

CNI PASSEPORT	03, 04 & 31 MARS / SALLES-SUR-L'HERS / MAIRIE Le secrétariat vous accueille (uniquement sur rendez-vous) pour finaliser vos démarches de cartes d'identité et de passeports. Pour les pré-demandes en ligne, vous pouvez vous faire accompagner au Centre Social Energies de la Piège - Espace France services. • 04 68 60 30 22 / contact@sallessurlhers.fr
CLUB 1ER AGE	MERCREDI 05 MARS / 09H30-11H30 / PAYRA-SUR-L'HERS / SALLE MAIRIE 1ER ÉTAGE Le club du 1er âge propose un atelier aux couleurs de Carnaval. Porté par le centre social et culturel Energies de la Piège dans le cadre de sa mission auprès des familles et d'accompagnement à la parentalité, le club du 1er âge est un espace dédié aux rencontres et aux échanges entre parents, grands-parents et enfants de moins de 4 ans. Participation libre et gratuite, au gré des envies et des disponibilités de chacun. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
ANIMATION JEUNESSE - PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL	MERCREDI 05 MARS / 14H00-17H00 / SALLES-SUR-L'HERS / VILLAGE ET ESPACE JEUNES Une fois par mois, les jeunes d'EDP proposent des rencontres aux seniors du territoire. Cette fois-ci, ils feront du "porte à porte" pour venir vous rencontrer, entre 14h-16h, et vous proposent de se réunir à 16h pour un goûter à l'Espace jeunes. Les seniors intéressés par la visite des jeunes à domicile, peuvent nous contacter. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE	JEUDIS 06 & 20 MARS / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIÈGE Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary. Uniquement sur rendez-vous. • 04 68 23 55 82 / MDS Castelnaudary
CLUB COUTURE	VENDREDI 07 MARS / 14H00-17H00 / SALLES-SUR-L'HERS / CENTRE SOCIAL ET CULTUREL Tous les vendredis après-midi entre 14h et 17h, venez rejoindre les amatrices de couture pour passer un moment de partage, d'échanges et de convivialité. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
SOIRÉE PYJ'HISTOIRES	VENDREDI 07 MARS / 20H30 / SALLES-SUR-L'HERS / MÉDIATHÈQUE Enfile ton plus beau pyjama et viens écouter des histoires ! Des histoires pour les grands, pas des qui font peur, des qui font du bien au cœur, des qui font rire aussi... A partir de 6 ans, et pour tous les grands ! Doudous, plaids et oreillers acceptés ! Apporte aussi ton mug ! Entrée libre. • 04 30 35 81 64 / mediathequesalles@cccla.fr
MARCHÉ DE PRODUCTEURS ET ARTISANS	SAMEDI 08 MARS / 08H00-14H00 / SALLES-SUR-L'HERS / PLACE MARENGO L'Union des Professionnels de la Piège a le plaisir de vous présenter son premier marché saisonnier sur la Place Marengo. Retrouvez-y des artisans et producteurs locaux ainsi qu'une exposition de voitures ! Buvette et repas (saucisses, patates). Diffusion du match à 15h15 sous la Halle. Venez nombreux pour continuer à faire vivre notre village ! • 04 68 60 36 05 / unionpropiege@gmail.com / FB : www.facebook.com/professionnelsdelapiege
GRAND LOTO DE L'APEESH	DIMANCHE 09 MARS / 15H00 / SALLES-SUR-L'HERS / LA HALLE L'Association des Parents d'Élèves de l'École Rosa Parks (APEESH) vous invite à son grand loto, événement festif et convivial ouvert à tous ! Venez tenter votre chance et passer un moment agréable en famille ou entre amis. De nombreux lots seront à gagner ! Événement organisé au profit des projets scolaires et des activités des élèves, alors venez nombreux pour partager ce beau moment et soutenir l'école tout en vous amusant ! Ouverture des portes à 13h30. • 06 17 91 73 45 / apeesh11410@gmail.com
ANIMATION JEUNESSE	MERCREDI 12 & 26 MARS / 12H45-17H00 / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES Nouveauté : Ce mois-ci, l'accueil du mercredi se fera uniquement sur demande et selon vos besoins. Pour manifester votre intérêt, merci de nous contacter. L'Espace Jeunes sera exceptionnellement fermé le 19. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
CONFÉRENCE CARNAVAL EN ITALIE	JEUDI 13 MARS / 15H00-16H30 / SALLES-SUR-L'HERS / CENTRE SOCIAL ET CULTUREL Projection d'une conférence "L'Histoire du carnaval en Italie" ouverte à tous, proposée par EDP dans le cadre de son partenariat avec la Carsat et Culturmoov. Vous aimez l'ambiance festive qui s'empare de nombreuses villes entre février et mars. Vous avez toujours adoré les parades et les masques vénitiens, les costumes multicolores et le son des fanfares ? Ne manquez pas cette conférence en ligne. Andréa Ruggiero, guide-conférencier vous transportera littéralement dans cet univers de magie et de féerie, en vous dévoilant tous les secrets d'une fête bien plus complexe de ce qu'elle peut paraître. Participation libre et gratuite. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
RÉUNION PRÉPARATION RANDO DE LA PIÈGE	VENDREDI 14 MARS / 20H30-22H00 / MAYREVILLE / SALLE DU PRÉAU COMMUNAL Réunion de préparation de la 29 ^e Rando de la Piège, ouverte à l'ensemble des bénévoles mobilisés chaque année sur cet événement et aux habitants qui souhaitent s'impliquer dans l'organisation. Renseignements auprès d'EDP. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
ATELIER COMMUNICATION ET RELAXATION	VENDREDI 14 MARS / 19H30-21H00 / SALLES-SUR-L'HERS / CENTRE SOCIAL ET CULTUREL Premier Atelier d'un cycle de 4 rencontres autour de la communication et la relaxation animé par Doris Braun consultante en PNL (Programmation Neuro Linguistique) et proposé par EDP dans le cadre des soirées bien-être et détente. Apprendre à écouter, éviter les sources de conflit, adapter sa façon de communiquer, en société, entre amis ou en famille, pour permettre la bienveillance et le respect de chacun et développer l'estime de soi. Participation gratuite, sur inscription auprès de l'accueil d'EDP. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
CARNAVAL	VENDREDI 14 MARS / 15H00 / BELFLOU / VILLAGE 16h : bûcher de Mr Carnaval. Thème médiéval. Buvette sur place. Jeux gratuit pour enfants. • 04 68 60 38 94 / mairiebelflou@orange.fr
CLUB DU 1ER AGE	SAMEDI 15 MARS / 10H00-12H00 / SAINT-MICHEL DE LANES / SALLE DES FÊTES Le club du 1er âge propose un atelier initiation au cirque animé par l'école de cirque VolTige. Porté par EDP dans le cadre de sa mission auprès des familles et d'accompagnement à la parentalité, le club du 1er âge est un espace dédié aux rencontres et aux échanges entre parents, grands-parents et enfants de moins de 4 ans. Participation libre et gratuite, au gré des envies et des disponibilités de chacun. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org
ATELIER DÉCOUVERTE DES ARTS DU CIRQUE	SAMEDI 15 MARS / 14H00-16H30 / SAINT-MICHEL DE LANES / SALLE DES FÊTES Atelier gratuit d'initiation aux arts du cirque animé par l'école de cirque VolTige et proposé par EDP. Atelier à partager avec vos enfants ou petits-enfants de 5 à 10 ans, accompagnés, et sous la responsabilité d'un adulte. Attention, sur inscription uniquement, auprès de l'accueil d'EDP jusqu'au mercredi 12 mars, dans la limite des places disponibles. • 04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org

**SEMAINE DE LA
DÉTENTE ET DE LA
RELAXATION**

DU 17 AU 21 MARS / SALLES-SUR-L'HERS / CENTRE SOCIAL ET CULTUREL

Le centre social et culturel vous invite à venir explorer son espace d'inspiration Snoezelen. Dédié au multisensoriel, il favorise la détente et le bien-être. Il est éclairé d'une lumière tamisée et bercé d'une musique douce. Tous les objets à disposition dans un espace Snoezelen sont là pour solliciter chacun des sens. Ouvert à tous, parents et enfants, professionnels de la petite enfance, séniors, cet espace permet de prendre un temps pour soi en journée, ou en fin de journée après l'école ou le travail. Ouverture et réservation selon un planning défini (séance de 20mn). Renseignements à l'accueil d'EDP. • **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

**LES JEUDIS DU
NUMERIQUE**

JEUDI 20 MARS / 14H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE

Les ateliers numériques collectifs du jeudi sont de retour. Navigation internet, gestion-modification des images, bureautique, utilisation des réseaux sociaux, Intelligence Artificielle, impression 3D... Autant de sujets pour cheminer sereinement sur la voie de l'autonomie numérique. • **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

CARNAVAL

SAMEDI 22 MARS / 14H30 / SAINT-MICHEL DE LANES / VILLAGE

Ouverture des festivités avec un atelier de fabrication de masques pour les grands et les petits, des animations variées, comme le lancer de charentaise et d'autres jeux pour tout le monde. Crêpes et boissons chaudes/froides seront servies toute la journée à la buvette. 16H, départ du char transportant Mr Carnaval (conçu par nos soins) en musique, accompagné par la Batukada de Salles sur l'Hers. 19H, on met le feu à Mr Carnaval sous le pont de St Michel. A l'heure de l'apéro, concours de déguisements pour les petits et les grands. Clôture de la journée par un repas servi sous la Halle suivi d'une soirée avec un DJ. Pensez à réserver pour le repas. • **06 61 02 79 72**

**SPECTACLE LÉON, DU
VENT DANS LES
PLUMES**

SAMEDI 22 MARS / 17H00 / SALLES-SUR-L'HERS / MÉDIATHÈQUE

Clown et théâtre, par la Cie La Sensible. À petites foulées, Léon se pavane sur scène. Une mirifique fête se prépare et il y a fort à faire : un costume à enfiler, Papy et Mamie à inviter, une galette à cuisiner... Mais où est son nœud papillon ? On croisera du beau monde, des rires et du vent qui décoiffe. Avec une bonne dose de malice, Léon saute à pieds joints dans les livres de Julia Chausson et nous éclabousse avec humour. Drôle d'oiseau ce Léon ! À partir de 2 ans. Sur inscription (places limitées). • **04 30 35 81 64 / mediathequesalles@cccla.fr**

CLUB DU 1ER AGE

MERCREDI 26 MARS / 09H30-11H30 / BARAIGNE / SALLE DU FOYER RURAL

Le club du 1er âge propose une sortie printanière. Porté par le centre social et culturel Energies de la Piège dans le cadre de sa mission auprès des familles et d'accompagnement à la parentalité, le club du 1er âge est un espace dédié aux rencontres et aux échanges entre parents, grands-parents et enfants de moins de 4 ans. Participation libre et gratuite, au gré des envies et des disponibilités de chacun.

• **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

**SOIREE
CHOUROUTE**

SAMEDI 29 MARS / 19H30 / LA-LOUVIERE-LAURAGAIS / SALLE DES FÊTES

Adultes : 19€, de 7 à 12 ans : 10€, gratuit pour les moins de 6 ans. Apportez vos couverts + assiette + verre.

Réservation obligatoires. • **04 68 60 36 54 (heures repas) ou 06 84 81 19 89 / comitedesfeteslalouviere11@gmail.com**

LIBRE EN FÊTE !

SAMEDI 29 MARS / 10H30 / SALLES-SUR-L'HERS / MÉDIATHÈQUE

L'initiative Libre en fête revient ce printemps pour la 24ème année consécutive. Des événements de découverte du logiciel et de la culture libre à destination du grand public sont proposés partout en France. Retrouvez-nous pour participer à cet événement en toute liberté ! • **04 30 35 81 64 / mediathequesalles@cccla.fr**

ATELIER D'ECRITURE

SAMEDI 29 MARS / 15H00-18H00 / MEZERVILLE / SALLE DES FÊTES

Ateliers d'écriture créative pour adultes animé par Agnès Savelli. Habiter le monde en poète est une invitation à explorer des horizons singuliers, à arpenter le monde sensible et faire de ces cheminements un récit. Tarifs : 15 euros par participant et par atelier + adhésion à l'association Archi Mézerville! (5euros). Inscription obligatoire (8 places). • **06 29 73 98 41 / archimezerville@gmail.com**

**ANIMATION
JEUNESSE - PROJET
INTERGÉNÉRATIONNEL**

MERCREDI 02 AVRIL / 14H00-17H00 / BARAIGNE / FOYER RURAL

Ce mois-ci, la rencontre intergénérationnelle a lieu à Baraigne. Les jeunes proposent aux seniors du territoire de partager un moment en cuisinant. Un covoiturage peut être organisé pour les jeunes et les seniors, si bénévoles présents !! Merci de nous contacter, si besoin et également si disponible pour covoiturer.

• **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

**STAGE ET SOIREE
DANSES DE SALON**

SAMEDI 05 AVRIL / 16H00-23H59 / SALLES-SUR-L'HERS / SALLE DE LA HALLE

Stage de danse et soirée ouverts à toutes et tous les amateurs de danse de salon proposés par le centre social et culturel Energies de la Piège et animés par Patrick Verrié, professeur de danse. Organisation en cours de préparation. • **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

**EDP CELEBRE
SES 30 ANS**

Cette année Energies de la Piège célèbre avec vous ses 30 ans. Déjà 30 années au service de l'accompagnement des habitant-e-s et l'animation du territoire ! On veut marquer le coup et en grand ! Une assemblée générale de lancement, de belles célébrations en itinérance dans nos villages et un bouquet final le 11 Octobre à la FRIP'. Toutes les infos sur ces événements à venir sur le site Internet et la page Facebook.

• **04 68 60 38 98 / accueil@energiespiege.org**

