

VALDURENQUE-INFOS

JOURNAL D'INFORMATIONS QUADRIMESTRIELLES

Edité par la Mairie de VALDURENQUE

N° 137

Septembre, octobre, novembre, décembre 2017



Le Mot du Maire

Mesdames et messieurs, chers amis

Nous voici arrivés aux vacances de Noël, période de fêtes et l'occasion de retrouvailles en famille ou avec de amis.

C'est l'heure des cadeaux et de la convivialité. Profitez bien de ces instants si précieux pour les plus jeunes d'entre nous et même parfois pour les autres

La visite du Père Noël est toujours un moment inoubliable.

Quelques jours plus tard, nous basculons dans la nouvelle année et j'espère qu'elle sera pleine de joie et de réussite pour vous.

Le 6 Janvier prochain à 19h00 le conseil municipal, les associations du village et moi-même vous donnons rendez-vous à la salle des fêtes pour partager le verre de l'amitié à l'occasion de cette nouvelle année. J'espère vous y rencontrer pour vous présenter mes meilleurs vœux.

Bonnes fêtes de Noel et Bonne année 2018.

Jean louis Battut
Maire de Valdurenque

Généralions Mouvement

La fête des 40 ans du club a réuni 124 personnes dont les 4 Clubs de la Vallée, la Mairie et le secteur. Ce fut une journée très conviviale, le repas ainsi que le spectacle des "Amis de la Chanson" ont été très appréciés.

La journée des châtaignes avec 90 personnes fut également très réussie. Le kir aux châtaignes a été préparé et offert par le traiteur "Ô Bonnes Saveurs". L'animation dansante après le repas était animée par Nathalie Bernat.

La journée s'est terminée par un goûter avec des châtaignes préparées et grillées par l'équipe de foot féminin de Labruguière.

Quelques dates à retenir en 2018:

*le 6 janvier le pot du nouvel an à 19h à la salle des fêtes.

*le 21 janvier loto annuel à 14h30 à la salle des fêtes.

*le **23 janvier** le goûter des plus de 60 ans de Valdurenque, offert par la Mairie, à 14h à la salle des fêtes.

*le **3 février** une sortie aux "Folies Berchères" à Montredon des Corbières nous est proposée par le club de Noailhac.

*le **17 mars** l'assemblée générale à 11h à la salle des fêtes.

Le président:
Yves Amblard



Festival de couleurs et de bonne humeur lors des repas de « Générations Mouvement ».



Randoval

Les Hauts de Ferrals, le Caroux (Hérault), Saint-Amans Valtoiret, Agel (Hérault), Cordes sur Ciel, Massaguel, et enfin Saissac (Aude), voilà une saison de randonnées qui a bien débuté. N'oublions pas non plus un weekend en gîte à Samatan dans le Gers au mois de novembre.

Comme de coutume les membres du club se sont retrouvés pour un repas annuel au restaurant le 19 novembre à St Baudille, où il faut le reconnaître il y avait plus de convives que lors des randonnées. Mais cela fait aussi partie du charme associatif de se retrouver tous, ou presque tous lors du moment convivial qu'est le repas.

Les randonnées variées du prochain quadrimestre nous mèneront dès le 7 janvier à Lautrec, puis à Roquebrun (Hérault), Viviers les Montagnes, Alaric (Hérault), Aussillon, Trassanel, Hautpoul, le Sidobre, etc... Ainsi qu'un weekend en gîte dans les Pyrénées Orientales, à Argelès en mai.

Notre assemblée générale s'est tenue le 13 octobre, où ont été présentés et votés les bilans (moral et financier). Le bureau a lui-même été reconduit.

Cette année, après mure réflexion, nous avons décidé de proposer des modifications en ce qui concerne l'affiliation du club à la Fédération Française de Randonnée Pédestre. En effet environ les 2/3 des adhésions est envoyée à la fédération qui en redistribue une partie aux comités départementaux. Sans pour autant couper tout contact avec la fédération, nous avons la possibilité de mettre le club en sommeil.

Cela implique que nous devons adhérer à une autre assurance, et avons donc contacté l'assurance SMACL après avoir prospecté vers plusieurs compagnies.

Voici donc les propositions qui ont été faites et adoptées par les membres du club. 20€/ pers (pour le club) + 7€ d'assurance soit une adhésion de 27€ par personne et par an.

Pour toute information complémentaire sur le fonctionnement de Randoval, n'hésitez pas à contacter le 05 63 50 59 03.

Au nom du club de randonnée, je vous souhaite à toutes et tous une excellente année 2018 et vous donne rendez-vous pour le pot du nouvel an le samedi 6 janvier.

La présidente
Yannick Martin



Dans le Caroux

Dans le Gers



A Cordes Sur Ciel

CHRONIQUE TRIMESTRIELLE DE LA MJC

L'assemblée générale de la MJC s'est tenue le mercredi 18 octobre dernier. Au vu d'une très faible participation, on peut se demander l'intérêt porté par les adhérents de la MJC à la vie et au fonctionnement de leur association.

On retiendra également de cette assemblée une baisse continue de l'effectif depuis 4 ans, passant de 170 adhérents à une petite centaine en fin de saison dernière. Cela s'explique malheureusement par l'arrêt des activités enfants (judo, danse, baby gym) ainsi que la zumba côté adultes. Par ailleurs, il nous est difficile en tant que **structure entièrement bénévole** de pouvoir proposer des activités pour les enfants alors que nous sommes entourés de structures professionnelles (MJC de Lagarrigue et Payrin) qui offrent déjà un panel d'activités diverses et variées tant pour les enfants que pour les adultes.

Le nouveau conseil d'administration de la MJC se compose comme suit :

Fabienne ZELMIRE (trésorière) – Valérie PALMA-AMALRIC (secrétaire) – Bénédicte MIALHE (resp. Festivités) – Lucette DAUZAT (resp. Peinture) – Yannick MARTIN (resp. Marche) – Christine BATTUT – Christine PAGES – Christian AZEMA (Président et resp. Football) – Luis PALMA – Jean-François PINTE (resp. Speedminton)

Activité Marche « bien-être » :

Une toute nouvelle activité pour la mjc, démarrée dès le début novembre. Proposée par Yannick Martin, indépendamment du club de randonnée car il ne faut pas confondre les deux activités.

La randonnée pédestre se fait sur un rythme plus lent mais avec du dénivelé et sur une distance et une durée plus longues.

La marche « bien-être » quant à elle, est une marche **tonique** qui se pratique sur quelques km seulement, (entre 5 et 7km), sur terrain plat de préférence ou avec peu de dénivelé, et dure environ 1h à 1h15. Les bienfaits et avantages de cette activité s'améliorent encore lorsque nous nous « **concentrons** » exclusivement sur la marche, et en augmentant progressivement le rythme des pas et du souffle. Il ne suffit pas de se promener comme d'habitude car sinon les effets de la marche sont réduits; donc si on veut profiter des bénéfices de ce sport, il est préférable de marcher au moins 30 minutes chaque jour, sans distractions et en augmentant peu à peu le rythme.

Près d'une vingtaine de participants sont déjà inscrits et se retrouvent tous les lundis à partir de 14h, au départ de la place du foirail. Cette activité est gratuite sous seule condition d'avoir la carte Mjc.

Petits rappels sur les bienfaits de la marche quotidienne :

- Elle renforce le cœur et prévient les maladies cardio-vasculaires,
- Elle réduit le risque de certaines maladies,
- Elle aide aussi à équilibrer le poids,
- Elle aide à prévenir les troubles cognitifs de type Alzheimer, et bien d'autres choses encore...



Rendez-vous
tous les lundis
après-midi, à
14h place du
Foirail



Bilan de l'enquête distribuée dans tous les foyers Valdurenquois :

Avec seulement 5% de retour sur 360 questionnaires distribués, soit 17 foyers, il nous est difficile d'établir un état des lieux sur les activités et loisirs pratiqués par les Valdurenquois et Valdurenquoises et de se projeter sur leurs besoins. Cependant, nous remercions les 48 personnes qui ont pris le temps de répondre à cette enquête sachant que nous pouvons donner quelques réponses à certains souhaits ou questionnements.

La « marche bien être » a été placée le lundi en début d'après-midi en raison de la disponibilité de son animatrice (Yannick Martin). Cependant, le lundi permet d'avoir un peu plus de monde qu'un autre jour ouvré de la semaine et la période hivernale ne permet pas de pratiquer cette activité en fin de journée. Si toutefois, vous désirez marcher en groupe, nous rappelons que l'association Randoval propose de la randonnée le dimanche matin.

Parmi les activités souhaitées, on retrouve certaines qui sont déjà présentes chez nos voisins de Lagarrigue, à savoir, yoga, zumba, gym entretien, pilates, fitness, badminton, danses salon, ateliers créatifs, anglais, ... mais faut-il que les jours, horaires et/ou tarifs conviennent !

La pratique du tennis (sans prof) est possible dans la salle de sport sous condition que chaque participant possède la carte MJC avec le paiement de la surcotisation de 30€. Les enfants doivent être sous la responsabilité d'un adulte.

Les sports collectifs en salle tels que le handball, volley, basket, voire même foot peuvent également avoir lieu à la seule condition de monter une équipe avec un responsable, sous couvert MJC ou bien en créant un club à part entière.

La création d'une équipe de football pour enfants sur la commune nécessite d'avoir une école de football avec un encadrement expérimenté et disponible tous les mercredis et samedis, sachant par ailleurs que deux écoles sont présentes dans un rayon de 5 kms (Lagarrigue et Payrin).

Parmi d'autres activités souhaitées, on retrouve également des sports de combat ou de défense (karaté, taekwondo, boxe, judo, self défense). Mais pour la pratique de ces sports, il est nécessaire d'avoir une salle aménagée à cet effet et depuis l'arrêt du judo, nous ne disposons plus de tatamis.

La création d'une activité avec un animateur, prof ou coach n'est pas simple à mettre en place. Il faut déjà trouver l'activité qui pourrait être susceptible d'intéresser un grand nombre de personnes. Puis il faut se mettre en quête de chercher l'animateur professionnalisé, de fixer le jour et l'horaire en fonction de ses dispo, d'avoir le lieu adéquat puis pour terminer, de fixer le prix de l'activité pour que la structure financier mais sans que le tarif ne soit pas trop élevé pour celui qui pratique l'activité. De ce fait, la pérennité de l'activité n'est possible que si le nombre de participants est suffisant pour couvrir les frais occasionnés par celle-ci.

Vous pouvez retrouver le bilan détaillé de cette enquête sur le site internet de la MJC (<http://mjc-valdurenque.asso-web.com/>) ou bien sur celui de la Mairie, dans l'onglet Associations/MJC (<http://commune-de-valdurenque.fr/>).

Projet à venir en Juin :

La mjc organise une grande exposition de photos intitulée « **Sur les traces du temps** ».

Des images du village et des villageois, de la fête de la St Louis, de l'école et de la mjc d'autrefois, ainsi que toutes les photos anciennes du village que vous avez peut-être dans un vieil album et que vous pourriez nous prêter le temps de cette expo.

A cette occasion, un concours de la photo la plus insolite est également organisé. Celles-ci seront exposées en juin à la salle des fêtes en même temps que l'exposition de l'atelier peinture. Le public votera pour les 3 images les plus extraordinaires, originales, remarquables et les gagnants recevront un lot.

Alors tous à vos appareils pour prendre des photos, insolites, curieuses, inédites.

Pour en savoir plus, contacter Yannick Martin au 05 63 50 59 03.

SECTION FOOTBALL :

Avec une moyenne d'âge de 40 ans, notre équipe éprouve quelques difficultés à obtenir de bons résultats que ce soit en championnat ou en coupe. Rappelons tout de même que cette saison, l'Ufolep a procédé à un brassage complet entre toutes les divisions. De ce fait, Valdurenque doit faire face à quelques équipes qui l'an passé jouaient les premiers rôles en première ou deuxième division.

Résultats Championnat, poule de brassage :

Valdurenque - Cambon1 = 2 / 4
Lescure - Valdurenque = 5 / 2
Valdurenque - BlayelesMines = 1 / 8
Lomers - Valdurenque = 0 / 1
Valdurenque - Vignoble81 - = 4 / 2
Ste Cécile d'Avès 2 - Valdurenque = 8 / 6

Classement Championnat :

CLASSEMENT DIVISION 1												
R	Equipes	Pts	J	G	N	P	bp	bc	Dif.	FF	FM	PE
1	CAMBON 1	24	6	6	0	0	31	5	26	0	0	0
2	BLAYE LES MINES	19	6	4	1	1	29	14	15	0	0	0
3	CAGNAC LES MINES	19	6	4	1	1	20	13	7	0	0	0
4	CARLUS	18	6	4	0	2	14	8	6	0	0	0
5	LOMBERS	12	6	2	0	4	16	15	1	0	0	0
6	SAINTE CECILE 2	12	6	2	0	4	26	29	-3	0	0	0
7	AMBRES	12	6	2	0	4	18	28	-10	0	0	0
8	VALDURENQUE	12	6	2	0	4	16	27	-11	0	0	0
9	VIGNOLE 81	12	6	2	0	4	12	25	-13	0	0	0
10	LESCURE	9	6	1	0	5	9	27	-18	0	0	0

Résultats Coupe , groupe A :

Vignoble81 - Valdurenque = 4 / 0
Valdurenque - Valence = 9 / 1
LabastideStGeorges - Valdurenque = 8 / 0

Carnet bleu :

Le club souhaite la bienvenue au petit Lucien, fils de Valérie PALMA-AMALRIC et Luis PALMA, né le 6 septembre 2017.

Toutes nos félicitations.

Le Conseil d'Administration de la MJC

SECTION FESTIVITE

APPEL A BÉNÉVOLES :

Nous sommes toujours à la recherche de personnes motivées et dynamiques pour nous aider à l'organisation de la fête du village 2018.

Pour tout renseignement, il vous suffit simplement de prendre contact avec la section festivités : festivaldu@gmail.com en laissant vos coordonnées.

Si vous avez un peu de temps et envie de participer à la vie de votre village contribuant à assurer une bonne ambiance et un bon fonctionnement de la fête, n'hésitez plus !

L'équipe festive

L'ECOLE PRIMAIRE

A la veille des vacances de Noël, les enfants ont attendu la venue du grand Monsieur habillé tout en rouge avec dans sa hotte de nombreux cadeaux pour chaque classe.

Un moment inoubliable pour les plus petits. Certains intimidés n'osaient pas l'approcher pendant que d'autres se précipitaient pour commander des cadeaux.

Le père Noël est reparti avec de nombreux dessins et une liste bien remplie !!!

L'équipe enseignante et l'association « La récré de Valdu » remercient toutes les familles qui ont commandé des chocolats, des madeleines et des sapins en cette veille de Noël.

Les bénéfices permettront de financer les prochaines sorties scolaires.

Comme chaque année, l'équipe enseignante commence à préparer le loto qui aura lieu le

vendredi 16 février 2018 à la salle des fêtes de Valdurenque dès 20h30.

Nous comptons sur les villageois pour que ce LOTO de l'école soit une réussite!



En cette rentrée de Janvier, l'équipe pédagogique de l'école de Valdurenque vous souhaite une bonne et heureuse année 2018.

L'équipe enseignante



Bonne
ANNÉE 2018