Ghattrayal, premier maître de Hatha Yoga en France, et fondateur de la Fédération Française de Hatha Yoga. J'ai également suivi la formation de Yogathérapie du Docteur Lionel Coudron médecin, professeur de yoga et fondateur de l'Institut de Yogathérapie.

Depuis de nombreuses années je suis les enseignements de méditation du Dr Jacques Vigne (psychiatre), et n'ayant jamais cessé de me former, je continue à suivre les formations et cours du Docteur Bernadette de Gasquet et de Cyrus Fay disciple de Shri Mahesh.

J'ai commencé de proposer mes services d'enseignante de yoga à Souvignargues cet été.

Les cours ont lieu au 3 rue du Temple en petits groupes. Le cours d'essai est gratuit, de même que, durant les confinements, le cours du dimanche à 18h sur Skype.

Comme je le dis à mes élèves depuis 23 ans ; « si vous souhaitez débiter en yoga, essayez plusieurs cours, plusieurs enseignants.e.s, et allez là où votre cœur vous porte ».

Je vous donne rendez-vous avec plaisir et vous souhaite la bienvenue pour une séance d'essai gratuite en salle dès que ce sera possible, et sur Skype tant que durera le confinement.

Bernadette Munoz

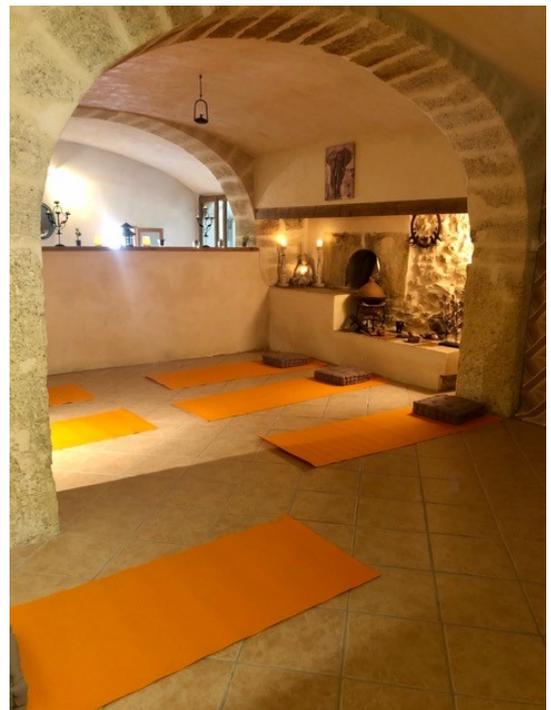
Association Alaya Yoga & Yogathérapie

3 rue du Temple à Souvignargues

Mail : association.alaya.yoga@gmail.com

Tel : 06 30 61 20 02

<https://www.alayayogatherapie.com/>



Club AIGLADE

Nous avons établi un planning bien chargé cette année aussi, mélangeant marches et visites culturelles! Covid nous a empêché de «l'honorer» dès le mois de mars, puis, les vacances passées chacun de notre côté, ravis, nous avons rêvé de nous retrouver et proposer à nouveau nos sorties... mais patatras, déconfts, nous voilà reconfinés.



Au temps de l'insouciance!

Vous me direz: «Vous n'êtes pas les seuls!» L'époque de l'année va nous permettre d'avoir du temps pour décorer nos maisons à l'approche de la fête de NOEL, et de faire briller nos yeux, même si celle-ci devait être compromise.

Espérant des jours meilleurs, nous vous souhaitons de BELLES FETES



Notre dernière sortie, nos agréables pique-niques

Comité des fêtes

À nos chère(s) Fêtard(es) Souvignarguais, Souvignarguaises, Nous avons le cœur lourd.

Où sont nos belles fêtes dans notre village adoré ?!

Pour être original, le sujet principal est comme vous le savez, ce satané Covid-19.

Depuis la création du comité en 1974, notre association n'a jamais connu cela. Il y a eu des hauts et des bas mais jamais une année sans fêtes. Malgré nos fêtes annulées, nous avons quand même réussi à mettre en place une vente de tee-shirts 2020 pour la fête (sans fête) d'août via le réseau social Facebook. Nous vous remercions pour votre participation, qui nous fait chaud au cœur ! Sachez que pour août, il y avait du pour et du contre pour organiser ne serait-ce qu'un seul jour de fête. Mais pour la sécurité de tous, nous avons préféré ne rien organiser.

Néanmoins nous tenions vraiment à mettre en place, avec toutes les mesures sanitaires, le repas comme chaque année. Mais, tout ne s'est pas passé comme prévu... Après avoir envoyé un dossier à la préfecture afin d'organiser le traditionnel repas du 15 août, sur le stade de Souvignargues. Le lendemain soir, les gens du voyage ont décidé d'établir domicile sur

notre stade. Notre repas prévu dans moins de 15 jours, nous avons pris la décision d'annuler. Et surtout, renoncer à notre dernière chance de nous retrouver et partager un moment convivial pour l'année 2020.

Concernant la réunion de l'assemblée générale, elle est aussi comme vous vous en doutez annulée.

Nous profitons de ce passage dans le bulletin municipal, pour vous rappeler que ceux ou celles qui souhaitent nous rejoindre pour l'année 2021, sont les bienvenus. N'hésitez pas à prendre contact avec un membre de l'association.

Pour nos trois futures fêtes de 2021, nous sommes encore trop dans le flou pour vous dire quoi que ce soit, rien n'est encore prévu, nous espérons juste que la situation va s'améliorer rapidement.

Nous tenions à remercier et surtout à soutenir tous les intervenants et sponsors de notre fête, courage à vous tous !

En espérant, que votre levé de coude ne soit pas trop rouillé pour la prochaine fête. Prenez soin de vous et de vos proches.

a l'an que ven ! (ou a l'an covid).

Scorpionnement



Kundalini Yoga par l'Association *Ginkgo Biloba*

La relève est assurée ! Monia Difallah et Caroline Guénard, élèves de Marie-Hélène Lavigne, professeure de yoga depuis une dizaine d'années, la remplacent désormais pour des séances de **Kundalini Yoga** dans le cadre de leur toute nouvelle association **Ginkgo Biloba**.

En formation au centre Dharamsal à Toulouse, elles assurent des cours à Sommières et Souvignargues. Et elles seront ravies de partager avec vous cette pratique riche et complète qui les passionne tant !...



Le **Kundalini Yoga**, qu'est-ce que c'est ?

Né en Inde il y a des milliers d'années, le **Kundalini Yoga** a été introduit en Occident par Yogi Bhajan. On dit que c'est le yoga originel, le yoga de la conscience, il est très puissant et génère rapidement un mieux-être, une nouvelle conscience de soi, il donne les clés pour un réel épanouissement.

Ses bienfaits ? Une meilleure circulation des énergies et du sang, un renforcement du système immunitaire, un équilibre des émotions, du stress et de l'anxiété, du sommeil, une reconnexion avec le soi profond, ses besoins, sa vérité... et une élévation de la conscience.

La période actuelle nous bouscule beaucoup, nous éprouve dans nos fondements physique, psychologique et spirituel ; le **Kundalini Yoga** nous outille pour traverser toutes ces difficultés !

VENEZ ESSAYER !

Il s'agit d'un yoga très complet, à la fois physique et spirituel.

Un cours de **Kundalini Yoga** est constitué d'un **Kriya** (enchaînement de postures et de mouvements), de **Pranayama** (techniques de respiration), de **Mantra** (pratique du son, chants), de **Shavasana** (Relaxation) et de **Dhyana** (méditation).

Un petit bilan de ce début d'année : les 2 enseignantes donnent des cours sur 7 créneaux dans la semaine à une quarantaine d'élèves ; les cours sont maintenus en distanciel pendant le confinement via la plateforme Zoom en attendant de les reprendre en salle.

L'association propose également des ateliers bien-être en kinésiologie pour une équilibration posturale et énergétique. Les prochains ateliers proposés permettront de mieux s'adapter aux changements de saison sur le plan physique, mental et émotionnel :

-Atelier d'hiver : mercredi 2 décembre 19h à 20h30 ou samedi 19 décembre de 10h à 11h30

-Atelier d'intersaison : mercredi 20 janvier 19h à 20h30 ou samedi 30 janvier de 10h à 11h30

(au foyer de Souvignargues ou en visio sur Zoom selon les circonstances)

Pour plus d'informations:

Site internet : <https://ginkgoasso.wixsite.com/ginkgobiloba>

Page Facebook: Yoga Kundalini Ginkgo Biloba

Caroline Guénard 06.28.21.43.05 – Monia Difallah 06.51.34.46.43

L'association Ginkgo Biloba propose

Kundalini Yoga

Lieux et horaires des cours

SOMMIERES (Calade)		SOUVIGNARGUES (Foyer)
Lundi 18h		Mardi 17h30
Mardi 10h		Mardi 19h
Mercredi 19h		Jeudi 10h et 19h

Renseignements et inscriptions

Monia Difallah 06.51.34.46.43 / Caroline Guénard 06.28.21.43.05
ginkgobilobaassociation@gmail.com
<https://ginkgoasso.wixsite.com/ginkgobiloba> Ginkgobiloba



Association des Parents d'Elèves de Souvignargues et de Saint Etienne d'Escattes

Une nouvelle année scolaire a commencé pour l'APE. Nous avons pu organiser dans ce contexte sanitaire particulier notre assemblée générale le 11 septembre et planifier les différentes manifestations (sous réserve des nouvelles directives)

Voici la composition du nouveau bureau 2020/2021 :

Président : Frédéric AYME

Trésorier : Laurent PANAROTTO

Secrétaire : Sophie LECONTE

Vices-présidentes : Anne MAIMI et Elisabeth VEYRUNES

Vice-trésorière : Marion SOLANO

Vices-secrétaires : Emilie PANAROTTO et Amrei WOLF

PROGRAMME 2020/ 2021

* **Dimanche 27 septembre 2020** : **Vide- grenier**



Cette journée a eu un grand succès avec beaucoup d'exposants, de visiteurs et une efficacité sans pareil de tous nos bénévoles avec la mise en place du fameux protocole sanitaire COVID 19.

* **Samedi 10 octobre 2020** : Participation à la **journée des associations et du patrimoine**, organisé par la municipalité.

NOUVEAU



* **Festivités de Noël**, dans la mesure du possible nous offrirons un moment convivial à l'école/les cadeaux sont commandés 🎅

* **Samedi 12 décembre 2020** : **Spectacle made in APE**

REPORTÉ



* **Dimanche 21 mars 2021** : **Vide- grenier** et sa super **TOMBOLA** (reportés au 11 avril en cas de pluie)



* **Dimanche 6 juin 2021** : **COURSES à pied familiales & COURSES de brouettes déguisées**

NOUVEAU



Différentes ventes sont également proposées :

* Cartes d'adhérents à l'association (5 €) permettant quelques réductions, notamment au cinéma Le Venise à Sommières : 4,90 € la place de ciné ! Contactez directement Marie Malassagne au 06.70.24.29.98 (les tickets sont à acheter au préalable) -30% chez Célestin Matériaux à Nîmes ; -10% à Espace Passion à Boisseron et St Hilaire de Brethmas.

* Objets « initiatives » avec les dessins des enfants de l'école : cette année un sac à tarte (8€) et un calendrier 2021 (4€) ont été choisis, de belles idées- cadeaux pour Noël !!! 🎄



Toutes ces manifestations et actions, nous permettront, avec les fonds récoltés, de participer, pour cette année au projet danse qui concernera l'ensemble des élèves de l'école. Nous espérons vous retrouver lors de nos différentes journées 😊
N'hésitez pas à nous rejoindre et à nous suivre, l'APE est ouverte à tous, petits et grands.

PROTEGEZ VOS PROCHES ET PORTEZ VOUS BIEN ! Joyeuses fêtes de fin d'année 🌟 L'équipe de l'APE

Pour nous contacter : apesouvignargues@gmail.com

Et pour suivre l'actualité sur notre page Facebook : <https://www.facebook.com/ApeSouvi/>



D'un confinement à l'autre...

Nous avons pu entre deux confinements reprendre les animations culturelles dans le cadre de la programmation du réseau des bibliothèques du pays de Sommières. Agathe Daumail a présenté son « Enquête à la médiathèque ». A mi-chemin entre « l'Escape- Game » et l'univers d'Hercule Poirot ou bien encore celui d'Agatha Christie, Mrs White nous a proposé de dédier l'espace de la bibliothèque à la résolution d'une enquête autour d'un vol de livre célèbre. Des indices disséminés sur place, des casse-têtes à résoudre et des défis à relever ont été amenés afin que s'élaborent en sous-groupes des stratégies, des réflexions, des interrogations pour découvrir le mystère du livre volé.



« Ma bulle à pensées »

Présentation du livre pédagogique de Virginie Scarella pour sensibiliser autour des émotions avec la classe de maternelles. Une bien belle et douce prestation !



Les ateliers d'écriture avec M Jean-Paul Michallet, auteur de Parignargues. Cette année les LIEUX sont à l'honneur. Les productions des élèves de CM1 & CM2 seront valorisées lors de la nuit de la lecture (le 16 janvier 2021) par des lectures orales. La comédienne et metteuse en scène, Christine Chantelouve supervisera ces ateliers, composés d'adultes, en partenariat avec l'association « Au pied de la lettre ».



Nous avons participé à la journée des associations et du patrimoine le 10 octobre à La Croix, en tenant un stand où nous avons présenté les différentes animations, une sélection d'ouvrages et la possibilité de créer de nouvelles cartes lect.rices.eurs (gratuites et valables dans tout le réseau).

Au fil de la parole des contes, au fil de la parole de l'autre, j'aime, je rêve, je vis et je vais... Rencontre avec un conteur Ludovic Souliman et la classe des CP/CE1 dans le cadre de « Palabrages d'automne » Ne te lasse pas de crier ta joie et tu n'entendras pas d'autres cris
(Proverbe touareg).

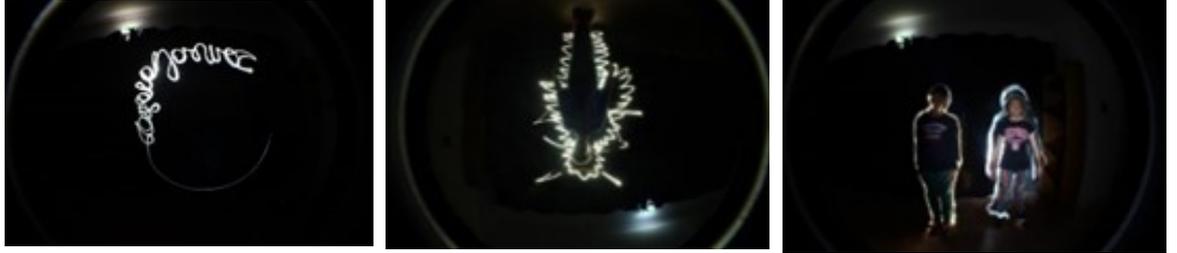


Le spectacle de contes pour les tout- petits de Teddie Allin au foyer a affiché complet (nous étions limités à la jauge Covid 19).

foyer a affiché complet (nous étions limités à la jauge Covid 19).

Pendant les vacances de la Toussaint, nous avons proposé un stage photo suivi d'une soirée « Light Graff » animés par Mélodie Gourand. En voici un petit résumé en images :





La bibliothèque a rouvert ses portes le 28 novembre, elle peut à nouveau accueillir les scolaires. Toutefois les ateliers avec les associations peuvent se poursuivre à l'école dans les classes (séances d'écritures et de lectures rappées avec Emmanuel Trignano pour les CE2/ CM2 et les ateliers « bande dessinée » Cie des Grands enfants avec les CE2/ CM1).

Pendant le confinement, les bénévoles de la bibliothèque avaient mis en place plusieurs moyens pour continuer les prêts et les retours des documents

📌 Sur réservation 😊

Les retours et retraits des réservations se font de nouveau en bibliothèque, aux horaires habituels :

- Mercredi de 10h à 12h
- Vendredi de 16h45 à 18h30
- Samedi de 11h à 12h

De nombreuses nouveautés vous attendent et sont prêtes à être empruntées. Nous profitons des permanences pour « cataloguer », « équiper » les nouveaux achats et vos généreux dons.



* Nous accueillerons le vendredi 21 mai la réunion mensuelle du réseau des bibliothèques (12) du pays de Sommières. (Appel à projets aux associations : présentation des propositions, échanges et points sur les animations, transferts des documents etc.)

Nos prochaines animations

- * « Enquête à la médiathèque » pour les CP/ CE1 (report).
- * Passage du Bibliobus (janvier 2021).
- * Histoires musicales spéciales petite enfance 0/ 3 ans, Cie Les P'tits Les Arts (report).
- * Vacances d'hiver une semaine de stage « Réalise ton court métrage » avec Olivier Berthelot, réalisateur. Du texte à l'image, les stagiaires- act.rices.eurs conçoivent de A à Z un « vrai » court métrage ! Voici quelques photos du « Château interdit » filmé en février 2020.



- * Atelier du regard avec Isabelle Mas XX siècle : Sculpture cubiste et surréaliste, mercredi 3 mars à 18h30 au foyer (report).
 - * Conférence animée, participative avec Les Ecologistes de l'Euzière « La géologie et la cuisine » au foyer communal. Choisie spécialement pour vous lors de l'un des forums d'animations organisé par la DLL de Nîmes (report).
- Stages pendant les vacances (printemps & été) avec l'animatrice numérique Mélodie Gourand : « Vidéo You tube » (à partir de 12 ans) & « dessin digital » avec Gimp (à partir de 6 ans) une nouvelle manière de dessiner.

Pour Noël la bibliothèque sera fermée du 23 décembre 2020 au 8 janvier 2021.

Rejoignez-nous sur notre page Facebook

<https://www.facebook.com/mediathequeSouvignargues/>

Contactez-nous : bibliothequesouvignargues@orange.fr

Téléphone : 04 66 93 08 71

Site du réseau des bibliothèques de la CCPS : <http://www.mediatheque-paysdesommieres.com/>



Florence, Amrei, Emilie, Monia, Nathalie et Sophie vous souhaitent de très bonnes fêtes
de fin d'année.



PRENEZ SOIN DE VOUS ET DE VOS PROCHES

Comment réserver un document de la bibliothèque ?

1/ Allez sur <http://www.mediatheque-paysdesommieres.com/>

2/ Connectez-vous à votre espace :

Identifiant : première lettre de votre prénom, suivi du nom de famille (ex : Karine Dupont = kdupont)

Mot de passe : votre année de naissance (ex : 1975)

3/ Cliquez ensuite sur l'onglet « catalogue » :

Vous accédez à tous les livres disponibles dans le réseau. Dans « recherche avancée », vous sélectionnez la bibliothèque de Souvignargues. Cela vous permet de trouver tous les livres disponibles. Les filtres permettent de sélectionner des thèmes et/ou catégories. Cliquez sur « rechercher » et vous aurez la liste des documents souhaités.

4/ Pour réserver un livre, il suffit de cliquer sur le petit « + » devant le titre, puis sur « réserver ce document », une nouvelle fenêtre s'ouvrira dans lequel vous sélectionnez comme lieu de retrait « bibliothèque de Souvignargues ».

5/ Les bénévoles sont informés de votre réservation et prépareront votre « commande ». Nous vous préviendrons par mail dès que celle-ci est prête :-)

DES ATELIERS NUMÉRIQUES POUR ADULTES

A partir du mois de janvier, la municipalité vous propose des ateliers numériques (ordinateur et/ou smartphone), une heure par semaine (jour à déterminer) dans la salle multimédia de la bibliothèque. Animés par Mélodie Gouurant , animatrice numérique de la Communauté des Communes du Pays de Sommières, ces ateliers sont gratuits et s'adressent à toutes et tous , quel que soit le niveau

Les participant.e.s viennent avec leur ordinateur portable ou leur téléphone, et lors de la première séance Mélodie détermine au cas par cas les besoins de chacun.e. Pour la suite : elle proposera un atelier général pendant la première demi heure et le reste du temps apportera une aide personnalisée en fonction des demandes

Si vous êtes intéressé.e.s : vous pouvez vous inscrire par mail ou par téléphone , auprès de la bibliothèque , nous vous recontacterons pour vous préciser le jour et l'heure :

bibliothequesouvignargues@orange.fr ou au 04 66 93 08 71



COLLECTE DES ENCOMBRANTS

Depuis le 1er Octobre, la **Communauté de communes du Pays de Sommières** en partenariat avec l'association **Calade**, dans le cadre de l'insertion par l'activité économique, vient en aide à tous les usagers du territoire intercommunal ne pouvant se rendre en déchetterie pour jeter leurs encombrants.

Il suffit pour obtenir un enlèvement à domicile de prendre rendez vous auprès du service Collecte et valorisation des Déchets au 04 66 80 98 40.

Ce service, entièrement gratuit, est également ouvert aux usagers ayant des encombrants réutilisables et en bon état. Seuls les encombrants sont acceptés, les déchets destinés à la poubelle jaune ou verte ainsi que les gravats et déchets verts sont refusés.

<https://www.ccpaysdesommières.fr/recyclade-collecte-des-encombrants/>



COMMUNAUTE DE COMMUNES DU PAYS DE SOMMIERES

Aide aux entreprises : Fonds de Solidarité

La Communauté de communes du Pays de Sommières, dans le cadre de sa compétence économique, informe les entreprises du territoire ayant été contraintes de fermer au mois de novembre, que l'aide de l'Etat, le Fonds de Solidarité, est **disponible depuis le 4 décembre sur impots.gouv.fr**

La demande doit être déposée **au plus tard le 31 janvier 2021.**

Sont éligibles au fonds de solidarité les entreprises de moins de 50 salariés, sans condition de chiffre d'affaires ni de bénéfice, ayant débuté leur activité avant le 30 septembre 2020

Pour plus de renseignement :

COMMUNAUTE DE COMMUNES DU PAYS DE SOMMIERES



Parc d'activités de l'Arnède - 55 rue des Epauettes

BP 52027 – 30252 SOMMIERES Cedex

Standard : 04 66 77 70 39

Cadeaux de Noël dans mon commerce local-pays de Sommières



Office De Tourisme du Pays de Sommières

26 novembre, 01:19 · 🌐

📌 En cette année particulière, consommons local pour Noël 🍷

Sur ce groupe, vous pouvez trouver des pépites locales pour offrir des cadeaux originaux : créations artisanales, paniers garnis et/ou coffrets de Noël, bon cadeau pour une expérience loisirs,... mais aussi les plats à emporter de nos restaurateurs, en Pays de Sommières et chez les partenaires de l'Office de Tourisme qui se trouvent à proximité.

En soutien aux artisans d'art, créateurs, commerçants, restaurateurs, producteurs et professionnels de loisirs.

Professionnels : partagez vos bons plans/cadeaux de Noël, et plats à emporter (pour les restaurateurs).

Visiteurs : repérez les cadeaux de votre choix comme sur un catalogue, cliquez, contactez et passez commande auprès des commerçants.

>> N'hésitez pas à partager le groupe au maximum et à inviter vos amis pour davantage de visibilité.

Pour consulter les règles à respecter pour les publications : onglet "A propos".



ÉLECTROMÉNAGER : COMMENT ÉVITER LES PANNES ?

REPLACER SOUVENT NOS APPAREILS, C'EST UTILISER DES MATIÈRES PREMIÈRES POUR EN FABRIQUER DE NOUVEAUX ET C'EST DES DÉCHETS EN PLUS. POUR LES FAIRE DURER PLUS LONGTEMPS, SI ON COMMENÇAIT PAR BIEN LES UTILISER ET BIEN LES ENTREtenir ?

LA PLUPART DES PANNES SONT ÉVITABLES

1 appareil sur 2

rapporté au SAV souffre juste d'un défaut d'entretien et ne nécessite aucune pièce de rechange (c'est même 60 % des cas pour le gros électroménager !).

3 causes principales



Filtres ou tuyaux bouchés



Entartrage



Grilles de ventilation obstruées



70 % des pannes de grille-pain sont causées par des miettes accumulées dans l'appareil.

LES GESTES QUI SAUVENT

FOCUS SUR 3 ÉQUIPEMENTS

Nettoyer le compartiment de lessive à l'eau tiède.

1x / mois



Lave-linge

1x / 6 mois

Détartrer le tambour : faire un lavage à haute température avec 1 litre de vinaigre blanc ou un produit d'entretien adapté.

Vider le filtre de vidange.



Laisser la porte ouverte entre deux lavages pour éviter les mauvaises odeurs.

Nettoyer le filtre d'arrivée d'eau et le joint d'étanchéité de la porte.

1x / 6 mois



Dégivrer, de préférence quand l'appareil est peu rempli

1x / 6 mois

1x / an



Réfrigérateur/congélateur

1x / 3 mois

Nettoyer tous les éléments avec du vinaigre blanc.

Dépoussiérer le condensateur.



Laisser un espace d'au moins 5 à 10 cm entre le mur et le réfrigérateur.



Détartrage régulier du petit électroménager !

Une fois tous les 3 mois, utiliser du vinaigre blanc bouilli dans de l'eau ou les produits recommandés par les fabricants, pour votre cafetière électrique, bouilloire, fer à repasser...

Nettoyer le filtre à poussière et les embouts à l'eau tiède.

1x / 3 mois



Aspirateur



Changer le sac quand il est rempli aux trois quarts.

3 RÈGLES D'OR, TOUS APPAREILS CONFONDUS

1 Lire les notices d'utilisation (dosage des produits, consignes d'entretien, mode d'emploi...), également disponibles sur Internet ou sur simple demande au fabricant.

2 Utiliser ses équipements dans de bonnes conditions : loin des sources de chaleur pour éviter la surchauffe ou des plantes pour limiter le risque de projection lors de l'arrosage...

3 Profiter des nombreux conseils et tutos en ligne pour bichonner ses appareils et même les réparer soi-même en cas de panne !

POUR ALLER PLUS LOIN

Tous les conseils et tutos à retrouver sur www.longuevieauxobjets.gouv.fr



TRANQUILITE SENIORS

Pour être au plus près des personnes âgées.

Pour la seconde année, la mairie de Souvignargues participe au dispositif "Tranquillité Séniors" aux côtés de la Gendarmerie Nationale du Gard.

"En cette période de crise sanitaire, la Gendarmerie Nationale met en œuvre un dispositif "Tranquillité séniors" au profit de nos aînés afin de permettre aux personnes âgées particulièrement vulnérables et isolées de signaler auprès de nos services toutes problématiques mais aussi de permettre aux unités territoriales de bien repérer les situations compliquées et de cibler leurs actions."

Recensés par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS).

Les fiches d'inscription récoltées en mairie seront ensuite transmises directement à la gendarmerie.

L'opération tranquillité séniors, c'est également une campagne de sensibilisation aux réflexes de la sécurité au quotidien.

Dany DUMAS



MINISTÈRE
DE L'INTÉRIEUR
*Liberté
Égalité
Fraternité*

Groupement de gendarmerie départementale du Gard

OPÉRATION TRANQUILLITÉ
SÉNIORS

DEMANDE INDIVIDUELLE



<u>COB / BTA DE :</u>	<u>COMMUNE CONCERNÉE :</u>
<u>DEMANDEUR</u>	
NOM :	Prénom :
Adresse complète (+ étage, n° de porte...) :	
Tél :	Mail:
<u>RENSEIGNEMENTS DIVERS</u>	
Vivez-vous seul(e) ?	Disposez-vous d'un moyen de déplacement ?
Votre résidence est-elle sous alarme (oui / non) – sous vidéoprotection (oui /non) ?	
Nom de la société et numéro :	Digicode :
<u>PERSONNE À PRÉVENIR EN CAS DE PROBLÈME</u>	
Nom :	Prénom :
Adresse :	
Tél :	Possède t-elle les clefs : oui / non
<u>AUTRES RENSEIGNEMENTS À PRÉCISER</u> (coordonnées de tiers de confiance (voisins, aide à domicile, famille, proches à contacter...), autres... :	
En outre : – Je souhaite bénéficier des dispositions du plan canicule : OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/> – N'étant pas en capacité de me déplacer, je sollicite un contact avec la gendarmerie : OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>	
<i>Les informations recueillies font l'objet d'un traitement d'informations nominatives. Conformément à l'article 34 de la loi 78-17 du 6 janvier 1978, relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant. Vous pouvez exercer ce droit auprès de l'unité de gendarmerie ayant enregistré votre demande.</i>	
Date :	Signature :



GRATUIT ET CONFIDENTIEL
Anonyme sur demande

Dispositif de Soutien Psychologique et Traumatique

Occitanie pour le Gard

05 . 34 . 39 . 33 . 47

Tous les jours - de 8:30 à 18:30



Le DSPT Occitanie c'est

Un numéro unique pour:

- le grand public
- les soignants
- les institutions

Le DSPT Occitanie assure

- une écoute psychologique initiale
- une évaluation de la demande
- une orientation pour suivi adapté et dispatching départemental (30)



Apporter une réponse spécifique aux appels pour *stress liés au COVID*, à *l'isolement* et aux *situations psychotraumatiques individuelles*

Informar sur le réseau et les formations liés au stress et au psycho traumatisme

Apporter une réponse aux Samu, urgences et psychiatrie de liaison ainsi qu'à la population



COMMERCANTS OU CHEFS D'ENTREPRISE

Face au contexte imposé par la crise sanitaire débutée en mars dernier, un partenariat national a été signé avec l'Association APESA (Aide Psychologique aux Entrepreneurs en Souffrance Aigüe) chargée de mettre en place un numéro vert à votre attention accessible 7 jours sur 7 de 8h à 20h : **0 805 65 505 0**.

Une "fiche d'alerte" à compléter avec l'accord et en présence de la personne concernée, est disponible au secrétariat de la mairie. Celle-ci sera transmise par courriel à l'APESA où un médecin psychologue contactera dans les 24 heures l'intéressé. Cinq séances sont prises en charge par l'Association qui est reconnue d'Utilité Publique.

ENTREPRISES ET INDEPENDANTS

Cave Coopérative - 04 66 80 01 44
cave.souvignargues@gmail.com

Société Vernazobres 04 66 80 01 42
www.vernazobres.fr

Garage Design Auto Moto 04 66 77 74 51
www.facebook.com/designautomoto30

Restaurant l'Instant 04 66 73 71 64

Camping Le Pré Saint André 04 66 80 95 85
www.lepresaintandre.com/

La Mouette et le Coquelicot Traiteur et Portage
de repas à domicile 06 17 02 61 71

Stéphane Laval Plaquiste Peintre 06 68 27 52 91
www.facebook.com/Stephane-Plaquiste-Peintre

Xavier Vautrain - Architecte 04 66 80 13 88
vx.archi@orange.fr

Boulangerie La Provençale 04 66 80 99 85

Coupe Fils & Compagnie 04 66 73 54 58

Pépinière Quissac Fabien 06 28 19 14 55

M-Créatiz' - Graphiste 06 63 78 36 52 -
www.facebook.com/mcreatiz

Naïs Pommier - Secrétariat 06 17 31 54 70 -
naispommier@yahoo.fr

Rapsody by C. - Création d'accessoires textiles -
06 20 35 20 79 -
www.facebook.com/rapsodybyC

Caroline Guenard - Kinésologue 06 28 21 43 05
<http://www.ginkgokinesio.fr/>

Olivier Grau - Menuisier Ébéniste 06 23 63 64 07

Olivier Berthelot, réalisateur vidéo 07 69 17 37 05

Embellivre -Travaux de reliure, carnets personna-
lisés - <http://www.embellivre.fr/>

VIGNERONS INDEPENDANTS :

Domaine Xoan Arias - Hameau 06 63 94 03 73 -
www.domainearias.com/

Domaine Fortuné 07.72.35.93.54
www.domaine-fortune.com

Domaine Mas Lau - Laurent Bagnol

Domaine Mont de Marie Thierry et Marie Noëlle
Forestier 04 66 21 98 18

Domaine Vallat d'Ezort - 2225 rte d'Uzès
Frédéric Martin 06 28 33 06 38

Domaine Scarlata Famille Scarlata 06 15 54 30 29
www.facebook.com/VinPaysFamilleScarlata

Domaine du Bartassou Audrey Et Anthony Vidal -
06 21 19 39 18 -
www.facebook.com/Vidal2Aandco/

MEDICAL :

Docteur Lompré - Médecin généraliste
04 66 77 71 10

Jérémy Arrieta - Infirmier 06 15 77 91 80

ENFANCE :

Assistantes maternelles :

Laurence LECLERC MONEGER - 06.77.79.30.18

Mathilde SABATIER - 06.22.05.00.98

Nelly GONNET - 06.59.18.20.29

Delphine GEORGES - 04.66.93.86.23

Sandrine LOUET - 06.84.41.64.58

Crèche :

Les Chérubins en Culottes Courtes - 06.29.87.53.96

ETAT CIVIL

Avis de Naissance :

Méryl GUILLOT ARBOUSSET, le 21 janvier.

Anastasia SIMON, née le 12 août.

Théa PERNOT, née le 12 août.

Jade GRONCHI, née le 27 août.

Marceau ALLEGRE SIMON, le 31 août.

Marceau ROLLIN BECERRA, né le 5 septembre.

Lucas MAURIN, né le 23 septembre.

Mila CARREL, née le 3 octobre.

Matys OLIVELLA, né le 24 octobre.

Eva BOURNIER GAILLARD, née le 10 novembre.

Mariages :

Sabrina MARCEDDU et Thibaut VERNAZOBRES, le 14 février.

Claude RAYNAUD et Michel OGULINAC, le 20 juin.

Avis de Décès :

Henri CANNESSON, le 7 janvier.

Ottmar KOSITS, le 23 mars.

Marie QUISSAC née OLLIVIER, le 18 septembre.

Simone HUBERT née PRIVAT, le 17 octobre.

Louis PRADEILLES, le 20 novembre.

ELU.E.S REFERENT.E.S

Florence ARNAUD - 155 chemin Mas d'Ezort - arflorence@laposte.net - 06 86 34 25 19

Thierry BARRE - 8 rue du Bésal - barrethierry1959@gmail.com - 06 07 05 88 93

Benjamin BOUSCHARAIN - 230 Rte de Sommières - bouscharainbenjamin@hotmail.fr - 06 80 60 73 50

Françoise CANAC - 430 chemin de la Bergerie - famillelerasle@wanadoo.fr

Dominique CHIARAMONTI - 9 rue du Vieux village - dominique.chiaramonti@gmail.com

Dany DUMAS - 141 chemin des Prés - d.dumas@live.fr

Laurent JUIF - 7 rue des Cadènes - l.juif30@gmail.com

Jérôme LECONTE - 43 chemin de la Roque - 06 29 58 16 29

Cyril MAURIN - 3 place de l'Église - c.maurin@hotmail.com - 06 29 75 74 85

François MICHELI - 141 chemin du Mas d'Ezort - francois.annick@orange.fr - 06 73 47 77 77

Philippe NOUVEL - 9 rue de l'enclos - phnv30@gmail.com - 06 03 47 35 47

Maryline PICHON - 2 chemin de Saint Etienne - maryline.pichon@gmail.com

Catherine SOUCHON - 129 chemin des Combes - souchon.cathy@bbox.fr

Cédric VERNAZOBRES - 66 chemin des Barbières - cedric.vernazobres@gmail.com - 06 22 99 75 70

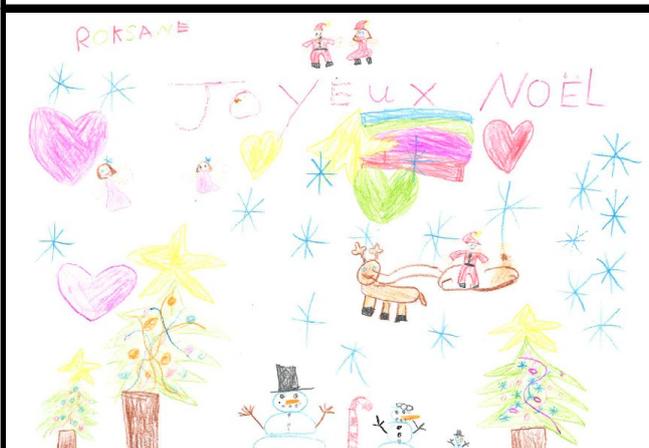
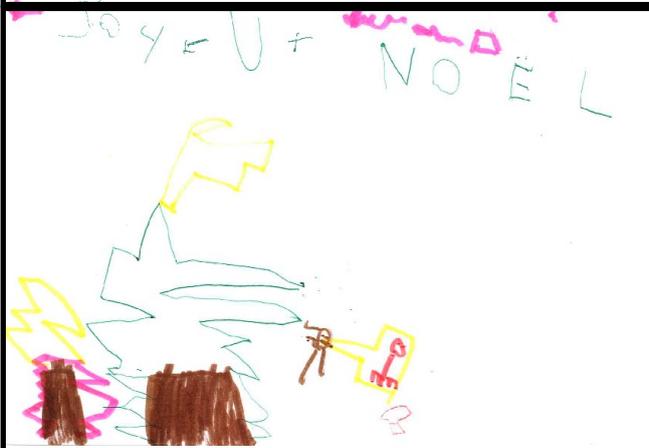
C
O
N
C
O
U
R
S

D
E
S
S
I
N
S

Félicitations à toutes et tous les participant.e.s. :

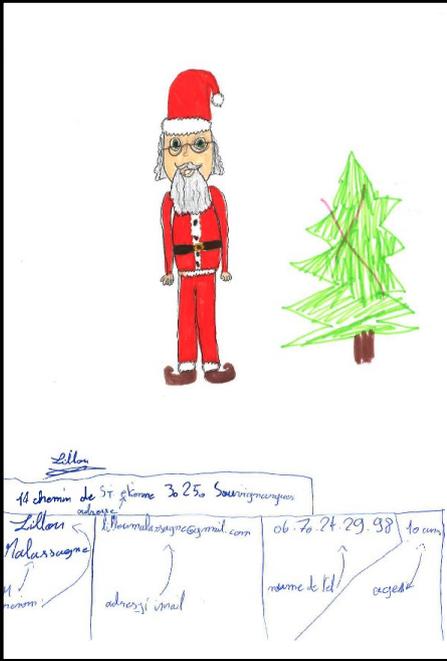
Concours des 3/7 ans : Aaron, Zélie, Xavier, Théo, Élise, Nolan, Marius, Lisa, Roksane, Basile

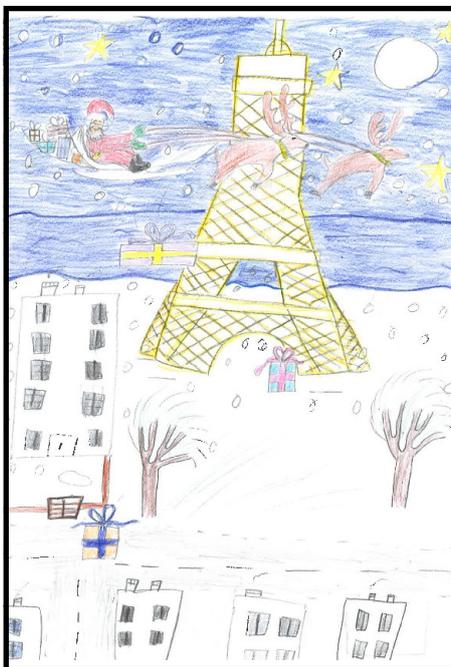
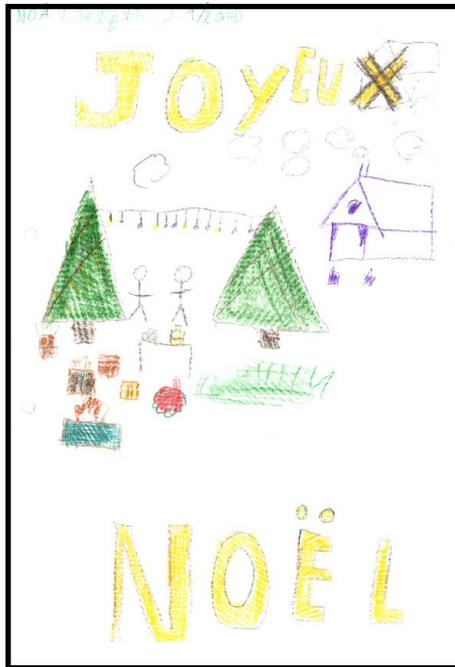
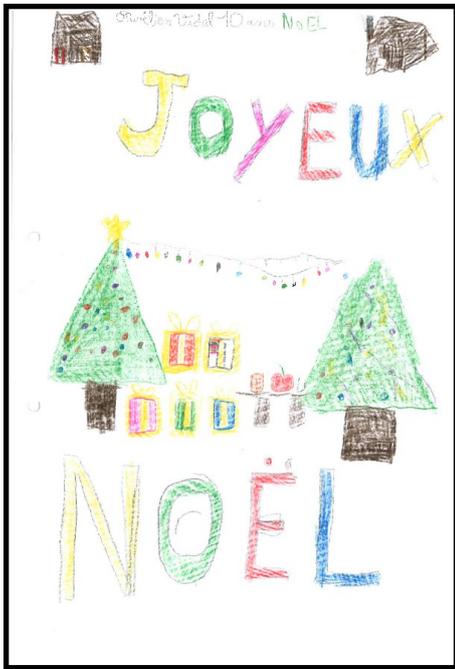
Concours des 8/11 ans : Raphaël, Esteban, Aurélien, Gauthier, Lou, Valentine, Cassandra, Romane, Yanna, Lillou, Enora, Cléa, Noa, Soren, Thibault, Clémentine, Zoé .



C
O
N
C
O
U
R
S

D
E
S
S
I
N
S







Clémentine 9 ans



Lisa 7 ans