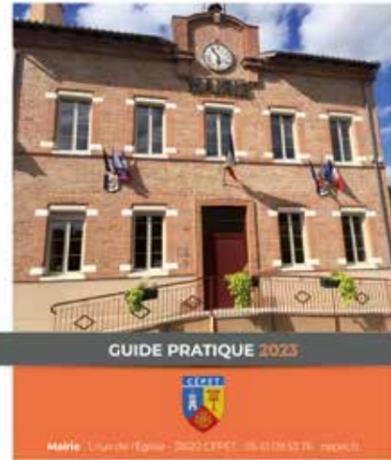


Cépet

magazine



| CÉPET |



Pour tout savoir sur notre commune

Le guide de Cépet a été conçu pour vous permettre de consulter rapidement toute une série d'informations pratiques.

Que vous habitiez depuis peu à Cépet ou que vous y résidiez depuis longtemps, ce livret vous guidera dans vos démarches au quotidien.

Vous y trouverez la liste des services municipaux et des équipements dont vous pouvez bénéficier, tout comme celle des associations de loisirs pour les enfants et les adultes.

Les informations concernant les domaines relevant de la compétence de la Communauté de Communes du Frontonnais sont également disponibles.

Avec environ 2300 habitants à ce jour dont de nombreux nouveaux résidents, Cépet se transforme pour les accueillir dans de bonnes conditions tout en protégeant son environnement boisé et en améliorant les cheminements doux comme la Coulée Verte qui relie le centre aux nouveaux lotissements.

Nul doute que ce guide vous sera très utile.

Il est distribué en boîte aux lettres au mois d'août 2023 et est également disponible à l'accueil de la Mairie.

Agenda

- ▶ **2 septembre 2023** . Forum des associations & Tables gourmandes
- ▶ **16 septembre 2023** Journées européennes du Patrimoine
- ▶ **30 septembre 2023** Festival du Jeu (association Cep'A du Jeu)
- ▶ **14 octobre 2023** . . . Théâtre
- ▶ **25 & 26 nov. 2023** . Festival des Arts
- ▶ **9 décembre 2023** . Noël des enfants
- ▶ **12 janvier 2024** . . . Vœux du Maire et accueil des nouveaux arrivants
- ▶ **23 mars 2024** Carnaval (thématique : les jeux olympiques)
- ▶ **Mars 2024** Repas des aînés
- ▶ **27 avril 2024** Soirée irlandaise
- ▶ **2 juin 2024** Balade nature
- ▶ **21 juin 2024** Fête de la musique

VŒUX DE MADAME LE MAIRE ET ACCUEIL DES NOUVEAUX ARRIVANTS

La cérémonie des vœux du Maire sera couplée avec celle de l'accueil des nouveaux arrivants. Elle sera l'occasion de présenter l'évolution de la commune et les projets réalisés.

Elle aura lieu le vendredi 12 janvier 2024 à 19h00 à la Salle des Fêtes de Cépet.



Bulletin d'informations municipales et locales

" **Cépet magazine** " est **édité par la Mairie de Cépet**,

Mairie, rue de l'Église, 31620 Cépet

• Tél. : **05 61 09 53 76**

• Mail : **communication@cepnet.fr**

• Site internet : **www.cepnet.fr**

Directrice de la publication : Colette Solomiac

Infographie et impression : Evoluprint

Parc Industriel Euronord - 10 rue du Parc - 31150 Bruguères
www.evoluprint.fr

Crédits photos : Adobe Stock - Freepik - IStock - Droits réservés - Mairie de Cépet - Jacky Thomassin



Imprimé avec des encres végétales sur papier issu du développement durable



Chères Cépetoises, chers Cépetois,

En ce mois d'août 2023, nous franchissons le **cap de 3 années de mandat** et j'ai le plaisir de faire un point sur le travail effectué par

l'équipe municipale et les agents mais aussi sur les projets en cours et à venir.

Comme vous le savez, après la pandémie de Covid qui a généré de nombreuses difficultés pour chacun d'entre nous, nous devons maintenant faire face à une inflation importante et à une conjoncture fluctuante qui nous conduisent à réajuster en permanence nos budgets et nos projets.

Cependant, **grâce à la mobilisation et à la réactivité des élus et des agents, nous avons déjà pu réaliser de nombreux projets**, qu'ils aient été prévus ou qu'ils se soient avérés indispensables pour accueillir de nouveaux arrivants et leurs enfants.

L'inflation que nous subissons, comme vous, génère des augmentations dans tous les secteurs : restauration, fournitures, coût du personnel, etc. Pour Cépet, compte tenu de l'augmentation substantielle des coûts énergétiques, les factures d'électricité et de gaz vont fortement augmenter.

Des projets d'isolation sont en cours et **une campagne de sensibilisation va être mise en place pour éviter les gaspillages d'énergie dans les bâtiments publics**. Je compte aussi sur la mobilisation de tous, agents, enseignants et associations pour adopter les petits gestes du quotidien qui contribuent à économiser l'énergie.

Bien évidemment, le sujet des ressources d'une commune est primordial et vous n'êtes pas sans savoir que nous avons très peu de ressources économiques propres à la commune. Nous devons donc trouver **l'équilibre entre une gestion prudente des finances et la nécessité de financer les projets et d'anticiper les besoins**.

Nous le faisons notamment en demandant des subventions à l'Etat, au Département ou à la Région mais là aussi, un certain nombre d'incertitudes demeure quant à l'octroi de ces aides.

Comprenant les difficultés que chacun peut rencontrer, **l'équipe municipale a pris la décision de ne pas augmenter les impôts fonciers** et de mettre en place, à compter de la prochaine rentrée scolaire, le dispositif de l'Etat permettant aux familles de bénéficier de la cantine à 1 euro pour les familles dont le quotient familial est inférieur ou égal à 1000 €.

Malgré une conjoncture incertaine, nous maintenons le cap et le projet de réhabilitation du presbytère. Il s'inscrit dans notre volonté de rénover et faire revivre le centre-bourg, afin que notre village ne soit pas un village-dortoir. Sa transformation en une médiathèque et un café culturel permettra à tous d'accéder à un lieu convivial au cœur du village.

En parcourant ce magazine, vous découvrirez les actions et les événements réalisés par la municipalité mais aussi **par les associations qui sont la force vive de la vie du village et je tiens à les remercier vivement pour leur implication**.

Notre équipe municipale est mobilisée pour répondre à vos besoins mais nous devons aussi anticiper l'avenir et nos décisions sont animées par le souci d'offrir des services de qualité, **dans le respect de l'intérêt général**. Je souhaite à chacun d'entre vous, un bel été et j'espère vous retrouver au Forum des associations et aux Tables gourmandes, événement convivial et incontournable pour bien démarrer la rentrée !

Colette Solomiac
Maire de Cépet

Réalisations à mi-mandat

2021

▶ Construction de l'atelier municipal près du stade, permettant de libérer le stockage réalisé dans l'ancien presbytère et d'améliorer les conditions de travail de nos agents techniques.

▶ Lancement de la révision du Plan Local d'Urbanisme dont le processus dure environ 2 ans.

▶ Réaménagement de l'école historique, de la cantine et des vestiaires.

2022

▶ Construction de 3 salles mutualisées pour l'école et l'ALAE, au sein du groupe scolaire, faisant suite à l'augmentation du nombre d'enfants et à l'ouverture d'une classe supplémentaire.

▶ Agrandissement du jardin de l'école et mise en place de plantations. Achat d'un modulaire.

▶ Dépôt d'un permis de construire pour la réhabilitation du presbytère et la construction d'une salle multi-activités.

▶ Création de trottoirs, avenue de Toulouse.

▶ Finalisation de la Coulée verte avec un chemin réservé aux piétons et aux vélos, permettant de relier la route de St Sauveur à la rue des Ecoles.

2023

▶ Reprise de la gestion de l'ALSH (Accueil de Loisirs Sans Hébergement) par la municipalité, précédemment géré par le LEC (Loisirs Education Citoyenneté).

▶ Réfection des trottoirs et de la voirie situés dans la contre-allée de l'avenue de Toulouse.

▶ Lancement du projet de réhabilitation du centre-bourg en lien avec la réhabilitation du presbytère par la commune et le projet privé de logements et de commerces situé entre l'avenue de la mairie et la rue de l'église.

▶ Lancement du projet de création de trottoirs route de Labastide (fin 2023).



Repas des Aînés le samedi 11 mars, le plaisir de faire la fête ensemble

Ce rendez-vous annuel de printemps est devenu incontournable pour tous les aînés de la commune.

Le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) a eu le plaisir de convier les personnes âgées de plus de 65 ans, au repas des Aînés. Il a eu lieu le samedi 11 mars à la salle des Fêtes.

Les personnes qui ne pouvaient se déplacer mais qui souhaitaient participer à cette fête

ont pu demander à la Mairie d'assurer leur transport.

Comme l'an dernier, le repas servi par Ben traiteur a été fort apprécié.

Le spectacle a été assuré et animé par Manu Mambo, chanteur de fiesta espagnole et opérète, bien connu de certains Cépetois. Avec son complice guitariste, il a fait danser et chanter les passionné.e.s de musique et de danse.



Samedi 11 mars 2023 à 12h00 à la salle des fêtes

Les participant.e.s ont pu retrouver le plaisir de la danse en couple et entre ami.e.s tout au long de l'après-midi.

Musique et danse mais aussi convivialité et partage sont maintenant devenus incontournables de ce rendez-vous printanier.



BUDGET

Le budget 2023 a été voté le 4 avril 2023 par le Conseil municipal

Il a été établi avec la volonté :

- de maîtriser les dépenses de fonctionnement tout en maintenant le niveau et la

qualité des services rendus aux habitants, et ce dans un contexte d'inflation très importante (restauration, électricité, gaz...);

- de mobiliser au maximum les subventions auprès des organismes officiels.

Charges de personnel

Effectif total de 34 personnes (29 équivalents temps plein) :

- Service périscolaire et extrascolaire : 27 personnes
- Service technique : 2 personnes
- Service administratif : 5 personnes

↳ 59,6 %

↳ 1 192 900€



Charges à caractère général

↳ 25,7 %

↳ 515 890 €



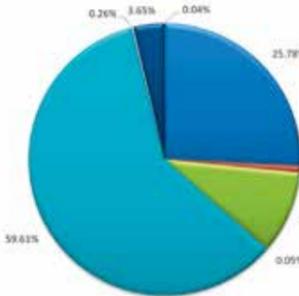
Budget voté sans augmentation du taux de la fiscalité

2022 et 2023

- Taxe foncière sur le bâti 48,47 %
- Taxe foncière sur le non bâti 97,25 %
- Taxe habitation sur les résidences secondaires et autres locaux meublés 20,80 %

Dépenses de fonctionnement

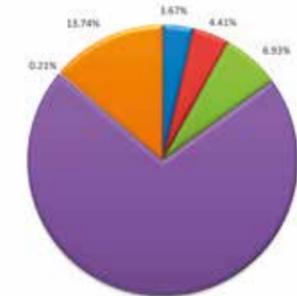
↳ 2 001 135 €



CHARGES A CARACTERE GENERAL	515 890 €
CHARGES FINANCIERES	15 000 €
CHARGES DE GESTION COURANTE	197 404 €
CHARGES EXCEPTIONNELLES	1 000 €
CHARGES DE PERSONNEL	1 192 900 €
AMORTISSEMENTS	5 200 €
ATTENUATION DE PRODUITS	73 000 €
PROVISIONS	741 €
TOTAL	2 001 135 €

Dépenses d'investissements

↳ 1 442 394 €



EMPRUNTS	53 000 €
IMMO INCORPORELLES	63 600 €
SUBVENTIONS EQUIPEMENTS	100 000 €
DEPENSES EQUIPEMENTS	1 024 594 €
ORDRE	3 000 €
RAR	198 200 €
TOTAL	1 442 394 €

Gratuité des transports publics pour les Cépetois âgés de 65 ans et +

Le Conseil départemental permet aux Haut-Garonnais, âgés de 65 ans et plus, non imposables, de bénéficier de billets gratuits sur l'ensemble des réseaux de transports collectifs de la Haute-Garonne : trains, cars des lignes «lio - Arc-en-ciel», cars des lignes régionales.

Ainsi le Conseil départemental favorise l'accès de tous aux transports publics sur le département et notamment des populations les plus démunies et fragiles.

Pour en bénéficier, vous pouvez retirer un dossier de demande en mairie ou le télécharger sur le site haute-garonne.fr.

Vous pouvez télécharger le Guide de la gratuité des transports en Haute-Garonne sur le site internet : haute-garonne.fr/aide/transports-gratuits-pour-les-personnes-agees.



Chantiers d'insertion

Le Chantier d'Insertion est un dispositif d'insertion sociale et professionnelle qui permet à la Communauté de Communes du Frontonnais (CCF) d'embaucher sous contrat d'insertion (contrats de 6 mois, renouvelables jusqu'à 24 mois) des personnes en grande difficulté et très éloignées de l'emploi, afin de développer leur employabilité.

Les salariés du Chantier d'Insertion réalisent



pour les 10 communes membres de la Communauté de Communes des travaux d'utilité publique dans des domaines variés tels que

l'environnement et les espaces verts ou le petit bâtiment.

A Cépet, ils ont réalisé certains travaux d'entretien d'espaces verts mais aussi de peinture. Cet été, ils repeindront une salle de classe, tout comme il l'avait fait l'an passé.

Ils contribuent à l'entretien de notre patrimoine et nous pouvons les en remercier.

PRINCIPAUX PROJETS DE L'ANNEE 2023

- Fin des études de la réhabilitation du presbytère et lancement du marché de travaux.
- Réfection de la toiture du groupe scolaire.
- Création de trottoirs route de Toulouse.
- Travaux d'isolation des combles à la mairie.
- Passage en éclairage LED à la cantine, la salle des fêtes et l'école.
- Achats de matériels et mobiliers pour le groupe scolaire, la salle des fêtes et la mairie.
- Renouvellement du mobilier élémentaire à la restauration scolaire.
- Aménagement du cimetière avec la création du jardin du souvenir.

Compte tenu des résultats positifs de l'année 2022, la commune peut envisager de financer ces projets en autofinancement et en emprunt.

École : un bal occitan pour clôturer l'année scolaire

Le 27 juin, par une très belle fin d'après-midi, des danses occitanes ont eu lieu dans la cour de l'école.

Ce projet de fête occitane a concerné l'ensemble des élèves de l'école.

Les enseignantes ont été accompagnées par Mme Mathilde Barbe, formatrice départementale attachée à l'inspection académique. L'enseignement de la culture occitane s'inscrit dans les programmes d'enseignement.

L'orchestre de musique traditionnelle de la Communauté de Communes du Frontonnais (CCF) a répondu présent pour accompagner les danseurs lors de la démonstration dansée et l'école les remercie vivement ; une maman d'élèves a créé la surprise, personne n'ayant eu connaissance de sa présence dans l'orchestre.



Les parents étaient venus nombreux pour assister à cet événement fédérateur. Cette fin d'après-midi festive s'est poursuivie par un temps de partage en mode « auberge espagnole ».

L'équipe enseignante remercie tous les acteurs qui ont contribué à la réussite de cet événement : les services techniques qui ont préparé l'espace de danse et livré le matériel nécessaire à un accueil de qualité, la municipalité qui a autorisé la tenue de cette fête, les services périscolaires qui ont assuré la prise en charge des enfants avant et après la représentation ainsi que la sécurité le temps de la démonstration.

Enfin, un grand merci aux parents pour les gourmandises et leur présence et surtout un grand bravo à tous les enfants qui ont participé à la réussite de cette belle fête.

Contact :
Lucie DEJEAN - Directrice de l'Ecole

Restauration : des animations toujours aussi instructives et goûteuses



A la découverte des fruits et légumes

La semaine du 17 au 21 avril a été consacrée à la découverte des fruits et des légumes.

Des mobiles composés de fruits et de légumes ont été fabriqués par les classes de CP et de CP/CE1 pour décorer la salle de restauration.

Le jeudi 20 avril, avant le pique-nique, un « Kim goût » a été proposé aux enfants.

Cette animation de reconnaissance sensorielle utilise le goût, yeux bandés, pour découvrir ce que l'on mange.

Petit déjeuner équilibré

Pour la deuxième année et fort du succès de 2022, le service Restauration, en collaboration avec l'ALAE, a proposé aux enfants et à leurs familles une animation pédagogique matinale : « Mon petit déjeuner équilibré ».

Cet événement a eu lieu le mercredi 28 juin de 7h30 à 9h00 dans la cour de l'école.

Sous un soleil matinal radieux, plus de 200 enfants et parents ont pu prendre leur petit déjeuner dans la cour de l'école et partager un moment convivial.

Cette animation avait pour objectif de sensibiliser chacun à l'intérêt nutritionnel du petit déjeuner et d'apprendre aux enfants à composer des repas équilibrés selon leurs goûts.

Les enfants faisaient leurs choix parmi les produits céréaliers et laitiers, fruits et boissons sous forme de buffet.

Cette année, une surprise s'est invitée au buffet : des pancakes maison et cuits sur le moment !

Pour relever le défi de concocter un petit déjeuner équilibré, un set de table reprenant les quatre éléments nécessaires guidait les enfants.

Les enfants ont pu déguster fraise, mangue, pomme, banane, avocat, champignon, tomate, concombre...

Les enfants de la petite section à la grande section ont participé à ce jeu ainsi que les enfants volontaires de l'élémentaire.

Les plus petits sont repartis avec une feuille de route attestant de leur réussite à ce jeu qui a plu à tout le monde.

Ces projets, œuvrant pour l'éducation nutritionnelle, entrent dans le cadre du PEDT.

Ils ont pu le rapporter à leur domicile afin de préparer seuls leur petit déjeuner équilibré à la maison !

Cet événement, remportant un vif succès, sera vraisemblablement reconduit l'an prochain en fin d'année.



Pôle Enfance : nomination d'un Directeur



Faisant suite à la reprise de l'ALSH par la commune, un Directeur du Pôle Enfance Nicolas BERGE a été recruté en janvier 2023.

Il est en charge de la supervision des services ALAE, ALSH et Restauration et il dirige l'ALSH les mercredi après-midi et les vacances scolaires.

Il a développé son expérience de plus de dix ans dans le management d'équipes et la mise en place d'animations et d'activités pour les enfants dans d'autres centres de loisirs et colonies.

Cette nouvelle organisation doit permettre de développer une politique globale et cohérente des services périscolaire et extrascolaire autour de projets transversaux, y compris avec l'école.

ALAE : des activités toujours aussi multiples et variées

Festival des arts

Les enfants de l'ALAE ont participé au Festival des Arts 2022, en exposant des activités réalisées sur les différents temps ALAE : maquette en origami, arbre représentant la vie au quotidien à l'ALAE et l'art du grillage.

Noël



A l'approche de Noël, les enfants ont fabriqué des décorations et suspensions, suivant leur créativité et leurs envies (gnomes, sapins en rouleau carton, bonhommes de neige...).

Les enfants ont découvert le jeudi 15 décembre que le Père Noël était passé et qu'il avait déposé sous le sapin des cadeaux pour les enfants de l'ALAE.

Coupe du monde de football



Les enfants ont pu faire aussi leur coupe du monde par équipe. Entre éliminations et victoires, ils ont pu vibrer jusqu'à la fin avec la remise des médailles.

NAP judo

Les enfants des classes de Mme Bousquet (CE2-CM1) et CM2 qui le souhaitent se sont inscrits à un cycle judo en novembre et décembre durant la pause méridienne. Une autre session a été organisée à partir de janvier 2023.

ALSH : de nouvelles activités

La commune a décidé de reprendre l'ALSH à partir du 2 janvier 2023. Les enfants sont ravis des activités et des jeux proposés par l'équipe d'animation qui compte de nouvelles recrues depuis le début de l'année.

Chaque mercredi et chaque période de vacances, qu'ils soient en maternelle ou en élémentaire, les enfants se voient proposer des activités sportives, manuelles, culinaires, scientifiques, d'expression et autres animations aimées de tous.

Les enfants ont pu découvrir les alentours des locaux : ils ont construit des cabanes dans les bois et réalisé un troc patate dans la commune.

Ils ont également pratiqué le cirque avec l'intervention d'un professionnel sur les dernières vacances de printemps mais aussi proposé leur propre spectacle. Assidus et appliqués, les enfants (petits et grands) ont réalisé de belles prestations, ils se sont surtout très bien amusés.

De grands jeux, des activités sportives, des créations manuelles mais aussi des histoires imaginaires ou des ateliers cuisine ont également été au programme de l'équipe d'animation et sont aussi au programme des prochains mercredis et des prochaines vacances ; sans oublier des goûters variés et équilibrés fournis à 16h après la sieste des plus petits et autres pique-nique pris en extérieur.



Aménagement des trottoirs en cours

Un certain nombre de trottoirs sont en bon état dans le village mais des points critiques ont été identifiés en bordure des départementales et en centre-bourg. Les budgets nécessaires à l'aménagement ou à la réfection ont fait l'objet d'une planification sur plusieurs années.

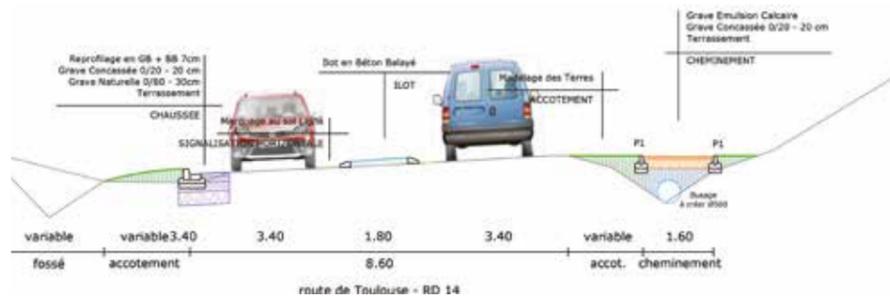
Dans un premier temps, pour 2022, compte tenu du nombre important de nouvelles habitations en diffus, l'aménagement des trottoirs a été réalisé au dernier trimestre 2022 côté RD14, depuis le chemin du Grés jusqu'au lotissement Esclassans.

L'investissement à hauteur de 220 000€ a été financé par un fonds communal dédié aux travaux auquel un fonds de concours a dû être rajouté et par une subvention du Conseil départemental.

Dans un deuxième temps, une étude a été lancée pour prévoir l'aménagement de trottoirs route de Labastide en 2023, compte tenu du fait que de nouvelles habitations, en zone urbaine, ont vu le jour ces deux dernières années.

En ce qui concerne l'aménagement du centre-bourg, les études se poursuivent avec

le CAUE (Conseil D'architecture et d'Urbanisme et de l'Environnement de la Haute-Garonne) et la CCF dans le cadre de sa compétence voirie afin de poser les bases d'un nouvel aménagement allant de l'avenue de la mairie jusqu'à la pharmacie, tout en incluant la circulation devant le presbytère qui est en cours de réhabilitation.



Courts de tennis : de nouveaux filets

La municipalité a fait l'acquisition de nouveaux filets pour équiper les deux terrains de tennis situés près du stade et du groupe scolaire, chemin Mourau.



Cette infrastructure, particulièrement bien située dans notre village, est accessible à tous les habitants qui peuvent adhérer à l'association Tennis Club Cépetois. Elle vous propose une formule annuelle individuelle au prix de 65€. Vous pouvez contacter Gilles Duchein qui vous fournira tous les renseignements : 06.80.04.13.35 – gd1801@orange.fr.

Le tennis est un sport très ludique que l'on peut pratiquer à 2 ou à 4, entre adultes ou en famille avec ses enfants.

Les enfants de l'ALSH vont pouvoir le découvrir cet été dans le cadre des activités proposées !

Contre-allée avenue de Toulouse

Les trottoirs et la route étaient en très mauvais état sur ce secteur.



Nous avons donc pris la décision de faire réaliser des travaux en reconstruisant les trottoirs ainsi qu'en goudronnant la route.

La circulation pour les riverains est maintenant plus agréable.



Le kiosque des Vergers a retrouvé ses couleurs !



Après une réparation réalisée par les agents du service technique et une prestation de peinture réalisée par l'entreprise cépetoise Cédric DELACH, le kiosque du lotissement Les Vergers a retrouvé toute sa fraîcheur.

Emblématique de cet endroit, il offrira de l'ombre aux enfants du quartier et retrouvera ainsi sa fonction de lieu de rencontres.

Réhabilitation du Presbytère : le projet avance

Nous avons déjà évoqué le projet de réhabilitation qui prévoit la création d'un lieu de rencontres et de culture.

Comme prévu, le permis de construire a été déposé fin 2022, puis les demandes de subventions ont été lancées et nous attendons un retour du Département et de l'Etat. Côté rénovation, une phase de « curage » puis le piquage des façades ont permis de mieux connaître l'état du bâtiment, d'ajuster les plans et définir les travaux nécessaires.

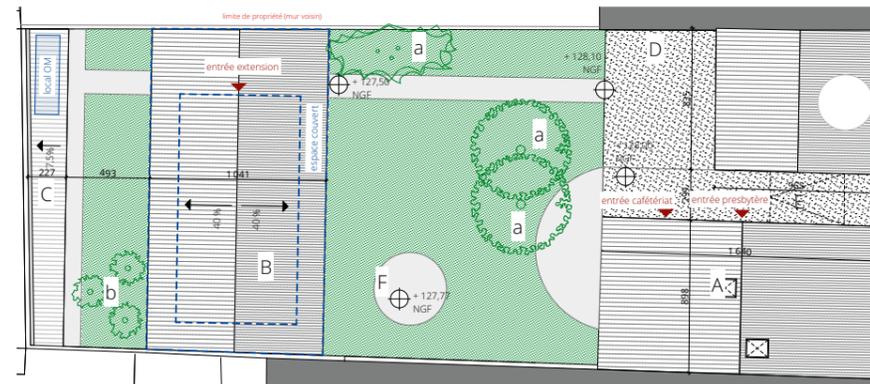
Un bâtiment complémentaire sera construit, en fond de parcelle, pour abriter une salle

multi usages : expositions, salle des mariages et salle du conseil municipal.

Afin de créer un vrai lieu de rencontres pour tous les citoyens, nous élaborons, avec les services de la Médiathèque départementale, un projet de médiathèque et de café culturel permettant de découvrir de nombreux livres et BD mais aussi des jeux et des vidéos. Grâce à ce partenariat, nous disposerons d'un fonds de livre important, constamment renouvelés mais aussi d'animations pour tous, adultes, enfants et adolescents.



Piquage des façades qui fait apparaître les briques rouges



Ce nouveau lieu de vie, au cœur du village, favorisera ainsi les rencontres autour d'une offre culturelle de qualité.

Vous pourrez découvrir les détails du projet au cours des prochaines journées du patrimoine le samedi 16 septembre 2023.

Planning prévisionnel

- ▶ Appel d'offres : septembre 2023
- ▶ Démarrage des travaux : début 2024
- ▶ Réception : fin 2024/début 2025

Révision du Plan Local d'Urbanisme (PLU) : point d'étape

La révision du PLU est toujours en cours (avec l'aide du Bureau d'étude PAYSAGES).

La phase importante de définition de la Politique d'Aménagement et de Développement Durable de notre commune (PADD) a été débattue en conseil municipal le 12 janvier 2023 et a fait l'objet d'une délibération enregistrée en Préfecture début février 2023.

Les prochaines étapes de la révision consistent à définir :

- **Des OAP** (Orientations d'Aménagement et de Programmation) sur des secteurs de tailles différentes. Les OAP définissent en particulier les conditions d'aménagement garantissant la prise en compte des qualités architecturales, urbaines et paysagères des espaces. Ce sont des pièces obligatoires du plan local d'urbanisme (PLU).
- **Le zonage** : outil de réglementation et de contrôle de l'utilisation du sol.

Le travail mené par l'équipe municipale tient bien évidemment compte de la loi Climat et Résilience qui renforce les objectifs de sobriété foncière en limitant l'utilisation des espaces agricoles et l'artificialisation des sols et en permettant la densification des centres afin d'éviter l'étalement urbain.

Une présentation publique du PADD aura lieu au dernier trimestre 2023, pour évoquer les orientations en matière d'environnement, de démographie à horizon 2030, d'habitat en nombre et en forme, de consommation des espaces, de développement économique...



Professionnels

PSYCHOPÉDAGOGUE ET THÉRAPEUTE : FLORENCE BERGON



Florence BERGON est psychopédagogue et diplômée en «Thérapie Systémique et Stratégique». Elle exerçait depuis 5 ans à Bouloc et s'est installée à Cépet depuis janvier 2023 à l'ancien cabinet du Docteur d'Arailh.

Elle propose des accompagnements en relation avec les difficultés ou blocages émotionnels, relationnels, comportementaux, familiaux, scolaires ou professionnels.

Sa formation en psychopédagogie aide les enfants, adolescents et leurs parents à avoir le mode d'emploi de leur cerveau dans les apprentissages. Elle propose des outils concrets afin de réduire le temps des devoirs, faciliter les acquisitions ou dans l'attente d'une prise en charge d'orthophonie. Elle intervient aussi en équipe éducative auprès de différents établissements scolaires dans le cadre des dispositifs d'aides nécessaires.

Elle s'est également spécialisée dans les situations de harcèlement. Cette problématique a d'ailleurs été son sujet de mémoire d'étude à l'université Paris 8 en Thérapie systémique, ce qui lui permet aujourd'hui d'aider avec la même approche qu'«Emmanuelle Piquet», thérapeute experte dans ce domaine.

Sa formation en thérapie brève stratégique selon l'École de Palo Alto débloque de nombreuses situations de mal-être en prenant en compte l'ensemble du contexte de la personne. Elle permet de trouver des clés grâce à des exercices pour arriver à sortir d'une boucle négative dans laquelle la personne est enfermée, comme par exemple dans les cas de souffrance au travail, de burn-out, de difficulté parentale, de phobie dont la phobie scolaire...

Consultation du lundi au samedi sur rdv.
Téléphone : 07.88.68.02.97
Web : reussir-cest-possible.fr



ENERGÉTICIENNE : KARINE CALVET



Diplômée en soins énergétiques en 2022, **Karine CALVET** vous propose des soins énergétiques ainsi que des massages au sein de son cabinet, à son domicile.

Le soin énergétique permet d'apporter du bien-être, de la détente, de la relaxation et du lâcher-prise face à un stress envahissant. C'est un moment privilégié avec soi-même. Se préoccuper de soi, c'est ce que vous ferez lors de la consultation. Ce soin permet d'harmoniser, d'équilibrer le flux énergétique du corps et de l'esprit. Il dénoue les nœuds, les blocages et le stress autant mental que physique. Le soin énergétique remet en circulation les énergies subtiles par apposition des mains ou à distance de quelques centimètres, le travail se fait alors sur le corps éthérique.

Le massage 5 continents réunit d'une manière synergétique plusieurs techniques du monde (lomi lomi hawaïen, massage californien, massage suédois, massage ayurvédique indien et tuina de Chine). Il regroupe le massage, l'aromathérapie et l'énergie du magnétisme.

Ses bienfaits sont nombreux : procure une sensation de bien-être, équilibre les énergies et favorise la relaxation. Il permet l'évacuation du stress, stimule la circulation sanguine et lymphatique, donc l'oxygénation des tissus et l'élimination des déchets de l'organisme, stimule le système immunitaire, soulage les douleurs (dos, muscles, problèmes digestifs, migraines...).

La prise de rendez-vous se fait par téléphone.
Téléphone : 07.72.08.57.39
Web : karine-univers.fr

THÉRAPEUTE : MARIE PILIPCZUK



Le centre de bien-être et santé Agora Center a accueilli dans son équipe une nouvelle thérapeute, **Marie PILIPCZUK**, qui vient, grâce à son expérience, enrichir la prise en charge en thérapies

non médicamenteuses du centre.

Sophrologue et Sono-thérapeute, elle a très à cœur de transmettre des outils d'accès au mieux être aux résidents de l'établissement. Ils pourront ainsi le temps d'une séance, entre autres, se détendre, se relâcher, lâcher prise et retrouver de la sérénité.

Thérapeute et consultante, elle intervient également à Agora Center, centre innovant où sa pratique vient s'inscrire dans la synchronicité des thérapies non médicamenteuses afin d'accompagner au plus juste toute personne qui en ressent le besoin.

Si vous êtes à la recherche d'une prise en charge holistique pour acquérir un réel mieux être, vous pouvez contacter Agora Center par téléphone ou visiter le site internet. Centre ouvert du lundi au vendredi de 9h à 18h.

Téléphone : 05.62.22.83.24 ou 07.45.13.42.80
Web : agoracenter.fr
Adresse : 3 bis Lotissement le Serpolet 31620 CEPET



Professionnels

VICTOR ET VIOLETTE : UNE NOUVELLE BOUTIQUE DE COSMÉTIQUES

Victor et Violette s'est installée à Cépet !

Votre boutique de cosmétiques BIO et naturels, initialement installée à Bruguières, a ouvert ses portes à Cépet au 16 avenue de Toulouse depuis le 30 mars dernier.



Victor et Violette, c'est une sélection pointue de plus d'une centaine de marques de soins du visage et du corps, de produits d'hygiène, de soins capillaires et de maquillage aux ingrédients actifs sélectionnés avec rigueur. Depuis 2017, Emmanuelle Cassin a très à cœur de vous proposer des actifs sains, des soins débarrassés de tout perturbateur endocrinien, ingrédients irritants ou irrespectueux de l'environnement.

Vous retrouverez une large gamme de soins pour les femmes, les hommes et les enfants ainsi que des accessoires beauté.

Grande nouveauté : ouverture d'une cabine de soins pour le visage, pratiqués par une experte, spécialisée en massages faciaux mêlant gestuelles techniques et accessoires tels que gua-sha, cryospoons, etc.

Vous pourrez également participer à des ateliers, en lien avec l'univers de la beauté et du bien-être (une vision plus holistique de la beauté), dans l'espace situé à l'étage.



C'est avec impatience que toute l'équipe a hâte de vous retrouver dans son nouvel écrin dédié entièrement à la beauté et au bien-être, de vous y accueillir avec bienveillance et de vous conseiller pour le choix de vos cosmétiques avec soin, rigueur et convivialité !



Téléphone : 05.62.10.15.98
Web : victoretviolette.com
Adresse : 16 avenue de Toulouse 31620 CEPET

AGENCEUR : MEDOUNE DEME

Après 10 ans passés chez Airbus en tant qu'ajusteur monteur aéronautique, **Medoune DEME** a décidé de prendre son envol en créant son entreprise d'agencement et de décoration.

Depuis sa jeunesse, il a toujours réalisé des travaux dans différents domaines (bâtiment, mécanique auto/moto, création de meubles...).



C'est en 2017, lors de la construction de sa maison qu'il a pu mettre en œuvre son savoir-faire et sa minutie pour agencer et décorer son intérieur. Medoune vous propose donc aujourd'hui tout type de travaux d'agencement et décoration.

Rénovation générale : décrochage, peinture, papier peint, pose de parquet, sol en vinyl, béton minéral, claustra...

Conception sur mesure : dressing et placard, rangement sous escalier, table et banc en bois, abris jardin, bain de soleil...

Optimisation et harmonisation de votre intérieur : plan en 3D, montage de meubles, cuisine ou dressing.

Décoration : parements, tasseaux décoratifs, moulures.

Il intervient sur Cépet et ses environs pour vous prodiguer les meilleurs conseils et réaliser votre décoration.

Téléphone : 07.86.95.95.71
Instagram : deco_by_md
Mail : decoinspiredbymd@gmail.com



MICRO-CRÈCHE PRIVÉE : OUVERTURE EN JANVIER 2024



L'équipe porte le projet d'accompagner l'enfant dans un cadre sécurisant tout en étant à l'écoute de son rythme, de son besoin et de ses émotions. Une micro-crèche est à mi-chemin entre un accueil collectif et un accueil individuel. Elle permet d'accueillir plusieurs enfants simultanément, associant les avantages des structures d'accueil collectif comme la socialisation de l'enfant et ceux de la garde individuelle comme la prise en charge personnalisée.

Elle accueille entre 12 et 14 enfants, âgés de 10 semaines minimum jusqu'à l'entrée à l'école. Elle sera ouverte du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30.

L'ouverture aura lieu en janvier 2024 mais vous pouvez d'ores et déjà prendre contact avec Céline ELBAZ pour préparer votre dossier d'inscription.

La micro-crèche **LES MERVEILLES** propose aux enfants la découverte de la collectivité tout en respectant leur individualité.

Téléphone : 07.81.31.49.03
Web : crechedesmerveilles.fr
Adresse :
3 rue des Orchidées Sauvages 31620 CEPET



ASSISTANTES MATERNELLES



Vous pouvez faire appel à une assistante maternelle pour l'accueil de vos très jeunes enfants.

C'est une professionnelle de la petite enfance, employée par des particuliers en vue de

garder leurs enfants, particulièrement des jeunes enfants.

Elle exerce à son domicile et a un statut de salariée.

Sur la commune de Cépet, plusieurs assistantes maternelles peuvent accueillir vos enfants et vous apporteront un service personnalisé.

La liste est disponible sur www.cepét.fr, rubrique jeunesse.

Si vous êtes une nouvelle assistante maternelle à Cépet, vous pouvez appeler la mairie pour figurer sur cette liste.

RELAIS PETITE ENFANCE (RPE) DE LA CCF



Les Relais Petite Enfance (RPE), anciennement RAM (Relais Assistants maternels) sont des lieux d'information, de rencontres et d'échanges au service des parents, des assistant-e-s maternel-le-s et des professionnels de la petite enfance.

Les animateurs des RPE conseillent les parents sur les différents modes de garde des enfants.

Les RPE constituent aussi un point d'accueil pour les assistant-e-s maternel-le-s et les enfants qui leur sont confiés, organisant rencontres et ateliers ludiques.

La Communauté de Communes du Frontonnais a mis en place 4 RPE :

- à Bouloc, Castelnau-d'Estrétefonds et Fronton pour les assistant-e-s maternel-le-s et familles de ces communes.

- à Cépet, un RPE itinérant, pour les assistant-e-s maternel-le-s et les familles des communes de Cépet, Gargas, Saint-Sauveur, Vacquiers, Villaudric et Villeneuve-lès-Bouloc.

Ce RPE itinérant assure des accueils collectifs 2 fois par semaine sur les communes de Cépet et Villaudric.

Il est situé à la Maison des Associations (104 rue du 8 Mai 1945 31620 CEPET) et est ouvert le mardi et le vendredi matin.

Responsable : Alexandra PAUGET
Téléphone : 06.83.60.48.03
Mail :
relaispetiteenfance.itinerant@cc-dufrontonnais.fr



SOPHROLOGUE ET RÉFLEXOLOGUE : STÉPHANE BERGON



Stéphane BERGON s'est installé sur la commune début janvier à l'ancien cabinet du docteur d'Arailh.

Il a souhaité créer un lieu chaleureux et convivial pour accueillir des personnes de tout âge, de l'adolescent au sénior en individuel ou en groupe.

Il est soignant depuis plus de 15 ans auprès de personnes fragilisées. Il propose de nombreuses approches personnalisées pour soulager les maux grâce à ses différentes formations complémentaires.

Ces techniques soulagent des douleurs ou aident à trouver des solutions en complément de traitements médicamenteux.

Il intervient sur de nombreux troubles tels que : stress, anxiété, insomnie, addictions dont les Troubles du Comportement Alimentaire, manque de confiance en soi...

Ce ne sont pas moins de 6 techniques qui vous sont proposées selon vos besoins ou vos envies : sophrologie reconnue RNCP, mindfulness, méditation de pleine conscience, réflexologie plantaire, palmaire et crânienne, reiki, décontraction musculaire à l'aide de massage bien-être.

Vous trouverez les dates des séances de groupe sur Facebook [stephane sophrologie réflexologie](https://www.facebook.com/stephane.sophrologie.reflexologie).

Consultation du lundi au samedi sur rdv.
Téléphone : 06.07.07.03.81
Facebook : stephane sophrologie reflexologie

OSTÉOPATHE : ANAÏS QUINTOLI



Diplômée de l'Institut Toulousain d'Ostéopathie à Labège en juillet 2022, c'est tout naturellement qu'**Anaïs** a souhaité s'installer dans la campagne nord toulousaine dont elle est originaire.

L'ostéopathie est une thérapie manuelle dite « alternative » basée sur la notion d'équilibre tissulaire et la prise en compte de la globalité de l'individu.

L'ostéopathie est une méthode de soins qui s'emploie à déterminer et à traiter les restrictions de mobilité qui peuvent affecter l'ensemble des structures composant le corps humain et ainsi redonner de la mobilité.

Les motifs qui peuvent vous conduire à consulter un ostéopathe sont nombreux et variés. Ainsi, chaque prise en charge sera adaptée à chacun.

En prévention ou en période de douleur, de la femme enceinte au sportif ou du nourrisson au senior, l'ostéopathie est adaptée à toutes et à tous.

Anaïs intervient également dans les entreprises et les clubs sportifs.

Elle pourra vous proposer des tarifs préférentiels pour un suivi personnalisé ainsi que des partenariats.

Le cabinet est ouvert du lundi au vendredi de 8h à 20h et le samedi de 9h à 13h.
La prise de rdv est possible sur Doctolib ou par téléphone.
Téléphone : 07.78.07.58.33
Adresse : 462 route de Saint Sauveur, résidence Le Clos des Vignes 31620 CEPET



WEBMASTERING ET E-COMMERCE : KARIM BOUDALI – STUDIO 109



Depuis plus de 20 ans, **STUDIO 109** est basée à Cépet.

Spécialisée en graphisme et en webmastering, développement web WordPress, e-commerce et référencement, l'entreprise offre des prestations de services complètes et personnalisées pour répondre aux besoins de ses clients. Grâce à son expérience et son expertise, Studio 109 se distingue par sa capacité à créer des solutions en ligne efficaces et esthétiquement attrayantes.

Développement web : création de sites dynamiques, fonctionnels et intuitifs, en utilisant la puissance et la flexibilité de WordPress. Que vous ayez besoin d'un site vitrine pour présenter votre activité ou d'un blog pour partager vos idées, Studio 109 saura concevoir une plateforme sur mesure qui répond à vos besoins spécifiques.

E-commerce : dans un monde de plus en plus numérique, le commerce en ligne est essentiel pour de nombreuses entreprises. Studio 109 propose des solutions e-commerce personnalisées, en utilisant des plateformes robustes telles que Prestashop.

Référencement : pour qu'un site web soit véritablement efficace et donc visible, il doit également être bien référencé sur les moteurs de recherche.

Avec plus de deux décennies d'expérience dans le domaine du graphisme et du web, STUDIO 109 possède une expertise approfondie dans la création de solutions en ligne et se distingue également par son approche personnalisée et sa volonté de comprendre les besoins spécifiques de chaque client, afin de fournir des solutions adaptées et efficaces.

Studio 109 développe son expérience pour des clients dans des secteurs très diversifiés. Exemple en e-commerce (gastronomie : maison Dehillerin

edehillerin.fr, trophées sportifs : trophée-sportif.com), et en site vitrine (loisirs : aéroclub montalbanais aéroclub-montalbanais.fr).

STUDIO 109 - Studio de Création, conseil & Suivi - Consultant Expert E-Commerce / Expert SEO-SEM
Téléphone : 06.62.81.52.61
Web : studio109prod.com
Adresse : 691A chemin de Borde Haute 31620 CEPET



Carnaval 2023 : une après-midi festive pleinement réussie

La bande dessinée a fait son carnaval à Cépet le samedi 25 mars 2023 à partir de 14h30.

Sous un soleil radieux, les habitants de la commune, enfants, parents et grands-parents sont venus très nombreux pour participer et faire la fête lors du carnaval. Au moins 300 personnes étaient présentes.

En amont et autour des élus, le carnaval a réuni de nombreux partenaires : ALAE, ALSH, associations et maisons de retraite qui ont travaillé plusieurs mois autour de la thématique de la bande dessinée et fabriqué quelques figures imposantes. Les

déguisements de toute sorte ont offert un large éventail de personnages pour toutes les générations.

Parade, chants et danses ont été au programme. Le défilé est parti de la salle des fêtes, s'est dirigé vers l'EHPAD Castलगirou où les enfants et adolescents de l'association Lolidance ont présenté leurs danses aux participants et aux résidents. Puis le cortège s'est dirigé vers l'Ehpad Les Serpolets pour prendre une collation finale et « brûler » M. CARNAVAL.

30 musiciens du Pôle Musical de l'Union BANDA 31 ont animé le cortège en jouant

les musiques traditionnelles du carnaval et ont assuré l'ambiance.

Enfants, parents et seniors ont pu participer à cette animation qui se voulait intergénérationnelle et ludique.

La fête de carnaval est une ancienne tradition liée aux cycles des saisons, elle annonce le passage de l'hiver au printemps et le réveil de la nature, pour la plus grande joie de tous.

Cette déambulation festive dans les rues de la commune a ravi tous les participants. **Rendez-vous est déjà pris pour le samedi 23 mars 2024.**



Soirée irlandaise : des musiques irlandaises pour voyager très loin



Pour la deuxième année consécutive, la commission Vie Locale a organisé une soirée festive le 1^{er} avril, sous le signe de l'Irlande, à la salle des fêtes.

A partir de 21h00, les visiteurs ont pu assister au concert du groupe PORTER & STOUT. Deux musiciens, Bert et Kuba, qui ont trouvé naturellement leur place sur les scènes folks et celtiques d'Europe, nous ont plongés dans une ambiance typique des pubs irlandais.

Ils nous ont charmés par les mélodies mélancoliques de l'accordéon, secoués par la voix rogomme du chanteur et finalement remués par l'énergie des percussions.

Lead Vocals, Whistle, Bouzouki, percu, gt acoustique, Back Vocals, Banjo viennent ancrer

des mélodies qui restent gravées dans les esprits.

Vous pouvez les découvrir sur leur site internet et leur page facebook : www.facebook.com/PorterandStoutOfficiel

Au préalable, les participants ont pu se restaurer grâce aux food-trucks installés sur le parking et ils ont pu goûter les bières et softs proposés à la buvette.

Cette soirée, sur le thème de l'Irlande, sera reconduite. Nous vous donnons d'ores et déjà rendez-vous le 27 avril 2024.

Commémorations : le souvenir perdure

Deux cérémonies commémoratives ont eu lieu au premier semestre.

Le 22 mars a eu lieu la commémoration de la fin de la Guerre d'Algérie du 19 mars 1962.

Le 9 mai, avec une météo peu clémente, la commune de Cépet a organisé avec l'Amicale des Anciens Combattants la commémoration de la fin de la Seconde Guerre Mondiale le 8 mai 1945. Emile Astruc (Président des Anciens Combattants) et Jean-Michel Fougeray (Adjoint) ont lu les discours, en présence des représentants officiels de la gendarmerie et des porte-drapeaux.

Ces commémorations permettent de faire perdurer le souvenir des victimes de ces deux guerres.



Festival des jeux à Cépet

L'association Cep'A du Jeu organise le premier festival des jeux le samedi 30 septembre 2023 à la salle des fêtes de Cépet.

Le temps d'une journée, l'association invite petits et grands à découvrir (ou redécouvrir) le plaisir de jouer tous ensemble. Des jeux de société classiques aux nouvelles sorties, il y en aura pour tous les goûts et tous les âges.

L'objectif est de partager le plaisir du jeu avec le plus grand nombre et avec tout type

de jeux.

Venez jouer et découvrir la diversité des jeux. Depuis quelques années, l'engouement est croissant pour les jeux de société : jeux classiques (Monopoly, La Bonne Paye, Trivial Pursuit, billard, Mah-Jong...), jeux de rôle, jeux de figurines, jeux en bois, jeux grandeur nature (escape game...), jeux de



société nouvelle génération (Blanc Manger Coco, Limite Limite, Dobble, Dixit)... Le jeu a, à nouveau, la côte auprès des familles et des groupes d'amis !

Retenez cette date importante : samedi 30 septembre 2023 à la salle des fêtes.

Contact - Gaëlle et Julien 06.76.17.17.80

Ils pourront vous donner tous les détails de l'évènement lors du Forum des Associations le samedi 2 septembre 2023.



Théâtre samedi 14 octobre 2023 à 20h30 : Le nombril de Jean Anouilh

« Le nombril » est la dernière pièce de Jean Anouilh, à classer dans ses pièces « farceuses ».

Il s'agit d'une comédie de caractère et de mœurs, qui reste toujours très actuelle et que l'on peut qualifier de « moliéresque ».

Loin de n'être qu'une pièce comique, elle met en lumière les éléments clef de la vie, tels que l'amitié, les enfants, la famille, l'amour, l'argent et la notoriété.

Léon, le personnage principal est un auteur à succès dont le nouveau théâtre d'avant-

garde met la renommée en péril.

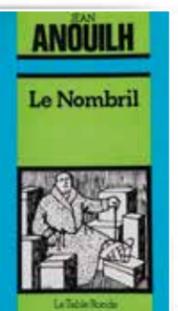
Souffrant d'une crise de goutte, il décide d'écrire une pièce sur les nombrilistes.

C'est alors que commence le défilé de nombrilistes qualifiés : Gaston, son ami d'enfance, son médecin, son ex-femme, son fils, ses filles et sa très jeune maîtresse, chacun venant lui réclamer ce qu'il pense lui revenir de droit.

Tous n'ont de cesse que de se regarder le

nombril, Narcisses incarnés, ayant perdu tout sens de la vie.

→ La compagnie des « Cent Tons », association formée d'acteurs amateurs chevronnés, vous donne rendez-vous le samedi 14 octobre à 20h30 à la Salle des Fêtes de Cépet pour une soirée divertissante.



Festival des Arts samedi 24 et dimanche 25 novembre 2023

Pour cette 14^e édition du Festival des Arts de Cépet, une place importante sera encore donnée cette année à toutes les formes d'art.

Les visiteurs pourront rencontrer des auteurs régionaux. Des rencontres et conférences-débats seront organisées durant ces deux jours avec les auteurs adultes.

Il y aura également des auteurs pour la jeunesse qui pourront échanger avec les enfants.

Des artistes indépendants seront présents pour nous présenter leurs œuvres : peintres, photographes et sculpteurs...

L'Association Arts et Culture de Cépet exposera les créations de ses élèves et de ses professeurs, tout comme l'ALAE et l'Ecole

qui auront un stand dédié pour présenter les travaux réalisés par les enfants.

L'écriture, la photographie, la peinture, la sculpture et toutes les formes d'art ont en commun d'ouvrir notre esprit pour découvrir les œuvres des artistes aux talents multiples et surprenants.

Nous vous attendons nombreux pour découvrir ces différentes expressions artistiques les 24 & 25 novembre après-midi.



Gestion des listes électorales

L'inscription sur la liste électorale d'une commune est une démarche volontaire.

Depuis la réforme des listes électorales de 2019, ces dernières sont extraites du répertoire électoral unique et permanent tenu par l'INSEE. Pour permettre à l'INSEE de mettre à jours les listes, chaque commune doit procéder aux inscriptions et radiations des électeurs.

- ✓ des contributions directes communales,
- ✓ de leur qualité de gérant, d'associé majoritaire ou unique d'une société figurant au rôle de la commune,
- ✓ de la résidence obligatoire dans la commune en qualité de fonctionnaire.

Pour rappel, les ressortissants de l'Union Européenne peuvent prétendre à être inscrits sur les listes électorales européennes et/ou municipales.

Désormais, avec la réforme des listes électorales de 2019, les enfants jusqu'à 26 ans peuvent demander à être inscrits au domicile de leurs parents (preuve du lien filial et de l'attache communale des parents (1.1° de l'art. L.11 du code électoral).

Les personnes inscrites sur la liste électo-



rale de Cépet mais ne réunissant pas les conditions énumérées ci-dessus, seront destinataires d'un courrier de radiation. Elles auront 15 jours pour adresser une réponse à la mairie à l'aide du formulaire de réponse qui sera joint au courrier. Ce projet de radiation sera envoyé dans le courant du second semestre 2023.

Si ces personnes s'inscrivent dans leur nouvelle commune d'habitation, elles seront radiées d'office de la liste électorale de Cépet.

- Peuvent être inscrits sur la liste de la commune, les habitants de nationalité française :
- âgés de 18 ans accomplis et jouissant de leurs droits civils et politiques et n'étant dans aucun cas d'incapacité prévu par la loi (Art L.2 du code électoral).
 - qui ont une attache communale au sens de l'article L.11 du code électoral, au titre :
 - ✓ du domicile réel sur la commune,

Vétérinaire d'urgence : Vet-Urgentys – Urgences 31

Site Officiel des Vétérinaires pour les Urgences à Toulouse et agglomération.



Depuis 2004, en l'absence de votre vétérinaire, VET-URGENTYS, la clinique vétérinaire de garde dédiée aux urgences située à Toulouse vous accueille pour les urgences de Toulouse et son agglomération, la nuit, le week-end et les jours fériés.

Ils disposent d'un plateau technique adapté aux urgences. Il permet de réaliser les soins, les examens sanguins ou d'imageries et les interventions chirurgicales nécessaires. La présence permanente d'au moins un vétérinaire permet la surveillance des animaux en soins intensifs.

En cas d'urgence pour vos animaux, le soir, le week-end et les jours fériés :

☎ **Clinique Vétérinaire de garde Vet-Urgentys**
 33 Route de Bayonne, 31300 Toulouse
 5 rue Lucien Servanty, 31100 Toulouse
 05 61 11 21 31 - <https://vet-urgentys.fr>

Ils travaillent en partenariat avec plus de cent vétérinaires de l'agglomération toulousaine.

3 défibrillateurs à Cépet

Nous pouvons tous être acteurs pour sauver des vies.

La commune de Cépet s'est engagée dans la lutte contre la mort subite par arrêt cardiaque et a fait l'acquisition de trois défibrillateurs.

Ils sont situés :

- Groupe scolaire de Paule, à droite du portail, au 1 chemin de Mourau.
- Salle des Fêtes au 154 rue du 8 Mai 1945.
- Mairie au 1 rue de l'Eglise.

Pour pouvoir géolocaliser les défibrillateurs à Cépet ou ailleurs, il existe une application à télécharger sur votre smartphone : **STAYING ALIVE**. Site internet : stayingalive.org.

DÉFIBRILLATEUR

Vous êtes en présence d'une personne inconsciente et qui ne respire pas.

Appellez les secours immédiatement.

112 Europe ou 15 SAMU ou 18 POMPIERS

Dans l'attente du défibrillateur, pratiquez un massage cardiaque.

Récupérez le défibrillateur et l'amener auprès de la victime.

Laissez-vous guider par les messages vocaux du défibrillateur après l'avoir mis sous tension.

Attendez l'arrivée des secours en laissant le défibrillateur allumé avec les électrodes toujours sur la victime.

Pour géolocaliser les défibrillateurs, téléchargez l'application

Participation citoyenne



La municipalité de Cépet et la Gendarmerie nationale ont invité tous les citoyens à participer à la présentation du dispositif Participation Citoyenne.

Cette réunion d'information a eu lieu le mercredi 30 novembre 2022 à 20h00 à la salle des fêtes.

Instaurée pour la première fois en 2006, la démarche Participation Citoyenne consiste à sensibiliser les habitants d'une commune ou d'un quartier et à les associer à la protection de leur environnement.

Ce dispositif encourage la population à adopter une attitude solidaire et vigilante ainsi qu'à informer les forces de l'ordre de tout fait particulier.

Encadrée par la gendarmerie nationale, la démarche Participation Citoyenne vient

conforter les moyens de sécurité publique déjà mis en œuvre.

Principaux objectifs de la démarche :

- établir un lien régulier entre les habitants d'un quartier, les élus et les représentants de la force publique ;
- accroître la réactivité des forces de sécurité contre la délinquance d'appropriation ;
- renforcer la tranquillité au cœur des foyers et générer des solidarités de voisinages.

Pivot en matière de prévention au sein de sa commune, le Maire joue un rôle majeur dans la mise en place et le suivi de ce dispositif (signature d'un protocole).

Des référents citoyens sont choisis par le Maire, sur volontariat, pour faire le relais entre les habitants du quartier et la brigade de gendarmerie locale. A ce jour, Cépet compte 14 «référents quartier».



La Participation Citoyenne permet ainsi de développer une culture de prévention de la délinquance auprès des citoyens et de recréer des liens sociaux dans la commune en suscitant la participation de tous.

☎ **Pour signaler un problème survenant sur la commune de Cépet, vous devez vous adresser à la gendarmerie de Saint-Jory au 05 34 27 37 60.**

Opération Tranquillité Vacances : une solution pour partir en toute quiétude

Pendant toute absence prolongée de votre domicile, vous pouvez vous inscrire à l'Opération Tranquillité Vacances (OTV).

Les services de police ou de gendarmerie se chargent alors de surveiller votre logement.

Pour accéder à ce service, vous pouvez vous inscrire via un nouveau service en ligne. Il faut ensuite renseigner le code postal de la commune ainsi que les dates de la période d'absence.

La demande est automatiquement adressée au service de gendarmerie ou de police compétent pour votre lieu de résidence.

Pendant votre absence, des patrouilles sont mobilisées aux abords de votre domicile et les habitants concernés seront prévenus en cas d'anomalies (dégradations, tentative d'effraction, cambriolage...).

Il y a également la possibilité de s'inscrire à ce service en se rendant à la gendarmerie de Saint-Jory.

Dans ce cas, une pièce d'identité et un justificatif de domicile vous seront demandés. Un récépissé vous sera remis en main propre.

☎ **Rendez-vous sur le service en ligne :**
www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R43241.

☎ **Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter la gendarmerie de Saint-Jory au 05 34 27 37 60.**



RÉSERVEZ ANTICIPEZ VOYAGEZ

Vérifiez dès maintenant la validité de vos titres d'identité. N'attendez pas le dernier moment pour les renouveler!

Gagnez du temps avec la pré-demande en ligne sur ants.gouv.fr

Conseillère numérique à votre service

Pour faciliter l'accès des habitants aux services dématérialisés et les aider à se familiariser avec le numérique, la Communauté de communes du Frontonnais propose un nouveau service de médiation numérique.

Quel que soit votre niveau de familiarisation avec le numérique, Laurie Selve, conseillère numérique, vous accueille lors de ses permanences, à la mairie de Cépet, les premiers et troisièmes lundis du mois.

Laurie est chargée des accompagnements individuels et des ateliers collectifs (avec votre propre matériel portable), pour vous aider dans vos usages quotidiens du numérique :

- démarches en ligne,
- création d'une adresse mail,
- formation à l'outil numérique,
- etc.



Tri à la source des biodéchets : bientôt tous concernés !

La Communauté de communes du Frontonnais met en place le tri à la source des biodéchets à compter du 1^{er} janvier 2024, en application de la loi AGEC de 2020. Les collectivités doivent proposer des solutions permettant aux particuliers d'effectuer le tri à la source afin que les biodéchets ne soient plus jetés avec les ordures ménagères.

Environ 20 % de nos poubelles sont constitués de biodéchets (restes de repas, marc de café, épluchures de fruits et légumes, produits alimentaires périmés...) qui au lieu d'être incinérés pourraient être valorisés d'une autre manière.

Les solutions techniques pour trier des biodéchets sont adaptées au territoire, urbain ou rural, et au type des ménages concernés, vivant en appartement, en pavillon, etc. : composteurs individuels ou collectifs (pour un immeuble, une rue, un quartier),

Ce service est gratuit et accessible à tous !

La prise de rendez-vous est obligatoire auprès de Laurie au 06 75 41 89 15 ou laurie.selve@cc-dufrontonnais.fr

Afin de connaître ou de préciser les besoins et attentes des habitants de la commune de Cépet, nous vous proposons de répondre à un questionnaire. Il vous est adressé sous la forme d'un feuillet joint à ce bulletin municipal. Ce document, à compléter anonymement, est à déposer dans la boîte à lettres de la mairie avant le 15 septembre 2023. Nous pourrions ainsi recueillir vos besoins et mettre en place les services les plus adaptés. Nous vous remercions par avance pour votre participation à cette enquête.



Une conseillère numérique à votre service

Le maire de Cépet propose aux Cépetais et Cépetaises un accompagnement personnalisé pour leurs démarches administratives et la découverte du numérique.

Laurie, conseillère numérique à la Communauté des Communes du Frontonnais (CCF), est chargée des accompagnements individuels et des ateliers collectifs (avec votre propre matériel portable), pour vous aider dans vos usages quotidiens du numérique :

- démarches en ligne,
- création d'une adresse mail,
- formation à l'outil numérique,
- etc.

Ce service est gratuit et accessible à tous !
La prise de rendez-vous est obligatoire auprès de Laurie au 06 75 41 89 15 ou laurie.selve@cc-dufrontonnais.fr

LE NUMÉRIQUE ET VOUS	
Ce questionnaire vous permettra de connaître vos besoins en matière de numérique et de répondre au mieux à vos attentes. Nous vous remercions par avance pour votre participation.	
Questions	Réponses
Utilisation du numérique	
Êtes-vous, vous ou votre proche à ?	Ordinateur Tablette Smartphone
Vos besoins	Accompagnement individuel Ateliers collectifs Let deux
Besoins en accompagnement individuel	
Êtes-vous accompagné(e) dans les démarches administratives et devenir autonome ?	Oui Non
Prendre en main les outils numériques (ordinateur, tablette, smartphone) ?	Oui Non
Participation à un atelier collectif	
Apprendre à utiliser l'ordinateur, la tablette, le smartphone ?	Oui Non
Apprendre à naviguer sur internet ?	Oui Non
Créer, gérer et utiliser ses lettres mail ?	Oui Non
Apprendre à utiliser un outil de visioconférence (Skype, Zoom, etc.) ?	Oui Non
Apprendre à organiser ses documents (courrier, fichiers, photos) ?	Oui Non
Apprendre à gérer la sécurité de vos enfants sur l'ENT ?	Oui Non
Avez-vous d'autres besoins ?	
Comment vous sentez-vous face à un outil numérique ?	Écrivez votre réponse par le numérique
Si vous souhaitez recevoir des communications sur les différents ateliers proposés, indiquez votre adresse mail ou votre numéro de téléphone	

Enquête à compléter et à renvoyer à
Mairie de Cépet - 1 rue de l'Église - 31620 CEPET - communication@cepet.fr



Un doute ? Une interrogation ?
Je contacte le Service Environnement de la CCF : 05 62 79 15 30
environnement@cc-dufrontonnais.fr

✓ **DÉCHETS ACCEPTÉS**

Je mets dans le conteneur de récupération des biodéchets :

- déchets issus de la préparation des repas (épluchures, coquilles d'œufs...),
- restes de repas (fruits, légumes, viandes, café, sauce, soupe, crème, os, arêtes de poisson, carcasses de poulet...),
- tout produit alimentaire (même périmé) débarrassé de son emballage,
- sachets de thé et filtres à café,
- serviettes en papier.

✗ **DÉCHETS REFUSÉS**

Je ne mets pas :

- emballages,
- produits d'hygiène (coton-tige, produits ménagers, mouchoirs...),
- produits dangereux (piles...),
- déchets de jardin (tonte, branches...),
- chewing-gums,
- coquilles dures (bigorneaux, huîtres, moules, St-jacques...),
- autres objets divers.

Balade et chasse au trésor à Cépet : le trésor de Grapillon

La Communauté de Communes du Frontonnais et son service Promotion du Territoire mettent en place, tout l'été, un jeu à faire en famille sur les communes de Castelnau-d'Estrétefonds et de Cépet.

Le principe est très simple : à l'aide du carnet de jeux et de son feuillet additionnel, vous devrez résoudre les énigmes afin de déchiffrer la phrase mystère. Celle-ci vous mènera vers une cache. Que contient-elle ? A vous de le découvrir !

A Cépet, le départ a lieu sur la place Sainte-Foy, sur laquelle se trouve l'ancien poids public de la commune, utilisé pour déterminer le poids d'un véhicule ou de gros animaux. Puis le parcours vous fera découvrir les différentes rues et lieux particuliers de la commune.

Le carnet de jeu « 10 Balades en Famille » et le feuillet additionnel « A la recherche du trésor de Grapillon » sont à retirer à l'Office de Tourisme du Vignoble de Fronton ou à la mairie de Cépet.

Ce jeu est accessible librement du 1^{er} juillet au 31 août. La balade d'1 km dure environ 1 heure.

Toutes les informations sont disponibles sur randos@cc-dufrontonnais.fr ou par téléphone au 06.78.27.27.57 ainsi que sur le site cepet.fr.



Agenda 2023 du Vignoble de Fronton

La nouvelle édition de l'Agenda Bougez sur le vignoble de Fronton vient de paraître !



Pour bouger et découvrir notre territoire et notamment le vignoble de Fronton tout au long de l'été et participer aux nombreuses animations et moments de détente sur le Vignoble de Fronton, ce guide est essentiel pour ne manquer aucun évènement.

Découvrez les nombreuses thématiques pour organiser vos sorties : guinguettes, dégustations, détente, activités insolites, patrimoine, portes ouvertes chez les vignerons, musique...

Le livret est disponible à l'Office de Tourisme ou à télécharger sur cepet.fr

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme : 05.61.74.80.69 ou accueil@tourismevignobledefronton.fr

Festival Musique en vignes dans le Frontonnais



Le Festival Musique en Vignes dans le Frontonnais propose un voyage au pays des saveurs et des senteurs d'un vignoble millénaire, assorti des accords divins d'un riche patrimoine musical.

Depuis 2002, il valorise l'AOP Fronton situé sur deux communautés de communes, du Frontonnais et du Grand Sud Tarn et Garonne, par des concerts de musique savante, classique et jazz : un concert au printemps, sept savoureuses soirées estivales, un concert pour les vendanges et un concert à Noël.

Le Festival a obtenu en 2018 le label Vignoble et Découvertes, il permet aux amateurs de belle musique et de bons vins de découvrir compositeurs et interprètes de dimension internationale et des talents régionaux en devenir.

Pour découvrir de plus près ce beau terroir frontonnais, quatre soirées au cœur des vignes avec des groupes ou des solistes très prestigieux : Café de Maurizi, Solistes Balkans, Bertrand Giraud, Tristan Pfaff, Giovanni U. Battel.

Les vignerons vous feront visiter leur chai avant les concerts.

Le concert de clôture du festival sera un Noël en valses et danses transylvaniennes avec le Duo Lesage, qui fêtera leurs vingt années d'organisation du festival.

Chaque soirée est ponctuée de dégustations offertes par les vignerons.

Si selon Aristote, l'art et le vin sont les joies supérieures de l'homme libre, dégustons sans modération cette alchimie du bonheur que nous offre Musique en Vignes.

Jacqueline Coquet – Présidente du Festival Musique en Vignes
Informations et réservation auprès de l'Office de Tourisme de Fronton : 05.61.74.80.69 ou musique-en-vignes.com

Forum des Associations & Tables Gourmandes : le programme 2023

La journée du samedi 2 septembre sera associative, gourmande et musicale !

Nous vous attendons nombreux pour cette matinée et cette soirée qui marqueront la reprise des activités associatives et festives au sein de la commune !



Forum des associations

Le forum des associations aura lieu à partir de 9h00 sur le parking de la salle des fêtes de Cépet.

Durant la matinée et jusqu'à 12h00, les associations cépetoises vous accueillent et vous renseigneront sur leurs activités et horaires.

Vous pourrez même procéder à votre inscription sur place.

Tables gourmandes & orchestre

La soirée débutera à partir de 19h00 sur la place Sainte-Foy au centre du village.

Vous pourrez vous installer en famille et avec vos amis sur les tables et bancs spécialement installés pour cette soirée festive.

Vous pourrez vous restaurer grâce aux spécialités culinaires proposées par les cuisiniers des food-trucks : tapas, burgers, crêpes sarrasin, aligot, saucisse, axoa de veau, fromages, gaufres, glaces, crêpes, pâtisseries...

Tout ceci sera accompagné des vins du **Domaine Roumagnac** que vous pourrez acheter ou consommer, avec modération !

Côté buvette, pour vous rafraîchir, l'équipe de l'association Cépet Foot Vétérans vous proposera des bières et softs.

La soirée musicale sera animée par le groupe basque ARIZCUN. La baranga de 4 musiciens assurera l'ambiance. Ce sera une grande fête joyeuse et participative au cours de laquelle vous pourrez chanter et danser... jusqu'à minuit !



Amicale des Aînés : le renouveau

Si l'année dernière fut la reprise des activités, cette année nous pouvons parler de renouveau.

Nous avons ainsi intégré différents spectacles extérieurs à Cépet.

En janvier, nous nous sommes retrouvés, avec plaisir et nostalgie, plus de 40 ans en arrière dans l'ambiance des chansons et danses des années 1980.

En février, ce furent des danses mexicaines. En avril, un repas-spectacle au cabaret La Vénus nous a transportés avec ravissement dans un monde de frou-frou et costumes french cancan.

Nous avons élargi la proposition de ces spectacles aux adhérents et non-adhérents afin qu'ils bénéficient de réductions

de 25% et plus. Pour diminuer les frais de transport, nous avons mis en place un système de covoiturage.

La société de chasse a invité notre association à un banquet chez Monsieur Courcelles, au lieu-dit Le Mas (ancienne propriété de la famille Guillou). Nous avons passé un moment agréable en compagnie des chasseurs et du propriétaire des lieux.

Et fin mai, nous avons fêté la fête des mères et des pères : une paella offerte par le bureau à nos adhérents et cuisinée bénévolement, comme l'an dernier, par un couple faisant partie de notre association. Dans une bonne ambiance, des jeux de société ont clôturé une agréable après-midi.

Le traditionnel repas dansant du printemps nous a amenés des couples de danseurs extérieurs à l'amicale, qui ont apporté une dynamique dans notre repas. Il en sera de



même pour le prochain repas d'été. Les repas associés aux mini-lotos mensuels, une fois sur deux, ont de plus en plus de succès.

Enfin, je remercie l'équipe de bénévoles qui m'entoure. Chaque activité nécessite beaucoup d'énergie en amont et en aval. La sociabilité, l'entraide, les plaisirs et le bonheur que nous engendrons sont les belles récompenses que nous recevons en échange.

Contact - Didier Buisson - Président - 09.80.89.97.21

AACDC : le plaisir de créer son œuvre

L'association Arts et Culture De Cépet a repris son activité dès le mois de septembre en organisant 2 stages.

Le premier était animé par la pastelliste Hélène Gabin Laurié. Les adhérents ont suivi un processus de pas à pas pour approfondir la technique du pastel sec. Hélène Gabin

Laurié intervient en cours une fois par mois à l'atelier.

Laquarelliste Isabelle Séruch-Capouillez anime des ateliers-cours chaque mois. Avec elle, les adhérents complètent leurs connaissances en dessin, aquarelle et pastels.

Diane Garcès de Marcilla a animé des stages à la journée. Les stagiaires ont pu découvrir d'autres univers picturaux avec l'acrylique ou l'huile autour de thèmes spécifiques.

De très belles œuvres ont donc vu le jour tout au long de l'année.

La découverte « d'autres mondes » au Festival des Arts 2022 a favorisé de belles ren-



contres artistiques. L'association s'inscrit dans une démarche visant à favoriser l'expression artistique et le lien social. Nous avons ainsi participé au carnaval du mois de mars avec l'association Cep'A du jeu en confectionnant le char Obélix ! Le point fort de l'AACDC est de proposer des ateliers d'une durée de 3h30 !

Toutes les informations sur cepet.fr rubrique associations. Nous serons présents au forum des associations.

Contact - Martine Maury Présidente - 06.67.84.49.92 - martinemaury13@gmail.com

Comité des parents d'élèves : toujours dans l'action !

Cette année la fusion DPE et comité des parents d'élèves de Cépet a permis de centraliser les informations en ayant un seul interlocuteur.

Nous sommes une équipe très motivée, composée d'un bureau avec 6 personnes, de parents délégués et de parents bénévoles pour mettre en place des actions et des événements

qui profiteront à l'ensemble des enfants.

Nous sommes présents pour aider lors des événements organisés par la commune (spectacle de fin d'année avec la venue du père Noël, aide à la confection d'un char avec la maison de retraite Castel Girou pour le carnaval) mais aussi lors des manifestations à l'école : kermesse, marché de Noël...

Nous continuons la traditionnelle vente de sapin de Noël au profit de la coopérative scolaire qui rencontre un franc succès.

Nous avons également à cœur de promouvoir les commerces locaux en réalisant des partenariats permettant de générer des fonds : vente de chocolats pour Pâques avec la pâtisserie MJ Boulangerie en 2022, partenariat avec la boutique de produits

cosmétiques bio et naturels Victor et Violette pour la confection de coffrets beauté à l'occasion de la fête des mères 2023.

Nous sommes prêts pour réaliser d'autres projets ; un de nos rêves est l'organisation d'un loto !

Mais pour cela nous avons besoin de vous ! Alors, venez nous rejoindre, c'est ensemble que l'on sera plus fort et que l'on pourra mener plus de projets !

Contacts Elodie Perrin (lien parents école/mairie) : 06.69.20.18.24 Gaëlle Rivière (lien évènementiel) : 07.69.26.24.05 comitedesparents.cep@gmail.com



Cep'et Vins, l'aventure continue de plus belle

Notre association, à but non lucratif, créée en 2020, regroupe des amateurs passionnés d'œnologie et de culture locale.

Débutants ou avertis, actifs ou retraités, professionnels de la restauration ou pas... Ils sont tous épicuriens et désireux de partager leur passion lors des dégustations et courts séjours dans notre beau vignoble français.

Ce nouveau millésime a vu grandir l'association avec deux nouveaux groupes, doublant ainsi le nombre de participants. A la demande de certains élus de Vacquiers et Villaudric, nous avons également créé une antenne sur ces deux villages. Cep'et vins au cœur du Frontonnais !

Nos ateliers mensuels sont l'occasion de continuer à étendre nos connaissances

œnologiques, animés par une soif de curiosité insatiable. Notre technique de dégustation est appréciée de tous et nous permet de voyager à travers la France, du Jura au Bordelais, en passant par la Corse et la Champagne. Une première approche de nos terroirs, par les papilles.

Soucieux de mettre nos formations en application sur le terrain, une journée a été organisée dans le berceau du Malbec, à Cahors... bien entendu ! Nous avons profité de notre déplacement pour fêter la Saint Vincent, patron des vigneron, ou pour mettre à l'honneur l'or noir de nos assiettes, le Tuber melanosporum lors des fêtes locales en début d'année 2023.

L'aventure Cep'et Vins réserve encore de belles surprises dans les prochains mois.

Puisque de nouvelles invitations pour découvrir nos villages et l'histoire de notre appellation nous sont parvenues, c'est avec un grand plaisir que nous y répondrons favorablement. D'autres projets sont également à venir... On vous met l'eau à la bouche ? Un atelier culinaire ainsi que la visite d'une distillerie sont actuellement en réflexion.

Nous sommes ravis du parcours réalisé depuis la création de notre association et de la participation active des adhérents afin que Cep'et Vins continue de plus belle !

Nous serons présents au forum des associations pour les inscriptions le 2 septembre prochain.

Contact - François et Damien - cepetvins@orange.fr



Cep'A du Jeu : l'association de jeux de société à Cépet



En 2019, avec mon épouse nous avons décidé de créer une association pour partager avec le plus grand nombre tous les jeux de société que nous avons à la maison. Le but était de nous faire sortir de nos écrans, une soirée dans la semaine, dans une ambiance détendue et familiale.



Le monde ludique s'est énormément développé ces dernières années et nous trouvons maintenant des jeux et des univers extrêmement variés.

Nous voulons ainsi partager avec d'autres, des instants ludiques et leurs faire découvrir des jeux bien différents : des vieux et classiques tels que le Scrabble, le Monopoly ou encore le Cluedo.

L'association propose plus de 200 jeux différents : jeux «d'ambiance», de «famille», en passant par des jeux «expert». Nous souhaitons faire découvrir au plus grand nombre la pléthore de jeux qui existe à ce jour. Que vous soyez un compétiteur qui aime le challenge ou que vous préfériez jouer en coopération, vous trouverez un jeu pour vous !

Nous acceptons des nouveaux venus toute l'année dès l'âge de 7 ans. Les soirées jeu ont lieu le vendredi soir en période scolaire à partir de 20h30 à la maison des associations de Cépet. Des événements ponctuels, certains vendredis des vacances, sont également organisés.

Nous avons, en partenariat avec l'association Arts et Culture de Cépet AACDC, réalisé un char pour le carnaval de Cépet, organisé en mars dernier par la commune. Nous sommes motivés pour renouveler cette belle expérience.



Une date importante à noter dès à présent dans votre agenda : samedi 30 septembre 2023, le premier festival des jeux à Cépet !

Alors n'hésitez pas à venir, nous vous accueillerons avec joie et jeux !

Contact - Ludiquement Gaëlle et Julien 06.76.17.17.80.

Cépet Loisirs : de la natation mais aussi de la détente



La saison 2022-2023 a pris fin le 7 juillet pour la pause estivale après avoir accompagné tout au long de l'année les adhérents dans leur activité sportive : natation et aquagym /aqua-fitness.



Ces activités reprendront le chemin de la piscine des Marronniers établissement médico-social de l'ARSEAA le 11 septembre 2023. La saison 2022/2023 s'est déroulée dans de bonnes conditions et s'est terminée par une note festive. Les membres de l'association ont organisé et proposé à leurs adhérents des soirées festives permettant de partager un moment convivial. Après l'effort, le réconfort ! Tout d'abord, le vendredi 2 juin les adhérents adultes ont pu se retrouver au Casino Barrière à Toulouse pour un dîner spectacle dans une bonne ambiance.

Par la suite, le mercredi 7 juin au soir à la salle des fêtes de Cépet, un spectacle de magie a eu lieu où de nombreux adhérents enfants et leurs parents sont venus rencontrer TITUS le Magicien. Suite au spectacle, chacun a pu déguster des crêpes autour du Food truck "Les Tontons Crêpeurs". A cette occasion, des résidents de l'établissement des Marronniers ont été conviés avec leurs éducateurs dans le cadre de notre partenariat.

De plus, des portes ouvertes de l'association ont eu lieu la semaine du 26 juin : les parents ont pu assister au cours de natation de leur enfant. Le maître-nageur David a remis à chaque enfant un livret d'évaluation, une médaille pour les féliciter de leur investissement et des progrès qu'ils ont pu réaliser tout au long de la saison.

Après avoir préparé la saison 2023-2024, l'heure des congés a sonné pour les bénévoles et le maître-nageur. L'association proposera les mêmes activités dès le 11 septembre 2023 : natation pour les enfants de 4 ans 1/2 à 12 ans (apprentissage de la natation et perfectionnement) ainsi que

l'aquagym /aqua-fitness (à partir de 16 ans et adulte).

Le samedi 2 septembre, vous pourrez retrouver les bénévoles de l'association Cépet Loisirs au forum des associations de 9h à 12h pour préparer votre rentrée sportive et celle de vos enfants.

Vous pouvez également nous contacter par mail. Toutes les informations et les bulletins d'inscription sont accessibles sur le site internet de la mairie : www.cepel.fr.

Nous vous souhaitons de belles vacances, en attendant de vous retrouver pour une nouvelle saison sportive.

Contact - Sylvie Audrerie Présidente - 07.67.46.45.29 cepet.loisirs@gmail.com



Cépet Musique et Danse : le plaisir de la musique et la découverte de l'univers Mangas Kpop

L'association Cépet Musique et Danse a organisé 2 événements inédits en ce début d'année sur notre commune : le "Cépet mangas kpop show" le 29 janvier 2023, ainsi que la "soirée Karaoke" le samedi 11 février 2023. Ce furent de grands moments de partage et de convivialité pour toutes les familles présentes, aussi bien de Cépet mais également des alentours.

Le CMK Show a rassemblé pas moins de 200 personnes sur la journée, elles ont pu découvrir et partager à travers des animations : jeux et blind tests autour de l'univers des dessins animés japonais (Candy, Goldorak et Albator étaient de retour au milieu des pokemons !), des jeux vidéos (bornes d'arcades fabriquées par un passionné de Cépet, la société Retropad), la culture K-Pop (avec random de danse kpop) et du cosplay (art du déguisement). Parents et enfants ont pu profiter librement des ateliers de dessins et mangas propo-

sés par l'artiste toulousaine IKA, des ateliers d'origamis japonais (pliage papier), la découverte de cosmétiques coréennes bio et éthiques, la présence de la librairie "Atomics BD" d'Albi avec une magnifique collection de mangas. Toutes ces familles ont pu savourer une restauration asiatique authentique avec dégustation de bubbletea et de bière pression japonaise.

La soirée karaoke a permis à chacun de partager des moments de chants sur des morceaux choisis.

Le 21 juin, la fête de la musique a réuni de nombreux Cépetois et Cépetoises : parents et enfants ont pu chanter et danser dans la salle des fêtes et savourer les mets proposés par les food trucks. Ce rendez-vous incontournable sera sûrement reconduit l'an prochain.

Contact - Bureau de l'association 06.87.41.79.44 cepetmusiquedanse@gmail.com



Energie & Harmonie : association sportive



L'association sportive Energie & Harmonie est présente sur la commune depuis 2015, avec des activités diverses et des animateurs diplômés : Marche Nordique, Qi Gong, Tai Chi Chuan à mains nues et armes.

La Marche Nordique est un sport d'endurance efficace pour le bien-être physique et mental, le fitness en plein air. Elle permet d'améliorer de tonifier la chaîne musculaire de l'ensemble du corps : épaules, pectoraux, abdominaux, bras, dos, cuisses et



jambes. C'est un sport complet et équilibré pouvant être pratiqué à tout âge.

Cours avec Stéphanie : lundi de 9h30 à 10h45, départ parking du stade.

Le Qi Gong est une gymnastique énergétique de santé destinée à entretenir la vitalité. Il a une action sur la fortification du corps, il équilibre les émotions et apaise le mental. Il permet d'entretenir votre forme en réunissant les mouvements, la respiration et la concentration de l'esprit.

Cours avec Pierre : lundi de 19h30 à 20h30, à la salle des fêtes.

Il existe depuis longtemps une pratique des armes dans le Tai Chi Chuan (Taiji quan). Le bâton (Gun) est la première arme que l'on utilisera en Taiji ; il va permettre d'appréhender un objet simple à manier, en coordonnant ses mouvements et en acquérant de la souplesse. C'est une pratique très ludique.

Cours avec Pierre : lundi de 20h30 à 21h30, à la salle des fêtes.



Le Tai Chi Chuan à main nue est une pratique corporelle chinoise ancestrale, accessible à tous. Les mouvements de combat stylisés s'enchaînent avec lenteur et s'effectuent dans la plus grande détente.

La pratique régulière permet, au-delà des tensions qui se dénouent, de retrouver le calme intérieur et une sensation de plénitude.

Cours avec Stéphanie : mardi de 19h15 à 20h45, salle de danse, maison des associations.

Photo de Pierre lors du stage à Barbazan (31510), en mars dernier : « Qi Gong, Tai Chi Chuan, Tourisme »

☎ Stéphanie Oules – 06.15.56.53.46 - nrjarmonie@gmail.com - nrjarmonie.com

Eurythmie Cépet dispense des cours de gymnastique pilates et de kundalini yoga

Si l'activité principale de l'association est la gymnastique pilates et le kundalini yoga, elle souhaite aussi faire découvrir à ses adhérents des activités différentes. L'association a donc offert à ses adhérents une initiation à la Sophrologie vendredi 2 et samedi 3 juin 2023, animée par deux sophrologues certifiés installés à Cépet : Laurence de Schmidt (séance axée sur le sommeil) et Stéphane Bergon (découverte des bases de la sophrologie). Les adhérents ont répondu présents !

Dans le cadre de l'activité yoga, le professeur Gaetan Vanfraechem a proposé une Sadhana le samedi 8 avril à 5h00 du matin.



Qu'est-ce que le KUNDALINI YOGA ?

C'est l'énergie de vie qui dort dans chacun de nous, en sommeil. Elle se situe à la base de la colonne vertébrale ; on la représente souvent par une spirale qui remonte et entoure la colonne. Lorsque la Kundalini se réveille, elle peut provoquer des changements physiques, mentaux, émotionnels ou spirituels. Il peut être utilisé dans différents domaines tels que la communication, l'expérimentation de la conscience de groupe ou encore l'auto-guérison.

Qu'est-ce que la GYMNASTIQUE PILATES ?

La méthode Pilates, parfois simplement appelée Pilates, est un système d'activité physique développé au début du XX^e siècle par un passionné de sport et du corps humain, Joseph Pilates. La méthode Pilates est pratiquée au tapis avec ou sans accessoires ou à l'aide d'appareils. Elle a pour objectif le développement des muscles profonds, l'améliora-



tion de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire.

La méthode permet de rééquilibrer les muscles du corps. Par des exercices, on essaie de renforcer les muscles trop faibles et de décontracter les muscles trop tendus.

Cours de Gymnastique Pilates animés par Murielle Grenier Cuq (masseur kinésithérapeute à Cépet) : mardi à 12h30 et 18h00 et jeudi à 9h00, 14h30 et 18h00.

Cours de Kundalini Yoga animés par Gaetan Vanfraechem (masseur kinésithérapeute à Cépet) : mercredi à 19h30 et vendredi à 14h15 (méditation).

Tous les cours ont lieu à la Maison des associations de Cépet.

☎ Murielle Cuq 06.87.21.14.85 et Gaetan Vanfraechem 06.89.88.01.31

Les P'tites Frappes : ping-pong

L'association propose une pratique du ping-pong ludique et détendue, sans compétition ni cours, pour tous (à partir de 10 ans, pour que les yeux soient au moins au-dessus de la table !!).

Venez nous retrouver le samedi matin à la Maison des Associations.

☎ Contact - L'Equipe des P'tites Frappes – 06.62.17.12.38 - lespetitesfrappes@gmail.com



Judo Club Villeneuve-lès-Bouloc et Cépet : des cours à Cépet

Nouveau



Un cours de judo aura lieu à Cépet à partir de septembre 2023 pour les enfants de 5 à 7 ans.

Il se déroulera le **lundi soir de 17h à 18h à la maison des associations.**

Le judo est un sport qui présente de nombreux avantages. L'enfant, par une pratique assidue, développe sa rapidité, sa souplesse, sa coordination, ses réflexes, sa concentration, son équilibre, sa résistance, sa personnalité, mais aussi la confiance en soi et la connaissance de son propre corps. Le judo développe aussi des valeurs grâce à son code moral.

L'enseignement est assuré par Julien Dalod professeur diplômé d'État, ceinture noire 4^e Dan.

☎ Contact - Julien DALOD – 06.25.01.38.27 – inscription.jcvilleneuve@yahoo.com

La Boule Cépetoise

La saison 2022/2023 a bien commencé avec la levée des contraintes sanitaires.



Tout au long de l'année, c'est le bon moment pour nous rejoindre : aussi bien les messieurs que les dames. Une équipe participant au championnat de France doit avoir des «féminines». Beaucoup de dames ont intégré ce sport ces dernières années pourquoi pas vous, mesdames ? Nous vous attendons ! Pour information, les licences de la fédération de pétanque vont du 1^{er} janvier au 31 décembre.

Les périodes d'entraînement ont lieu tout au long de l'année ; ces parties sont avant tout le plaisir de jouer, Il est certain qu'il est très agréable de jouer à l'ombre des platanes de la place Sainte-Foy, surtout l'été. En période hivernale, il faut bien reconnaître que nous envions bien nos amis qui jouent dans le boudrome couvert de leur village.

L'année écoulée, nous avons participé à quelques compétitions du secteur et régionales. Si nous ne sommes pas sortis vainqueurs, nous avons été plutôt satisfaits de nos performances. C'est encourageant et tous les participants du club n'ont que l'envie que 2023 soit aussi bonne que 2022, voire plus. Pour souder le groupe, s'il en est besoin, nos manifestations internes, se déroulent selon notre calendrier annuel que vous pouvez consulter sur le site internet www.cepet.fr rubrique associations.

Notre terrain favori se situe sur la place du village, nous jouons tout au long de l'année en fin d'après-midi. Les parties s'organisent et chacun peut venir y participer.

Nous sommes très heureux de pouvoir dire que notre club perdure dans la double perspective de «loisir pour tous» et dans les compétitions proposées par la Fédération Française de Pétanque.

Cépetoises et Cépetois, Jeunes et moins jeunes, pour le loisir ou/et la compétition, ou simplement pour «refaire le monde», venez nous rejoindre au sein de l'association. Abordez-nous, nous ferons connaissance...

☎ Contact - L'équipe de la Boule Cépetoise – 07.81.56.70.19

Les Planches à l'envers : le théâtre sur scène à Cépet et ailleurs

Notre association, qui compte actuellement 9 comédiens, a eu, durant l'année 2022/2023, le plaisir de présenter, dans beaucoup de communes alentour et même au-delà, la pièce que nous avons déjà jouée pour les Cépetoises et Cépetois, à savoir « VEILLEE FUNEBRE ». Elle continue d'ailleurs son parcours car elle rencontre un public intéressé, dans des territoires éloignés des centres urbains.

Une grande nouvelle : nous venons de découvrir la nouvelle pièce écrite pour nous par Jérôme JALABERT, notre metteur en scène, et nous vous promettons un spectacle enlevé, fait de rebondissements et de personnages bien typés, plein d'humour évidemment. Nous ne vous en disons pas plus...

Nous espérons qu'en juin 2024, vous en serez les premiers spectateurs ; ce sera l'occasion de passer un bon moment ensemble, grâce à la municipalité qui facilite notre activité à travers notre association très vivante.

Nous vous souhaitons un été rempli de découvertes, de convivialité et de joie.

☎ Contact - Françoise Bresdin - Présidente - 06.62.74.47.13 - francoise.bresdin@wanadoo.fr



Lolidance : une année de danse très riche

L'année 2022-2023 a été riche pour l'association Lolidance et ses adhérents !

Dès la rentrée 2022, nous avons de nouveau eu un grand nombre d'inscriptions, entraînant l'ouverture d'un 2ème créneau pour l'Initiation Danse et les cours de Zumba et de Body Relax ont toujours autant de succès.

Le samedi 3 décembre, nous avons proposé un stage de danse, ouvert à tous (à partir de 8 ans, adhérents de l'association ou non) : 2 sessions de 1h30 ont eu lieu à la Maison des Associations et 14 danseuses sont venues découvrir la danse électro avec Miary, danseur et précurseur de la danse électro en France. Nous espérons pouvoir proposer d'autres stages de découverte dans les prochains mois.

Lors de la dernière semaine de cours avant les vacances de Noël, les parents des maternelles ont pu assister au cours d'Initiation Danse et voir les progrès de leurs enfants.

Le dimanche 12 mars, les danseuses du groupe Modern Jazz CM2+ ont participé au 9ème concours chorégraphique de danse de Grenade. Cette journée de concours a commencé par un cours de percussions corporelles et s'est poursuivie avec une séance de cinéma avec le film «Neneh Superstar». Après une répétition sur scène et une méticuleuse préparation (coiffure, maquillage et échauffement), Léane, Carlène, Mélyne, Lia et Gabrielle ont présenté pour la première fois la chorégraphie «Feel the silence» devant un jury et une salle remplie de spectateurs. Une magnifique journée pleine d'échanges, de passion, de rires, mais aussi de stress et d'appréhension, et avec en conclusion, une médaille d'argent et une grande fierté pour nos danseuses et leur professeur Laurie Pietri.

Le samedi 25 mars, une cinquantaine de Schtroumpfs a envahi les rues de Cépet et a accompagné le cortège du carnaval en dansant, jusqu'à l'EHPAD Castel Girou tout d'abord pour exécuter quelques pas de danse devant parents et résidents, puis jusqu'à l'EHPAD Les Serpolets pour prendre un goûter bien mérité et assister au brûlage de Monsieur Carnaval.

Enfin, pour clôturer cette année en beauté, l'association a présenté son gala le 23 juin au Bascala. Après plusieurs mois de préparation, les 80 danseurs et danseuses des classes initiation, jazz et new style et leur professeur Laurie Pietri ont emmené les 450 spectateurs découvrir la «Méditerranée».

Nous vous donnons rdv le samedi 2 septembre au forum de associations, avec de nouveaux créneaux de danse le vendredi soir.

Contact - 06.26.29.18.94 - associationlolidance@hotmail.com



Tennis Club Cépetois

L'association vous propose une formule annuelle : adhésion individuelle à 65 € pour 12 mois.

Vous pouvez contacter Gilles Duchain qui vous fournira tous les renseignements.

Contact - Gilles Duchain - 06.80.04.13.35 - gd1801@orange.fr

**Tennis Club
Cepetois**

**ADHÉSION
INDIVIDUELLE**

12 MOIS

65 €

Pour tout renseignement et inscription : 06 80 04 13 35

CEPET - Associations 2023-2024

AACDC - Art et culture de Cépet (atelier peinture)

M^{me} Martine MAURY
06.67.84.49.92
martinemaury13@gmail.com

Amicale des Aînés de Cépet

M. Didier BUISSON
09.80.89.97.21
buissondid@gmail.com

Anciens Combattants

Amicale : M. Emile ASTRUC 05.61.84.84.44
FNACA : M. Pierre VAYSSE 05 61 09 55 83

Association de Chasse Cépetoise

M. Michel MORENO
05.61.09.54.97 - 06.03.85.89.02
moreno3@wanadoo.fr

Comité des parents d'élèves

M^{me} Gaëlle RIVIERE
07.69.26.24.05
comitedesparents.cepel@gmail.com

Cépet Foot Vétérans

M. Philippe COSSOUL
07.77.08.07.85
philippe@phiprotec.fr

Cep'A du Jeu

M. Julien RIVIERE
06.76.17.17.80
cepadujeu@gmail.com

Cep'et Vins

M. Damien TIRLOY
06.38.64.00.16
cepelvins@orange.fr

Cépet Loisirs (piscine : natation enfants et aquagym)

M^{me} Sylvie AUDRERIE
07.67.46.45.29
cepel.loisirs@gmail.com

Cépet Musique et Danse

M^{me} Xuân Mai DANG
06.87.41.79.44
cepelmusiquedanse@gmail.com

EDR - Ecole de Rugby Nord Toulousain

M^{me} Séverine SIMON
06.88.92.17.74
edr.nordtoulousain@orange.fr

ENEARM (Tai Chi Chuan, Qi Gong, Marche Nordique)

M. Pierre LEFEBVRE / M^{me} Stéphanie OULES
06 15 56 53 46 / 06 50 81 32 07
nrjarmonie@gmail.com

Eurythmie Cépet (pilates, yoga)

M^{me} Murielle GRENIER-CUQ
06.87.21.14.85
eurythmiecepel@laposte.net

Judo Club Villeneuve-lès-Bouloc et Cépet

M. Julien DALOD
06 25.01.38.27
inscription.jcvilleneuve@yahoo.com

La boule Cépetoise (pétanque)

M. Angel GARCIA
07 81 56 70 19
constansj@free.fr

Les Petites Frappes (ping-pong)

M^{me} Yoshiko OMATSU
06.62.17.12.38
matsu.yoshiko@gmail.com

Les Planches à l'envers (théâtre)

M^{me} Françoise BRESIDIN
06.62.74.47.13
francoise.bresdin@wanadoo.fr

Lolidance (danse, fitness, éveil, modern jazz, zumba, body relax, new style)

M. Alexis PAPIN et M^{me} Laurie PIETRI
06.26.29.18.94
associationlolidance@hotmail.com

Tennis Club Cépetois

M. Gilles DUCHEIN
06.80.04.13.35
gd1801@orange.fr

USBSC - Union Sportive Bouloc/Saint-Sauveur/Cépet

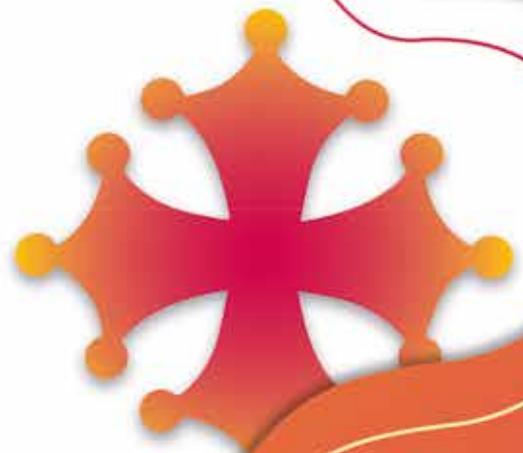
M^{me} Évelyne GIACOMIN
06.10.99.43.31
evelyne.giacomin@orange.fr

SAMEDI
2 SEPTEMBRE
2023

Cépet

Forum des **Associations**

≡ 9h à 12h - Salle des Fêtes



Tables **Gourmandes**

& Orchestre basque ARIZCUN

19h à 23h30 - Place Sainte-Foy ≡

