

SEPTEMBRE  
2024

Centre social et culturel Énergies de la Piège  
**Dépôt des informations avant le mercredi 25 septembre**

9, rue des Rosiers - 11 410, Salles-sur-l'Hers  
04 68 60 38 98 - [communicatif@energiespiege.org](mailto:communicatif@energiespiege.org)



COMMUNIC'ACTIF

**PERMANENCES  
ASSOCIATIONS ET  
ACTIVITÉS**

**MERCREDI 4 SEPTEMBRE / 14H-18H / SALLES SUR L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE**

Les associations Clé Yoga, Nature en Jeux et Les Marcheurs de la Piège vous présenteront les activités et engagements associatifs qu'elles proposent sur votre territoire.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**ANIMATION  
JEUNES**

**MERCREDI 04 SEPTEMBRE / 14H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE**

A l'occasion de la permanence des associations, les jeunes du territoire proposent une action d'autofinancement « Vente de crêpes ».

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**PERMANENCE  
ASSISTANTE  
SOCIALE**

**JEUDI 05 SEPTEMBRE / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE**

Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary. Uniquement sur rendez-vous.

● 04 68 23 55 82 / [MDS Castelnaudary](mailto:MDS Castelnaudary)

**SAINT MICHEL DE  
L'ART**

**6 ET 7 SEPTEMBRE / SAINT-MICHEL DE LANÈS / VILLAGE**

L'association La Marèla organise la cinquième édition de cet événement culturel destiné à mettre en valeur les talents artistiques locaux et régionaux. Soirée d'ouverture avec le trio de fantaisie musicale façon circassienne Gros Débit à 19h30 suivi d'un repas sur place et du concert de l'Orchestre En Carton. La journée du samedi se clôturera par un repas-concert en partenariat avec le restaurant Les Marronniers (réservation conseillée : 07 81 65 56 87), avec le groupe de musique Afro-Cubaine Alfredo Buendia y Los Picaflores suivi d'un set de DJ T.e.S et de DJ Guizmo. Participation de 5€/personne pour les + de 14 ans pour la soirée d'ouverture du 6 et participation de 7€ pour la journée et soirée du 7.

● [Tout le programme sur www.saintmicheldelart.com](http://www.saintmicheldelart.com)

**MOLLEVILLE EN  
FETE**

**SAMEDI 7 SEPTEMBRE / MOLLEVILLE / VILLAGE**

11h - messe suivi d'un apéritif. 14h30 - concours de pétanque en doublettes formées. 20h30 paëlla géante suivie d'une soirée animée par subsonic. 16€ pour les adultes et 8€ pour les enfants de - de 12 ans. Pensez à vos couverts. **Inscriptions avant le mercredi 4 septembre**

● 06 09 74 46 69 ou 06 17 72 43 27

**CLUB DU 1<sup>ER</sup> ÂGE**

**SAMEDI 14 SEPTEMBRE / 10H-12H / SALLES SUR L'HERS / SALLE LA CABIROLE - HABITAT INCLUSIF**

Le club du 1<sup>er</sup> âge fait sa rentrée autour d'un moment de partage et d'éveil sensoriel avec les résidents de l'Habitat Inclusif. Proposé par le centre social et culturel Énergies de la Piège dans le cadre de sa mission d'animation auprès des familles et d'accompagnement à la parentalité, le club du 1<sup>er</sup> âge est un espace dédié aux rencontres et aux échanges entre parents, grands-parents et enfants âgés de 0 à 4 ans. Telle une parenthèse dans le quotidien, il permet à tous de se retrouver pour partager un moment convivial. Cette action est labellisée par le REAAP (Réseau d'Écoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents). La participation libre et gratuite.

Le nouveau calendrier des rencontres est envoyé par courrier aux familles du territoire ou reste disponible dans les locaux de l'association et dans les mairies. Son nouveau visuel, plus moderne et relooké, est issu d'une réflexion des bénévoles de la commission familles-parentalité. Si vous souhaitez donner votre avis et participer aux propositions d'animations, cette commission est ouverte à tous, à tout moment de l'année.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**MARCHE DE  
PRODUCTEURS**

**DIMANCHE 15 SEPTEMBRE / PAYRA-SUR-L'HERS / PARC**

L'Association des parents d'élèves de Payra sur l'Hers organise pour sa rentrée festive un marché de producteurs et artisans locaux. L'évènement se déroulera en même temps que la kermesse, pour une belle journée festive de partages et de convivialité. Nous sommes donc à la recherche d'exposants pour notre marché. Producteurs, artisans, créateurs, artistes.... N'hésitez pas à nous rejoindre, nous vous attendons nombreux ! L'emplacement sera de 10€, entièrement au profit des enfants de notre école.

● [Renseignements et inscriptions : 07 86 83 85 94 / apepayrasurlhers@gmail.com](mailto:Renseignements et inscriptions : 07 86 83 85 94 / apepayrasurlhers@gmail.com)

**CNI PASSEPORT**

**16 & 17 SEPTEMBRE / SALLES-SUR-L'HERS / MAIRIE**

Le secrétariat vous accueille (uniquement sur rendez-vous) pour finaliser vos démarches de cartes d'identité et de passeports. Pour les pré-demandes en ligne, vous pouvez vous faire accompagner au Centre Social Énergies de la Piège - Espace France services.

● 04 68 60 30 22 / [contact@sallessurlhers.fr](mailto:contact@sallessurlhers.fr)

**ANIMATION  
JEUNES**

**MERCREDI 19 SEPTEMBRE / 14H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES**

Tournoi de jeux de société.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**PERMANENCE  
ASSISTANTE  
SOCIALE**

**JEUDI 19 SEPTEMBRE / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE**

Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary. Uniquement sur rendez-vous.

● 04 68 23 55 82 / [MDS Castelnaudary](mailto:MDS Castelnaudary)

SEPTEMBRE  
2024

Découvrez notre agenda en ligne : [www.energiespiege.org](http://www.energiespiege.org)



# COMMUNIC'ACTIF

## ATELIERS NUMÉRIQUES PARENTS

### JEUDI 19 SEPTEMBRE / 18H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE

Vous êtes parents, grands-parents et vous souhaitez accompagner vos enfants à l'usage des écrans et des réseaux sociaux ? Des ateliers gratuits vous sont proposés par le conseiller numérique. Cette première rencontre permettra de connaître vos besoins, vos envies et de construire le contenu de ces ateliers avec vous. Participation libre.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## LES JEUDIS DU NUMERIQUE

### JEUDI 19 SEPTEMBRE / 14H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE

Les ateliers collectifs reprennent. De la découverte du matériel informatique ou des logiciels de bureautique, de la navigation sur Internet ou de la gestion des e-mails à la maîtrise d'Excel ou la création d'un blog en passant par la sécurisation de vos données informatiques ou la découverte de logiciels 3D, nous aborderons ensemble tous les sujets du numérique qui vous mèneront vers l'autonomie pour plus de sécurité et de plaisir.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org) / [www.energiespiege.org/ateliers-numeriques](http://www.energiespiege.org/ateliers-numeriques)

## SÉANCE BIEN-ÊTRE

### VENDREDI 20 SEPTEMBRE / 20H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE

Séance de relaxation aux sons du tambour chamanique et du chant canalisé animée par Nadège Favri, qui produit des sensations au niveau physique, mental, émotionnel et énergétique. Se pratique en position allongée sur tapis ou en position assise. Moment de détente et de bien-être gratuit, proposé par le centre social et culturel, ouvert à tous à partir de 16 ans. Attention les places sont limitées, inscription obligatoire.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## RECITAL DE TROMPES DE CHASSE

### SAMEDI 21 SEPTEMBRE / 17H30 - 19H30 / BELFLOU / CHÂTEAU

Dans le cadre des journées du patrimoine, l'AICA Hers Ganguise vous accueille au château de Belflou pour assister à un récital de trompes de chasse. Entrée gratuite. Apéritif offert à partir de 18h et jusqu'à 20h. ● Renseignements : 06 66 95 42 62

## VISITE ET CONCERT

### SAMEDI 21 SEPTEMBRE / 14H30 ST MICHEL DE LANES / VILLAGE ET EGLISE

Dans le cadre des Journées européennes du patrimoine, les amis de l'orgue vous proposent la visite commentée du village et de l'église avec l'historien Henri Pradaliar au départ de la mairie. Puis un concert d'orgue et voix avec Yves Gourinat, titulaire de la cathédrale de Castres et M-France Calmels, mezzo-soprano. Tarif 10 euros. Accessible PMR. ● 06 63 07 41 51

## VIDE GRENIER

### DIMANCHE 22 SEPTEMBRE / BARAIGNE / VILLAGE

Emplacement 2€/mètre. Buvette et restauration sur place : formule sandwich + chips à 5 €. Café offert aux exposants. ● Inscriptions avant le 18 septembre au 06 76 71 58 89

## CLUB DU 1<sup>ER</sup> ÂGE

### MERCREDI 25 SEPTEMBRE / 9H30 - 11H30 / MARQUEIN / SALLE DES FÊTES

Le club du 1<sup>er</sup> âge propose un moment de détente autour de jeux de massages animé par Caroline de l'Association Cocoon. Lieu de rencontres et d'échanges, le club du 1<sup>er</sup> âge s'adresse à tous les enfants âgés de moins de 4 ans et accompagnés de leurs parents, grands-parents ou assistante maternelle. La participation est libre et gratuite, au gré des envies et des disponibilités de chacun. ● Inscriptions avant le 18 septembre au 06 76 71 58 89

## EXPOSITION

### 28 & 29 SEPTEMBRE / 10-12H ET 15H-18H / SALLES-SUR-L'HERS / SALLE DE LA MAIRIE

L'atelier de peinture de Maïté expose ses œuvres. Venez nombreux, vous serez les bienvenus. ● Maïté Combes - 07 66 16 94 11

## ANIMATION JEUNES

### VENDREDI 4 OCTOBRE / 17H-21H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES

Repas partagé « Papotage par photo langage ». Chacun amène un plat à partager et tout le monde se régale ensemble. **Inscription jusqu'au 2 octobre, 17h.**

● 06 43 87 43 95 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## ATELIER CPAM FRANCE SERVICES

### LUNDI 7 OCTOBRE / 9H-12H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE

Dans le cadre de l'opération portes ouvertes nationales des France Services (du 3 au 15 octobre), cet atelier numérique gratuit co animé par un agent de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie et un conseiller France Services vous présentera les téléservices et démarches administratives liées à votre santé. Si vous avez déjà un compte sur [ameli.fr](http://ameli.fr), munissez-vous de vos identifiants de connexion sinon, munissez-vous de votre carte vitale et nous vous accompagnerons à la création de votre compte, essentiel pour éditer vos attestations de sécurité sociale, suivre vos remboursements de soins entre autres. **Inscription obligatoire avant le mercredi 2 octobre.**

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## DANSE DE SALON

Très prochainement, démarrage des cours de danse de salon (rock, danses latines et initiations autres danses) proposés par le centre social et culturel Énergies de la Piège et dispensés par un professeur de danse. Tous les mercredis soirs à partir de 18h30 à la salle la Cabirole à Salles sur l'Hers. Ces cours s'adressent à tous à partir de 15 ans. Tarif 180€ l'année payable en 3x60€/trimestre. ● Renseignements et Inscriptions : 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## FORMATION 1ERS SECOURS

L'Association Énergies de la Piège souhaite proposer une session de formation aux 1ers secours, avec validation du PSC1, accessible à tous à l'automne. Attention les places seront limitées. Merci de vous faire connaître auprès de l'accueil si vous êtes intéressés.

● 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)