



# Lou papafard moutassin

Numéro 87 Octobre 2023



Le papier motassin, bulletin municipal de la commune de la Motte d'Aigues

## LE MOT DU MAIRE

Je suis heureux de vous retrouver en cet automne sous ses plus beaux rayons de soleil. J'espère que cette période de vacances vous a apporté suffisamment de repos pour entamer la rentrée sereinement.

Malheureusement certains ont encore subi la détérioration des pneus de leur véhicule, véritable psychose qui règne sur le village depuis le mois de mars. La Préfecture et autres organismes d'état ont été informé de la gravité de la situation et de son impact sur la bonne entente entre citoyens. Ces actes de vandalisme inqualifiables m'affectent énormément, je vous l'avoue, je suis en contact permanent avec la gendarmerie qui mène toujours son enquête. Nous avons mis en place des caméras de surveillance et renforcé l'éclairage afin de sécuriser au mieux notre village. Je vous assure que nous mettons tout en œuvre pour que règne à nouveau ce climat de plénitude indispensable en ces périodes de fortes difficultés économiques.

Concernant le projet d'aménagement de la propriété de la Bonde, je souhaite faire une mise au point sur les divers bavardages. A ce jour le projet esquissé par les investisseurs a été abandonné, mais le domaine reste à la vente. Alors peut-être un bien public dans l'avenir ?

Je tiens à remercier tous les bénévoles pour les festivités organisées cet été, la fête votive a connu un franc succès avec des manèges sans précédent et ses animations pour tous. Notre incontournable Marché Nocturne du Jeudi soir a battu tous les records d'affluence en toute quiétude et sans débordement. Merci et à l'année prochaine ou avant !

Mon plus grand plaisir et ma plus forte émotion reste l'utilisation sans compter du parc de loisirs où se retrouvent petits et grands pour le bonheur des familles avec un mélange respectueux des générations. Un lieu de vie, de rires, de détente qui je le souhaite devienne le rendez-vous mottassin. Nous nous retrouverons tous ensemble au printemps 2024 pour son inauguration.

Bonne lecture à tous,

## CEREMONIE DU 11 NOVEMBRE

Nous vous attendons, le samedi 11 novembre prochain, pour rendre hommage à nos soldats morts pour la France.



## PROCHAIN NUMÉRO

Le Prochain numéro paraîtra en janvier 2024. Remettez vos propositions d'articles en Mairie avant le 15 décembre 2023

MERCI

Imprimé en Mairie de La Motte d'Aigues

Directeur de la parution : M. le Maire de la Motte d'Aigues

## ETAT CIVIL

### Naissances :

- ◆ Ethan MATRAY le 18 juin
- ◆ Léna Anita Denise PITIS le 9 juillet
- ◆ Maïa Lili Marguerite MONNANNI le 16 juillet
- ◆ Arthur Claude David ORTEGA le 24 août
- ◆ Pio YEUNG WAI TOK le 30 août

Toutes nos félicitations aux heureux parents

### Mariages :

- ◆ Thierry Antoine SOGHANDJIAN et Valérie Eugénie Ginette PEREZ le 10 juin
- ◆ Philippe Marc Dominique MICHEL et Monique Roberte Bernadette LEFEBVRE le 5 juillet
- ◆ Robin Philippe LASSALLE et Lucile Francine Françoise WISSOCQ le 7 juillet
- ◆ Eric Pascal Olivier LEBOUÇ et Carolle Christine HEBERT le 15 juillet
- ◆ Jérémy Loïc VALLOIS et Ludwina Arlette CERVERA le 22 juillet
- ◆ Baptiste René Ludovic CAVALIER et Ségolène Marine BERNARD le 5 août

- ◆ André Amédée ARGENCE et Monika Teresa GAIK le 12 août
- ◆ Pierre Marc PROUCHET et Sandrine Marie Christine LAYET le 9 septembre
- ◆ Thibault SZUTORISZ et Dora FARKAS le 23 septembre

Tous nos vœux de Bonheur aux jeunes mariés !



### Décès :

- ◆ Yvon Amédée Louis LORAND le 13 mai âgé de 88 ans
- ◆ Jean-Claude Louis DELATTRE le 16 mai âgé de 81 ans
- ◆ Véronique Christiane SINTES le 12 juin âgée de 54 ans
- ◆ Richard Christopher THOMPSON le 14 juin âgé de 83 ans
- ◆ Bernard Robert André Louis ROCHE le 29 août âgé de 63 ans

Nous présentons nos sincères condoléances à leurs familles.

## SECURITE

Comme vous avez dû le savoir ou même en être victime(s), notre village subit depuis plusieurs mois des incivilités répétées.

Suite à la réunion publique sur le sujet, la municipalité s'était engagée à sécuriser les lieux et a décidé de se doter de caméras de vidéo surveillance en nombreux points stratégiques de la commune, et de renforcer l'éclairage public sur le parking des anciennes écoles.

La gendarmerie a accentué ses patrouilles durant tout l'été et poursuit toujours ses investigations.

Ces derniers jours, vous avez du voir le démarrage des travaux, le matériel a été mis en place et sera en fonction définitive fin octobre après réception des autorisations préfectorales.



Les caméras ont été fournies et installées par la société marseillaise ACOM pour un montant total de 17 667 € HT, les éclairages à détection de mouvements par la société pertuisienne SEP en charge de l'éclairage public depuis cette année, pour un investissement de 3 774,86 € HT.

Nous espérons que ces investissements nécessaires et indispensables sécurisent au mieux notre commune et contribuent à la disparition des ces actes de vandalisme.

Votre sécurité est notre première préoccupation !



## PARC DE LOISIRS

Une entrée de village pleine de vie ! Cela fait chaud au cœur, voir un espace où petits et grands se réunissent, échangent et partagent en toute sécurité, c'était notre objectif.



C'est sous l'œil attentif des grands et l'impatience des petits que les travaux du parc intergénérationnel de loisirs et sportif (PILS) de la commune se sont déroulés ce printemps.

Suite aux différents aléas climatiques et des retards de livraison de certains équipements, l'ouverture du parc a été reportée. Mais grâce à la promptitude du bureau de contrôle et la validation des installations, le PILS a pu être ouvert au public début juillet pour la période estivale.

Certes il manque encore quelques éléments, comme la chicane d'entrée le cheminement PMR sur l'aire de détente, le traçage du stade de foot et ses filets... mais nous nous y attelons dans les prochains jours.

La municipalité se ravit de la forte fréquentation de cet espace de loisirs, du respect mutuel des occupants et du voisinage, et remercie la population de la bienveillance des lieux.

Nous restons à votre écoute et accueillons favorablement toutes remarques constructives sur cette aire qui vous est entièrement dédiée.

(Inauguration programmée au printemps 2024)

## PORTAGE DES REPAS

Depuis quelques mois, le conseil municipal a travaillé sur la mise en place d'une convention pour la fabrication et le portage de repas à domicile. Suite à divers échanges avec des communes voisines et forte de leur expérience, nous avons signé un accord avec le traiteur « Sur le Pouce » de la Tour d'Aigues. Ce prestataire offre un service de livraison de repas déjeuner et dîner du lundi au vendredi (incluant ceux du week-end si demandés) pour un tarif de 13.50 €/jour.



La délibération prise au conseil municipal du 11 septembre permet aux personnes désireuses de se faire livrer un ou plusieurs repas chauds et prêts à consommer, de bénéficier d'une aide financière de la part de la Mairie sous conditions d'âge (+de 60 ans) et de ressources (Allocataire APA).

N'hésitez pas à vous renseigner à la Mairie ou par téléphone au 04.90.77.62.09  
Sur Le Pouce—158 Rue Marcel Pagnol 84240 La Tour d'Aigues 06.62.48.81.92

## ANIMAUX ERRANTS

FOURRIÈRE  
ANIMALE 

Lors du conseil municipal du 11 septembre 2023, une délibération a été prise pour la signature d'une convention avec la société SPCAL d'Orgon portant sur :

- La capture et la prise en charge des animaux divagants suivants : carnivores domestiques, NAC et petits animaux de rente dans la limite des capacités d'accueil et de prise en charge par le dépôt légal (L211.22 et L 211.23 du CRPM). Ceci exclut toutes les espèces sauvages ou exotiques dont la prise en charge répond à des réglementations spécifiques.
- La capture, la prise en charge et l'enlèvement en urgence des animaux dangereux (L211.11 du CRPM)
- La prise en charge des animaux blessés et le transport vers une clinique vétérinaire.
- Le ramassage des animaux décédés dont le poids n'excède pas 40 kg et leur évacuation via l'équarrisseur adjudicataire.

Ces interventions sont nécessaires pour limiter les risques de santé et de sécurité publiques, pour remédier aux nuisances provoquées par lesdits animaux et pour satisfaire pleinement aux obligations nées de la loi 99-5 du 6 janvier 1999 (article L 211-22 du Code Rural) ainsi qu'à celles prévues au règlement sanitaire départemental.

Toutes les informations concernant les modalités de prise en charge des animaux errants ou en état de divagation sur le territoire de la commune sont affichées en Mairie.

## RECENSEMENT

Notre commune a fait l'objet d'un comptage de recensement 2023, nous vous remercions pour l'accueil réservé à nos agents recenseurs et vous communiquons les résultats obtenus.

	Décomptes de la Commune	Décomptes de l'INSEE
Adresses d'habitations (a)	667	667
Adresses collectives (*)	54	54
Résidences principales	648	649
Total (f+g+h) des logements occasionnels (f), résidences secondaires (g), logements vacants (h)	134	134
Total des logements enquêtés (i=e+f+g+h)	782	783
Total des bulletins individuels (j)	1426	1429
Fiches de logements non enquêtés (k)	5	4
Total des logements d'habitation (o=i+k)	787	787
Feuilles de logement des habitations mobiles	0	0
Bulletins individuels des habitations mobiles	0	0
Fiches de logement non enquêtés des habitations mobiles	0	0
Bulletins individuels des personnes sans abri	1	1

(\*) comprend toutes les adresses ayant plus d'un logement, quel que soit le retour de collecte. Ce nombre peut être différent de celui du bordereau communal qui compte toutes les adresses ayant plus d'un logement avec au moins un retour papier.

Ces comptages ne constituent en aucun cas la population totale de la commune au sens du décret n°2003-485 du 5 juin 2003. Notamment ne sont comptabilisés ni les effectifs relevant du traitement des fiches de logement non enquêtés, ni la population comptée à part recensée dans d'autres communes.

## MAISON DE SANTE

Après plus de 30 années passées à nos côtés, le docteur Isabelle Casanova part en retraite bien méritée. Nous la remercions pour son professionnalisme et son dévouement tout au long de ces années.

Soucieuse de l'avenir et du maintien d'un service médical de proximité, le docteur Anne Laure Micaelli a rencontré la municipalité afin d'étudier différentes solutions pour palier au manque de candidat postulant pour le remplacement de sa consœur.

Consciente de la désertification des services médicaux dans les zones rurales, de ses conséquences et de l'inquiétude de ses concitoyens, la municipalité avec l'aide du Cabinet d'Architecte Manuel Canas, a travaillé sur la faisabilité d'une Maison de Santé Pluri Disciplinaires.

La volonté de tous, médecins, architecte et élus a permis le montage rapide du dossier, son envoi à l'Agence Régionale de Santé (ARS) et nous sommes aujourd'hui en attente de sa validation.

Le projet devrait voir le jour fin 2024 !



## Les Cantonniers\*

Ils sont deux, différents mais complémentaires, ensemble ils forment le service technique de la commune.



Laurent COLOMBO

Le sourire aux lèvres, la casquette vissée à l'envers sur sa tête, ce chef de famille natif de Puyricard de 37 ans est entré au service de la commune comme agent technique en 2007 au temps de Gilles Roman.

### **Laurent, parlez-nous de votre travail !**

Les missions sont nombreuses, les plus importantes sont l'entretien et le nettoyage des voies municipales, que nous effectuons tout au long de l'année. C'est l'entretien des espaces verts qui m'intéresse particulièrement, ainsi que l'entretien des bâtiments municipaux : mairie, salle des fêtes, remise, et bien sur l'école, l'éclairage public et depuis peu le parc de loisirs.

Si les missions sont nombreuses, elles ne nous apparaissent pas comme répétitives et j'apprécie beaucoup de ne pas connaître la routine de certains emplois.

Cette polyvalence me permet d'apprendre de nouvelles techniques, elle fait pour moi tout l'intérêt du métier.

S'ajoute à ça la proximité avec la population, je suis très attaché à la notion de service public, et c'est dans un village à taille humaine comme la Motte d'Aigues que l'on se sent utile et reconnu. C'est dans cette reconnaissance globale entre les habitants, mes collègues de la mairie et les élus que je puise ma motivation.

Une motivation qui lui donne une bonne humeur communicative.



Roland MORARD

Ce père de famille de 47 ans natif de la région d'Apt est entré à la commune en 2012 après des années de maçonnerie.

### **Quel est votre rôle au sein du service ?**

Je suis un peu le couteau suisse du service, touche à tout, l'électricité, la peinture et bien sur la maçonnerie. J'ai besoin de travailler en extérieur. Je n'aurais pas aimé rester dans un bureau, ici non seulement je suis dehors, mais j'ai le plaisir de conduire tous les engins du service, la tractopelle, la balayeuse, le tracteur, l'épareuse. Qui peut avoir le plaisir, dans une même semaine d'être au volant de ces différents véhicules ? C'est d'ailleurs cette variété de tâches qui donne à notre métier toute sa saveur.

### **Je crois que vous êtes aussi le maître du temps ?**

Le maître surement pas, mais j'ai le plaisir d'entretenir l'ancienne et belle horloge du Temple que je dois remonter régulièrement. Une horloge qui égrène les heures de sa sonorité aigüe pour les gens du village.

### **En conclusion ?**

Le travail varié, est intéressant mais le cadre dans lequel nous le faisons compte pour beaucoup. La bonne entente avec les collègues au sein de la mairie et la proximité avec les habitants entretiennent l'envie.

\*au 19ème siècle Ouvriers chargés de l'entretien des routes.



Les 1er, 2 et 3 juillet dernier, nous avons recréé avec la participation active et essentielle de Michel Cavalier que nous remercions encore, une salle de classe d'autrefois,

Le vendredi consacré à l'école d'aujourd'hui, a connu un franc succès auprès de nos petits chérubins qui accompagnés de leurs maitresses ont pu découvrir à travers cette salle, la vie écolière de leurs grands parents et peut être encore un peu de leurs parents.

Tables et bancs d'écolier, encriers, cartes illustrées, cahiers, livres, illustrations, et quelques rédactions souvenirs des journées extra-scolaires...étaient exposés pour nous plonger dans le passé et nous rappeler l'exigence de l'écriture et la tenue des cahiers de l'époque.

Les Petits sont revenus les jours suivant accompagnés de leurs parents pour leur faire « découvrir » ces choses d'antan et surtout pour participer à la dictée sous l'œil expert de Mme Isabelle Clergue maitresse incontournable à la Motte d'Aigues pendant plus de 30 ans.

Une dictée d'un niveau CM2 actuel à laquelle peu d'entre nous ont obtenu un 20/20 !

Merci Maitresse ! Imaginez la dictée de Bernard Pivot, vous nous perdiez tous ....



Et c'est avec une profonde émotion que quelques uns ont pu retrouver les écritures de leur exploits, anecdotes avec les petits copains de l'époque et surtout le visage de « leurs anciens » sur les photos fournies par Michel complétées par celles de Marie-Claude Brieu.



La région Sud et l'Union Européenne soutiennent les ménages face à la hausse des prix de l'énergie.

250€ pour vous aider, ce dispositif est ouvert depuis le 18 septembre et les demandes pourront être déposées jusqu'au 22 novembre 2023 permettant un versement des aides avant le 31 décembre 2023.

Pour faire une demande en ligne, il conviendra de se rendre sur le site de l'ASP ou sur le site Région Sud (rubrique « mes aides »).

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à venir en Mairie.





Les enfants de l'école des Cerisiers nous ont présenté en fin d'année scolaire, une comédie musicale au théâtre de Pertuis, spectacle éblouissant, pertinent mis en scène par le conservatoire de l'école de musique de Pertuis qui a reçu une multitude d'éloges et d'innombrables applaudissements.



Pour les remercier et les encourager dans cette voie, la municipalité a augmenté les heures de musique pour l'année scolaire 2023-2024 passant de 3 à 5 heures par semaine pour un coût de 9 500 € pris en charge de moitié par le Conseil Départemental de Vaucluse, afin que chaque enfant bénéficie des cours musicaux dans les meilleures conditions.

Nous avons profité de cette période estivale pour rafraîchir les peintures de l'ensemble de l'école, remplacer les portes de placard et quelques menus travaux d'étanchéité de la toiture de la cantine.

Et conscients du climat économique actuel et des difficultés que peuvent connaître certains foyers, le tarif de la cantine et de la garderie restera inchangé pour cette rentrée scolaire.

Ce lundi 4 septembre, ce sont 107 élèves qui ont repris le chemin de l'école. Accueillis et accompagnés par 5 enseignants et 8 employées municipales dévouées, ils se répartissent dans les cinq classes qui composent l'école, lesquelles comptent en moyenne 22 élèves.

Le Bien-Être de nos enfants et leur épanouissement dans notre commune restent une de nos principales préoccupations.

### Vente Fonds de Commerce,

#### BOULANGERIE / PÂTISSERIE *Le Fournil Mottois*

Situé au cœur d'un magnifique village à La Motte d'Aigues, ce fonds bénéficie d'un emplacement de grande qualité idéalement situé au centre du village, bénéficiant d'un fort passage et attirant une clientèle locale et régulière ainsi que des visiteurs de passage. L'absence de concurrence dans le village ajoutée à la présence de nombreux commerces et lieux de vie à proximité font de ce commerce un lieu incontournable du secteur.

270 000 €



Fonds de Commerce d'une supérette, sous enseigne **VIVAL**, pour cause retraite.

Présente depuis 2009, très bien implantée au cœur du village de la Motte d'Aigues (84).

Les murs du fonds appartiennent à la Mairie, et se situent dans un environnement commercial avec pour voisins boulangerie et salon de coiffure, et bénéficie d'un parking gratuit devant.

Le fonds propose une surface de vente de 138 m<sup>2</sup> répartie en froid positif, froid négatif, liquides, sec, Fruits et légumes, traiteur, etc. Dépôt de pain le lundi. A laquelle s'ajoute un espace extérieur dédié à la vente des bouteilles de gaz.

Une réserve de 28 m<sup>2</sup> en sec + une réserve sous température dirigée de 6 m<sup>2</sup> complètent le magasin.

Pour la luminosité du magasin, plus de 6 m de vitrine sont présentes. 180 000 €



## Le Mottager

### Association des jardins familiaux de la Motte d'Aigues

La saison d'été se termine et les jardiniers préparent les plantations des légumes d'hiver.



#### Retour sur les événements phares de l'année :

Nous avons accueilli l'association LPO (Ligue protection des oiseaux) pour une conférence animée par madame Gori sur la protection des hirondelles et des martinets en Provence qui sont menacés, malheureusement !!! Nous avons terminé avec un repas partagé, conviviale et chaleureux !!



Nous avons également accueilli 2 classes de l'école les Cerisiers pour une visite à la découverte du site, avec sensibilisation des enfants au compost, à l'économie de l'eau, à la découverte des différents fruits, légumes, aromates, etc. dans une démarche éducative et citoyenne... visite à refaire avec grand plaisir.



Nous avons fêté nos **1 an déjà !!!**

Lors de cet événement, le groupe PÂTE A SWING de la Motte d'Aigues est venu chanter, puis deux artistes de la commune, Mmes Rosso et Renaud Groison ont exposé peintures, aquarelles, expositions colorées, variées, sensibles dans une ambiance champêtre.

Puis pour commencer notre verger, nous avons planté 5 pêchers, un olivier...

Si l'aventure vous intéresse, dans une ambiance collective, ils restent des parcelles à cultiver. Contactez-nous par mail : [lemottager@gmail.com](mailto:lemottager@gmail.com)

#### Différentes procédures d'inscription :

- Remplissez un dossier d'inscription en mairie (il est composé de l'assurance de responsabilité civile, de 2 chèques dans une enveloppe (cotisation, adhésion à l'ordre « le Mottager ») et du bulletin d'adhésion à remplir. Tout dossier non complet ne pourra pas être pris en compte.
- Les inscriptions se font par année civile de janvier à décembre. Toute demande en cours d'année sera donc proratisée, excepté pour l'adhésion qui elle reste fixe (20€/an).
- N'hésitez pas à nous adresser un mail pour vous tenir informés des événements à venir si vous souhaitez participer à l'aventure. Les chantiers sont nombreux !!

Jardinement Vôte

Le Mottager



"Le sport santé c'est d'abord la recherche du bien être, de l'épanouissement personnel et collectif, du développement des capacités de chacun"  
Vous remarquerez, en parcourant la fiche d'inscription que notre Club A.G.V St Martin-La Motte, selon le lieu (salle ou plein air) et grâce à ses accompagnateurs et animateurs diplômés, que vous pourrez exercer la ou les activités appropriées à vos besoins.

Reprise des cours :

Marche le mardi 5 septembre, marche bien être le jeudi 7 septembre, gym douce le mardi 5 septembre, stretching le vendredi 8 septembre.

Pour la gymnastique Plein air reprise le lundi 18 septembre vers la pizzeria de l'étang de la bonde.

Vous serez surpris par la convivialité dans l'exercice de chacune des activités ainsi que par le professionnalisme des animateurs et accompagnateurs.

Contacts : Claude SABART tél 06 08 86 16 35, ou mairie de St Martin et/ou de la Motte

Activités	Jour	Horaire
Marche active Etang de la bonde	lundi	10h à 11h
Gym douce Salle poly La Motte	mardi	16h à 17h
Gym Plein air Etang de la bonde	mercredi	09h45 à 11h
Stretching Foyer St Martin	vendredi	15h à 16h
Marche <b>et/ou</b>	mardi	A la journée
Marche plaisir/bien être	jeudi	09h à 12h ou 13h30 à 16h00 9h à 16h 1/mois

## COMITÉ DES FÊTES



Réservations et informations :

06.45.37.05.23  
comitedesfetelamottedaignes@gmail.com



**RDV Samedi 2 décembre de 16 à 21h  
Avec défilé aux lampions en musique !**

**Venez nombreux le 12 novembre  
à partir de 13h30**



*Réveillon de la Saint Sylvestre*

## Yoga pour tous les niveaux, toute l'année A la Motte d'Aigues



L'association «TousEnYoga» propose depuis 2017 des cours de hatha-yoga à la portée de tous. Le yoga est une discipline mettant en jeu le corps et la conscience qu'on en a : **il contribue à conserver la tonicité physique tout en apaisant le mental.**

Les cours ont lieu dans la **salle des fêtes de La Motte d'aigues** et sont ouverts à tous, quel que soit l'âge, la condition physique et les éventuels handicaps, au-delà de toute notion de niveau.

**Toute pratique posturale est intense et s'exerce dans un esprit d'acceptation de ses propres limites.**

C'est grâce aux cotisations de chacun que le professeur peut assister à des cycles de formation continue et maintenir ses compétences dans l'intérêt de tous.

La durée des 3 cours hebdomadaires proposés est de 1h30.  
Les séances ont lieu **le lundi à 18h, le mardi à 17h30  
et le mercredi à 9h30.**

Un 1er cours gratuit est offert et on peut commencer en cours d'année.

TousEnYoga vous donne rendez-vous dès le lundi 18 Septembre 18h00 pour une reprise alliant vitalité et sérénité.

A très bientôt!





## Yoga pour tous les niveaux, toute l'année

Je suis professeure diplômée de Hatha Yoga depuis plusieurs années, avec une spécificité "Yoga de l'Énergie" suivant l'enseignement de Roger Clerc qui permet de développer votre énergie par la respiration à travers les postures. Je me forme régulièrement, je pars en Inde, pays où est né le Yoga pour améliorer ma pratique et pouvoir la partager avec les adhérents.

### Le yoga aide à mieux vivre !!!

L'avantage du yoga, c'est qu'il apporte immédiatement une sensation de bien-être et de détente : il permet d'activer son corps tout en le relaxant, notamment grâce à la respiration. Le simple fait de devoir se concentrer sur son souffle apporte un apaisement du corps. Les postures permettent aussi d'acquiescer de la souplesse et de travailler les muscles profonds, la tonicité du corps.

Si le yoga apporte un bienfait indéniable au corps, il a aussi son lot de vertus pour l'esprit !

Corps et esprit sont bel et bien intimement liés : si vous vous sentez mieux dans votre corps, vous vous sentirez mieux dans la tête.

Le Yoga permet de maîtriser la pensée. C'est ainsi que l'on acquiert plus de calme intérieur, plus de facilité à se détendre et à se recueillir, plus de sérénité dans les épreuves.

**Cours Parent-enfant (Salle la Remise) Lundi 17h00 à 17h45**

### POURQUOI FAIRE DU YOGA AVEC LES ENFANTS ?

Si le yoga est bon pour nous, les adultes, pourquoi cela ne serait-il pas aussi le cas pour les enfants ?

Et puis faire une activité avec ses kids, c'est un bon moyen de resserrer les liens et de partager un moment ensemble, cela peut même être drôle.

En outre, c'est une activité très accessible par la simplicité des mouvements et par son aspect ludique : les enfants accrochent généralement très rapidement, notamment en raison des noms des postures qui évoquent des animaux, comme le chien tête en bas, la posture du chat ou de la vache ou encore du cobra....

### LES BIENFAITS DU YOGA POUR LE CORPS

Pour les kids, c'est carrément un plus d'un point de vue moteur :

- Travailler l'équilibre
- Acquiescer de la force
- Travailler la coordination
- Prendre conscience de son corps.

### LES BIENFAITS DU YOGA SUR L'ESPRIT

- Cela permet d'augmenter l'estime qu'il a de lui-même
- Améliore la concentration, diminue l'anxiété, aide à réguler ses émotions.



**Cours Adulte (salle la Remise,)**

**Mercredi 18h30**

**Vendredi 9h30**

**Matériel pour tous : Apporter un tapis antidérapant, un plaid et un coussin**

**Tarifs et informations, Contacter :**

**Carole Delrieu 06.72.76.17.43**

**instant.asso@gmail.com**



## ASSOCIATION L'ÉCHARPE D'IRIS

-16 RUE GENTY - 84240- LA MOTTE D'AIGUES -  
TEL MIREILLE 06.68.97.88.02 - MYRIAM 07.70.24.95.67

Voici venue la rentrée, les activités culturelles de l'Association l'Echarpe d'Iris reprennent avec des projets variés. Vous êtes tous les bienvenus, adhérents ou sympathisants. Il vous sera proposé :

- Le 15 Octobre : Sortie nature, dans le cadre somptueux et avec des arbres aux allures étranges au Grand Saint Jean, Puyricard, Aix en Provence, avec pour thème « Ame, Esprit des arbres »
- Le 19 novembre : Conférence sur « Confucius » par Véronique et quelques mots sur Lao Tseu par Myriam
- Le 17 décembre : conférence sur « l'apport de l'Égypte à notre culture » par Jean à la Motte d'Aigues.

**A LA MOTTE D'AIGUES**  
**COURS AU TICKET OU EN CARNET DE 10**  
 Sans engagement annuel



**COURS COLLECTIFS EN SMALL GROUP TRAINING**  
 Acceptez le défi de vous maintenir en forme !!

**New!**

**A PARTIR DE 8€ LE COURS**

Renseignements au  
 06.98.38.72.75  
 Sofitfamily@gmail.com

**ESSAI GRATUIT**

**. EN SALLE À LA REMISE**  
**. À L'ÉTANG DE LA BONDE**  
**. AU PARC**



**PLANNING DE LA RENTRÉE**  
 Remise en forme / perte de poids  
 raffermissement / bien être...

**MARDI**  
 10H30 11H30 BODY SCULPT  
 15H30 16H30 GYM POSTURALE

**JEUDI**  
 15H30 16H30 PILATES

**SAMEDI**  
 11H00 12H00 INTERVAL  
 TRAINING+STRETCHING

## MULTISPORTS

de 6 à 10 ans

A un âge où le sport doit être ludique et où les enfants zappent encore d'une discipline à l'autre en débutant parfois une activité qu'ils abandonnent en cours d'année, le MULTISPORT reste la bonne solution.

C'est une activité tournée vers le bien être pour tous les nouveaux dans une ambiance conviviale et familiale. L'épanouissement physique, moral et social sont les objectifs principaux pour le bon développement de votre enfant, comme par exemple savoir jouer avec l'autre dans un esprit d'entraide, de faire play et en toute sécurité. Le but est de mettre en place différents cycles d'initiations et de découverte.

SOFITFAMILY sensibilise vos enfants à la pratique de différentes activités dans un souci de leur donner goût au sport. Sophie, éducatrice sportive diplômée d'état, propose ainsi aux enfants les moins motivés par la pratique d'un sport unique, d'approfondir leurs connaissances et leurs compétences dans différentes disciplines.

Enfin, le MULTISPORT évite la sédentarité des jeux en lui donnant le goût de l'activité physique par une approche ludique et accessible à tous. Cela leur permet ainsi d'acquérir des habiletés techniques tout en développant leurs interactions avec leur environnement (adresse, stratégie en équipe, cohésion, coordination, motricité...)

SOFITFAMILY favorise la pratique chez votre enfant en lui proposant des séances les sensibilisant à 4 grandes familles d'activités physiques accès sur le sport santé et le sport collectif :

- ACTIVITÉS D'OPPOSITION : judo, karaté, lutte...
- ACTIVITES DE BALLON : basket Ball, handball, football, volley...
- ACTIVITES DE GLISSE : Rollers, paddle
- ACTIVITES ATHLETIQUES ET GYMNASTIQUES : sprint, endurance, gymnastique, fitness...

L'occasion de toucher à tous les sports pour votre enfant facilitera son orientation vers la ou les activité(s) qui lui convienne(nt).

Tenue de sport exigée  
 Séance d'essai gratuite  
 Reprise le 9 septembre jusque fin juin  
 (hors vacances scolaires et jours fériés)



Association Convivialité et Culture  
 à la Motte d'Aigues

L' Association convivialité Culture  
 (ACC) a déménagé à la REMISE

Jeux : le lundi de 14h à 16h30

Patchwork, tricot etc...  
 le Mercredi de 14h à 17h

Pour toute information  
 0677531445 par sms.

## La Motte d'Aigues

Collecte Au parking salle polyvalente  
de vos déchets verts



Chaque année, Cotelub organise des week-end collecte de vos déchets verts. Cette année, la communauté met en place un nouveau service public broyer vos végétaux pour pouvoir disposer de broyat, utile en paillis ou dans les composteurs.

- **Les 4 et 5 novembre 2023 Parking Salle Polyvalente**

Une animation aura lieu le dimanche par l'association Le Colibricole sur la valorisation des résidus de taille dans les jardins, les potagers et les composteurs.

Le lundi matin les agents COTELUB des espaces verts se chargeront du broyage.

- le broyat sera laissé sur place,
- ou redistribué par les agents dans les plateformes de compostage collectif, ou donné aux usagers qui souhaiteraient en récupérer.

Pour cette opération ne seront acceptées que les branches et tailles de haies car Vegetor (nom du broyeur) ne mange que des branches. Pas de tas d'herbes sèches, de tontes de gazon, ni de souche d'arbre. Diamètre des branches max 14cm.

Pour ces autres déchets, il y aura la benne de ramassage des **déchets verts le 18 - 19/novembre**.

## L'autostop organisé, c'est quoi ?



### L'association de promotion de l'auto-stop «Rezo Pouce » fusionne avec la coopérative Mobicoop.

Depuis 2019, COTELUB adhère au dispositif Rezo Pouce, réseau d'auto-stop organisé et sécurisé répondant à des besoins de trajets de courtes distances sur tout le territoire de COTELUB.

« Ce dispositif a été freiné dans sa lancée par la crise sanitaire alors que tout était prêt », précise l'élue en charge de la mobilité Cathy Serra, elle-même adhérente.

« Il est important car il vient compléter l'offre de mobilité notamment dans les communes les plus éloignées des grands centres. C'est un moyen de transport économique, écologique et convivial, qui permet d'effectuer des petits trajets en complément des différents modes de transport existants. Les habitants peuvent s'inscrire à partir de 16 ans ».

Ce dispositif comprend 57 points d'arrêt matérialisés, sur le territoire de COTELUB.

Comment s'inscrire à « Rezo Pouce » ?

Aller sur le site <https://www.rezopouce.fr/>

- Cliquer sur "J'adhère à ces valeurs > je m'inscris",
- Créer son nom d'utilisateur et son mot de passe
- Vérification d'identité : transmettre un document d'identité (photo ou scan)
- S'engager en acceptant la charte Rezo Pouce
- Et vous recevez une confirmation d'inscription dans votre adresse e-mail.

Ou Télécharger l'application **Rezo Mobicoop** via Google Play ou App Store.