Édition numéro 28

LA GAZETTE DU FOGATEL

Bientôt l'été et un peu plus de liberté

Les recettes de nos adhérents Miam

Nos articles

Nos projets Nos envies

Atelier d'écriture

SOMMAIRE

Page 1
Nos titres

Page 2

Page 3 atelier printanier…

Page 4 LE SLAM et notre ami Serge. Delphine a chaud !

Page 5

Page 6

Page 7 Texte émouvant de notre ami Kamel

Page 8

Page 9 : recettes de notre amie Laurence

Page 10 Atelier écriture « chalet »

Page 11 ateliers sur le thème du printemps

Page 12 : liste musique Sébastien

Page 13 : atelier d'écriture et texte de notre amie Sylvie

Page 14 Nos sorties

Page 15 Nos amis les animaux.

Page 16 Les photos.

Dessin Sandrine

L'édito

Coucou les z'amis,

Comme d'ordinaire c'est d'un seul jet que je vais vous offrir les mots qui me viennent en tête au moment où je travaille le journal… Vous le savez tous… Les mots posés sur le papier ne trichent pas, ne mentent pas et nous vous livrons souvent notre âme, mise à nue le temps de l'écriture et sans le secours du sourire qui voudrait séduire ou des yeux rieurs qui voudraient déjà vous faire prendre partie ou simplement vous apaiser un instant. Ou au contraire, sans ces attitudes ou postures négatives qui, elles aussi, sans que nous en soyons conscients, viendront forcément raisonner un peu en vous. Alors que vous, lecteur, vous vous ferez votre « propre idée » simplement à la lecture des mots que nous aurons déposés sur le papier !

Du coup ces mots peuvent prendre un autre sens que celui que nous, auteurs, voulions leur donner, mais quelle importance ? Qui n'a jamais imaginé un lieu en lisant un bon roman et été déçu ou ravi lorsque ce roman fût adapté et mis en images. Et puis quelle liberté d'expression nous nous offrons en écrivant au lieu de parler ! D'abord, même d'un premier jet, il y a le temps de la réflexion. Tourner sept fois sa langue dans sa bouche. Sans pour autant tout analyser … (au risque de ne plus rien écrire de peur d'être jugé … Evidemment notre cœur tiendra compte de la destination finale des écrits mais quand même, entre le papier et le lecteur, entre l'écran et l'internaute, entre vous et nous, il y a un monde imaginaire que chacun de nous construira selon son ressenti du moment. En gros, ce que vous ferez de ce que nous écrivons ne sera pas forcément le reflet exact de ce que nous sommes :)

Moi, écrire, j'adore ça ! Je ne suis pas chez moi à Oloron mais près de vous. Mon cœur est avec vous. Je viens de vous relire afin de me replonger dans l'atmosphère du GEM et je vous assure que, pour moi, tout est bien réel. Pas le lieu bien sûr, mais l'émotion ! J'ai envie que notre gem grandisse, encore et encore et de loin je vous regarde évoluer. Vos écrits enchantent mon âme. Vos photos apaisent mon cœur parfois chagrin. Et qui plus est, j'ai l'impression de rester « utile à notre cause ». Il y a encore tant de chemin à parcourir pour que le monde « de dehors » comprenne les tenants et aboutissants de l'association et le pourquoi et le comment d'une « arrivée » en ce lieu.

Je crois que le plus important à retenir est de savoir que tout ce que nous vivons peut arriver à chacun de nous. Même à toi lecteur bienveillant, en bonne santé psychique, qui te pense peut-être à l'abri… Aucun de nous au gem n'est né avec ces faiblesses et ces manques. Ce sont des accidents de vie qui ont affaibli, voire détruit, notre système de défense ou de pensée. Et du coup la maitrise devient difficile jusqu'à, parfois, empêcher une vie dite « normale » !

De plus nous savons tous que nous resterons fragiles à vie ? Nous savons que notre seul espoir sera de vivre avec nos peurs et manques et de nous adapter afin que ces « handicaps », car c'en sont, nous limitent le moins possible. Il y a beaucoup de « gem » différents. Tous ne correspondent pas à ma vision à moi, construite auprès du Gem de Carcassonne et après des années de soutien de part et d'autre, animateurs dévoués en première ligne. Mais chacun de nous a bel et bien un rôle à jouer. Les verbe « donner » et « recevoir » sont presque synonymes au GEM Lo Fogatel ! C'est pour cela que nous sommes tous tellement unis et reconnaissants. Il n'y a pas de frontière, juste beaucoup d'amour ! Bises à tous *Pascale MD*

L'atelier SLAM

Le GISC c'est le Groupe d'Intervenant Spectacle et Concert. L'atelier SLAM se faisait avec Lakhdar. Si on le désire, on peut monter sur scène, on choisit des poèmes, on peut nous voir sur internet, sur Youtube : «GEM le Slam ». On a récité notre poème et ça a été enregistré par Lakhdar.
J'ai lu le poème sur la vidéo et plus tard, on mettra de la musique. Le Slam continue avec Miguel tous les mardis. Mon poème à moi est intitulé : « **La belle vie** ». Le voici…

Oh quelle vie merveilleuse et belle !
Je remercie ma famille, mes amis et Dieu,
Pour la vie Spirituelle et Physique.
Belle, belle est la vie,
Je remercie les personnes qui ont été là pour moi,
Durant ma maladie invisible et hospitalisations.
Comme j'aime le GEM de Carcassonne, l'ESAT de Jules Fil,
Le GISC, l'Eglise de Jésus Christ des Saints des derniers jours et la curatelle renforcée de l'APAM 11.

Le GISC nous aide à mieux nous exprimer, parler lentement, bien articuler, prendre notre temps pour qu'on nous comprenne. Ça fait plus de 10 ans que je connais Lakhdar. Je l'ai rencontré pendant un casting au Dôme sur le thème « fais moi sourire ».

Serge Cuong Nguyen Van Soi

ANNIVERSAIRE Claudius

Notre ami Claude a fêté un printemps de plus. Je lui envoie mille gros bisous des Pyrénées…

Animatrice de choc !

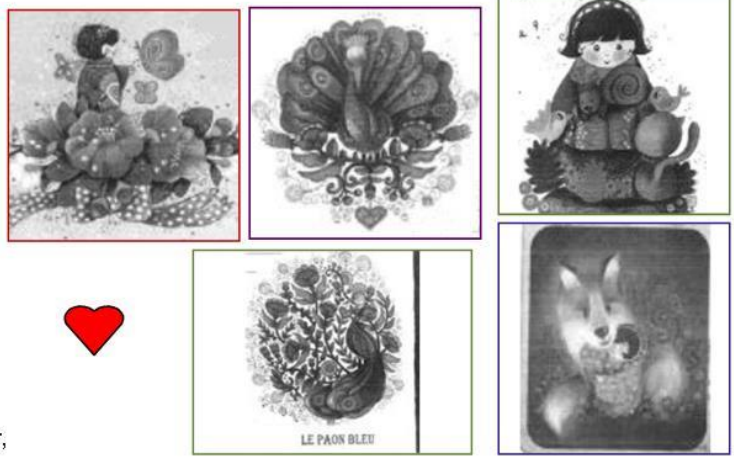
Petit communiqué de notre amie Delphine

La chaleur est arrivée !!!!!!!!!!!!!!!!!! Mais cela m'endort !
J'ai énormément besoin de me changer les idées au GEM. Je joue beaucoup au Yam's et cela me détend et me fait oublier mes gros soucis du quotidien.
Je voudrai souhaiter « bonne chance à tous » au sein du GEM et de pouvoir vivre bien !

Un jour prochain, ce seront les retrouvailles, le plaisir de se parler en direct, de passer du temps ensemble !Mais personne n'oublie personne et Kamel nous envoie ce joli texte, profond, qu'il nous offre en partage ! Voilà un an que nous ne nous sommes pas revus !!!! Kamel et le GEM, c'est une longue histoire !! Aujourd'hui et depuis 1 an, ce sont des appels téléphoniques, des visio-rendez-vous qui nous permettent de garder ce lien, de se savoir présents les uns pour les autres. Voici le texte...

Dialogue entre l'esprit et dame l'amour

Au détour d'un jardin, dans une roseraie, je fus témoin un jour d'un étrange dialogue entre l'amour et l'esprit,



L'esprit : je voudrais bien savoir quoi faire pour n'être plus comme avant et ne plus être comme les autres,

l'amour : pourquoi veux-tu changer ?

L'esprit : parce que j'aime,,,

l'amour : mais voilà une excellente chose !

L'esprit : oui et non, Cela me pose un problème !

L'amour : ah bon ? je croyais que tu étais amoureux,

L'esprit : justement !

L'amour : alors qu'est-ce qui ne va pas ?

L'esprit : je ne comprends plus rien,

L'amour : ça c'est une bonne nouvelle, On va pouvoir s'aimer,

L'esprit : écoute je ne veux plus être comme avant, c'est un fait, Je ne veux plus être seul mais justement,,, maintenant on est deux,,, moi avec mon histoire et toi dont j'ignore,

L'amour : je ne vois pas où est le problème étant donné que je suis venu à ta demande, Est-ce que je me trompe ?

L'esprit : non tu ne te trompe pas, je t'ai voulue de tout mon âme,

L'amour : alors laisse toi faire,,, et laisse moi vivre au centre de toi-même, imprégner tes gestes de mon parfum, tes actes et tes paroles de ma présence, Efface toi un peu sans pour autant disparaître, puisque tu m'as voulu du fond de ton âme,

L'esprit : mais c'est là tout le problème ! Au fond de moi je ne veux pas disparaître. Je suis intelligent et j'ai peur de disparaître.

L'amour : la peur est un fantôme enraciné en toi qui a pour mission de t'empêcher d'être, D'être ce qui je suis, l'origine de toi-même, ce toi-même qui t'aime.

L'esprit : c'est Dieu dont tu me parles !

L'amour : oui, de lui-même, qui est venu à ta demande sous ma forme,

L'esprit : alors et moi, qu'est-ce que je deviens moi ! J'ai toujours été le conseiller et l'ami de l'homme. Je dois me diminuer pour te laisser la place, à toi, l'amour, sans savoir où tu vas,,. Tu vois, cela signifie que ce que je suis doit mourir,,,

L'amour : au non ! Tout au contraire, tu dois vivre. Vivre pour servir un autre Maître que toi-même, un maître qui opère en abondance et non en négation, qui opère en fusion et non en punition. Ce maître dont tu gardais le goût sans le savoir et que tu appelles l'amour,

L'esprit : si je te crois comment faire ? Cela me dépasse,,,

L'amour : simplement, En me laissant te guider, en me laissant t'apprendre à ne plus souffrir du mal de vivre, en me laissant t'apprendre à aimer sans preuve ni récompense, et surtout sans victoire !

L'esprit : pour cela j'ai besoin d'aide, Comment est-ce possible autrement ?

L'amour : en le voulant comme tu m'as voulu, Tu es toi-même celui qui t'aide,,,

L'esprit : et donc,,, euh ,,,je deviendrai amour !

L'amour : oui, parce que je suis offrande, partage et union, donc délectation et fécondation. Oui, parce que où je serai, tu seras, et où tu seras, je serai jusqu'à la fin des temps,

L'esprit : merci de ce dialogue, Je rentre chez moi, je vais méditer tes paroles,

L'amour : médite, réfléchis, mais pas trop longtemps. L'amour presse et il y a tellement à faire ensemble,

MERCI KAMEL....

Nos recettes

Laurence, fidèle au rendez vous des fourneaux, nous donnent quelques idées simples pour une alimentation printanière.

***Oeufs mimosa** : et oui ! Pensez y, c'est si simple!*

faire bouillir 6 œufs durant 10 minutes,
les faire refroidir sous l'eau froide, ce sera plus facile pour les éplucher,
Coupez les en deux et enlevez le jaune !

Préparez une boite de thon au naturel mélangé à de la mayonnaise (1 tube) bien écrasé !

Mettre ce mélange dans les blancs d'œufs, puis effriter les jaunes et saupoudrez avec votre préparation !!!
Simple, frais et délicieux

Salade d'endives au jambon :

1 paquet d'endives que vous rincez bien et coupez en tranches.
Ne pas oublier de bien couper le bout qui est amer.
4 tranches de jambon blanc à couper en petits morceaux avec des ciseaux.
1 oignon nouveau (céba en occitan)) en petits dés.
Mélangez tous ces petits morceaux, salez, poivrez, un peu d'huile d'olive, du vinaigre de vin et voilà !!!
Le tour est joué !

Bon appétit!

Merci laurence

Atelier d'écriture

Atelier d'écriture du Mardi 04 Mai 2021

Cher Chalet,

A l'hiver 2004, je t'ai rencontré de façon inattendue, j'ai accepté une saison hivernale dans hôtellerie. Mon employeur est venu me chercher à l'arrêt de bus de Lourdes, et nous voilà partis en voiture pour le chalet du Clot. Admirative des paysages que je traversais, j'ai pu m'époustoufler lorsque je franchis le beau et simple « Pont d'Espagne » pour monter à Cauteret. Après 30 minutes de routes montantes, j'arrivais à la vue, tu étais là, au pied des pistes de ski de fond. Toi, mon magnifique et grandiose chalet en bois qui sera ma demeure pour plusieurs semaines.
Tiane

Il me semblait bien connaître ce chanteur sur cette affiche de concert, mais impossible de me souvenir de son nom. Je déambulais seule, au beau milieu de la ruelle humide de la rosée du matin, perchée sur mes chaussures usées. Il faudra penser à les changer. Au coin de la rue, je me retrouvais nez à nez avec un passant qui me laissa un mystérieux coffret en cuir avec ces quelques mots «Tu trouveras dans ce coffret la seule chose qui t'aidera à avancer ». Dedans, un petit miroir qui, par son reflet, m'a laissé entrevoir le pouvoir de prendre ma vie en main.
Julie

Chère nature,
Je me souviens de mon enfance passée entre les arbres, les plantes et les cours d'eau. Du silence des balades solitaires aux cabanes dans les chênes et les oliviers, j'ai passé une enfance dans les verdures des champs. Je m'amusais seul au inventant des histoires réelles ou imaginaires avec des bouts de bois, des cailloux, ou des objets personnels. Ces animations ont fondé mon caractère et ma personnalité car j'ai pu profiter de moments uniques et variés.
Sébastien

Je marchais dans les rues de Carcassonne avec des chaussures usées quand je vis une affiche de concert où tous avaient des chaussures non-usées. Je me regardais dans un petit miroir et vis que je n'étais pas si mal que ça. Je l'avais dans un petit coffret qui avait l'air mystérieux et qui se trouvait près de moi.
Gérard

Ce matin je me suis chaussée avec mes chaussures usées et je me suis regardée dans mon petit miroir pour voir si j'étais belle. Mon miroir me dit « tu es très belle pour aller voir un concert ! ». Je vais prendre mon petit coffret de cuir mystérieux et dedans il y aura des gourmandises.
Geneviève

ATELIER D'ECRITURE

Consigne pour un printemps réussi :

Texte de **Sébastien** :
Pour débuter cette saison, on imagine la nature verdoyante et fleurie,
Rien ne nous oblige à garder les vestes chaudes d'hiver,
Il faut avoir le moral en hausse car c'est bientôt l'été,
Ne pas garder des chaussettes trop épaisses, les beaux jours arrivent !
Tout est relatif, bientôt les beaux jours arrivent et la hausse des températures,
En fait, rien ne sert de courir, il faut être patient, l'été arrive bientôt,
Mais que c'est beau le printemps avec toutes ces couleurs différentes,
Presque plus besoin de superposer les épaisseurs de vêtements, un tee-shirt et un bermuda suffiront bientôt,
Sans doute la plus belle saison, le printemps dévoile des températures agréables et une météo clémente...

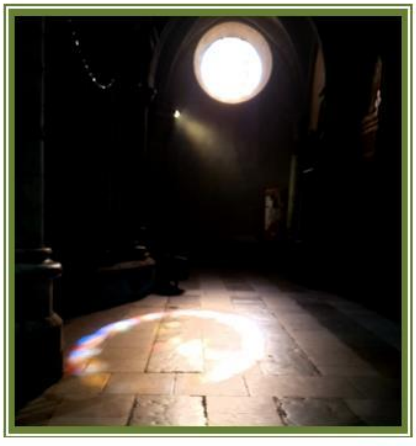
Texte de **Patricia** :
Toi que je rencontre aujourd'hui, je suis heureuse de te connaître pour la première fois,
Nous sommes si différents, l'un de l'autre et à la fois tout nous réunit puisque nous sommes de vrais jumeaux.

Texte de **Serge Villa** :
Pour qui va se baigner
Rien ne sert de courir, il faut juste partir à temps.
Il faut un petit rien pour que je me sente très bien.
Ne pas déranger, il est interdit de se pencher par la fenêtre.
En fait, en prenant du recul, tout me parle !

Texte de **Claude** :
Pour un printemps réussi, il faut :
Un rien de pluie
Il faut aussi un grand soleil
Ne pas trop se couvrir
Tout en étant prêt à se revêtir
En fait, il faut supporter les changements de temps
Presque rien
Sans faire n'importe quoi !

Texte de **Gégé** :
J'ai rencontré Serge Gainsbourg à une émission de variétés à Paris.
Il m'a semblé très sympathique.
On a échangé quelques mots, avant qu'il n'entre sur scène pour chanter, je me rappelle la chanson qu'il a chanté, c'était « Melody Nelson »...

Texte d'**Odile** :
Paillasson- somnambule- bulletin- tintamarre- marabout- bout de ficelle- selle de cheval- cheval de course- course à pied- pied à terre- terre de feu- feu follet- lait de vache- vache de fer



Nouvelle rubrique ponctuelle dans notre journal.

*Concernant les genres musicaux, on remarque en France une popularité sans équivoque de la **musique** hip-hop (presque 70%). En seconde place, c'est la **musique** pop qui atteint 17,7 % des **musiques**, suivie par l'électro à 8,8%, Cela c'est juste histoire de vous informer de « généralités »...*

Mais nous, **au GEM**, (Seb) nous avons eu une autre idée et nous vous proposerons désormais « **NOTRE LISTE DE MUSIQUES** » Ainsi, à travers nos goûts et nos différences d'âge et de culture, vous pourrez réviser vos classiques ou découvrir d'autres horizons. Et quel régal que le partage en toute convivialité. Comme d'ordinaire, sans jamais juger ni commenter. Juste pour le partage...

La première LISTE sera celle de Sébastien

- Oasis: Whatever
- The Bangles : Manic monday
- Depeche Mode : Everything counts
- Gold : Un peu plus près des étoiles
- Adèle : Rolling in the deep
- Indochine : Traffic girl
- Queen : A kind of magic
- Niagara : Soleil d'hiver
- Hoshi : Ta marinière
- Daniel Balavoine: L'Aziza
- France Gall : Débranche
- Pink : Try
- Black Eyed Peas: I gotta feeling
- Abba : Dancing queen
- Zazie: A ma place
- Coldplay: Lovers in Japan
- Benjamin Biolay: Comme une voiture volée
- Calogéro: En Apesanteur
- Vanessa Paradis : Tandem
- Jain : Come
- Sting : Desert Rose

- Rita Mitsouko : C'est comme ça
- U2 : Pop Music
- Blondie : Heart of Glass
- Jean-Jacques Goldman : Envole moi
- Kim Carnes : Bette Davis eyes
- The Avener : Castel in the snow
- Empire of the Sun : Alive
- Thérapie Taxi : Eté 90
- Pulp : disco 2000
- Madonna : Hung up
- Bob Marley : Could you be loved
- Phoenix : Lisztomania
- Pony Pony Run Run : Walking on a line
- Purple disco Machine : Hypnotized
- The Jackson Five : I want you back
- Laurent Vouzly : Les nuits sans Kim Wilde
- Bernard Lavilliers et Nicoletta : Idées noires
- Daft Punk : Get Lucky
- Robyn : Hang with me
- Robyn : Dancing on my own

Un autre joli texte de notre amie Sylvie. Un grand merci…

Sylvie

Solitude.

Dans le fin fond de la forêt amazonienne brésilienne, perchée sur la cime des arbres, une magnifique cabane flottait sur la Canopée de gigantesques séquoias.
Il y vit depuis bientôt 20 ans, un homme, un loup solitaire isolé du monde avec son chien et son perroquet. Il réside là comme un ermite, vivre le monde l'angoisse , il a peur de tout et la moindre rencontre avec l'autre le terrifie...
Il s'est construit une tour d'ivoire au milieu de ses livres, de sa musique , parmi son écriture et de ses animaux.
C'est un homme d'âge mûr, qui a pourtant dans sa jeunesse fait le tour du monde. C'était un scientifique, un naturaliste, aventurier, il étudiait les espèces des plantes tropicales et les fleurs.
Puis, un beau jour, il a décidé de se retirer, de la folie humaine, afin de sauvegarder sa liberté. S'éloigner afin de se protéger de tous les maux de la société moderne avec ces violences, ces injustices surtout pour éviter la prédation des hommes, qu'il ne supporte plus.
Malgré sa peur , il a développé une totale autonomie, de façon autarcique. Comme au premier jour de la genèse de la terre.
Il respire enfin et jouit de sa féconde solitude.
Au fil des années , il s'est transformé en en un sage philosophe…

ATELIER ECRITURE du 18 mai 2021

J'avais oublié que le monde est beau
J'avais oublié que les gens étaient joyeux
J'avais oublié que les terrasses étaient belles
J'avais oublié comme c'est agréable de manger dehors
J'avais oublié que je pouvais m'échapper au cinéma
J'avais la ballade du soir après le repas
J'avais oublié tout simplement ce que voulait dire être heureux

Tiane

J'avais oublié l'odeur du café
J'avais oublié les terrasses place Carnot
J'avais oublié un verre avec un ami
J'avais oublié le couvre-feu à 21 heures
J'avais oublié les cinémas, les théâtres, salle de sport
J'avais oublié les visites de proches après 19 heures
J'avais oublié les ballades de plus de 10 km
J'avais oublié les concerts à la cité au mois de juillet

Seb

J'avais oublié combien je t'aimais
J'avais oublié à quel point ton sourire me manque
J'avais oublié la douce chaleur d'un feu de cheminée

Patricia Barthélém

NOS SORTIES

Pour respecter les petits groupes et favoriser les sorties, les adhérents du GEM ont proposé un ensemble de «balades du jeudi». Ainsi certains se promènent, découvrent, ramènent des souvenirs, d'autres peuvent , pour autant, rester au GEM. Sorties de mai et juin 2021...

Récit d'une balade...

Nous sommes allés à Notre Dame de Marceille.

A Marseille me direz-vous ? Non ! À Limoux dans notre beau département plein de surprises, ce site est attesté dès le 10ème siècle et serait du à la piété des religieux bénédictins de Saint Hilaire, tout proche.

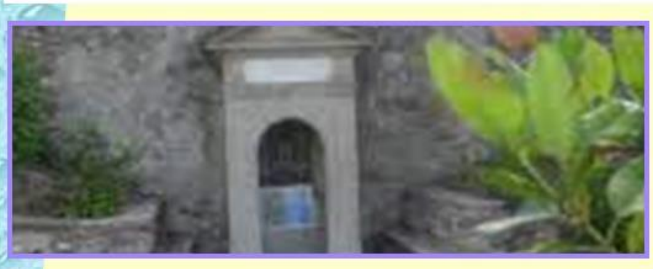
A l'arrivée, pique-nique dans le parc de l'abbaye. Dès le matin Jean Michel et Sébastien s'étaient affairés à nous concocter une excellente salade de riz !
Moment sympathique et rigolo !

Puis nous avons marché jusqu'à la fontaine miraculeuse qui coule une goutte par une goutte, chaque seconde ! Elle a guéri de nombreuses personnes. Son eau est miraculeuse, de nombreuses plaques de marbres pleines de remerciements de gens anonymes en attestent !

Pour les plus courageux, la balade s'est poursuivie et nous nous sommes retrouvés dans un quartier très cocooning, très protégé, aux jardins immenses et magnifiques. Dans un vieil arbre, un rosier entrelacé nous a offert le spectacle et le parfum de ses roses !
On entendait les oiseaux !

Et bon à savoir, en poursuivant le chemin qui passe par dessous la voie ferrée de, la micheline, nous pouvons rejoindre Limoux Flassian, quartier de la ville !

Interview de Géraldine / Cathy



Autre récit d'une sortie du jeudi...

Huit mois sans rencontres intergem !!! Nos liens avec Narbonne nous manquaient !

Et pour la première fois depuis 8 mois, préparation et activation de la cuisine du GEM par Sébastien et Jean Michel avec le soutien de Patricia et Paquita pour le premier pique-nique " fait GEM "...

Nous nous sommes retrouvés les deux GEM à la Cavayère !

Nous avions de la joie au cœur d'autant que c'était l'anniversaire de Joëlle et qu'il faisait très bon pour la première fois depuis pas mal de temps !

Pique-nique fort sympathique et une partie de pétanque n'a pas tardée à se mettre en place. Mélange des joueurs....Merouane nous a fait un carreau mémorable...ça tirait, ca pointait avec concentration ! Parties très animées.....

Nous avons pu rester toute l'après midi et profiter de cet instant au maximum... Cela faisait du bien aussi de revoir la vie autour de nous....A refaire sans modération !!

Arnaud, Joëlle, Jean Michel et Sébastien (photos à venir).

Avoir un chien...Avoir un chat ...

Geraldine

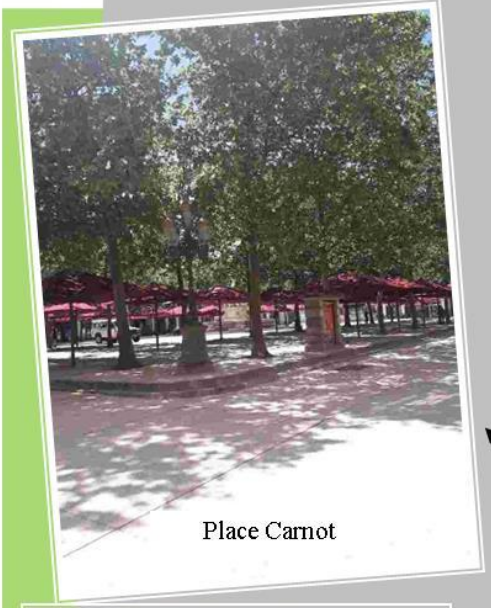
Avoir un chien, avoir un chat...
C'est exister pour un être qui n'a d'yeux que pour vous et qui ne vit que pour vous.
Avoir un chien…Avoir un chat ...
Ce n'est pas je prends ce qui "m'arrange"
Ce n'est pas prendre le mignon, la douceur et l'affection, et faire abstraction du reste.
Ce n'est pas demander à un animal d'être une peluche ou un robot. C'est accepter l'imperfection. C'est se faire à l'idée que tous les chiens et les chats ne sont pas exactement comme on les avait rêvés.

Avoir un chien… Avoir un chat...
C'est savoir lâcher son écran pour lancer une balle. Une souris, faire des caresses à volonté.
Avoir un chien...
C'est enlever ses chaussons et mettre ses chaussures.
C'est quitter sa couette pour sortir dans le froid et sous la pluie.
C'est ramasser des crottes, éponger des vomis ou d'éventuels pipis.
Avoir un chien.. Avoir un chat...
C'est aller chez le vétérinaire de nuit, un jour férié.
C'est faire face aux contrariétés, de la bêtise la plus anecdotique à la douleur la plus insurmontable.
Avoir un chien…Avoir un chat...
C'est être responsable (stérilisation+puce)
C'est être partenaire.
C'est exister !
Avoir un chien… Avoir un chat...
C'est avoir ce que les autres appellent des "contraintes", mais être convaincu que ces "contraintes" n'en sont pas.
Avoir un chien…Avoir un chat....
C'est simplement être riche, pas riche en argent, mais riche en amour !
Si vous aimez les chiens, chat, rongeur, comme moi ..ce dont je ne doute pas…

Texte proposé par notre amie Géraldine.

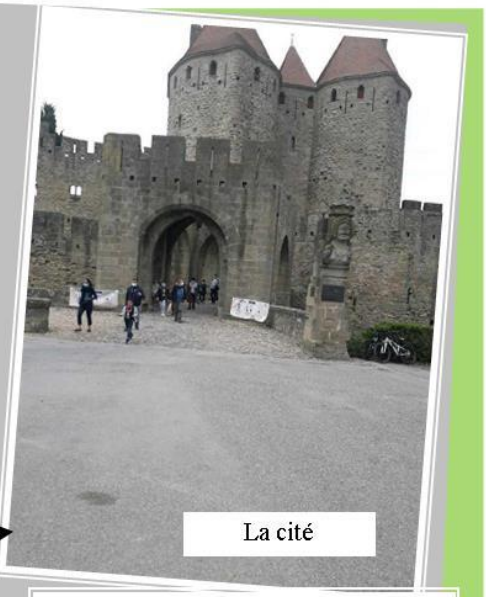
(magnifique édito d'Elisa Gorins , sur WAMIZ, facebook pour en savoir plus...)

Tigrou



Place Carnot

Lac de la Cavayère

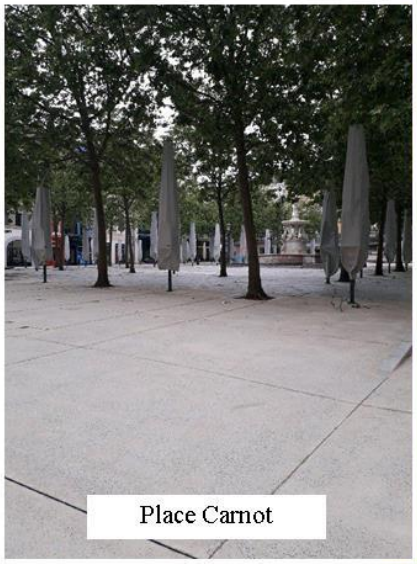


La cité

Photos Sébastien

Nouveau pôle aquatique

Nouveau parc de pétanque



Place Carnot

Tir à l'arc

Au revoir **Julie** (stagiaire) et reviens vite nous voir

Bientôt l'été, le soleil, la mer...