



Loü petit'Caouïmontais

N°34

MAI 2016

Mairie

Ouverture du lundi au vendredi de

8 h 30 à 12 h 30 - 13 h 30 à 17 h

Fermé le mercredi et le jeudi matin

☎ 05.53.93.64.08

☎ 05.53.93.49.47

Courriel :

communedecaumont-47@wanadoo.fr

Permanence du Maire

le matin de 9 h à 12 h

L'EDITO DU MAIRE

Ce numéro du Petit Caumontais est un numéro ordinaire avec comme d'habitude les informations municipales qui constituent un élément important de la gestion des affaires. Le choix, le financement des opérations font partie des obligations de transparence et d'explications que l'élu doit avoir avec ses administrés.

Tout d'abord, comme vous avez pu le constater la part communale des impôts n'a pas augmenté, c'est la volonté du Conseil Municipal à l'unanimité, malgré la baisse de la D.G.F (Dotation Globale de Fonctionnement) de 7500€. Vous trouverez à l'intérieur de ce journal les camemberts expliquant le fonctionnement et l'investissement 2016 de la Commune.

L'école reste notre préoccupation première, nous devons dans un avenir proche, prévoir des investissements afin que nos enfants soient accueillis dans de très bonnes conditions.

La place du Village (Saint-Germain) s'est vu dotée d'un kiosque qui permettra, le moment venu, de vous y reposer grâce à l'installation d'un banc et d'un coin verdure. Ce kiosque a été conçu, réalisé et monté bénévolement par les étudiants Compagnons de la Chambre des Métiers d'Agen.

Le SCOT (Schéma de Cohérence Territoriale) de Val de Garonne étant approuvé nous devons mettre notre document d'urbanisme en conformité avec le schéma, ce qui a pour effet : la suppression de notre Carte Communale et l'obligation de la transformer en PLU (Plan Local d'Urbanisme). Tout cela engendre un coût supplémentaire pour la Commune, malgré les subventions.

Le Syndicat des Dignes ayant été dissous par M. le Préfet, c'est maintenant la Communauté d'Agglomération de Val de Garonne qui en a la compétence, et M. Pascal FERRER en est le coordinateur.

Le club des Jeunes représenté par MM. RELION Jacques et CHEVANNE Christian, a cessé son fonctionnement. Des tricycles pour la garderie de l'école, ainsi qu'un ordinateur portable pour le tableau numérique ont été offerts avec le reliquat de la caisse. Nous les remercions chaleureusement.

Les 29-30-31 Juillet 2016, la route des Gabares, rallye motonautique passera par Caumont. Le départ s'effectuera de notre commune depuis la cale, après avoir partagé le repas du midi. Venez nombreux assister à cette belle manifestation.

Après ces quelques informations, je vous souhaite bonne lecture de ce petit Caouïmontais.

Le Maire,
Pierre IMBERT

MANIFESTATIONS A VENIR

11 et 12 juin 2016

Rassemblement des 2CV

18 et 19 juin 2016

**Journées du patrimoine de pays
organisées par Caumont et son
Histoire**

24 juin 2016

**Kermesse des Ecoles
à Sainte Marthe**

29, 30 et 31 juillet 2016

**La Route des Gabares
Départ le 29 juillet en début
d'après-midi de la cale à
Caumont sur Garonne**

18 septembre 2016

Vide-greniers

LES ECHOS DU CONSEIL MUNICIPAL

Séance du 01/12/15

- Dissolution du Syndicat des Eaux Sud Marmande : prise de compétence Assainissement par la Commune : présentation du schéma départemental de coopération intercommunale : le Conseil Municipal émet, à l'unanimité un avis défavorable, au projet présenté.
- Mise aux normes du logement de fonction
- Place St Germain : réalisation d'un appenti
- Cimetière : réalisation d'un portillon d'accès au parking
- Traversée du bourg (starmine) : de nouveaux contacts avec l'entreprise ont eu lieu, des solutions nouvelles sont étudiées, le dossier est toujours en cours.
- Mise en taxation des ordures ménagères des bateaux
- Demande de subvention auprès de Mme la Députée sollicitée pour d'un devis d'achat d'un réseau informatique pour l'école de Caumont d'un montant de 3720 € TTC

Séance du 15/12/15

- Prescription de l'élaboration sur le territoire de la commune d'un Plan Local d'Urbanisme (procédure regroupée avec les communes de Tonneins, Lagrùère, Le Mas d'Agenais, Varès) : il y a lieu de profiter d'une procédure regroupée avec les communes de Tonneins, Lagrùère, Le Mas d'Agenais et Varès afin d'optimiser au mieux les honoraires du cabinet.
- Participation au voyage organisé par le collège du Mas d'Agenais
- Agenda d'Accessibilité Programmée dite « de patrimoine »

Séance du 19/02/16

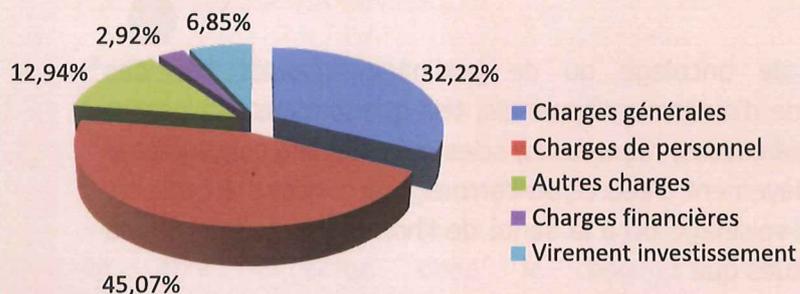
- Recrutement d'un CAE : Ingrid GENIBEL au poste de CAE au secrétariat pour 20 heures hebdomadaires pendant un an.
- comptes-rendus des réunions de la commission du Plan Communal de Sauvegarde
- Révision de la participation à l'assurance prévoyance
- Le devis de nettoyage de la toiture du logement de l'école d'un montant de 2 753.28 €TTC est accepté à l'unanimité
- Suivi dossier MALET
- Site archéologique St Martin : nouveaux sondages effectués du 18/04 au 06/05/16
- Désignation des membres délégués AFR

Séance du 08/04/16

- Vote des Compte Administratif et Compte de Gestion 2015
- Vote du Budget 2016
- Vote des Taux 2016 :
Le Conseil Municipal, à l'unanimité, vote le maintien des taux comme suit :
Taxe habitation : 12.94 %
Taxe foncier bâti : 18,12 %
Taxe foncier non bâti : 84.01 %
- Dissolution du CCAS : Une commission ad'hoc comportant les anciens membres du CCAS sera créée pour apporter une aide à l'examen des dossiers
- Location du foyer rural aux activités des associations Le Conseil Municipal décide d'appliquer un tarif de location de 50 € pour une occupation de 2 soirées hebdomadaires et de 70 € pour une occupation de 3 soirées par semaine.
- PLU : la mise en concurrence des cabinets a été lancée le 25 mars. Les plis seront réceptionnées jusqu'au 25 avril. Une réunion exposant l'analyse des plis aura lieu le 10 mai 2016 à Tonneins.
- Plan de Prévision Pluriannuel : à la demande de la VGA le Conseil Municipal propose 2 grands axes de travaux jusqu'à 2020 : la rénovation de la cantine et /ou de l'école et la réfection des toitures de l'église.

BUDGET 2016

FONCTIONNEMENT - DEPENSES

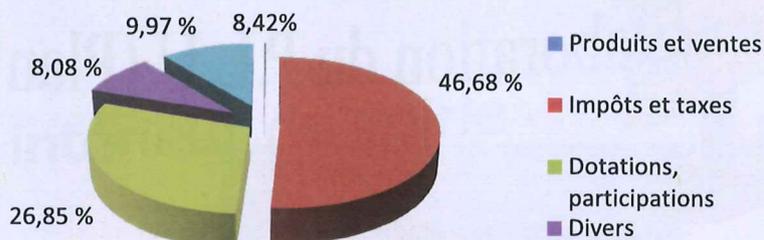


Le budget a été voté lors de la séance du Conseil Municipal du 08 avril 2016

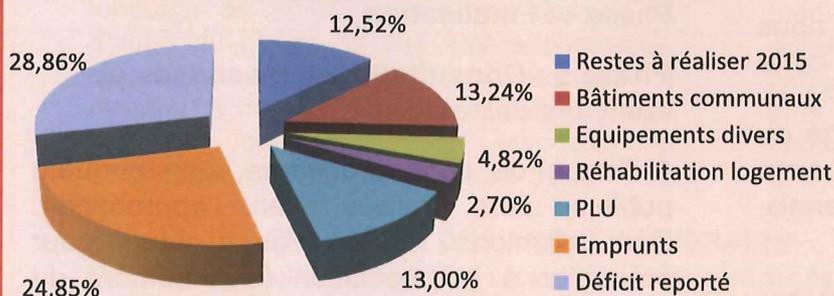
Les dépenses et les recettes de fonctionnement s'équilibrent la somme de 452 60.00

Le Compte Administratif 2015 a été clôturé avec un excédent global de 50 098.95

FONCTIONNEMENT - RECETTES



INVESTISSEMENT - DEPENSES

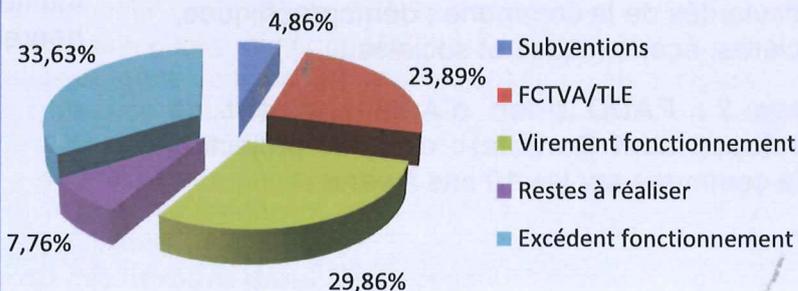


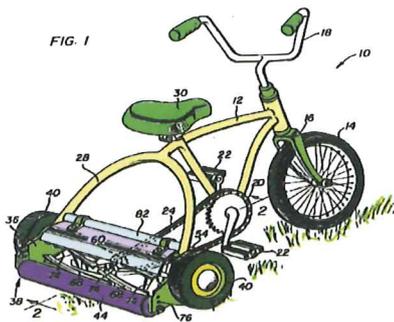
Les dépenses et les recettes d'investissement s'équilibrent la somme de 103 821.00

Les taux 2016 restent inchangés :

Taxe Habitation : 12.94 %
 Taxe Foncier Bâti : 18.12 %
 Taxe Foncier Non Bâti : 84.01 %

INVESTISSEMENT - RECETTES





PETIT RAPPEL AFIN DE PRESERVER LA BONNE ENTENTE ET LA QUIETUDE DU VOISINAGE

Extrait de l'arrêté préfectoral n° 2015 – 013- 0002 :

Article 10 :

« Les travaux de bricolage ou de jardinage, réalisés par des particuliers à l'aide d'outils ou d'appareils, tels que tondeuses à gazon, tronçonneuses, perceuses, raboteuses, scies mécaniques, compresseur à air ou haute pression, motopompe pour le prélèvement d'eau et/ou l'arrosage etc... dont le bruit est susceptible de porter atteinte à la tranquillité du voisinage ou à la santé de l'homme par sa durée, sa répétition ou son intensité, ne peuvent être effectués que :

- * Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h00 à 19h30
- * Le samedi de 9h00 à 12h00 et de 15h00 à 19h00
- * Le dimanche et les jours fériés de 10h00 à 12h00 »

Elaboration du P.L.U (Plan Local d'Urbanisme)



La nouvelle réglementation du droit au sol nous impose de mettre en conformité notre carte communale en la transformant en P.L.U. Afin de minimiser le coût du cabinet chargé du projet des élus ont décidé de se regrouper avec les communes de Lagruère, le Mas d'Agenais, Tonneins et Varès.

Le choix de ce cabinet est en cours et les premiers travaux commenceront au mois de Juin 2016 pour une durée totale de 23 mois. L'élaboration du P.L.U s'articulera en 5 phases :

Phase 1 : Diagnostic :

Il s'agit d'observer et de relever toutes les particularités de la commune ; démographiques, foncières, économiques et sociales...

Phase 2 : PADD (Plan d'Aménagement de Développement Durable) : c'est la projection de la commune sur les 10 ans à venir.

Phase 3 : O.A.P (Orientations d'Aménagement et de Programmation :

- plan de zonage
- règlements
- annexes

Phase 4 : Finalisation

Phase 5 : Consultation des services et analyses des avis

A l'issue de cette procédure, une enquête publique sera réalisée avant l'approbation. Des réunions seront organisées pour présenter à la population l'avancement du projet. Les administrés recevront dans leur boîte aux lettres les informations. Une réunion est également prévue avec les agriculteurs et une autre avec les acteurs économiques (artisans, commerçants,...) Enfin un cahier est ouvert au secrétariat de mairie pour consignation des remarques aux heures et ouvertures habituelles :

Lundi, mardi, vendredi
de 8h30 à 12h30
et de 13h30 à 17h
et le jeudi de 13h30 à 17h



INFORMATION DU SYNDICAT DES EAUX SUD MARMANDE

Assainissement collectif :

L'assainissement collectif de notre village a déjà 10 ans.

Pour rendre optimal son fonctionnement et vérifier son étanchéité, un test à la fumée va être effectué dans le bourg. Ce test s'exerce sur le domaine public. A l'issue de celui-ci, un compte-rendu sera réalisé déterminant les points à améliorer. Ce test à la fumée pourra être complété par un test colorant, pour déterminer la provenance des eaux parasites.

Assainissement non collectif :

Lors de la vidange de vos dispositifs d'assainissement autonome, n'oubliez pas que le syndicat peut vous allouer une subvention de 75€.

Pour cela, vous devez présenter au syndicat :

- la facture
- le bordereau d'évacuation des boues délivré par votre vidangeur
- un RIB



Extrait règlement intérieur de voirie

Article II-10 – ENTRETIEN DES HAIES VIVES RIVERAINES

Aux embranchements routiers ou à l'approche des traversées des voies ferrées, la hauteur des haies ne peut excéder 1.00m au dessus de l'axe des chaussées sur une longueur de 30.00 m comptée de part et d'autre du centre de ces embranchements, carrefours, bifurcations ou passages à niveau. La même hauteur doit être observée du côté du petit rayon sur tout le développement des courbes du tracé (d'un

rayon inférieur à 200.00m) et sur une longueur de 30.00m dans les alignements droits adjacents.

Les haies doivent toujours être conduites de manière de leur développement du côté du domaine public ne fasse aucune saillie sur celui-ci. A défaut, leur parage peut être effectué d'office par application du titre I. La hauteur des haies vives ne devra pas diminuer la visibilité routière.

Article II-11 – ENTRETIEN DES ARBRES RIVERAINS

Les arbres, les branches et les racines qui avancent sur le sol du domaine public routier et privé de la commune doivent être coupés à l'aplomb des limites de ce domaine à la diligence des propriétaires ou fermiers. Au croisement avec les voies ferrées, ainsi qu'aux embranchements, carrefours ou bifurcations, les arbres de haut jet doivent être, par les soins des propriétaires, ou des fermiers, élagués sur une hauteur de 3.00 m à partir du sol dans un rayon de 30.00 m compté du centre des embranchements, carrefours, bifurcations ou passages à niveau. Les mêmes prescriptions sont applicables aux arbres à haut jet, situés à moins de 4.00m de la limite du domaine public routier, sur tout le développement du tracé de courbes, du côté du petit rayon (s'il est inférieur à 200.00m) et sur une longueur de 30.00 m dans les alignements droits (ou courbes adjacents). A aucun moment, le domaine public routier du V.G.A ou ses dépendances ne doit être encombré et la circulation entravée ou gênée par les opérations d'abattage, ébranchage, débitage ou autre, des arbres situés sur les propriétés riveraines. A défaut d'exécution par les propriétaires riverains, ou leur représentant les opérations d'ébranchage ou de résection de racine peuvent être exécutées d'office aux frais du propriétaire par application du titre I. Concernant les arbres morts, même situés en terrain privé mais qui menacent par leur chute les usagers de la route, la procédure de mise en demeure sera utilisée.

Il est absolument interdit d'utiliser du désherbant dans les fossés.

J'ÉCO RÉNOV : dites OUI aux travaux !

Val de Garonne Agglomération a lancé J'ÉCO RÉNOV, une plateforme de rénovation énergétique de l'habitat, à votre disposition.

Pas toujours facile de se lancer dans des travaux. Question de budget bien sûr mais aussi d'énergie suffisante pour se poser les bonnes questions, trouver les bons artisans, choisir les bons équipements, trouver des financements, etc. C'est pour aider les particuliers à concrétiser plus facilement leurs projets de rénovation que l'Agglomération du Val de Garonne a lancé le dispositif J'ÉCO RÉNOV.

J'ÉCO RÉNOV, c'est la porte d'entrée à tout projet de rénovation. La plateforme vous informe des aides financières existantes, vous oriente vers des experts à votre écoute pour toutes questions techniques (CAUE/EIE 47 ; FFB et CAPEB), ou juridiques (ADIL47) ; et propose des formations et des réunions d'informations. J'ÉCO RÉNOV est gratuit et s'adresse à tous. Les particuliers bien sûr, mais aussi les professionnels du bâtiment, de l'immobilier et du secteur bancaire.

J'ÉCO RÉNOV s'inscrit dans une démarche nationale et régionale. Sa mise en place en Val de Garonne fait suite à un appel à projets de l'ADEME remporté par l'Agglomération en 2015.

J'ÉCO RÉNOV en pratique

- Des conseils gratuits adaptés à votre projet,
- des permanences d'experts (sur rendez-vous) : l'ADIL et l'Espace Info Energies du CAUE,
- des réunions d'information,
- des formations locales en partenariat avec la CAPEB et la FFB.

Contactez-nous !

- 0800 47 01 47 - numéro vert gratuit,
- jeco-renov@vg-agglo.com,
- (www.vg-agglo.com/L'Agglo en pratique / L'habitat /J'éco-renov),
- 28 rue Léopold Faye – Marmande.

Lexique

CAPEB	Confédération des Artisans et des Petites Entreprises du Bâtiment
CAUE	Conseil d'Architecture, d'Urbanisme et d'Environnement
FFB	Fédération Française du Bâtiment
RGE	Reconnu Garant de l'Environnement



ETAT CIVIL 2015



Ils ont vu le jour ...

Manuel RUBIO POSADO

Lily MOREAU LABADOU

Maxence CONILH

Iris CLAVERIE

Adrien MENDOUZE

Léo BORYS

Ethan RIBOULOT

Mao ARTISON

Lili CAREY



Ils se sont dits OUI ...

Lydie LOCATELLI

Et

Michaël OCHOCKI



Zineb AGYO

Et

Bertrand ROYER



Adeline PEAN

Et

Arnaud MANSENCAL



Ils nous ont quittés...

Louis ROUMAGNAC

Maryvonne ROBERT

Marie CONILH

Yvonne BEHE

Paule THIOLON

Jacques GARRY

Joël LE BOULICAUT

Jean THURON

Jean DALL'AGNOL

Construction de l'abri de la place Saint-Germain

Courrier de Jérôme TALENTON, Président de la corporation des Compagnons charpentiers de la Fédération Compagnonnique des métiers du bâtiment concernant la réalisation de cet ouvrage sous conventionnement de la Mairie.

Casteljaloux le 18 mai 2016

Au nom des compagnons charpentiers des devoirs du tour de France que je représente, je remercie votre association (Caumont et son Histoire) qui a fait appel à nous.

Nos jeunes qui effectuent leur tour de France, suivent des cours du samedi, qui visent à les faire progresser en les rendant responsables de chantiers modestes, de leurs conceptions à leurs réalisations. Ces chantiers sont des cas concrets qui les motivent certainement plus qu'un examen blanc qui sera démonté le soir même. Certains de ces jeunes sortent juste de l'apprentissage et ce genre de chantier les aide à gagner en assurance et en maturité dans leur métier. Ils leur permettent également de laisser une petite trace de leur passage et de faire des rencontres avec les habitants. C'est donc avec plaisir que nous nous engageons auprès d'associations Lot-et-Garonnaises de sauvegarde du patrimoine, tout en faisant attention à ne pas porter tort aux entreprises locales, en effet nous ne prenons que des chantiers qui ne seraient pas réalisés car peu de moyens financiers.

Sur ce chantier les itinérants ayant participés sont :

Martin MIGNOT, Jérémy DEBRUYNE, Thomas ADELIN, Nicolas DARLAVOY, Hadrien ROUZIERE, Clément DULAC, Maxime GUYONNARCH

et ont été encadrés par :

Christophe CONORD, Olivier MEGRAT, Damien DARDENE, Thomas MATHIAS et Jérôme TALENTON.



Merci également : Aux employés communaux Philippe GHIRARD et Delphine PATISSOU pour les fondations, Dominique CARTRON pour la taille des socles, Alain LEGENDRE pour la manutention, Jean-Claude MEYNIER et les élus Pierre IMBERT, Maire et Michel BROUSSE, premier adjoint.

Christian CHEVANNE, président de l'association « Caumont et son Histoire »

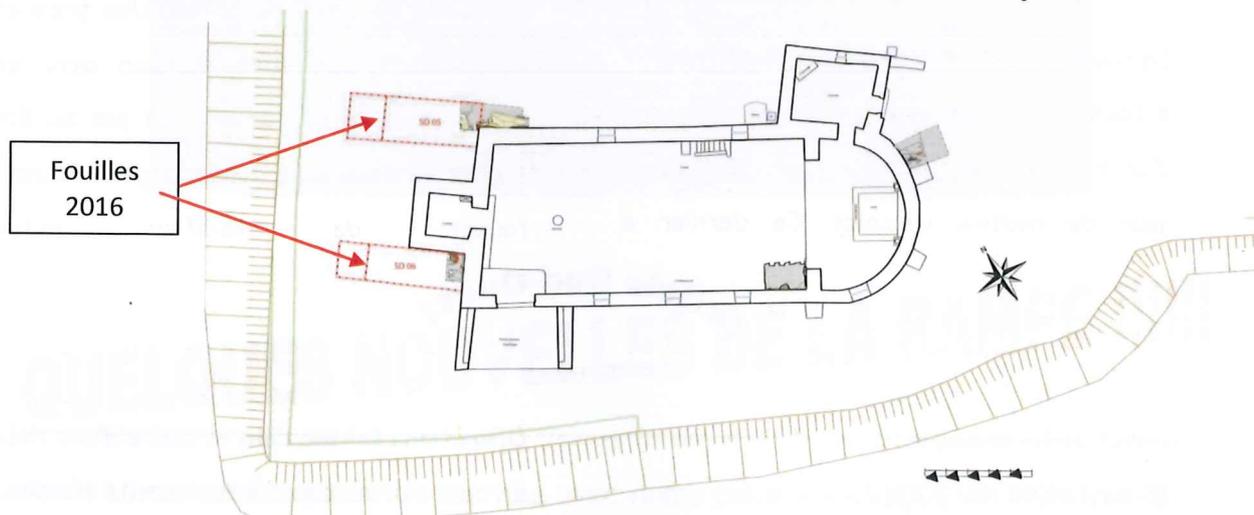
CAUMONT ET SON HISTOIRE

Association Caumont et son Histoire

Les membres de l'association se sont retrouvés le samedi 10 avril, dans les locaux de la maison du patrimoine, pour la 16^{ème} assemblée générale.

Un nouveau bureau a été élu : Président : Christian Chevanne, vice-présidents : Dominique Cartron, Sylvie Schwartz, Alain Mimaut, trésorier : Jacques Relion, trésorier adjoint : Ludovic Feltmann, Secrétaire : Valérie Netto, secrétaire adjointe : Viviane Royer.

De nouvelles fouilles ont été réalisées sur le site de Saint-Martin (voir article joint).



L'entreprise Charbonneau a réalisé des travaux d'entretien à la Maison du Patrimoine pour un montant de 1200 € entièrement financé par l'association.

Les dépenses de fabrication de la boîte à livres s'élèvent à 323 €. Merci à toutes les personnes d'assurer le fonctionnement et l'échange des ouvrages de cette bibliothèque ouverte aux adultes et aux enfants.

Les Journées du Patrimoine auront lieu les 18 et 19 juin. La manifestation se déroule sur le site de la Maison du Patrimoine avec convivialité sous la forme d'un « bistrot de campagne » ouvert de 8 h à 19 h.

Les membres de l'association « C & H » vous proposent deux journées très animées : petit déjeuner le matin, four à bois en activité avec cuisson de croissants et de pains, repas tiré du sac ouvert à tous, exposition sur le patrimoine et l'histoire du village, visite guidée et commentée sur site. Les joueurs de belote et de pétanque seront les bienvenus.

La date du vide-greniers d'automne est fixée le 18 septembre.

A voir également :

- les nuits d'été du Conseil Départemental le 21 juillet à Fourques, avec au programme, deux parcours sur le territoire à dominante patrimoniale entre 14 h 30 et 18 h 30, une restauration avec animation musicale par les acteurs locaux entre 19 h et 21 h, la représentation d'un spectacle professionnel en soirée.
- La maison du patrimoine et l'accès à la Garonne seront disponibles pour accueillir le départ du rallye « La route des Gabarres » le vendredi 30 juillet en début d'après-midi.

Site Internet : caumont-et-son-histoire : 39 005 visites au 10/04/2016.

Contact pour expositions, animations, visites... : 05 53 98 78 45 - 06 71 63 85 06

Construction de l'abri de la place Saint-Germain

Courrier de Jérôme TALENTON, Président de la corporation des Compagnons charpentiers de la Fédération Compagnonnique des métiers du bâtiment concernant la réalisation de cet ouvrage sous conventionnement de la Mairie.

Casteljaloux le 18 mai 2016

Au nom des compagnons charpentiers des devoirs du tour de France que je représente, je remercie votre association (Caumont et son Histoire) qui a fait appel à nous.

Nos jeunes qui effectuent leur tour de France, suivent des cours du samedi, qui visent à les faire progresser en les rendant responsables de chantiers modestes, de leurs conceptions à leurs réalisations. Ces chantiers sont des cas concrets qui les motivent certainement plus qu'un examen blanc qui sera démonté le soir même. Certains de ces jeunes sortent juste de l'apprentissage et ce genre de chantier les aide à gagner en assurance et en maturité dans leur métier. Ils leur permettent également de laisser une petite trace de leur passage et de faire des rencontres avec les habitants. C'est donc avec plaisir que nous nous engageons auprès d'associations Lot-et-Garonnaises de sauvegarde du patrimoine, tout en faisant attention à ne pas porter tort aux entreprises locales, en effet nous ne prenons que des chantiers qui ne seraient pas réalisés car peu de moyens financiers.

Sur ce chantier les itinérants ayant participés sont :

Martin MIGNOT, Jérémy DEBRUYNE, Thomas ADELIN, Nicolas DARLAVOY, Hadrien ROUZIERE, Clément DULAC, Maxime GUYONNARCH

et ont été encadrés par :

Christophe CONORD, Olivier MEGRAT, Damien DARDENE, Thomas MATHIAS et Jérôme TALENTON.



Merci également : Aux employés communaux Philippe GHIRARD et Delphine PATISSOU pour les fondations, Dominique CARTRON pour la taille des socles, Alain LEGENDRE pour la manutention, Jean-Claude MEYNIER et les élus Pierre IMBERT, Maire et Michel BROUSSE, premier adjoint.

Christian CHEVANNE, président de l'association « Caumont et son Histoire »



QUELQUES NOUVELLES DE LA RAMPE !!!!!

Après une première partie de tournée avec notre pièce « PANIQUE AU MINISTERE », la RAMPE prend quelques vacances bien méritées. Plus de 20 représentations qui ont remporté un vif succès auprès de nombreux publics fidèles et enthousiastes. Cette première partie de tournée s'est terminée par une sortie programmée en Alsace.

C'est la 3ème fois que nos amis alsaciens nous reçoivent dans leur charmante ville de BIESHEIM. Et comme toujours un accueil incroyable nous a été réservé. Une municipalité et des familles accueillantes comme les gens de l'est savent le faire. Beaucoup de chaleur, de générosité et d'amour autour de cet échange culturel.

Au menu : visites de lieux historiques, cave, gastronomie et bien sur notre représentation le vendredi soir. La salle était comble et nos amis ont dû refuser plus de 200 personnes... Donc nous avons décidé, d'un commun accord, de faire 2 représentations pour notre prochaine pièce en 2018.

La reprise se fera, toujours avec PANIQUE AU MINISTERE, dès le mois d'octobre où nous nous produirons dans cette belle salle d'ARES, sur le bassin d'Arcachon.

Ensuite, viendrons les villes de CERONS, LA REOLE, SAINTE BAZEILLE, MARMANDE, LABRETONIE, MARCELLUS, MEILHAN etc...

Pour terminer cette 2ème partie de tournée avec cette pièce ce sera le samedi 22 avril à CAUMONT.

Déjà nous pensons à notre prochain programme mais...CHUT...nous vous tiendrons au courant de nos prochaines péripéties en temps et en heure !!

Merci à tous nos amis publics, nos amis participants toutes catégories, nos chers adhérents, et notre municipalité de CAUMONT sur GARONNE.

Bien amicalement et bonnes vacances à tous.

Le président,
Gérard MATHERON



LE YOGA CONTINUE A CAUMONT SUR GARONNE

Trois cours hebdomadaires de Séréna-Yoga sont proposés à Caumont sur Garonne cette année et l'année prochaine (2016-2017).

L'enseignante, Mathilde Marchand, est thérapeute holistique. Elle conçoit l'être humain dans une globalité : le corps physique, ses émotions, son mental, son égo, son âme. Pour elle, une pleine vitalité et une bonne santé dépendent de tous ces aspects équilibrés et harmonieux. Elle enseigne à bien gérer ses émotions, ses pensées et son corps à travers 3 cours complémentaires :

Le cours de yoga (asanas) avec des mouvements et postures de renforcement musculaire (pilate...), des étirements de yoga (indien), de l'auto-massage par accupression (tibétain, japonais...) et de la relaxation.

Le cours de méditation pour maîtriser son mental, ses émotions et découvrir son énergie vitale.

Le cours de méditation dynamique (Kawali) avec des explosions d'expression corporelle à travers la danse intuitive, le mouvement chaotique, le cri...libère le stress, nettoie les émotions, calme le mental. Le cours d'essai est gratuit - il est possible de s'inscrire en cours d'année.

Retrouvez le détail des cours, stages, consultations sur LE SITE INTERNET : www.harmonie-holistique.fr ou par téléphone au 06 84 81 58 69.

LA DYNAMIQUE CAUMONTAISE



La fin de la saison approche,
Vingt personnes ont adhéré à l'association.
Quinze suivent régulièrement les séances.
Rappelons que nous vous proposons des séances de
gym accessible à tous.

A partir du mois de Juin, place à la marche tous les
mardis.
Comme le veut la tradition, fin mai nous nous retrouverons
autour d'une bonne table, accompagnés de nos familles.

Notre club fonctionne dans une ambiance chaleureuse et
conviviale.

Pour tout renseignement : 06 52 13 15 79
07 50 38 64 68

Rôti de magret de canard aux abricots secs

Ingrédients pour 4 personnes

2 magrets de canards
une douzaine d'abricots secs
sel, poivre
ficelle de cuisine



Préchauffer le four thermostat 6-7,200°C.

Pendant qu'il chauffe, préparer les deux magrets de canards. Entailler la partie grasse et ôter l'excédent éventuellement.

Déposer sur la partie viande (et non sur le gras), une dizaine d'abricots secs que vous pouvez faire se chevaucher légèrement. Saler, poivrer les deux filets à l'intérieur.

Refermer le rôti en prenant soin de laisser le gras à l'extérieur. Ficeler comme un rôti

Déposer dans un plat à four sans ajouter d'huile. Enfourner pour 30 minutes. A mi-cuisson, retourner le rôti et jeter le gras qui se trouve dans le plat. Laisser un peu reposer sur du papier absorbant à la sortie du four.

Servir très chaud et tranché en tranches épaisses (difficile de faire de fines tranches).

— — — — —

— — — — —
LA GUINGUETTE

A partir du 1^{er} juillet 2016, la guinguette de Thomas ré-ouvre ses portes jusqu'au 31 août et vous propose midi et soir : tapas, salades composées, frites, glaces et boissons fraîches.

Pensez à réserver au 06 13 62 65 95

LE DEUCH'CAUMONT CLUB

fête la musique au gymnase de FOURQUES/Gne

Samedi 11 juin 2016 à 19 h 30

Le Deuch'Caumont Club vous invite à participer
à son repas dansant **ouvert à tous** (15 euros)

Apportez vos couteaux et fourchettes !

Soirée, thème le ROUGE
Animation BANDA en début de soirée !

Au menu

Entrée

Poulet basquaise et son riz

Fromage / Salade

Gâteau basque et crème catalane

Apéritif / Rouge / Rosé / Café

Plateau enfant : 5 €

Entrée

Poulet

Chips

Dessert

Jus de fruits

Inscriptions avant le dimanche 5 juin 2016 auprès de:

- | | |
|---------------------------|----------------|
| -- BIREPINTE MURIELLE | 05 53 93 76 99 |
| -- CORRADINI MARIE-France | 06 62 53 14 48 |
| -- BIREPINTE MARIA | 05 53 93 64 10 |

Attention : paiement obligatoire à l'inscription !

Tapis **ROUGE** pour le
14^{ème} rassemblement du
DEUCH' CAUMONT CLUB
11 et 12 juin 2016

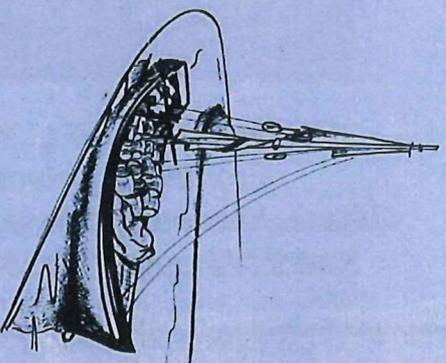


Historique des Gabares

A l'origine, les gabares sont des bateaux à fond plat, affectés au transport des marchandises d'un navire au port.

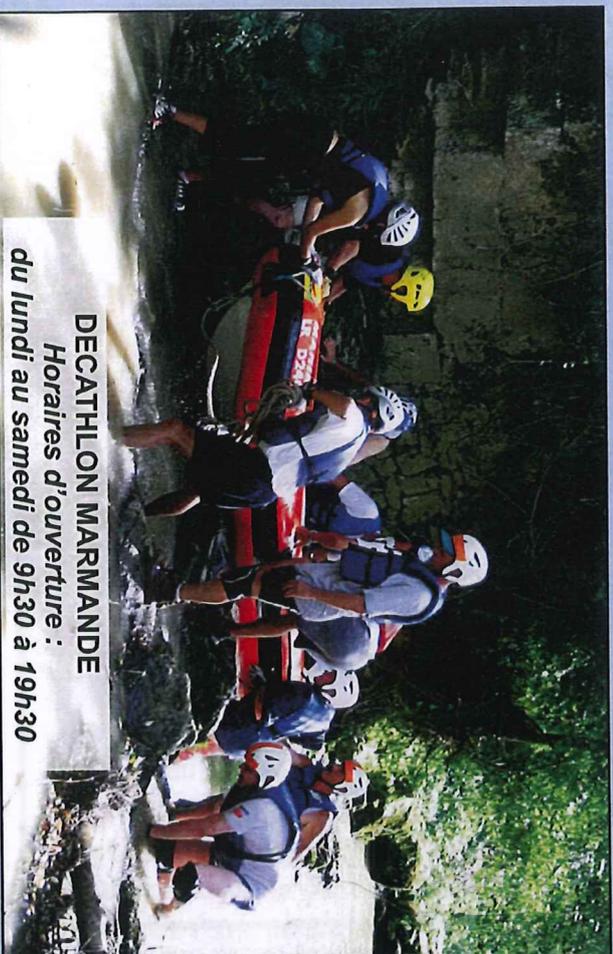
Lors des siècles précédents, ces bateau de charge, halés par des hommes ou des chevaux, le long des chemins de halage en bordure de rive, permettaient d'assurer le transport de marchandises entre Bordeaux et Decazeville en empruntant les rivières Garonne et lot.

A la montée les gabares étaient chargées de poisson séché, et principalement de la morue (appelée « stockfish »).



A la descente elles repartaient en embarquant du minerais ou des produits régionaux du terroir. Pour renouer avec le passé, c'est une partie de ce parcours, qui accueillera, du 29 juillet au 31 juillet 2016 « la Route des Gabares », rallye motonautique, touristique, gastronomique et convivial.

Sans oublier bien sûr une part importante aux sports.



DECATHLON MARMANDE

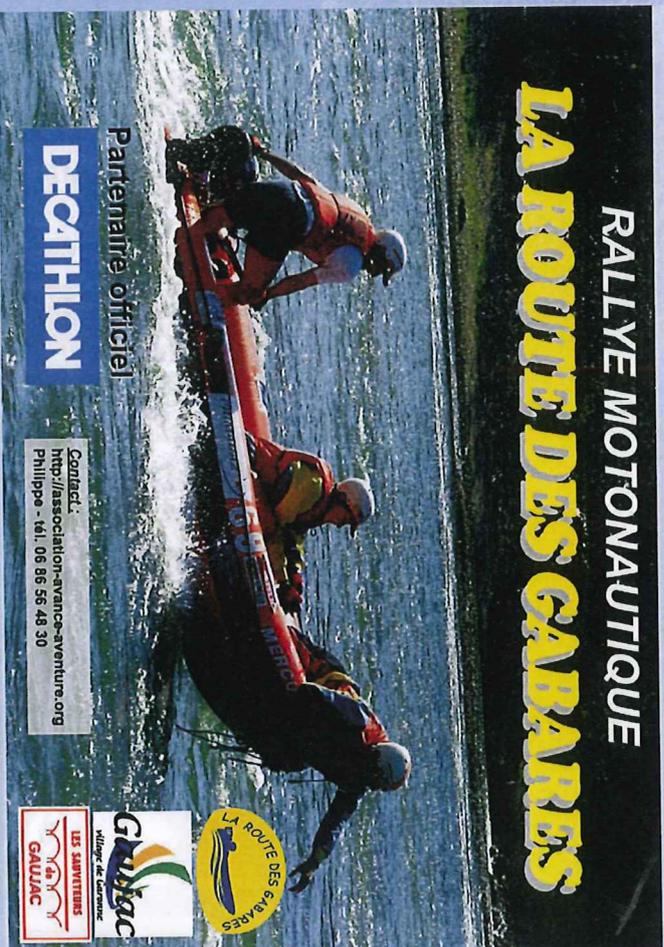
Horaires d'ouverture :
du lundi au samedi de 9h30 à 19h30

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique.

29 - 30 - 31 JUILLET 2016

RALLYE MOTONAUTIQUE

LA ROUTE DES GABARES



Partenaire officiel

DECATHLON

Contact :
<http://l'association-avance-aventure.org>
Philippe - t41. 06 96 56 48 30



CONVIVALITE - PARTAGE DE NOTRE PATRIMOINE



Nos partenaires :



Caumont-sur-Garonne / Clairac / Couthures-sur-Garonne / Gaujac / Jusx
Lagrivière / Le Mas d'Agénais / Marcellus / Marmande / Meilhan-sur-Garonne
Monheurt / Moulin de Cantecort / Sainte-Bazelle / Tonneins