

Édito du maire



La vie associative est le poumon d'une commune !

L'été sera bientôt là et ce cinquième numéro de l'Écho des Assos permet à toutes nos associations de faire le bilan de l'année écoulée.

Parce qu'elles incarnent la vie sous toutes ses facettes, l'humanité sous toutes ses formes, les associations jouent un rôle important dans notre quotidien.

Nous avons la chance de disposer, à Cunac, d'un tissu associatif extrêmement riche qui participe, avec vitalité et énergie, à l'animation de notre village : sports, loisirs, culture, solidarité... Vous trouverez certainement matière à satisfaire vos centres d'intérêt au sein de l'une des associations recensées.

Un épanouissement personnel ou collectif, une volonté d'aider ou d'être aidé, d'apprendre ou d'enseigner, ou tout simplement de partager... Toutes les raisons sont bonnes pour rejoindre le milieu associatif cunacois.

Les hommes et les femmes qui agissent au sein de ces associations le font de manière bénévole, désintéressée. Leur action est volontaire, gratuite et s'inscrit hors des cercles familiaux et professionnels. Leur engagement est motivé à la fois par le souci de proposer des activités pour tous les publics et celui de promouvoir la culture, le sport et d'autres loisirs. Que tous les bénévoles qui contribuent à la vie associative de la commune soient remerciés.

De son côté, la municipalité soutient et accompagne leurs initiatives et leurs actions, à travers les subventions et les aides matérielles qu'elle leur accorde.

Continuons à faire bouger notre village et contribuons toujours plus au « bien vivre ensemble » !

Bonne lecture à tous.

Delphine Deshaies-Galinié

L'Association de Parents d'Élèves de l'école de Cunac compte sur un bureau et des membres actifs très investis pour organiser des événements tout au long de l'année scolaire. Les actions proposées par l'APE, en lien avec l'école, ont pour but de recueillir des fonds afin d'aider à financer des projets pédagogiques de l'école (sorties, interventions artistiques, goûters enfants, etc).

Cette année 2017-2018 est marquée par quelques petites nouveautés pour l'équipe fraîchement installée : la mise en place et la gestion d'une page Facebook pour l'association, permettant une communication un peu plus large et réactive si besoin (www.facebook.com/cunacape), ainsi que la création d'un logo afin de permettre une meilleure identité pour l'association.

Petit tour d'horizon des événements organisés cette année ; de vraies réussites grâce aux parents bénévoles et aux nombreux visiteurs.

Bourse aux jouets

Le dimanche 19 novembre 2017, la bourse aux jouets a attiré comme chaque année de nombreux exposants (tables attribuées en priorité aux parents d'élèves puis ouverture au public) et visiteurs. Le stand tenu par l'APE, alimenté par des dons de parents d'élèves a généré de belles recettes au profit de l'école.



Vente de chocolats

À la mi-décembre, la vente de chocolats du Maître Chocolatier Alex Olivier fut un succès pour la deuxième année consécutive.

Goûter de Noël

Après un goûter de Noël festif à l'école, les enfants ont reçu chacun un cadeau : un père Noël en chocolat ainsi qu'un livre.



Soirée du loto

En partenariat avec l'équipe enseignante, le vendredi 26 janvier 2018 a eu lieu la traditionnelle Soirée du loto. La participation sans faille des maîtresses à l'animation de la soirée est une véritable « marque de fabrique » de ce loto, dont nous sommes fiers. Une fréquentation à son comble, des lots de qualité et les nombreux messages de remerciements suite à la soirée, témoignent de la réussite de cette action.

Cette année, la mobilisation de l'APE pour solliciter des dons et parrainages a permis de récolter de nombreux lots, d'où un bénéfice record pour cet événement !



Le goûter du carnaval

Depuis quelques années, l'APE fournit le goûter des enfants le jour de Carnaval, après le défilé. Cette année encore, les enfants ont connu une matinée de fête : après avoir chanté, des pains d'épices au chocolat et jus de pomme ont été distribués aux enfants.



La traditionnelle fête de l'école aura lieu vendredi 29 juin 2018. Après le spectacle des enfants et l'apéritif offert par l'école, une soirée avec repas sera organisée par l'association.

Cette année 2017/18 a été très stimulante pour la nouvelle équipe du bureau. Une reprise des rôles prometteuse, avec de beaux profits pour certaines manifestations. La motivation est encore et toujours plus forte pour mettre en place de nouvelles actions et accueillir de nouveaux parents.

Nous remercions tous nos partenaires et donateurs ainsi que les parents d'élèves, sans qui tout cela ne serait pas possible.

Généralions Mouvement

ARPA St Juéry - Cunac

Majoritairement composée de séniors, mais ouverte à toutes et tous, notre association, présente depuis plus de 70 ans, vous propose toutes les semaines hors période estivale, un loto réalisé le jeudi après-midi, et un concours de belote réalisé le vendredi après-midi. Ces animations ont lieu à la salle Louise Michel de l'Espace Victor Hugo à St Juéry.

Par ailleurs, chaque année, plusieurs bals sont également organisés, mais aussi des sorties journalières en région Occitanie, ainsi qu'un goûter et 2 repas, dont 1 réalisé à la Salle de Spectacles de Cunac.

Également 2 lotos dominicaux annuels, dont 1 est effectué début Mars au sein de la Salle de Spectacles de Cunac.

Des manifestations interclubs Généralions Mouvement sont aussi régulièrement proposées aux adhérents, comme, à titre d'exemple : Randonnée, Pétanque, Belote, Journée de l'Amitié, Remue-Méninges, Question Pour Un Champion, etc.

L'ARPA comptabilise 240 adhérents à ce jour, accueille toutes les personnes désireuses de partager de bons moments de convivialité, sans condition d'âge, et permet le renforcement du lien social et intergénérationnel. Chaque adhérent à jour de sa cotisation est récipiendaire d'un colis de Noël.

La liste des manifestations pour 2019 n'est pas encore totalement déterminée, mais les dirigeants de l'ARPA reconduiront une programmation globalement analogue.

Contact :

Le Président, Henri VILLENEUVE : 05 63 55 11 49

La Secrétaire, Rachel ROQUES : 06 51 19 47 10

rachel.roques1941@orange.fr



Yoga

Vous n'avez jamais osé pousser
la porte d'une salle de yoga ?

N'hésitez plus et venez découvrir les bienfaits d'une
séance de Hatha Yoga
en compagnie de Nora et ses élèves !

Venez nous rejoindre à CUNAC
« Espace Associatif »
le lundi de 18h à 19h30

Contact :

Nora : 06 23 29 18 16

Lise : 06 81 42 36 55

A.S.D.C.

Association Sportive Danses de Cunac

Une saison se termine ... une autre prendra place

le 1^{er} octobre 2018
de 20h30 à 22h30
à la salle de Spectacles

et tous les lundis jusqu'au 27 Mai 2019,
pour initiation et perfectionnement aux danses musette, traditionnelle, en ligne, etc.

-----●●●●●-----
Cette session sera la dixième et nous tenons à remercier toutes les personnes qui se sont mobilisées afin que ce club perdure. Vous qui aimez danser, il n'y a aucune limite d'âge. N'hésitez plus, **venez nous rejoindre**, adhérents et membres du bureau seront très heureux de vous accueillir et de vous faire passer d'agréables soirées dans une ambiance détendue et conviviale.

Deux numéros d'appel sont à votre disposition pour tous renseignements souhaités :

Claudie : 05 63 53 02 05
Alain : 06 70 79 40 32



*Photos prises
lors des ateliers*



Panel des danses travaillées

Baïon, Chacha, Charleston, Fox, Java, Marche, Mazurka, Paso-doble, Tango, Valse, Mandéole, ...
Bourrées 2 temps et 3 temps (différentes chorégraphies), Danses en ronde, ...

Mixeur, Polka, Scottish, Sardane, ...

Et danses actuelles : bidouillade, Country en ligne (solo et couple), Kuduro, Zumba
Mariana, Tradivelle, Zimbola, Polka à deux, Tarentelle, la Hora, Koudourou



Photos des bals organisés :

*Janvier 2018 avec l'orchestre
VÉRONIQUE POMIÈS*

*Mars 2018 avec l'orchestre
GUILLAUME FABRE*



Photos des repas de Fin de saison et Noël



Société de chasse

Cunac - Cambon



Aujourd'hui, notre propos va peut-être vous étonner mais il est d'actualité. Si l'on observe attentivement la nature autour de soi, l'on découvre un phénomène qui, bien que cela paraisse surprenant au premier abord, fait partie de notre quotidien et de la réalité toute proche. Aussi, nous allons l'évoquer.

D'une longueur pouvant aller jusqu'à un mètre avec sa queue et pesant sept à neuf kilos, il s'appelle **ragondin**.

Pour la plupart d'entre vous, nous parlons d'un animal d'un autre continent et, en tout cas, pas de chez nous. Eh bien, détrompez-vous ! C'est notre voisin immédiat. Nos cours d'eau, nos étangs, sont leurs lieux de prédilection.

Oh ! vous n'avez pas tout à fait tort, ils sont originaires du nouveau monde.

Allez... nous allons essayer de vous raconter leur histoire.

À la fin du siècle avant dernier, ce rongeur du sud de l'Amérique du sud contribua bien involontairement à l'édification de véritables fortunes fondées sur la commercialisation de sa fourrure.

Sa capture allant bon train, le ragondin se raréfia inexorablement dans son milieu naturel, si bien qu'en moins de trente ans, les exportations originaires d'Argentine à destination de l'Europe furent divisées par dix.

Alors, l'élevage fut instauré de ce côté-ci de l'Atlantique, mais nous étions dans les années trente, la récession économique s'installait, les peaux étaient de moins bonne qualité et les éleveurs furent incités à se débarrasser de leurs rongeurs.

Des stocks entiers furent injectés dans la nature, d'autant plus que leurs dents remplaçaient avantageusement les longues et fastidieuses opérations de faucardage manuel des étangs.

N'ayant pas, en Europe, de réels compétiteurs ou prédateurs naturels, ils eurent la voie libre pour envahir nos eaux intérieures.

Provenant de contrées baignées par un climat subtropical, ils sont provisoirement présents jusqu'à 700 mètres d'altitude mais chacun s'accorde à

reconnaître que leurs facultés d'adaptation leur permettront un bien meilleur potentiel colonisateur que par le passé.

Les seules régulations naturelles notables qu'ils subissent sont les hivers exceptionnellement froids qui les déciment car ils ne fabriquent pas d'abris hivernaux comme d'autres rongeurs importés, mais les survivants redémarrent les populations de plus belle.

Quels sont les effets sur le territoire ?

Le ragondin ronge tout ce qui appartient au monde végétal, roseaux, écorces d'arbres, cultures.

Mais, plus encore, les galeries qu'ils creusent déstabilisent les terrains et fragilisent les digues, ce qui peut avoir des conséquences importantes, comme les inondations d'octobre 1993 et janvier 1994 en Camargue.

Nous n'en sommes pas encore là chez nous mais nous devons être vigilants. Une régulation accrue de ces rongeurs s'impose, notre société s'y emploie.

Une fois encore est apportée la démonstration qu'une introduction irraisonnée d'espèces exotiques est éminemment préjudiciable à notre environnement.

Les effets sont les mêmes lorsqu'est appliquée, par dogmatisme, une protection systématique d'une espèce, rompant ainsi l'équilibre naturel et préparant la disparition par contre coup d'espèces animales ou végétales, laissées à ces prédateurs devenus trop nombreux.

Il est temps, là aussi, de faire preuve de pragmatisme, de s'adapter aux réalités du terrain jusqu'au moindre détail et d'agir en conséquence par une régulation raisonnée de toutes les espèces, en cessant de s'agripper à des textes qui s'appliqueraient uniformément du cercle polaire à l'est méditerranéen. Souhaitons que les responsables sachent sortir de cette sclérose, générée par un attachement excessif à des textes technocratiques et qui nous amènera à une catastrophe écologique, et souhaitons qu'ils fassent preuve de ce bon sens, qui sent si bon le terroir.

Bureau

Président : Yvon DELECOULS

Vice président : Christian AMOREVIETA

Secrétaire : Michel FERNANDEZ

Secrétaire adjoint : Robert JANY

Trésorier : Raymond CAVAILLÈS

Trésorier adjoint : Roland JOURDE



Basket Club « Les Pandas »

Cunac / Lescure

Présentation

Le BCCL (Basket Club Cunac Lescure), créé en 2005, compte à ce jour 140 licenciés. Nous proposons de pratiquer le basket-ball à partir de 5 ans. Sous la présidence de Martial SALABERT entouré d'une équipe dynamique, le BCCL est un club en pleine évolution.

L'école de Mini basket, présidée par Laurent Gide, labellisée, École Française de mini-basket réunit les enfants de 5 à 11 ans où l'apprentissage des fondamentaux techniques et des valeurs de solidarité, d'esprit d'équipe, de partage et de loyauté sont au cœur de la formation. Les éducateurs diplômés (Célia ROUSSILLON, Marie LESCOULES, Morgane ANDRÉ et Morgane ACQUIER) favorisent l'entrée dans l'activité par le jeu, le ludique. Les filles et garçons sont mélangés en U7 et U9.



U7

Ensuite à partir d'U11, le club accueille uniquement les filles (club féminin de l'Albigeois). Des tournois sont proposés chez les plus petits et un championnat départemental en U11.



Tournoi U7 U9

Le basket est ensuite proposé à partir de la catégorie U13 en passant par les U15 et les U17 jusqu'au niveau seniors en compétition dans une ambiance dynamique et familiale. Une section loisirs permet également aux adultes (anciens joueurs ou non) de découvrir les joies du basket les jeudis soir.

Objectifs

La formation des joueurs et joueuses, des entraîneurs, des arbitres, est un axe de travail important pour le BCCL. Nous avons notamment un partenariat avec le centre sportif de haut niveau de l'Albigeois depuis deux saisons dans le cadre de la CTC (coopération territoriale de club), avec Albi Basket 81 proposant un suivi individualisé de joueuses U17 (scolaire, médical et préparation physique). A ce sujet, une de nos joueuses U17, Justine DAURES, intègre la saison prochaine le centre de formation professionnel de TARBES GESPE BIGORRE, une belle reconnaissance pour le club et ses dirigeants et éducateurs.

Organisation

Le BCCL a su structurer la vie du club autour d'une équipe de dirigeants soudée s'appuyant sur plusieurs commissions :

- Sportive (Nathalie ANDRIEUX),
- Festivités (Stéphane LATOUCHE),
- Communication (Eléa ROSSI),
- Arbitrage (Aurore BRU et Manon SALABERT),
- Sponsoring (Patrick PILLEMONT),
- Médicale (Pauline ACQUIER),
- Boutique (Mathieu GAVALLET et Marine CASSIN).

Événements et moments forts

Un grand nombre de bénévoles participent activement à la bonne marche du club. Le BCCL propose de nombreuses animations toute l'année en plus des matchs et des rencontres du samedi et dimanche après-midi :

- Le goûter de Noël
- Le repas du club à thème
- Des auberges espagnoles
- Le tournoi Florence LAFITTE
- Le tournoi inter-génération



Soirée seniors



Les résultats 2017/2018

Avec 11 équipes au total, le BCCL, club élite féminin, brille jusqu'au haut niveau régional avec l'équipe sénior 1 en Régionale 2 encadrée par Sébastien GARREJAT, actuellement sur le podium. L'ambition est de monter en Prénational.



Senior

Les U17 entraînées par Yannick MARTIN et les U13 par Joël LESCOULES ont participé cette saison au championnat Pyrénées 1 et terminent brillamment dans le top 8 des meilleures équipes régionales.



U17

Les U13 2, coachées par Élodie, Ninon et Marine, et les U15 évoluent en départemental ou inter départemental. Les U15 encadrées par Laurent GIDE occupent la première place du championnat départemental.

L'équipe 2 sénior féminine d'Élea ROSSI et de Mathieu GAVALLET termine à la 2^{ème} place du championnat départemental et loupe d'une place le retour en Régionale 3 et l'équipe 3 encadrée par Sylvie PIÉTRUSEZKI est au milieu de tableau.



U11

Entraînements

- U7 (5,6,7 ans mixte) : samedi 11h 12h (Salle de Lescure)
- U9 (8,9 ans mixte) : samedi 9h30 11h (Salle de Lescure) et mercredi 13h45 15h15 (Salle des sports de Cunac)
- U11 (10 et 11 ans) : Mercredi 13h45 15h15 et Vendredi 17h30 18h30 (Salle des sports de Cunac)
- U13 (12 et 13 ans) : Mercredi 16h45 18h15 (Salle des sports de Cunac) et Jeudi 17h30 19h (Lescure)
- U15 (14 et 15 ans) : Mercredi 15h15 16h45 et jeudi 17h30 19h (Salle des sports de Cunac)
- U17 (16 et 17 ans) : Mardi 18h30 20h et Vendredi 18h 19h30 (Salle des sports de Cunac)
- SF3 (18 et plus) : jeudi 19h 20h30 (Salle des sports de Cunac)
- SF2 : mardi 20h 21h30 (Lescure) et vendredi 19h30 21h (Salle des sports de Cunac)
- SF1 : mardi 20h 21h30 et vendredi 21h 22h30 (Salle des sports de Cunac)



Gagnantes Trophée Florence LAFITTE

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter le 06 13 67 43 74 ou le 06 73 66 50 67

Site officiel :

<http://club.quomodo.com/basketcunaclescure>

Retrouvez-nous sur Instagram : bccunaclescure et Facebook.

Contact : bccunaclescure@gmail.com

Notre comité est une association qui compte une vingtaine de bénévoles. C'est avec tout notre cœur et toute notre énergie que nous organisons des manifestations pour les jeunes et les moins jeunes. Notre objectif est toujours le même : que tout le monde passe d'agréables soirées en toute convivialité et que la traditionnelle fête du village de fin juin perdure !

Merci à tous ceux qui ont participé à nos différentes manifestations !

Nous remercions également l'équipe municipale pour son soutien.

Nos animations de la saison 2017/2018

La belote

Les soirées « belote » se sont déroulées le samedi soir à partir de 20 h 30 à la salle de Spectacles. Pour cette saison, nous avons organisé 13 concours, du 14 octobre au 14 avril.

Dès votre arrivée, une boisson chaude vous est proposée, puis, entre chaque partie, nous vous offrons quelques gourmandises salées ou sucrées. Le concours se joue en 4 parties. Les gagnants peuvent choisir le lot qu'ils souhaitent, suivant l'ordre du classement. Les lots proviennent de « La Cave Gourmande » de Cunac, la Boucherie-Charcuterie « Haros » de Saint-Juéry, « Les Fermiers Occitans », « Chez Gril » et « Croq'primeur » de Saint-Juéry.

Si vous aimez les jeux de cartes et les soirées conviviales, venez participer aux concours de belote de Cunac !

Une nouveauté : le concours des « illuminations de Noël » !

Cette année, nous avons organisé le concours de la plus belle maison illuminée pour Noël. Les gagnants et participants ont été récompensés lors de la cérémonie des vœux de la Mairie. Nous renouvelerons l'opération.



Le réveillon

Comme chaque année, les bénévoles du Comité vous ont concocté une superbe soirée pour quitter l'année 2017 dans une ambiance festive ! C'est donc avec un délicieux repas, du champagne, des cotillons et en musique que nous avons accueilli 2018 ! Ce fut une réussite !



À venir... La fête du village 2018

Les aubades auront lieu samedi 26 mai. A cette occasion, les bénévoles du Comité font le tour de votre village en musique afin de vous proposer le programme de la fête ainsi qu'une surprise. Merci par avance pour votre participation.

Préparez-vous pour 3 jours de fête dans le village : les 22, 23 et 24 juin 2018 !



Fête 2017

Fête du village 2018

Cette année, le super concours de belote se déroulera le vendredi 22 juin. Amoureux du jeu, nous vous attendons nombreux !

La journée du samedi 23 débutera l'après-midi par un concours de pétanque en tripléte, puis, vous sera proposé le traditionnel repas moules/frites/grillades accompagné, dans un premier temps par le groupe « La Marmaille », suivi par le grand orchestre « TROPICA LIVE EVENTS », sans oublier le show des danseuses de Cunac.

Le dimanche 24, après un recueillement devant le monument aux morts, la Mairie vous proposera un apéritif à midi. Vous pourrez ensuite, à 14h30, participer à un tournoi de badminton, ou à un concours de pétanque, ou bien, nouveauté de cette année, à une séance de Zumba. Pour terminer la soirée, nous vous proposerons un repas dansant animé par « Y'a k danser ».

Pour la prochaine saison...

- Les concours de belote.
- Notre réveillon du 31 décembre.
- Et la fête du village....

Un grand merci à toutes les personnes qui s'investissent et contribuent à l'épanouissement de la vie de notre village.

Venez nous rejoindre !!

Si vous souhaitez participer activement à nos manifestations tout au long de l'année, proposer de nouvelles idées, partager des moments conviviaux et festifs, vous pouvez contacter notre Présidente Pauline BOURGY par mail : pbourgy@sfr.fr

Les sorties 2017 et 2018



Union Sportive Cunacoise

© Foot à 7



L'U.S. Cunac est composée de 15 licenciés qui évoluent dans le championnat UFOLEP du Tarn. L'équipe évolue en troisième division.

Tous les vendredis soir, l'équipe se retrouve pour l'entraînement, ainsi que le dimanche matin lors des rencontres de championnat UFOLEP. Nous profitons d'infrastructures récentes et d'un « club house » pour accueillir les équipes adverses sur le vaste complexe sportif Georges Cabot. Quand les terrains sont impraticables l'hiver, nous avons même accès au gymnase pour faire des entraînements en salle. L'objectif, cette année, est la montée en seconde division.

N'hésitez pas à venir nous encourager le dimanche matin à Cunac, lors de nos rencontres de championnat et surtout, rejoignez-nous un vendredi soir à 20h pour vous entraîner, nous rencontrer, partager un bon moment autour d'un verre. Toutes les personnes désireuses de faire du foot dans un bon état d'esprit sont les bienvenues !



Tournoi de foot de l'US Cunac

Il reste encore des places à prendre, en vu du tournoi annuel organisé par le club, qui aura lieu cette année le **Dimanche 17 juin 2018**. Les places sont limitées à 14 équipes de joueurs licenciés ou non licenciés.

Bureau et Contact Foot à 7

Président : NESPOULOUS Sylvain
Secrétaire : THÉOPHILE Maxime : 06 18 15 12 26
Trésorier : CALVIÈRE Yoann

Concours de Pétanque

Comme chaque année le club organise un concours de pétanque tous les vendredis soir, à partir de 20h30, en juillet et août.

Vide-greniers

Cette année, notre association a la chance d'organiser le vide-greniers de Cunac le **Dimanche 10 Juin 2018**, les bulletins d'inscription sont à retirer à la mairie ou à télécharger via la page facebook : vide grenier cunac 2018

Toute l'équipe de l'US Cunac remercie l'ensemble de ses partenaires, ainsi que la mairie de Cunac !

☉ Danse enfants

Le « paranormal » était partout sur scène, ce samedi 6 juin 2017.

Des filles avec leurs costumes, aux décors de la salle, la magie était là...

Pour la partie technique, une mention particulière à Mickaël.

Un grand merci à nos animatrices Lucie, Séverine, Laurie, Coco et à nos petites, qui nous ont fait passer un moment magique, ainsi qu'à Axel pour la sono et Marie-Hélène pour la présentation.

Un projet qui voit le jour

Depuis longtemps, les animatrices avaient à cœur de pouvoir installer un miroir mobile repliable sur la scène afin de pouvoir mieux travailler les chorégraphies : on peut mieux se corriger quand on se voit !

Et quel plaisir de se regarder danser !... N'est-ce pas mesdemoiselles ?



Nous remercions la municipalité, qui a accepté ce projet et mis tout en œuvre rapidement pour qu'une partie du miroir soit installée. La seconde partie devrait suivre.

La décision n'était pas facile à prendre, compte tenu de l'utilisation de la salle par les autres associations, ainsi que par des personnes de l'extérieur qui la louent.

Il fallait protéger le miroir et le rendre discret sur la scène. Le résultat est surprenant...

Nous avons mené plusieurs actions afin de récolter les fonds nécessaires pour le financer : marché de Noël, vente de chocolats, galettes des rois...

Nous remercions tous ceux qui nous ont aidés : la municipalité, Groupama, la SAS JMA, l'Hôtel Campanile à Albi, le groupe STELA produits pétroliers, pour leurs aides financières (dons) ainsi que nos 2 épiciers cunacois qui ont centralisé l'opération « galettes », le restaurant la Coccina, sans oublier les parents.

Rendez-vous le 9 juin pour le gala 2018.



Les inscriptions auront lieu mercredi 12 septembre 2018 de 17h30 à 18h30 à la salle de Spectacles de Cunac.

Contact : Dupèbe Pascale 05.63.45.91.07 (absente du 26 août au 16 sept)

ou Julie au : 06.74.96.64.90

Enfants à partir de 2013 (dernière année maternelle 5 ans)

☉ Aérodanse

C'est dans une ambiance conviviale, entre la danse et la gym, que se retrouve, sous la direction de Coco, un bon petit groupe de dames (jeunes et moins jeunes) tous les vendredis.

N'hésitez pas à venir essayer !



Contact Aéro-danse

Corinne TRESSIÈRES : 06 58 36 12 73



L'île oz'enfants

L'association « L'île oz'enfants » poursuit ses activités sur les différentes communes de ses adhérentes (Arthès, Cunac, Lescure et St-Juéry).

Au mois de janvier, la traditionnelle couronne des rois a d'abord été fabriquée lors d'une activité manuelle à St-Juéry. Puis les enfants, mais aussi les assistantes maternelles, ont fêté leurs reines et leurs rois lors de la dégustation de la fouace à la salle des fêtes de Cunac.



Au mois de février, de jolis moutons ont été créés à partir de laine et de coton lors d'une matinée à St-Juéry.



Cette année, l'association a également financé à plusieurs reprises la venue, dans les salles d'Arthès et Lescure, de Frédéric Bardet, intervenant musical et chanteur pour les petits. Ce fut de belles matinées remplies de marionnettes, mimes, chansons, ...

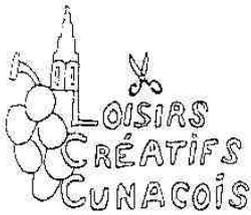


Pour Pâques, de magnifiques poules de Pâques ont été confectionnées lors d'une activité manuelle à St-Juéry et les enfants ont ensuite participé à une chasse aux œufs autour de la salle de Cunac.

Le programme jusqu'à l'été sera la mise à l'honneur des mamans et des papas, la fête de la musique à Arthès le 21 juin. Sans oublier le spectacle pour fêter l'arrivée des vacances estivales le 26 juin à Cunac... concocté cette année par Frédéric Bardet !

Le programme pour la rentrée scolaire reste à finaliser, mais les enfants attendent déjà avec impatience le traditionnel spectacle de Noël.





Association

Loisirs Créatifs Cunacois

De septembre à juin, l'association Loisirs Créatifs Cunacois (LCC) pratique ses activités dans les locaux de l'Espace associatif Georges Cabot, place de la Grèze.

Tous les lundis après-midi, de 14h à 17h (hors vacances scolaires), les adhérents se retrouvent avec plaisir pour partager un bon moment autour d'activités variées, dans des locaux spacieux et lumineux mis à leur disposition par la Mairie.

Activités 2017-2018

L'objectif de LCC est de proposer des **activités variées et de qualité**, permettant à chacun de produire des objets personnalisés, tout en se perfectionnant.

Ateliers encadrés par des animatrices spécialisées

Chaque atelier se déroule en moyenne sur 4 séances de 3h.

Il faut souligner la compétence, le sérieux et la patience des animatrices, qui ont plaisir à revenir chaque année à notre demande.

A la demande des adhérents, certains ateliers des années précédentes ont été reconduits.

- **Peinture sur porcelaine**

Cette activité est très prisée. Assiettes, plats, mugs et autres objets de porcelaine blanche s'égaient de motifs colorés, peints à la main avec patience et dextérité.

Animatrice : Anne-Marie CHEVALIER

- **Tableaux de sable**

Peindre avec du sable ! Le saupoudrage de sables colorés aux nuances infinies sur une surface collante permet de reproduire le modèle choisi de façon originale et unique. Voilà un travail minutieux, qui donne des résultats étonnants et gratifiants. Il y a de plus en plus d'adeptes, tant l'activité est prenante !

Animatrice : Yolande RAIMBAUD



- **Relooking d'objets**

Pour redonner une nouvelle jeunesse à de vieux objets démodés, chacun choisit la technique la mieux adaptée, apprise les années précédentes (technique à la cire, effet césuré, peinture à la chaux,...) Une sellette, un cadre, un petit meuble sont ainsi joliment relookés.

Animatrice : Martine AGATE

- **Tableaux en 3D**

Pour réaliser une photo en relief, il faut découper le sujet, le coller sur un châssis peint et recommencer trois fois, afin de donner du volume à l'image. Le résultat est époustoufflant !

Animatrice : Anne Marie DIAZ

Nouvel atelier : technique du vitrail

La découpe du verre, la pose du plomb, les soudures, voilà une activité qui demande minutie et matériel. Seules quelques adhérentes ont pu y participer mais elles ont été très motivées et le résultat est admirable.



Gageons que l'activité se poursuivra l'an prochain pour celles qui n'ont pas pu la faire cette année.

Animatrice : Françoise ANDOUARD



Activités libres alternant avec les ateliers encadrés

Traditionnellement, la période précédant le marché de Noël est réservée à la confection d'objets pour la vente : sujets modelés en pâte, sachets de lavande, guirlandes, assiettes et plats décorés...

Le reste de l'année, selon que les adhérentes sont intéressées ou non par un atelier, elles se consacrent ponctuellement à d'autres activités, en parallèle avec les activités encadrées.



Technique de la mosaïque

L'an passé, l'initiation à la technique de la mosaïque a donné envie à certaines de recommencer. C'est ainsi qu'elles ont recouvert de tesselles colorées divers objets en bois : plateaux, cadres, vases, figurines d'animaux...



Marché de Noël

Pour LCC, le moment fort de l'année est toujours l'organisation du traditionnel Marché de Noël, le 1^{er} dimanche de décembre, dans la salle de Spectacles de Cunac.



Sa 15^{ème} édition a vu une affluence continue autour des stands attrayants, bien fournis en produits alimentaire locaux (vins, miels, gâteaux, ...), ainsi qu'en objets artistiques ou artisanaux : leur bonne qualité est garante de la réussite de notre marché de Noël, petit mais convivial.

Bien entendu, sur son stand multicolore, LCC a présenté à la vente ses créations, reflets des différents ateliers.

Fidèle au rendez-vous, le père Noël était bien là et les enfants ont même pu emporter une photo d'eux, prise avec lui !



Très appréciée, la tombola a permis aux gagnants de repartir avec de jolis lots, pour la plupart offerts par les exposants.

Dates à retenir

- **Assemblée générale :** le lundi 10 septembre 2018
à 14h à l'Espace Associatif, place de la Grèze
- **16^{ème} marché de Noël :** le dimanche 2 décembre 2018
Salle de Spectacles de Cunac

Renseignements

Nicole de LAPANOUSE : 05 63 55 00 13
nicole.lapanouse@orange.fr



Foyer de Cunac

Théâtre

La saison 2018 aura à nouveau fait salle comble.



Nos 4 spectacles ont eu un vif succès, avec plus de quarante acteurs sur les planches, pour mettre en scène des pièces de Tardieu, Pirolli, Bonnet, Guitry, sans oublier notre traditionnelle pièce en occitan. Un remerciement tout particulier à tous les animateurs et organisateurs qui, pendant 9 mois, œuvrent bénévolement pour orchestrer ces soirées avec brio, pour le plus grand plaisir du public.



Randonnées

La saison 2017/2018 a conduit les randonneurs du Pays de Cocagne au terril de Cap découverte, en passant par Noailles et le Haut Carroux.

Si vous souhaitez prendre un bon bol d'air, venez nous rejoindre pour les dernières randonnées de la saison :

- **Dimanche 9 septembre** : Départ 9h00 : Brousse le Château
- **Samedi 22 et dimanche 23 septembre** : Ax-Les-Thermes (complet)
- **Dimanche 14 octobre** : Départ 9h30 : Sidobre (St Salvy de la Balme)
- **Dimanche 4 novembre** : Départ 9h30 : Cunac/Cunac



Badminton

Notre petit groupe, qui s'est étoffé cette année de quelques nouveaux adeptes, continue à se réunir tous les lundis soir de 19h00 à 22h00. Au mois de mai, nous avons pu aller à la rencontre du club de Bellegarde, dans une ambiance très conviviale. Ne pas oublier que nous vous attendons nombreux pour le tournoi amical, qui se déroulera le dimanche 24 juin à partir de 13h30, dans le cadre de la fête du village.

Tennis extérieur : nouveau règlement

Le terrain de tennis est uniquement mis à disposition des habitants de Cunac. La gestion de celui-ci est assurée par le Foyer de Cunac (FLEP), association de bénévoles aux multiples activités.

Les membres du Foyer exerçant une activité (leçons de tennis, théâtre, badminton, volley, randonnée) pourront obtenir une clé en échange d'une caution de 10 € lors des inscriptions, le jour de l'Assemblée générale. Chaque membre du foyer à jour de sa cotisation pourra dorénavant profiter du terrain de tennis extérieur avec la personne de son choix.

Pour ceux qui souhaitent uniquement accéder au terrain extérieur, un nouveau système de Pass annuel (dans la limite de 4 personnes par Pass et maximum 2h00 de jeu consécutives) est mis en place. Demande de carte lors de l'Assemblée générale.

- « Pass annuel » : 50 €
- « Pass vacances tennis » : 25 €
(Faire la demande par mail une semaine avant les vacances concernées)
- « Pass grandes vacances tennis » : 35 €
(Faire la demande par mail une semaine avant les vacances concernées)

À cela s'ajoute une « caution clé » de 20 € rendue en fin d'année et /ou lors de l'échéance du Pass.

La serrure du terrain extérieur est changée tous les ans, le jour de l'Assemblée générale du Foyer de Cunac. Il est donc important pour vous de procéder au renouvellement ou à la restitution, afin de ne pas perdre la caution. Pour toute inscription annuelle après l'Assemblée générale, seules les demandes par mail seront traitées.

Leçons de tennis

Les cours de tennis se déroulent à la salle de Sport de Cunac, de septembre à juin, tous les samedis matin de 9h00 à 13h30, hors vacances scolaires.

- Tarif annuel enfant (6/18ans) cotisation Foyer 20 € + leçons 65 €
- Tarif adulte (+ de 18 ans) cotisation Foyer 20 € + leçons 70 €

Les inscriptions pour la nouvelle saison 2018/2019 se feront le samedi 8 septembre 2018 de 10h00 à 12h00 à la salle de Sports (nombre de places limité).

Volley

La section volley loisirs du Foyer compte 10 membres pour le championnat corporatif poule A. Invaincu à l'issue des matchs aller, l'équipe a vu son effectif baisser à cause de quelques blessures. Mais elle a su tout de même rester dans la course, juste éliminée aux portes de la finale de la coupe. Grâce à un collectif soudé autour de Jean-Claude, le Foyer n'est plus qu'à une victoire, pour de nouveau remporter le championnat.

Un grand bravo à Karine, Jean-Claude, Hervé, Stéphane, Adrien, Sylvain, Léo, Domi et les deux Julien pour cette belle saison.

Si vous êtes joueur et joueuse de volley-ball amateur, n'hésitez pas à pousser les portes du gymnase le mercredi soir à partir de 19h, pour partager ce sport dans une bonne ambiance familiale.



Sorties

Après une sortie très réussie à la Via Ferrata de Montpellier-le-Vieux en juin 2017, nous réitérons une sortie en juillet, mais ce coup-ci avec les pieds sur terre, ou du moins sur des rails à St Eulalie de Cernon pour une journée vélo-rail. 44 personnes sont inscrites.



Site internet et logo

Un nouveau logo représente notre association. Il symbolise l'ensemble de nos activités avec un visuel plus moderne.

D'autre part, nous avons créé un nouveau site internet. Si vous souhaitez suivre en temps réel les dernières informations Foyer, n'hésitez pas à venir le visiter (déjà plus de 700 clics). Vous y retrouverez les dernières informations, les dates importantes à retenir (spectacles, randonnées ...), les photos souvenirs, et plein d'autres choses.



Mail : foyer.cunac@gmail.com

Site internet : <https://foycunac.wixsite.com/foycunac>

L'ADMR est le 1er réseau français de proximité, réseau où chacun a son rôle et ses responsabilités, composé d'associations loi 1901 du secteur sanitaire et social qui gèrent des services à domicile.

L'association de Cambon-Cunac est membre de la Fédération ADMR du Tarn. Elle couvre les communes de Cambon, Cunac et St Juéry pour partie. Elle a été créée le 24 novembre 1974 à l'initiative des habitants pour répondre aux besoins de la population. En 2017, elle représente 1,83% de l'activité totale ADMR du TARN et arrive en 16^{ème} position.

Dans le Tarn, les premières associations ADMR ont été créées à partir de 1946.

À l'ADMR, la notion de proximité est fondamentale et est à la base du projet associatif.

LES SERVICES

Au quotidien, bénévoles, salariés, équipes administratives sont à votre écoute afin de mettre en place un accompagnement, des services adaptés.

Nous accompagnons des hommes et des femmes de tout âge : des enfants que nous gardons au domicile, aux actifs qui recherchent une solution pour se faciliter la vie quotidienne en confiant le ménage à des équipes de confiance, aux personnes les plus âgées pour lesquelles vivre au domicile est un souhait.

Pour réaliser toutes ces missions, nos salariées participent à des journées de formation.

Nos services sont réglementés. Des dispositifs qui s'appellent agrément, autorisation, encadrent notre travail. Depuis plusieurs années, et comme de nombreux services à domicile, nous mettons en place de nouvelles procédures de travail afin de respecter ces divers règlements.

Quelques exemples, pour chaque bénéficiaire, en amont de toutes les interventions, avant le démarrage ou lors de renouvellement de plan d'aide, nous venons vers chaque personne avec un devis puis un contrat ; ces documents définissent les conditions de l'intervention. Un cahier de liaison est mis en place au domicile et permet d'améliorer la coordination entre intervenantes mais aussi avec les familles. Une visite annuelle ou à la demande, si le besoin est exprimé, une enquête annuelle, une présence lors de la permanence sont autant de moyens pour être à l'écoute de chacun.



Cérémonie de départ en retraite

La Garde d'enfants à domicile

Les avantages sont certains ; ils visent pour l'essentiel à respecter le rythme de l'enfant : - le laisser dormir le matin puisque l'intervenante pourra se charger de le lever, de l'habiller et de lui faire prendre son petit déjeuner, - faire garder l'enfant même s'il est malade, - aller le chercher à l'école ou à la garderie et le garder jusqu'au retour des parents. Pour les enfants de moins de 6 ans, la famille peut percevoir l'aide PAJE (Prestation d'Accueil du Jeune Enfant) ; ce soutien prend en charge une partie du coût la rémunération et/ou des charges sociales.

La Téléassistance

En 2009, l'ADMR CAMBON-CUNAC a procédé à la première installation du système de téléassistance FILIEN proposé par l'ADMR qui permet, grâce à un simple médaillon ou bracelet montre, d'être relié 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.



Vous vous abonnez le temps que vous souhaitez, dans certains cas, le service peut être pris en charge dans le cadre de l'APA. À ce jour, dix personnes sont équipées de ce système.

Vous pouvez contacter : Mme Marie-José GRIMAL

La démarche Qualité

Notre Association est engagée depuis plusieurs années dans une démarche qualité avec pour Référente Jeanine SERRES, ce qui nous permet :

- d'améliorer la relation avec nos bénéficiaires en évaluant plus précisément leurs besoins, en préparant et en faisant un suivi des interventions.
- d'assurer une sécurisation du travail de nos intervenantes à domicile, en leur permettant de réaliser une formation régulière et adaptée à leur fonction.

Nous avons déjà réalisé 2 audits internes avec un retour satisfaisant. Au cours de l'année 2018, nous serons audités dans le cadre d'une démarche combinée : évaluation externe / certification.

Cette reconnaissance externe est très importante pour notre Association.

L'ADMR de CAMBON-CUNAC

En quelques chiffres, l'activité de l'Association en 2017

- 21 bénévoles
- 168 personnes aidées
- 20 299 heures effectuées
- 29 salariées, soit environ 11,34 équivalents temps pleins (tous services confondus).

MANIFESTATIONS

Fête des Mères

À l'occasion de la Fête des Mères, les bénévoles rencontrent toutes les personnes aidées, pour leur offrir une fleur, ce qui permet d'échanger et de renforcer le lien famille-association.

Loto

Le Conseil d'administration remercie toutes les personnes qui permettent à l'Association de poursuivre son action auprès des personnes qui en ont le plus besoin.

Nous remercions en particulier tous ceux qui nous ont apporté leur soutien lors du loto annuel et de la diffusion des calendriers.

Cap Atout Age

Cette association, créée en décembre 2015, souhaite promouvoir les activités physiques et sportives comme vecteur de santé et de bien-être à tous les âges et dans tous les milieux.

Depuis le lundi 8 janvier 2018, l'activité se déroule à Cunac, salle de Spectacles. Elle se poursuit tous les lundis de 15h30 à 16h30.

Vu le nombre élevé de personnes présentes, l'association Cap Atout Age envisage de faire le même jour 2 séances sur Cunac. Diverses propositions sont à l'étude pour septembre 2018.

Départ à la retraite

Jacqueline CALVIAC a fait valoir ses droits à la retraite à compter du 1er avril 2018. Une cérémonie officielle a été organisée pour son départ en présence des bénévoles, des salariées et des familles dans lesquelles elle intervenait. Gérard LUMIÈRE, Président, l'a fortement remerciée pour le travail accompli avec professionnalisme, gentillesse et sens de l'écoute, appréciés par les personnes aidées.



NOTRE ASSOCIATION

Pour votre information : notre Association tiendra son Assemblée générale le vendredi 8 juin 2018 à Cunac, Espace associatif.

Nos locaux : 26 Place du Mail, 81990 CUNAC :

Nos locaux, mis à disposition par la Mairie depuis 2011, se situent au 26 place du Mail à Cunac, au rez-de-chaussée de l'immeuble « L'Ilot du Jardin Public » et ont depuis bénéficié du réaménagement et de l'embellissement de la place, offrant un accueil encore plus ouvert à toute personne en quête d'informations, lors des permanences.



Bureau du Conseil d'Administration

Responsable principale prestataire et mandataire :
Mme Louise HUET 06 09 27 50 63 Portable ADMR

Président :

Gérard LUMIÈRE

Vice-présidents :

Christian SABATHIER - Jeanine SERRES

Trésorière :

Anne-Marie LOUBAT

Secrétaire :

Nicole de LAPANOUSE

Responsable principal prestataire et mandataire :

Mme Louise HUET : **06 09 27 50 63**
Portable ADMR

Notre association assure les **permanences** :

- tous les mardis de 13h30 à 17h
- tous les vendredis de 14h à 17h

26 Place du Mail 81990 CUNAC

Contacts :

Vous pouvez laisser vos messages sur le répondeur de l'ADMR au **05 63 47 53 30**
ou nous contacter par mail : cambon@fedes81.admr.org

Cunac Gym

L'objectif de l'association est de combattre les effets de la sédentarité dans une ambiance conviviale, presque familiale, en toute simplicité, afin de booster votre capital santé, le tout sans complexe. Nous vous proposons un cours hebdomadaire de gymnastique d'entretien, à caractère non compétitif, dans le but d'améliorer votre condition physique en fonction des capacités de chacun.

Florence, l'animatrice,
vous attend à la salle de Spectacles
de 20h à 21h
tous les mardis



Les cours sont mixtes et accessibles à tous.
Les deux premiers sont considérés comme cours d'essai et sont gratuits.

La cotisation annuelle s'élève à 60 € pour les adultes et à 45 € pour les 12/18 ans.

La reprise des cours est prévue le mardi 11 septembre 2018.



Vos besoins / vos objectifs :

- Recherche du mieux-être,
- Optimisation de votre capital santé,
- Développement musculaire,
- Gestion de l'effort...

Nos activités :

- Renforcement musculaire,
- Pilate,
- Step,
- Cardio,
- Relaxation...



Pour tous renseignements

Séverine (Présidente) : 06 89 86 64 05

Sabrina (Trésorière) : 06 28 40 59 09

Lætitia (Secrétaire) : 06 20 12 26 74

Alors, n'hésitez plus !!! Venez essayer !!!

Répertoire des associations

Aide à Domicile en Milieu Rural (A.D.M.R)

Cambon-Cunac

Gérard Lumière, Président : 05 63 45 00 78

Association des Contrôleurs de Manifestations Sportives (A.C.M.S.)

Bernard Brioussel, Président : 07 80 42 05 22

Association des Parents d'Élèves (A.P.E.)

Marina Gril, Présidente : 06 22 26 57 70

Association des Retraités et Personnes Âgées de Saint-Juéry / Cunac (A.R.P.A.)

Henri Villeneuve, Président : 05 63 55 11 49

Association Sportive Danses de Cunac (A.S.D.C.)

Alain Rouquette, Président : 06 70 79 40 32

Basket Club Cunac Lescure (B.C.C.L.)

Martial Salabert, Président : 05 63 47 54 29 ou 06 87 57 62 50

Bien vivre à Puech Mourié

Thierry Lafeuillade, Président : 05 63 45 02 58

Cambon-Cunac Olympique XV (C.C.O. XV)

Marc-Henri Fages, Président : 07 86 12 11 07

Comité d'Animation de Cunac (C.A.C.)

Pauline Bourgy, Présidente : 06 86 22 49 43

Cunac Gym

Séverine Bedel, Présidente : 06 89 86 64 05

Foyer Laïque d'Éducation Permanente (F.L.E.P.)

Dominique Salvignol, Président : 05 63 45 90 61 ou 06 63 60 91 83

L'île oz'enfants

Monique Gayraud, Présidente : 05 63 45 11 83

Loisirs Créatifs Cunacois (L.C.C.)

Nicole de Lapanouse, Présidente : 05 63 55 00 13

Société Communale de chasse Cunac-Cambon

Yvon Delecouls, Président : 05 63 53 02 33

Union Sportive Cunacoise (U.S.C.)

Foot à 7 :

Sylvain Nespoulous, Président : 06 84 76 24 66

Danse Enfants :

Pascale Dupèbe, Trésorière : 05 63 45 91 07

Aéro-danse :

Corinne Tressières : 06 58 36 12 73

Yoga-Harmonie-Bien Être

Lise Bécardit, Présidente : 06 81 42 36 55

