

# Cépet

le magazine



2 Bâtiments communaux et Voirie

7 Vie associative et vie locale

3 Finances et environnement

8 En direct des associations

4 Urbanisme et Cadre de vie

15 CCAS

5 Vie scolaire • Enfance Jeunesse

## Édito



Chères Cépetoises,  
chers Cépetois,

Le budget primitif 2016 a été voté par le Conseil Municipal le 11 avril 2016 et, malgré une baisse des dotations de l'Etat, nous nous engageons

à poursuivre les projets indispensables pour notre collectivité.

Cet objectif pourra être atteint en faisant des économies sur les charges de fonctionnement, sans augmentation de la pression fiscale locale.

Les travaux de consolidation de l'église et la rénovation de la toiture sont maintenant terminés après cinq mois de travaux menés dans d'excellentes conditions.

**Ainsi, après plus de deux ans de fermeture de l'église, les offices peuvent être désormais célébrés dans notre village et le son des cloches résonne désormais tout au long de la journée.**

La sécurité des deux routes départementales qui traversent notre village et des voies communales est une de nos priorités.

Afin de gérer au mieux le flux des véhicules, une étude a été demandée à la Communauté de Communes pour établir un plan de circulation sur les secteurs de l'école et de la mairie.

Deux radars pédagogiques vont être implantés sur la RD 14 aux entrées du village.

La réfection des trottoirs, route de Toulouse, sera effectuée d'ici la fin de l'année par les services de la Communauté de Communes.

Enfin, plusieurs manifestations vont se dérouler dans les prochains mois : festivités gourmandes, apéritif concert, forum des associations, fête locale, cérémonie de réouverture de l'église, inauguration du chemin de randonnée, exposition artistique. Je vous invite à venir nombreux pour partager ces moments conviviaux, organisés par des associations ou par la municipalité et qui permettent aussi de découvrir notre village sous des angles différents.

Au nom de tous les élus, je vous souhaite de bonnes vacances.

Didier MIQUEL

## Bâtiments communaux et Voirie

L'église, enfin sauvée, va pouvoir rouvrir ses portes.

Cette photo, vue du ciel, illustre bien le travail effectué ; le mur de la tour a été consolidé, un trottoir a été aménagé et la toiture rénovée.

Quelques travaux à l'intérieur seront réalisés ultérieurement si nécessaire mais l'église est désormais opérationnelle pour les offices religieux.

**Une réouverture inaugurale aura lieu le 9 octobre 2016 à laquelle tous les habitants seront conviés.**



## Budget 2016

### Investir au présent pour préparer l'avenir



Ce budget, voté en Conseil Municipal le 11 avril 2016, s'équilibre à 1 487 414 € pour le fonctionnement et à 1 097 065 € en investissement. La commune compte aujourd'hui 17 agents.

A la date du vote du budget, nous nous situons dans un contexte difficile, marqué par la baisse de la dotation forfaitaire des communes versée par l'état, soit - 9.42 % par rapport à 2015 :

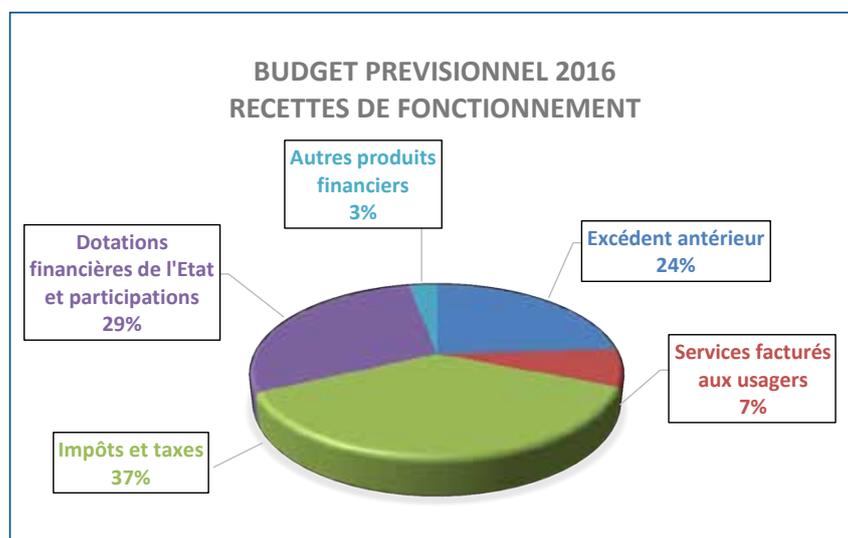
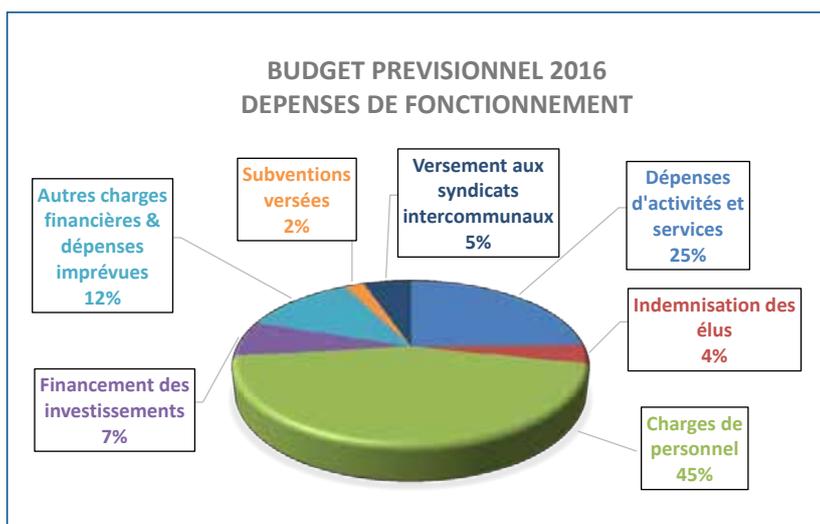
- 2015 = 184 765 €
- 2016 = 167 359 €

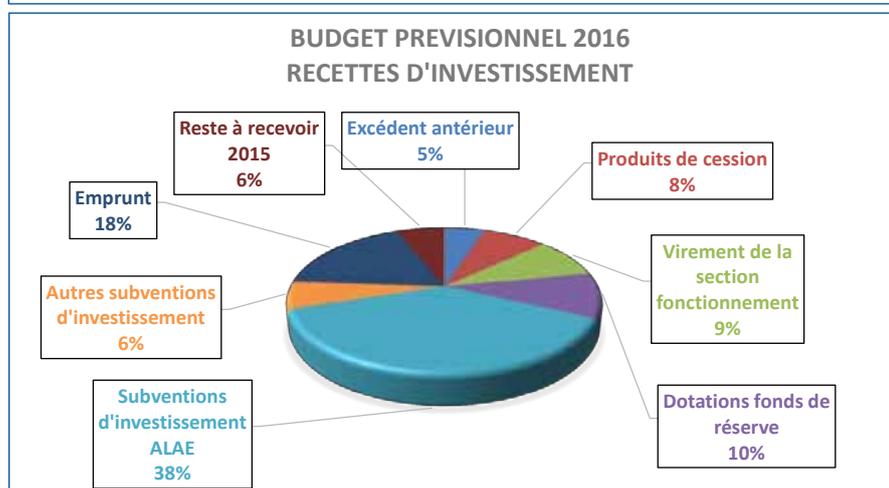
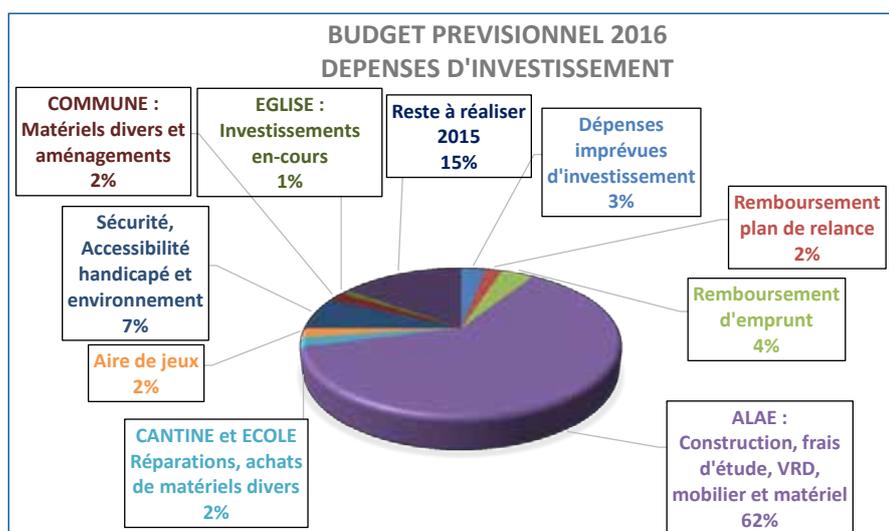
ce qui nous contraindra à repousser certains investissements ou à trouver encore des sources d'économies.

### Le budget de fonctionnement prévisionnel 2016 s'établit à 1 487 414 €

Tout en maintenant une fiscalité modérée malgré la baisse des dotations de l'état et de nécessaires investissements, l'augmentation de la taxe du foncier bâti a été décidée car celle-ci est compensée par la baisse de la taxe d'enlèvement des ordures ménagères.

	2015	2016	Variation
Taxe d'habitation	19,81	19,81	-
Taxe foncière bâti	12,57	13,57	+ 1
Ordures ménagères	13,20	11,50	- 1.7
Taxe foncière non bâti	92,25	92,25	
			- 0.7





## Budget d'investissement prévisionnel 2016 = 1 097 065 €

Compte tenu de l'accroissement du nombre d'enfants scolarisés sur la commune, accroissement lié au nombre de lotissements récemment construits, l'accent est mis en 2016 sur l'investissement important que constitue le lieu d'accueil des enfants, l'ALAE.

### Principal projet : Construction de l'ALAE

INVESTISSEMENT ALAE *
682 000 €
Subventions attendues *
411 760 €
Autofinancement*
70 240 €
Emprunts *
200 000 €

### Autres investissements

AUTRES INVESTISSEMENTS *
155 250 €
Subventions attendues *
64 320 €
Autofinancement*
88 430 €
Emprunts *
2 500 €

\*chiffres prévisionnels

## Urbanisme et Cadre de vie

### Au dernier recensement et avant l'ouverture de l'urbanisation due à la transformation du POS en PLU en 2013, Cépet comptait 1701 habitants.

Ce changement, incité par les services de l'état, ouvrit à la construction 15 hectares d'un coup sans la possibilité de « phaser » ; 15 autres hectares restant à ouvrir dans le futur (zones AU0). La municipalité n'a pas prévu d'ouvrir ces zones sur ce mandat.

Pour information, le POS historique prévoyait une extension potentielle de 70 hectares ; le PLU a donc permis de limiter cette extension.

En l'espace de deux ans (2014-2015), 8 permis de lotissements majeurs ont été déposés ; à ce jour 4 lotissements ont déjà été livrés et 4 le seront d'ici fin 2016/mi 2017, sans compter de multiples projets individuels.

Dans ces nouveaux lotissements, les constructions sont principalement des maisons individuelles ou jumelées sur des petites parcelles de 400 m<sup>2</sup> en moyenne. Toutes ces nouvelles habitations devront d'ici 2018/2020 accueillir environ 200 familles sur notre commune.

De ce fait, l'augmentation de la population sur notre village est estimée à environ 600 habitants d'ici 2018/2020, ce qui aura un impact important sur les équipements de la commune.

Afin d'accueillir ces nouveaux ménages, des agrandissements ou des aménagements s'imposent.

Comme indiqué dans un précédent bulletin municipal, la municipalité œuvre pour maîtriser et assurer ce développement :

- fin 2015 une modification du PLU a été initiée et devrait être validée d'ici fin 2016,

- un permis de construire a été déposé pour un nouvel ALAE (centre de loisirs),
- divers aménagements d'équipements de réseaux ou de voies sont prévus...

Tous ces aménagements ou équipements seront supportés financièrement par les taxes d'aménagement des nouvelles installations. Hors, ces taxes sont versées de façon décalée avec des délais longs (entre 18 et 24 mois après l'achèvement des travaux), ce qui ne simplifie pas la gestion financière de la commune.

Nous continuons à œuvrer pour maîtriser au maximum l'urbanisation démarrée en 2014 afin de préserver l'agréable cadre de vie dans lequel nous vivons à Cépet.

# Le PEDT, un projet éducatif fédérateur



Un an s'est écoulé depuis la signature de notre PEDT, le temps est donc venu de faire un premier bilan.

Le rôle du PEDT est de favoriser la cohérence et la complémentarité des activités périscolaires avec le projet des écoles et les objectifs du service public de l'éducation nationale.

L'épanouissement de l'enfant, tout au long de son parcours scolaire, est le but final du PEDT.

Un travail collectif autour de la vie de l'enfant est ainsi mené afin de garantir la transition entre le temps scolaire, péri-scolaire et la vie familiale.



- Festi Cépet,
- L'école, l'ALAE et l'ALSH, les parents d'élèves, les élus,
- Les Serpolets.

Réunissant ainsi toutes les générations autour de ce moment festif, Monsieur Carnaval a été brûlé sous les bravos des petits Cépetois, cette fête s'est terminée par un goûter offert par la maison de retraite « les Serpolets ».

**En mai, le projet de l'école autour du cirque s'est terminé par un spectacle sous chapiteau.**

En effet, depuis avril, tous les enfants de l'école, de la maternelle au CM2 se sont ouverts aux arts du cirque avec les professionnels de la compagnie « Circonflex ».



LALAE a participé aussi à cet événement en créant des panneaux représentant des animaux du cirque, formant ainsi une allée qui conduisait à l'entrée du cirque.

Le matin du 27 mai, les aînés du village ont été invités à la générale du spectacle. Ils sont repartis des étoiles plein les yeux, très impressionnés par le spectacle étonnant donné par les enfants.

Le soir, le spectacle a réuni environ 300 personnes sous le chapiteau et là, **la magie a fonctionné à nouveau grâce aux enfants qui ont présenté un spectacle de qualité qui n'avait rien à envier à celui des grands.** Les parents, fiers de leurs enfants et de leur travail, ont applaudi à tout rompre.



**Le fil conducteur pour l'année 2015-2016 a été basé sur le projet de l'école « le cirque » ainsi que sur l'intergénérationnel.**

Plusieurs actions ont été menées :

• **En janvier**, tous les enfants de l'école ont offert un tour de chant aux aînés de la commune (maisons de retraite) et à l'association des aînés.

Suivie d'un goûter offert par la mairie, cette rencontre a eu un franc succès et a été plébiscitée.

• **En avril**, le carnaval de Cépet a réuni, sous la houlette de Festi Cépet, plusieurs acteurs ayant réalisé chacun un char sur le thème du cirque.

Avec le soutien de la municipalité, un magnifique chapiteau a été monté dans une ambiance festive avec l'aide des parents d'élèves. Sous ce chapiteau, resté sur place pendant une semaine, les enfants ont répété leur spectacle avec un grand enthousiasme. De leur côté, les enseignantes et les parents d'élèves ont confectionné de magnifiques costumes pour le spectacle.



Animateurs TAP

Le chapiteau a été démonté le soir même, toujours dans une ambiance festive avec l'aide des parents d'élèves qui, pour clôturer cette fête, avaient préparé un apéritif pour prolonger ainsi cette belle journée.

**Le 24 juin**, le spectacle de l'ALAE a clôturé cette année de PEDT. L'accent a été mis sur les TAP ((temps d'activités périscolaires)) conduits par des intervenants extérieurs qui ont travaillé essentiellement autour du cirque afin d'être en adéquation avec le PEDT et le projet des écoles.



## A.L.S.H (Accueil de Loisirs Sans Hébergement)

**L'ALSH (Accueil de Loisirs Sans Hébergement) est ouvert cet été du Mercredi 6 Juillet au Vendredi 29 Juillet, ainsi que du Lundi 22 au Mercredi 31 Août inclus.**

Le planning d'animation est visible devant l'école, à l'ALSH, sur le site de la Mairie,

et sur [www.lecgestion.org](http://www.lecgestion.org) (pour les parents qui ont le mot de passe).

L'équipe d'animation propose aux enfants de s'aventurer, comme des petits détectives, à travers des animations différentes chaque semaine (les petits détectives au Safari, à Koh Lanta et dans les étoiles). Des sorties et des nuitées sous tentes sont également prévues au cours de l'été, afin de goûter à la joie du camping et des veillées.

**Renseignements et inscriptions auprès de Christelle BROUILLAC, Directrice ALSH.**

.....

Contact :

05.62.22.66.91

06.42.73.07.89

ou [alsh-cepet@loisireduc.org](mailto:alsh-cepet@loisireduc.org)



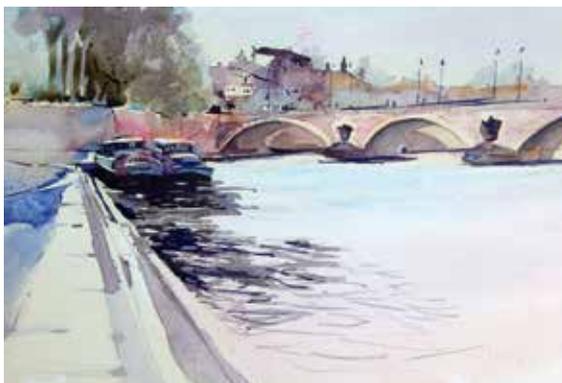
# Candidatures pour la 8<sup>e</sup> édition de l'exposition artistique

La Commission Vie Associative et Vie Locale, en partenariat avec l'association d'arts plastiques AACDC, vous invite à poser vos candidatures pour la 8<sup>e</sup> édition de l'exposition artistique qui se déroulera du 25 au 27 novembre 2016.

D'ores et déjà, nous avons le plaisir d'annoncer le nom de l'invitée d'honneur pour l'aquarelle : Isabelle Séruch-Capouillet.

Si vous pratiquez les arts plastiques, si vous êtes amateur ou professionnel, si vous souhaitez exposer vos créations, **n'hésitez pas à vous inscrire avant le 15 septembre** en vous adressant à l'accueil de la mairie ou par mail à :

**commissions-associations.cepet@orange.fr**



Une des aquarelles d'Isabelle Séruch-Capouillet

## Commémoration du 8 mai 1945

Sous l'égide de l'Amicale des Anciens Combattants et de la municipalité, en présence des deux conseillers départementaux, Madame Ghislaine Cabessut et Monsieur Jean-Luc Raysséguier, la commémoration du 8 mai 1945 a réuni les anciens combattants de la Commune, des représentants des associations, des élus et des citoyens qui se sont retrouvés pour rendre hommage à tous ceux qui se sont battus et sacrifiés pour défendre la France.

Monsieur Marcuzzi a officié en tant que porte-drapeau ; la gerbe de la municipalité était portée par Monsieur Philippe Ferran, celle des Anciens Combattants par Monsieur Goubert, accompagné de Monsieur Rimbart et de Monsieur Astruc, Président de l'Amicale.

Le discours de l'UFAC (Union Française des Associations de Combattants et de Victimes de Guerre) a fait référence non seulement à toutes les victimes de la Seconde Guerre Mondiale mais aussi aux attentats qui ont frappé la France au cours des mois passés et qui ont révélé la fragilité de la paix et l'importance de nos valeurs humanistes.

Monsieur le Maire, Didier Miquel, a lu le discours officiel du Secrétariat d'Etat aux Anciens Combattants puis il a rendu hommage à Monsieur Bernard Chédin, récemment disparu, en soulignant ses différents et importants engagements pour la France pendant la Seconde guerre mondiale mais aussi son implication citoyenne pour notre



De gauche à droite :  
M. Marcuzzi, M. Raysséguier,  
M<sup>me</sup> Cabessut,  
M<sup>s</sup> Miquel, Astruc et Vaysse.

village, en tant que « conseiller municipal puis 1<sup>er</sup> adjoint à Cépet, de 1971 à 1983 ».

Un apéritif convivial a rassemblé tous les participants.

## Accrobike

Le club AccroBike et notamment la randonnée que ce dernier organise peut se résumer en un seul mot : convivialité !

Cela s'est passé le 1er mai 2016 sous le soleil et, comme chaque année, cet événement est et a été la pierre angulaire de la saison.

Alors certes, ce n'est pas le seul rendez-vous de 2016 pour les « Accros » mais le fait de réunir près de 400 personnes avec différents circuits adaptés à tous les âges et tous les niveaux, débutants comme confirmés, constitue le bel événement du printemps dans la région Nord Toulousaine.

Cerise sur le gâteau, les ravitaillements et la saucisse grillée de fin de parcours pour se redonner des forces !

Ponctuée de plusieurs rendez-vous classiques comme le Roc d'Azur (plus grand rassemblement de VTT avec plus de 20 000 participants), l'ascension du Pic de Nore dans l'Aude, la vie du club est dynamique et tous les week-end peuvent être bien occupés !

Les randonnées locales (autour de Toulouse et ses environs) sont aussi l'occasion de découvrir ou redécouvrir notre région ... côté nature bien entendu.

Bien sûr, quelques ronces viennent parfois nous rayer la carrosserie, certes quelques racines peuvent nous faire faire des triples loops piqués mais quel plaisir de rouler dans un petit chemin au bord d'un ruisseau ou d'obtenir un point de vue inattendu au détour d'une belle montée !



Alors si, comme nous, vous souhaitez partager de bons moments tout en vous faisant du bien, pensez au club de Cépet.

**Et venez découvrir le Club le jour du Forum des Associations pour notre randonnée habituelle avec un départ de la salle des fêtes, le 4 septembre.**

Raphaël Marchand

## Anim'Cépet

Souvenirs... À venir...

Samedi 28 mai vers 21 heures, les amateurs de musique se sont retrouvés à la salle des fêtes de Cépet. Ils ont partagé un moment de convivialité et ont dansé sur les tubes des années 80/90 avec la complicité de Nathalie qui a animé la soirée avec entrain.

**Le 21 juin, la fête de la musique clôture la saison 2015/2016 en beauté avec le magnifique programme de danses et de chants de l'Association « Cépet Musique**

**& Danse » ainsi que sur celui du groupe @ROCKBASE qui nous a fait vibrer jusqu'au bout de la nuit.**

Nous accueillons toujours avec grand plaisir toute personne qui souhaite se joindre à nous pour agrandir le cercle du Comité et apporter de la joie de vivre au village. N'hésitez pas à venir nous rencontrer lors du Forum des Associations.

Le Comité des fêtes ANIM'CEPET vous souhaite de bonnes vacances estivales et vous invite à un prochain rendez-vous (et pas des moindres !) **LA FETE DU VILLAGE les 7, 8 et 9 octobre prochains.**

Le Bureau  
(animcepet@outlook.com)

Le groupe @rockbase a été créé sur Toulouse et la périphérie, il y a une dizaine d'années. Il est axé sur le rock n' roll et la pop anglaise et française des années 60 à

80, voire plus pour certains morceaux : Rolling Stones, Creedence Clearwater Revival, Deep Purple, Bob Dylan, Lynyrd Skynyrd, Free, Bruce Springsteen, Procol Harum,

The Moodys Blues, U2, J. Jett, Fleetwood Mac, The Cranberries, ... J. Hallyday, S. Gainsbourg, B. Lavilliers, Téléphone, M. Polnareff, A. Bauer, ...



Sur la photo, de gauche à droite :

- Romain : guitare,
- Gérard : clavier,
- Jean-Pierre : chanteur,
- Laurent : batterie,
- Alain : basse,
- Céline : chanteuse,
- Serge : guitare.

*N'hésitez pas à les contacter, ils ne demandent qu'à se produire !*

> Contact : [gh.gazagnes@orange.fr](mailto:gh.gazagnes@orange.fr)



# Amicale des Aînés

Le vingtième siècle a été riche en événements ; les sorties de guerres de 39-45, les guerres du Vietnam et d'Algérie ont provoqué l'arrivée de migrants venant du Portugal, d'Italie, d'Espagne, d'Algérie et ont, d'une certaine façon, favorisé notre ouverture d'esprit tout en enrichissant la France. Jeunes, nous avons connu l'actualité à travers le vécu de ceux qui ont subi ces événements dont la réalité était parfois bien différente de l'information officielle.

Dans notre association, nous avons, à travers cette inter-génération des aînés, **l'avantage de pouvoir analyser et réfléchir** sur ce que nous avons connu enfants ; sur ces actualités transmises à l'époque à travers la vision et la compréhension de notre entourage. Nos échanges permettent également de constater que nous avons été parfois confrontés à une certaine désinformation de l'Etat.

C'est pour cela que le fait de se rencontrer à travers nos activités, apporte toujours quelque chose qui dépasse les actions que nous menons.

Par ailleurs, la technologie a envahi et transformé notre façon de vivre. Dans une société où la communication est omniprésente, l'isolement des personnes n'a jamais été aussi réel.

**Accéder à une association, quelle qu'elle soit, permet d'éviter ou de diminuer cette perte de liens qui apporte un repli sur soi.**

Notre association regroupe des retraités. Entrer tôt dans notre association est le gage d'une meilleure intégration lors de changements de situation tels que la perte d'un conjoint, l'éloignement de la famille, des petits-enfants devenus adultes mais aussi de la santé qui ne permet plus de pratiquer les activités d'avant.

**Tisser des liens amicaux, participer aux activités, c'est vivre pleinement sa vie et créer une certaine solidarité.**

### Nos activités sont diverses et variées :



En dehors des animations régulières, nous avons, ce printemps, proposé à des adhérents une **matinée cabaret**. Plus d'une quinzaine de personnes étaient présentes. Le repas servi, nous avons eu droit à un spectacle plein de plumes et de paillettes.

Pour remercier les personnes qui participent aux mini-lotos et font vivre financièrement notre association, **le lotopaella a connu un grand succès avec une soixantaine de convives.**

Grâce à l'intercommunalité entre les associations d'aînés du canton, certains d'entre nous ont pu intégrer des séjours et voyages d'un jour. Le dernier voyage proposé par le comité cantonal nous a donné l'occasion de faire **une croisière sur le canal du midi** avec franchissement de la colline par un escalier d'eau (les 9 écluses de Béziers), le passage du pont-canal ainsi que le souterrain de Malpas.

**Le théâtre, organisé pour la fête des mères et des pères, a été pour certains une découverte.** Nous avons eu le plaisir de présenter avec la troupe « les Gal'Abrials » de St Sauveur une pièce de Francis Joffo. Plaisir, bonne humeur et gâté ont été présents tout au long de l'après-midi.

Le mois de juin s'est terminé le 28 juin par un repas d'été. Ce repas était ouvert, comme tous les autres également aux non-adhérents. Nous avons voulu que l'animation et le traiteur soient différents afin de découvrir des saveurs, des goûts et de nouvelles perspectives.

Le mini-loto, avant les vacances d'été, s'est déroulé le mardi 5 juillet.

Nous serons **présents ensuite le 4 septembre au forum des associations** où

vous pourrez voir notre stand, discuter avec les membres du bureau ou vous inscrire pour les différentes activités. Toute idée nouvelle sera la bienvenue.

Associés aux aînés de Villaudric, nous proposerons à nos adhérents, le 9 août, la possibilité de voir **un spectacle cinéscénie "Au Fil De l'eau une Histoire"** situé près d'Agen. Le départ prévu est à 15h et le retour à minuit. Contactez-nous pour de plus amples renseignements.

Nous souhaitons de bonnes vacances aux Cépetois et nous aurons le plaisir de nous retrouver à la rentrée.

Didier Buisson



## Association Art et Culture de Cépet (A.A.C.D.C)

Cette année, l'Association a proposé à ses adhérents des cours, accompagnés pas à pas et de manière privilégiée, par des artistes au talent reconnu.

En effet, l'association souhaite avant tout **s'inscrire dans une démarche visant le plaisir de la création pour ses Adhérents tout en favorisant, par ses actions, le lien social et le bien-vivre ensemble.**

AACDC propose des **cours d'acrylique et huile** accompagnés par Alain Guichard ainsi que des **cours d'aquarelle** accompagnés par Isabelle Séruch-Capouillet et Jean-Claude Coustilières.

Ces cours sont accessibles à tous (débutants et avancés).

Des formules stages à la journée sont également proposées.

**Des ateliers en libre expression** permettent aux adhérents de dessiner, peindre et partager des compétences avec d'autres personnes dans une ambiance sympathique.

**Des visites d'exposition** ouvrant au partage d'ouverture artistique sont également proposées.

**L'association s'est inscrite de façon bénévole dans une action de sensibilisation à la création artistique** auprès d'enfants du village dans le cadre du PEDT.

**> N'hésitez pas à prendre contact avec l'AACDC pour vos inscriptions à venir en téléphonant au 06 67 84 49 92 ou 06 84 32 97 45.**

Martine Maury



## Les Planches à l'Envers

Rien ne nous arrête ... !

**Le succès de notre pièce « Cigalon », montée en 2013, se poursuit** et nous avons encore des dates programmées pour 2017 dans la région Occitanie.

En parallèle, nous continuons à présenter également **notre dernier projet « L'Amour Médecin »** de Molière décliné en 3 versions (participation au festival d'Hivers de Toulouse en février mais aussi aux « Estivades » de Colomiers début juillet).

Pour la saison 2016-2017, nous démarrons actuellement une pièce de Georges Feydeau « **La puce à l'oreille** ».

Ce vaudeville, qui se déroule à un rythme effréné, est basé sur des quiproquos et des malentendus entre les personnages qui se suspectent tous mutuellement d'adultère.

Pour ce nouveau challenge, l'enjeu est de taille (costumes, décor complexe...) mais nous sommes prêts à relever ce défi et vous donnons rendez-vous pour notre prochain spectacle à Cépet, au printemps 2017.



Jeanine Martinaud

# Cépet Musique et Danse

Le lundi 16 mai, l'association Cépet Musique et Danse organisait son 1er spectacle à la salle des fêtes de Cépet.

Ce sont plus de 60 personnes, artistes pour l'occasion, qui sont montés sur scène enchaînant, pendant près de 2 heures, chants et danses.

Tous les cours étaient représentés : adulte (ragga et contemporain), enfants (danse du monde, éveil, hip hop) ainsi que le chant où les élèves se sont produits en groupe mais aussi en solos !!

Pour une 1<sup>re</sup>, le bureau de l'association a été ravi de l'accueil fait par les spectateurs (plus de 160 invités) et de la performance des élèves.

Tout ne fut pas parfait mais le plaisir était là, et c'est bien l'essentiel !

D'ores et déjà, le bureau a lancé des préinscriptions pour la saison prochaine, et réfléchit à une nouvelle formule permettant d'accueillir davantage de public pour le prochain gala en 2017.

Le bureau



## Festi Cépet

L'association vous attend le **22 juillet sur la place du village pour partager « les festivités gourmandes » et déguster sur place ou emporter des produits locaux de qualité.**

Tous les ingrédients seront là pour savourer l'été dans la bonne humeur : vins du frontonnais, foie gras, fruits de saison, miel, desserts, etc.

Un traiteur vous proposera grillades et ali-got, assiettes de charcuterie et fromage mais aussi des légumes cuisinés maison et des pommes de terre, à consommer sur place.

Vous pourrez également déguster des plats chinois, proposés par un restaurateur de Saint-Jory.

Des artisans vous feront également découvrir leurs bijoux et des objets de décoration pour la maison.

**La musique sera au rendez-vous avec le groupe Midnight Jazz Quartet qui animera la soirée.**

Pour finir l'été dans la bonne humeur et se préparer à la rentrée, l'association **organise un apéritif-concert le 26 août.** Venez nombreux !

Jacqueline Valentin

## Le carnaval de Cépet aux Serpolets

Organisé par Festi-cepet et la municipalité, le carnaval s'est déroulé le samedi 9 avril.

Le défilé de chars dans les rues du village est parti à 15h de la salle des fêtes, pour se terminer au sein de la résidence « les Serpolets » (HEPAD).

**Au programme :** après-midi gourmande en musique, élection du plus beau char et procès de monsieur Carnaval.

L'occasion pour la résidence « les Serpolets » d'ouvrir ses portes au public pour fêter la première année d'ouverture de ses nouveaux locaux : une résidence hôtelière médicalisée.



## Eurythmie Cépet



L'association propose des cours collectifs de 15 personnes maximum de gymnastique Pilates le mardi à 18h, le jeudi à 9h, 14h30 et 18h à la Maison des Associations de Cépet.

Les séances sont dispensées par Murielle Cuq, masseur-kinésithérapeute à Cépet, formée en gymnastique posturale et préventive, diplômée instructeur Pilates.

**La gymnastique Pilates est une méthode « douce » (placements précis, mouvements lents, respiration profonde) qui vise à renforcer les chaînes musculaires profondes du corps.**

- **Objectifs** : ramener le corps dans un alignement idéal, créant ainsi une forte stabilité limitant, de ce fait, douleurs et blessures permanentes.

- **Bénéfices** : harmoniser sa silhouette, trouver une plus grande force intérieure et redécouvrir son corps de façon à mieux le comprendre et le contrôler.

**Cette gymnastique est accessible au plus grand nombre, pour toute personne à la recherche d'une activité physique régulière, à tous les âges de la vie.**

Les adhérents des Aînés de Cépet bénéficient d'un tarif préférentiel pour les cours du jeudi à 14h30.



Les adhérents de l'association ont pu bénéficier cette année d'une **initiation gratuite à la méditation de pleine conscience, animée par Audrey Desplanques, psychologue à Cépet.**

À l'issue de cette séance qui a connu un grand succès, **Eurythmie Cépet a décidé de proposer un protocole de 8 séances, le mercredi à 8h30 ou le vendredi à 18h. Ces séances démarreront à partir du 31 août et du 2 septembre, en fonction du nombre d'inscrits.**

Par ailleurs et dans un tout autre registre, une nouvelle activité est en cours de création, il s'agit de **l'atelier d'Eurythmie où seuls, les doigts, devront s'agiter.**

En effet, des cours de couture animés par une professionnelle sont envisagés à compter de la rentrée.

N'hésitez pas à venir sur notre stand au Forum des Associations pour en savoir plus !

François Cuq



### Qu'est ce que la Méditation de Pleine Conscience ?

La Mindfulness (MBSR – Meditation Based Stress Reduction) est une approche entièrement laïque qui vise à réduire le stress et à augmenter la vitalité par des pratiques méditatives dites de « Pleine Conscience ».

Elle repose sur des protocoles d'exercices destinés à apprendre à se centrer sur le moment présent, au lieu d'être en pilotage automatique, d'être mû par des pensées récurrentes, des sentiments négatifs ou des souvenirs périmés.

Loin de rechercher le vide de pensées, il s'agit plutôt d'apprendre à observer le flot des pensées et le bavardage de l'esprit sans s'y laisser entraîner.

La Mindfulness a été créée et développée par Jon Kabat-Zinn (docteur en biologie moléculaire au sein du prestigieux Massachusetts Institute of Technology) depuis plus de 30 ans aux USA, dans plus de 250 hôpitaux et entreprises.

La Mindfulness a fait l'objet de nombreux travaux, au carrefour des neurosciences et de l'immunologie, qui montrent les effets positifs sur l'équilibre émotionnel et le bien-être.

Cette approche est en fort développement en Europe et en France (Cf., entre autres, les ouvrages du Dr C. André et du Dr F. Rosenberg).

Le programme de réduction du stress basée sur la pleine conscience fonctionne par sessions de 8 semaines, soit 8 séances de groupe de 2h30. L'inscription pour l'ensemble du cycle MBSR est obligatoire, car il y a une progression d'une séance à l'autre. Il faut prévoir en parallèle un entraînement à domicile, quotidiennement si possible, au travers d'exercices formels et informels.

**Pour plus de renseignements : Audrey Desplanques 06 85 70 03 05**

## Les Petites frappes

Les associations TENNIS CLUB CEPETOIS (Tennis) et LES PETITES FRAPPES (Ping-pong) se sont associées pour créer l'événement de l'année dans notre commune, le **dimanche 5 juin 2016** :

### le CHALLENGE RAQUETTES CÉPETOISES 2016.

Cet événement a rassemblé de nombreux adhérents de chacune des deux associations, qui se sont affrontées par équipes de deux (tirées au sort) lors d'un tournoi.

L'épreuve de ping-pong a eu lieu à la Maison des Associations où toutes les équipes de double se sont affrontées dans la bonne

humeur, avec un esprit sportif, compétitif et surtout autour d'un petit café réparateur.

Cette épreuve s'est terminée vers 11 h et tous les participants se sont dirigés vers les terrains de tennis pour s'affronter de nouveau, mais au tennis. En attendant que le barbecue soit à température, ce sont les concurrents qui ont fait monter le thermomètre du suspense, du bucolique, des échanges interminables et de franches rigolades.

Vers 14 h 30, la saucisse était cuite, ainsi que les vaillants participants, et tout le monde s'est retrouvé autour de la table où

un repas partagé s'était déployé. La bière, le rosé, le Coca® et le Nestea® bien frais ont régénéré les organismes desséchés par une chaleur enfin printanière, le temps de laisser à l'organisation le soin de mettre en place la remise des prix que Roland Garros nous envie tant !

Nous vous souhaitons de bonnes vacances et attendons pour l'édition 2017 encore plus de participants et beaucoup de spectateurs !

Sportivement vôtre.

Laurent Contrasty



# Foot vétérans

En ce mois de février 2016, la récompense du travail effectué par toute l'équipe du Cépét Foot Vétérans fut ce formidable voyage dans les terres de nos amis sénégalais.

Au menu, des découvertes, des rencontres sportives et humaines, de l'émotion, grâce à l'enthousiasme de nos hôtes lors de nos actions humanitaires, ces quelques signes de soutien qui comptent beaucoup pour eux.

La plus belle réalisation, cet élan des cœurs cépetois, notre fierté à tous, c'est la construction d'un puits. Cela a pu être mené à bien grâce au travail de toute une équipe, par l'organisation de ventes greniers, par l'aide municipale et sa subvention, par les dons de sympathisants et surtout par une gestion saine et rigoureuse.

Ce puits va permettre à plus de 700 personnes de pratiquer l'agriculture, d'éviter aux femmes du village les 10 kms de marche quotidienne pour se ravitailler, de donner un espoir d'avenir aux jeunes et aux enfants.

Nous sommes tous réunis autour de Fabienne Fau, élue dans l'équipe municipale de Cépét, pour inaugurer ce puits qui porte désormais le nom de notre club et de notre commune.



Pour bien montrer que l'eau est claire et bonne, Marie -France, ancienne élue municipale de Cépét, organisatrice émérite de cet événement, tire le premier seau avec dextérité sous le regard amusé des villageois .



*Match amical contre l'équipe de SALY, dans une ambiance chaleureuse et festive où le public déchaîné chantait à tue-tête au son des percussions.*

*Un stade magnifique, une température idéale... Tout pour faire de cette soirée un instant inoubliable. Nous oublierons juste notre défaite : SALY 3, CEPET 1 !!*



*Petite école de brousse avec des élèves calmes et studieux que notre contribution en cahiers, crayons, craies et ardoises, aidera à poursuivre ce travail de formation si important.*

Notre voyage a démontré à tous, mais surtout à nous-mêmes, que l'on pouvait multiplier les plaisirs et les émotions ; le plaisir de découvrir, le plaisir de donner, le plaisir de s'amuser, le plaisir de partager, le plaisir de prendre du bonheur et celui d'en offrir.

Que longue soit la vie du C.F.V...

Bernard Ascaso

# Tennis Club Cépetois

L'Association TENNIS CLUB CEPETOIS offre à ses adhérents 2 terrains éclairés, en béton poreux, pour la pratique du tennis en loisir, mais également en compétition.

## École de Tennis

Avec le mini-tennis, l'École de Tennis accueille les enfants à partir de 4 ans, le mercredi après-midi (hors vacances scolaires) à raison d'une heure de cours par groupe.

Nous rappelons aux parents que le LEC assure le transfert de tous les enfants entre les terrains de tennis et le Centre de Loisirs de Cépet.

De plus, des stages de tennis sont proposés aux enfants pendant les vacances scolaires.



## Équipe féminine

L'équipe féminine Cépet/Vacquières a participé cette année encore aux RAQUETTES FFT.

Après des matchs accrochés suivis de repas partagés en toute convivialité avec les équipes rencontrées, l'équipe est sortie première de sa poule dans la phase préliminaire.

Elle s'est faite éliminer en 8ième de finale contre Lapeyrouse-Fossat qui disputera la finale Départementale contre Blagnac le 20 juin 2016.

Le rendez-vous est déjà pris pour l'année prochaine ! Et les joueuses pour renforcer l'équipe sont les bienvenues !!!

## Cours collectifs pour adultes

Cette année, deux groupes d'adultes se sont retrouvés le mardi soir de 19h à 21h (hors vacances scolaires), ce qui leur a permis non seulement de se perfectionner mais aussi de faire connaissance et de jouer en loisir.



## Équipe masculine

Les équipes hommes sénior ont, quant à elles, disputé le Challenge Hermet et le Championnat des Pyrénées Caisse d'épargne et maintiennent leur niveau. Bravo à eux !

Comme tous les ans, la CARTE ÉTÉ valable du 1er juin au 30 septembre 2016 est disponible.

➤ **Pour tout renseignement et inscription :**  
06 32 31 25 98  
tennisclubcepetois@orange.fr

Pour les **inscriptions** pour la saison 2016/2017, nous vous donnons rendez-vous le jour du Forum des Associations, le **dimanche 4 septembre 2016** à la salle des Fêtes de Cépet et sur les terrains pour participer à des animations pour enfants et adultes.

En attendant de nous retrouver pour une nouvelle année sportive, nous vous souhaitons à toutes et à tous de très bonnes vacances !

Gilles Duchain/Corinne Cols



# Cépet Loisirs

Pour la prochaine saison, Cépet Loisirs vous propose de **nouvelles activités** :

- **ACCRO-GYM** enfants, animé par Myriam, le Mercredi après-midi à la salle de motricité de l'école, avec accès direct aux enfants inscrits au LEC,
- **SWEET ZUMBA** ado & adultes, animé par Véronique le Lundi à 18h15 : danse sur un rythme latino d'une intensité modérée, pour développer votre équilibre et votre coordination tout en renforçant votre musculature et votre souplesse. Idéal pour débiter une activité physique ou pour la poursuivre en douceur.

**Vous retrouverez aussi :**

- **NATATION**, animée par David, à partir de 4 ans, tous les jours en semaine à 17h20 et à 18h10 (+ mercredi 16h30) ; créneaux définis à la rentrée selon âge, niveau et vos disponibilités autant que possible,
- **AQUAGYM**, animée par David tous les jours en semaine à 19h, 20h et 21h,
- **ZUMBA** ado & adultes, animée par Sandra, le Jeudi 20h,
- **DANSE MODERN JAZZ**, animée par Myriam : 7 niveaux à partir de 4 ans jusqu'aux adultes,

- **STRETCHING et STEP**, animés par Myriam,

- **NEW STYLE** animé par Laurie, 3 niveaux : enfants, ado & adultes le Jeudi.

Tous les détails sur les horaires, les tarifs et les dates de reprise sont sur notre page internet dédiée, sur le site de la commune : <http://www.cepet.fr/Cepet-Loisirs.aspx>.

Inscriptions au forum des associations.

Nous vous faisons découvrir quelques photos de notre Spectacle de Danse du 19 juin au Cabaret la Vénus.

Nous vous souhaitons un bel été.

Valérie Bertucci



## Infos pratiques

### CCAS



#### Ma commune ma santé

Le CCAS de CEPET se mobilise toujours

pour améliorer l'accès aux soins de leurs administrés.

Grâce à la mise en place de *Ma Commune Ma Santé* de l'association ACTIOM, votre CCAS fait bénéficier, depuis 2 ans maintenant, d'une solution santé négociée à moindre coût et accessible à tous.

Elaborée pour améliorer l'accès aux soins et générer du pouvoir d'achat, elle a pour

but de favoriser le retour dans le système de soins pour certains et d'alléger le coût des cotisations pour beaucoup d'autres.

Sans questionnaire de santé et sans condition de revenu, *Ma Commune Ma Santé* s'adapte à vos besoins et assure une couverture de soins à plusieurs niveaux et des tarifs négociés.

Afin de mieux vous informer, une réunion publique se déroulera le mardi 27 septembre à 19h à la mairie.

Puis, des permanences sont prévues les 7 octobre, 28 octobre et 18 novembre

de 14h à 17h dans la salle annexe de la mairie.

Nous vous demandons de bien vouloir prendre rendez-vous en appelant l'accueil de la mairie au 05 61 09 53 76 et de penser à apporter vos tableaux de garanties et votre échéancier.

➤ Si vous le souhaitez, vous pouvez appeler dès à présent le 05 64 10 00 48, des conseillers spécialisés sont à votre écoute du lundi au vendredi de 9h à 18h.

# Agenda des évènements

(jusqu'à fin novembre)

⇒ **Festivités gourmandes**  
22 juillet 2016  
(Festi Cépet)

⇒ **Apéro Concert**  
26 août 2016  
(Festi Cépet)

⇒ **Forum des Associations**  
4 septembre 2016  
de 10h à 12h et de 14h à 17h

⇒ **Fête du village**  
8 et 9 octobre 2016  
(Comité des Fêtes)

⇒ **Cérémonie de réouverture de l'église  
et concert, suivis d'un apéritif offert  
à tous les cépetois**  
9 octobre 2016  
par la municipalité

⇒ **Inauguration du chemin  
de randonnée Cépet/Gargas**  
16 octobre 2016  
(municipalité et CCF)

⇒ **Exposition artistique**  
du 25 au 27 novembre 2016



Bulletin d'informations municipales et associatives

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

Mairie, rue de l'Eglise, 31620 Cépet

- Tél. : **05 61 09 53 76**
- Mail : **mairie.cepet@wanadoo.fr**
- Site internet : **www.cepet.fr**



Directeur de la publication : Didier Miquel

Coordination : Commission Communication

Création, conception, impression : Evoluprint - Parc Industriel Euronord  
10 rue du Parc 31150 Bruguières - [www.evoluprint.fr](http://www.evoluprint.fr)

Crédits photos © Fotolia / © iStock - Droits réservés

Imprimé avec des encres végétales sur papier  
issu du développement durable

