

Graine d'infos

Novembre 2024

MAIRIE DE
Gragnague

Informations municipales

Remerciements Octobre Rose :



La Municipalité, L'AGGV, le Comité des Fêtes et l'AAPPMA de la vallée du Girou remercient chaleureusement toutes les personnes venues participer à Octobre Rose 2024.

Que ce soit en marchant ou à la buvette, vous avez participé à la collecte de fonds au profit de la Ligue contre le cancer qui a rapporté plus de 1200 €.

Nous remercions aussi tous nos partenaires et les agents municipaux, qui, par leur aide et leurs dons, ont permis à cet événement d'être un réel succès !

Liste des partenaires : Les Délices de Gragnague, la Tête à l'Envers, le docteur Behin-Roland, les infirmières Aurore Bouttier et Charlène Rondeau, la sophrologue Carole-Rose Rukwid, la naturopathe Tatiana Coffe, le Carrefour City, La Dépêche du Midi, la Brasserie de la Seillonne, Patricia de Liberty'coiff de Garidech, les commerçants ayant accepté les urnes de collecte et tous les bénévoles présents lors de cette journée.



Commémoration du 11 novembre :

La municipalité vous invite à participer à la cérémonie commémorative de l'armistice du 11 novembre 1918 mettant fin à la Première Guerre mondiale.

Celle-ci se déroulera le **mardi 12 novembre à 18h00**.

Rendez-vous devant la mairie à **17h45** pour un départ en défilé jusqu'au monument aux morts.

La cérémonie se clôturera par le partage du verre de l'amitié.



La parenthèse magasin :



Camille vous accueille du mardi au samedi dans son concept store « La Parenthèse de Camille » au centre commercial « Les Portes du Girou ».

Vous pourrez retrouver chez Camille, un coin mode féminin pour vous faire plaisir, un coin enfant pour faire des cadeaux ou pour vos kids, un coin décoration pour votre maison et un coin beauté pour prendre soin de vous.

Un cadeau de naissance à faire, envie de faire plaisir ou tout simplement de venir passer un moment, La Parenthèse de Camille vous attend !

Horaires d'ouverture : Mardi au samedi : 10h – 12h30 / 16h – 19h

Informations associatives :

AG du Comité des Fêtes :

Le Comité des Fêtes organise son assemblée générale le **mardi 5 novembre à 18h30** dans la salle située dans la cour derrière la mairie.

Vous êtes curieux, vous souhaitez vous investir pour votre commune, nous recherchons des bénévoles, et des membres actifs...

Le Comité des Fêtes rappelle à chacun et chacune que vous êtes les bienvenus pour le rejoindre en tant que membre ou bénévole et nous aider lors des manifestations prévues sur notre commune.



L'ACCA - Pêche à la truite :

L'ACCA Gragnague organise le **samedi 9 novembre** une journée pêche à la truite de 8h30 à 19h.

Pour cette journée, 100kg de truites seront lâchées et cette journée est ouverte à tous, petits et grands avec ou sans carte de pêche.



RDV au lac situé au bord du chemin d'Aurival, via la route de St Vincent vers St Marcel Paulel, la destination sera signalisée par des panneaux fléchés.

Pour participer inscription au **06 25 64 50 18** ou **06 23 98 13 31**
15€ pour les adultes et 5€ pour les enfants + 1 ticket de tombola.

BUVETTE ET RESTAURATION SUR PLACE - Venez nombreux

Atelier déco de Noel :

L'association *ECOquelicot* vous invite à nous rejoindre à nouveau cette année sur notre Atelier de confection et de réparation de décorations de Noël pour le village les **16 et 17 novembre au Foyer Rural**

Vous pouvez venir avec des idées et du matériel ou simplement venir nous donner un coup de main.

Un Atelier Petites Déco est prévu pour les enfants.

Nous tenions aussi à vous informer que l'association repart pour une nouvelle année de projets conviviaux.

Vous êtes tous les bienvenus si vous avez des envies, des idées, des savoirs faire à partager...

ecoquelicot.gragnague@gmail.com



Vide ta chambre :



L'association *Touche A Tout* organise un Vide Ta Chambre le **dimanche 17 novembre de 09h00 à 17h00** dans la salle multisports du Lycée Simone de Beauvoir.

Si vous souhaitez vous inscrire, vous trouverez le formulaire d'inscription ainsi que le règlement intérieur à l'accueil de la mairie aux horaires d'ouverture.

Buvette associative – Restauration sucrée

Tarif exposants : 8 euros l'emplacement de 2 m X 2 m

Contact : toucheatout31380@gmail.com

Cours de country débutant :

Les Saguaro's recherchent débutants(es) motivés(ées) pour ouvrir un nouveau cours de country, les horaires seront selon le nombre et la disponibilité de la salle.

Vous êtes passionné de danse à l'américaine ? Alors faites-vous plaisir et n'hésitez pas à vous lancer sur le parquet pour ces cours adaptés aux débutants.

Pour tous renseignements contacter **Nelly** au **06 84 24 29 90**.



Noël approche ! :

Il va falloir commencer à penser à préparer cette fête ! L'antenne du Secours Populaire de Gragnague organise une Bourse aux Jouets dans son local le **samedi 23 novembre de 9 H à 12 H**.

Il y en aura pour tous les âges ; des enfants, bien sûr.

De belles affaires vous attendent ! Des produits de très bonne qualité à des prix accessibles à toutes les bourses. Rappelez-vous : vos achats d'aujourd'hui financent la solidarité de demain.

Solidairement vôtre.

Secours Populaire – Antenne de Gragnague - 3 Impasse des Chênes

Tél. : 05 61 37 13 47

Ouvert le mardi de 9h30 à 12h00 et le
jeudi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 17h00.

Mail : gragnague@spf31.org



Atelier découverte Sophro-Flamenco :

Le dimanche 24 novembre de 10h00 à 12h30 à la salle/préfabriqué rue Malcousinat

Beaucoup d'entre vous connaissent Isabel en tant que professeur de Flamenco, mais la connaissez-vous en tant que Sophrologue ?

Dans le cadre de la semaine internationale de la Sophrologie Caycédienne, Isabel a souhaité associer ses deux compétences et vous faire découvrir, le temps d'un atelier découverte, la Sophro-Flamenco avec, comme thème principal, la joie en soi !

Avant tout, il est adressé à chacun d'entre vous, aucune connaissance requise, juste se laisser porter par sa voix et son enthousiasme !



Dans un premier temps, vous commencerez par une technique de base en sophrologie accès essentiellement sur la respiration et la visualisation, pour ensuite, se plonger dans l'univers du flamenco.

Une initiation pour découvrir toutes les particularités flamenco : travail des bras (braceo), position du corps, las palmas (frappe des mains), et zapateados (celui des pieds), tout cela sur une musique festive d'une rumba flamenca.

L'atelier se terminera par une petite séance de sophro, un temps pour vous, une bulle de bien-être, pour se poser, s'ancrer et repartir dans vos vies respectives plus sereins, reposés, apaisés et surtout, remplis de joie !

Réservation et information : Isabel au 06 03 49 68 97 ou flamencometis.com _ Tarif : 25€
« Flamenco Metis » & « La Maison de la Sophrologie »

Théâtre « le jour G ! » :

L'association Saguaro's organise une soirée théâtre à la salle du CSL le **samedi 30 novembre dès 20h30**.

Quand mariage rime avec carnage, une pièce écrite et jouée par Adrien Benech et Marc Duranteau.

Entre le Curé remplacé au pied levé par un confrère excentrique, un témoin ingérable et un marié qui cache bien son jeu, la soirée tourne au carnage.

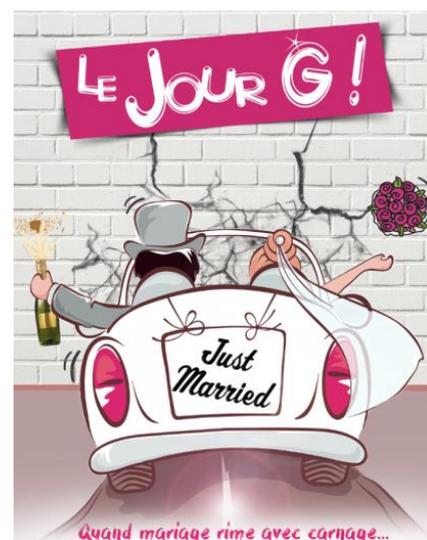
Tarifs : 12 € sur place, 10 € sur réservation et gratuit pour les moins de 12 ans.

Réservations :

Nelly 06 84 24 29 90

Coco : 06 13 72 74 77

Véro : 06 12 69 20 10



Projet séniors à la cantine :

Partie à conserver.

Rassembler les générations en mangeant à la cantine !

Après une 1^{ère} expérimentation réussie, Gragnague continue d'ouvrir les portes de sa cantine scolaire désormais aux plus de 60 ans.

Une idée simple pour favoriser les échanges entre générations et pourquoi pas, retrouver une âme d'enfant ! La participation concerne 6 personnes en même temps, un mercredi par mois, aux dates suivantes :

Les mercredis 15 janvier, 12 février, 19 mars, 9 avril, 14 mai et 18 juin 2025.

Les conditions pour participer :

- Être âgé de + de 60 ans (être né en 1965 ou avant)
- Avoir la capacité de se déplacer seul
- Habiter une commune du RPI : Gragnague, Bonrepos-Riquet, Saint-Jean-Lherm ou Saint-Marcel-Paulel.



Les 6 premières inscriptions seront retenues, les autres placées sur liste d'attente.

Les 6 personnes retenues :

- **Seront contactées par l'ALAE (si vous n'êtes pas contacté, cela signifie que vous êtes sur liste d'attente)**
- **Devront** se présenter à 12h précises devant l'entrée de l'ALAE (bâtiment rouge entre les 2 écoles) et quitter la cantine à 13h30
- Peuvent, après échange avec l'ALAE, rester jusqu'à 15h30 avec un groupe d'enfants pour partager une activité (tricot, échecs, couture, conte, dessin, pétanque, jeux de société, ...).

La participation est gratuite.

Vous êtes intéressés pour participer ?

Rien de plus simple : remplir le coupon ci-dessous et le déposer à l'accueil de la Mairie avant le jeudi précédent le mercredi concerné.

Un tampon daté permettra d'identifier la date du dépôt.

**Pour en savoir plus, contact Mairie : 05.62.79.97.97 ou
ALAE : 09.52.33.93.51 – Demander Julie Longo Directrice Service Enfance**



Partie à déposer en Mairie

Nom – Prénom :

Date de naissance (joindre copie pièce identité) :

Téléphone :

Adresse mail :

Souhaite m'inscrire les mercredis, cocher la/les case(s) correspondante(s) :

- 15 janvier 2025
- 12 février 2025
- 19 mars 2025
- 9 avril 2025
- 14 mai 2025
- 18 juin 2025