

CABES'infos

MAGAZINE MUNICIPAL

N° 129 - OCT 2023



Festes
Catalanes

- 3 ÉDITO
- 4 AGENDA
- 6 ATELIERS MDQ
- 7 DANGER ÉCRANS
- 8 PROJETS JEUNESSE
- 9 MÉTIER
- 10 COLLECTE DÉCHETS
- 12 RECETTE
- 13 ASSOC'S
- 14 ÉTAT CIVIL

FOCUS



Rentrée scolaire 2023

Conciliateur juridique au CCAS

Mode alternatif de règlement de conflits, le conciliateur de justice a pour rôle de trouver une solution amiable à un différend entre deux parties. Il peut intervenir sur plusieurs champs excepté les affaires pénales, familiales et différends entre administrés et administrations.

Dès octobre, une permanence gratuite vous est proposée les mercredis matin au sein du CCAS. Prise de rendez-vous auprès de Mme Laure Rull, conciliatrice de justice, par SMS au 07 88 71 28 24 ou par mail : laure.rull@conciliateurdejustice.fr

CABESTANY reconnue pour sa bonne gestion

La commune a été félicitée au mois de juillet pour la qualité de ses comptes budgétaires 2022. En effet, d'après l'indicateur de performance de la Direction Générale des Finances Publiques (DGFiP), elle obtient la note de **95,24/100**, alors que la moyenne au niveau départemental est de 75,52/100.

Recensement citoyen dès 16 ans

Toute personne de nationalité française âgée de 16 ans doit se faire recenser (de préférence au 1^{er} trimestre de sa date d'anniversaire) auprès de la mairie de son domicile.

L'attestation de recensement est obligatoire pour :

- passer un concours ou un examen soumis au contrôle de l'autorité publique (conduite accompagnée, baccalauréat, CAP, BEP...),
- effectuer la Journée d'Appel de Préparation à la Défense (JAPD),
- l'inscription d'office sur les listes électorales.

Rens. au 04 68 66 36 18.



Inscription aux ateliers culturels



*Agir pour la paix**

▲ La municipalité remerciée pour son engagement et ses délibérations en faveur d'un désarmement nucléaire.

CHÈQUE solidarité eau

Dans le cadre de son partenariat avec Véolia, la commune a la possibilité d'aider les habitants qui rencontrent des difficultés au paiement de leur facture d'eau. Sous conditions. Rens. auprès du CCAS au 04 68 66 36 14.

Sécheresse 2022

Cabestany a obtenu le 14 septembre dernier, la reconnaissance d'état de catastrophe naturelle suite au phénomène de sécheresse et de réhydratation des sols pour la période du 1er juillet 2022 au 30 septembre 2022.

Les habitants concernés par ce phénomène ont jusqu'au 14 octobre, pour faire parvenir à leur compagnie d'assurance un état estimatif de leurs pertes, s'ils ne l'ont pas fait dès la survenance des dégâts.

Les défis, nous les relevons ensemble

La rentrée est maintenant derrière nous. Les enfants ont repris le chemin de l'école, du sport et de la culture sereinement, malgré les nombreuses difficultés que nous avons eu à surmonter.

En effet, nous avons géré les contraintes de l'arrêté sécheresse et jonglé entre les restrictions d'arrosage et la reprise de la pratique sportive sur les terrains de la Germanor. Défi relevé – en partenariat avec les clubs – par les équipes techniques et sportives que je remercie encore pour leur sens du service public et leur dévouement. Et permettre aux quelques 600 licenciés de football et de rugby de reprendre le chemin du sport.



Toujours en matière d'arrêté, je ne peux que me réjouir que nous ayons enfin obtenu la reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle. Cela fait de nombreuses années que la municipalité la demandait. Les habitants de Cabestany sont reconnus comme victimes et peuvent ainsi avancer dans leurs démarches auprès de leurs assurances.

Avec l'équipe municipale, je vais continuer à venir à votre rencontre pour échanger, avec pour objectif de placer le vivre ensemble au cœur de notre action.

C'est collectivement que nous devons trouver les réponses aux défis du quotidien.

Edith PUGNET
Maire de Cabestany
Conseillère communautaire

★ jeune public

Tous les mardis

PETIT RAT CONTEUR

De 4 à 8 ans. De 17h30 à 18h.
Bibliothèque.

Du 2 au 6 octobre

SEMAINE BLEUE - MULTI-ACCUEIL

Mardi 3 octobre

ATELIER PÂTE À SEL - LAEP

0- 4 ans. De 9h15 à 11h15.

Du 3 au 17 octobre

INSCRIPTIONS VACANCES

ACCUEIL DE LOISIRS

Mardis 3 et 17 octobre

LECTURES - LAEP

0- 4 ans. De 9h15 à 11h15.

Mercredi 4 octobre

CONTE MUSICAL

« ZAZA L'APPRENTIE SORCIÈRE »

Dès 4 ans. À 10h. Bibliothèque.

ATELIER « RECETTE DE SORCIÈRE »

Dès 4 ans. À 14h. Bibliothèque.

Jeudi 5 octobre

À PETITS PAS

Jusqu'à 3 ans.
De 10h à 11h. Bibliothèque.

Vendredi 6 octobre

ATELIER PEINTURE - LAEP

0-4 ans. De 9h15 à 11h15.

Mardi 10 octobre

YOGA ET CRÉATION - LAEP

0-4 ans. De 9h15 à 11h15.

Mercredi 11 octobre

ATELIER

« LA COULEUR DES ÉMOTIONS »

Dès 4 ans. À 10h. Bibliothèque.

Vendredi 13 octobre

ATELIER PHOTOPHORE - LAEP

0-4 ans. De 9h15 à 11h15.

Samedi 14 octobre

THÉÂTRE « CAILLOUX »

Dès 3 ans.
À 15h30. Centre culturel. 3 €.

Du 16 au 20 octobre

SEMAINE DU GOÛT

MULTI-ACCUEIL

Vendredi 19 octobre

SEMAINE DU GOÛT - LAEP

0-4 ans. De 9h15 à 11h15.

Mardi 31 octobre

JOURNÉE ORANGE

MULTI-ACCUEIL

Octobre

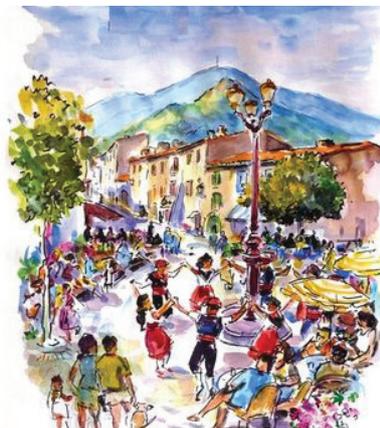
Tous les jeudis

MARCHÉ

De 8h à 12h. Place du 8 mai 1945.

★ MARCHES CCAS

Départ 9h30 de la cave coopérative.



Du 5 octobre au 3 janvier 2024

★ EXPOSITION

« LA POÉSIE DES MOMENTS PERDUS »

Par Leslie Dykes.

Vernissage jeudi 5 octobre à 18h30.

Centre de Sculpture Romane.

Vendredi 6 octobre

★ COUPE DU MONDE DE RUGBY*

France - Italie.

À 21 h. Centre culturel.

Samedi 7 octobre

★ CAFÉ PHILO

« Que faire de nos émotions ? ».

De 10h à 12h. Bibliothèque.

Samedi 14 octobre

★ LE TEMPS DE...

Atelier sophro-ludique. De 10h à 11h30.

Bibliothèque.

Jusqu'au 16 octobre

★ COLLECTE SOLIDAIRE

De produits d'hygiène corporelle pour les bénéficiaires du Secours populaire.

Dépôts : accueil mairie, Espace N.

Mandela, Maison des quartiers, Centre culturel et collège.

Jeudi 19 octobre

★ LECTURES PARTAGÉES

À 14h30. Bibliothèque.

★ CAFÉ MÉMOIRE

Espace d'écoute. Avec France Alzheimer.

Dès 9h30. Bistrot du marché - Intermarché.

Samedi 21 octobre

★ ATELIER « BROCHES BRODÉES

FLORALES ET FRUITÉES »

Dès 12 ans et adultes. Sur inscription.

De 10h à 12h30 et de 14h à 16h30.

21 € Cabestany.

Centre de Sculpture Romane.

Du 23 au 25 octobre

★ STAGE JEUX LYONNAIS

Pour les 6-12 ans.

De 10h à 12h ou de 14h à 16h.

Inscriptions dès lundi 16 octobre.

Espace N. Mandela.

15 € Cabestany.

Mercredi 25 octobre

★ ATELIER « PAYSAGE À L'AQUARELLE »

De 8 à 12 ans. Sur inscription.

De 10h à 12h30 et de 14h à 16h30.

10 € Cabestany.

Centre de Sculpture Romane.

★ JEUX...TU, NOUS...

Rendez-vous ludique pour toute la

famille ! Entre 15h et 17h.

Bibliothèque.

Jeudi 26 octobre

★ RENCONTRE AVEC LESLIE DYKES

Dans le cadre de l'exposition

temporaire. À 18h30.

Centre de Sculpture Romane.



Vendredi 27 octobre

★ THÉÂTRE

« DANS LA PEAU DE CYRANO »

Cie qui va piano.

A 19h. 12 €/ 6€

Centre culturel.

Samedi 28 octobre

★ LE TEMPS DE...

Relaxation guidée.

Dès 7 ans. De 10h à 11h30.

Bibliothèque.

* Les autres matchs de la France seront retransmis par le COC XV, 14 ou 15 octobre pour les 1/2 finales et le 20 ou 21 octobre pour les finales.

FESTES Catalanes



Cabestany met à l'honneur la culture catalane au mois d'octobre en proposant une série de rencontres pour toutes les générations !

Samedi 7 et dimanche 8 octobre
SPECTACLE « PÀNIC ALS CRISANTEMES »*
Samedi à 20h30 et dimanche à 15h.
Centre culturel.

Mardi 10 octobre
CONFÉRENCE « LE CHANTIER ÉTERNEL : LA SAGRADA FAMILIA »*
À 15h et à 18h30. Sur inscription.
Centre de Sculpture Romane.

Dimanche 15 octobre
CONCERT PAR ULTRAMAR *
À 15h. Centre culturel.

Lundi 16 octobre
CONFÉRENCE SUR LE TRAIN JAUNE *
À 18h. Centre culturel. *

Mardi 17 octobre
FILM « JOSEP » ET RENCONTRE AVEC GEORGES BARTOLI *
À 18h30. Centre culturel. Public adulte.
Sur inscription au 04 68 50 82 95.

Mercredi 18 octobre
ATELIER FAMILIAL « LES ÉMOTIONS »*
Dès 5 ans accompagné. À 14h.
Bibliothèque.
Sur inscription au
04 68 50 82 95.

CINÉMA « LA VIDA SENSE LA

SARA AMAT »
À 20h30. Centre culturel.
Place : 5 €.

Jeudi 19 octobre
SOIRÉE DU VIN NOUVEAU
À 18h30. Place des droits de l'Homme.
Entrée : 3 € (+ 1 € de consigne pour le verre).

Vendredi 20 octobre
RENCONTRE DES VENDANGES *
Chants. Centre culturel.

Samedi 21 octobre
BALLADA DE SARDANES *
À 15h. Centre culturel Jean Ferrat.

CORREFOC AMB DIABLES I BRUIXES DEL RIBERAL *
À 21h. Départ du Centre culturel.

Suivi d'un **BAL AVEC LES TRES VENTS.***

Dimanche 22 octobre
CASTELLERS DU RIBERAL*
Dès 11h. Cave coopérative Terroirs Romans.

*** GRATUIT**

Programme détaillé sur
www.ville-cabestany.fr
ou dans les accueils
municipaux.



www.ville-cabestany.fr



LIEN SOCIAL

C'est la rentrée pour les ateliers de la Maison des quartiers !



La Maison des quartiers est une structure d'accueil municipale qui va à la rencontre de tous les publics pour renforcer le lien social sur la commune. Elle vise à favoriser le vivre ensemble, lutter contre l'exclusion et développer la citoyenneté à travers diverses actions.

Dans sa mobilisation contre l'isolement des personnes, la Maison des quartiers propose d'accompagner les habitants qui rencontrent des difficultés dans leurs apprentissages des savoirs et ce, dès le plus jeune âge. Cela se traduit par de l'accompagnement à la scolarité en direction des élémentaires au sein des écoles par des animatrices salariées de la ville de 17h à 18h30 pour transmettre des méthodes de travail

ainsi que par de l'accompagnement scolaire en direction des collégiens tous les mercredis de 14h à 17h et les samedis de 9h à 12h à l'Espace Guy Môquet.

Parallèlement à cela, la Maison des quartiers propose d'aider les habitants qui rencontrent des difficultés dans leur apprentissage de la langue française que ce soit par la lecture et/ou l'écriture, grâce à l'atelier sociolinguistique qui leur permet d'acquérir plus d'autonomie au quotidien. Proposé les lundis et jeudis de 14h à 16h à la salle Carrère, l'atelier est gratuit et ouvert à tous.

RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

La Maison des quartiers ne peut fonctionner sans l'investissement d'habitants bénévoles.

Si vous souhaitez donner de votre temps pour accompagner les jeunes dans l'aide au devoir ou aider des habitants à apprendre le français, ou même participer à des initiatives, veuillez-vous faire connaître auprès de la Maison des quartiers !



Pour plus de renseignements
Maison des quartiers

16 rue de la République ou au 04 68 63 47 03.

PRÉVENTION

Sensibiliser les familles aux dangers des écrans



Cabestany s'associe au projet éducatif de sensibilisation des familles aux écrans impulsé par les écoles de la ville et notamment de l'école Jacques Prévert.

Le lancement de cette démarche en direction des enfants et des parents s'est concrétisé dès cette rentrée par une réunion d'information sur les dangers de la surexposition aux écrans qui s'est tenue le **mardi 26 septembre au Centre culturel Jean Ferrat** pour les familles des six écoles de la commune.

Co-animé par Madame Raillé, psychologue scolaire et Monsieur Morel, enseignant de l'école Prévert, un temps d'échange avec les parents a été proposé. Cette première invitation marque le lancement d'un trimestre thématique durant lequel les services municipaux mèneront des actions de sensibilisation au sein de leurs structures.

En effet, durant le mois d'octobre, des rencontres et/ou ateliers seront proposés pour les enfants de 0 à 3 ans et une animation en direction des plus grands, pré-adolescents et adolescents, sera coorganisée par la Maison des quartiers et l'Espace jeunesse **le mercredi 6 décembre après-midi** avec les Petits débrouillards. Les risques de la surexposition face aux écrans mais aussi les Fake news seront abordés avec ce public.



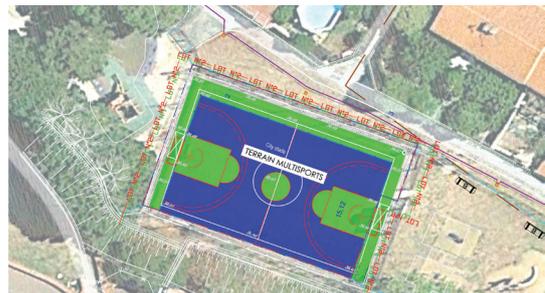
LE SAVIEZ-VOUS ?

Un usage excessif des écrans peut avoir des conséquences sur :

- le développement du cerveau et de l'apprentissage des compétences fondamentales (retard de langage et problème de développement cognitif),
- les capacités d'attention et de concentration
- le bien-être et l'équilibre des enfants (problèmes émotionnels et une mauvaise estime de soi),
- le comportement (changement d'humeur, agitation, forte fatigue diurne, isolement, agressivité...),
- la santé (réduction de l'activité physique, tendance au sur-poids et à l'obésité, manque chronique de sommeil).

source : <https://www.drogues.gouv.fr/les-ecrans-et-les-jeux-video>

Peau neuve pour le city et le skate park



Ce sont deux infrastructures sportives appréciées des jeunes qui vont bientôt être rénovées sur la commune : le City situé dans le quartier de La Poste qui permettra les pratiques du basket et du foot ainsi que le skate parc du complexe sportif de la Germanor.

Les travaux vont débuter ces prochains mois. Quelques désagréments seront à prévoir durant la période : nuisances sonores, fermetures temporaires au public du cheminement piétonnier et des aires de jeux.

En vue d'améliorer ces deux équipements, ces projets sont le fruit d'un travail de co-construction avec les jeunes de la ville qui ont pu exprimer leurs besoins.

Par ailleurs, la concertation sur la zone City (fin 2023) au sein même du quartier, et à proximité de l'aire de jeux existante, a été élargie aux riverains qui ont pu manifester leurs craintes auprès des élus. Ces échanges ont donc servi à définir une infrastructure où toutes les contraintes ont été prises en compte pour offrir à la population

un lieu de détente respectueux. Ainsi, pour pallier aux troubles occasionnés, des matériaux antibruit seront utilisés et un grillage solide avec un filet de toit seront placés pour éviter que les ballons ne tombent dans les jardins limitrophes. Enfin, un béton poreux et du gazon synthétique seront utilisés pour les sols.

Autre projet très attendu par les jeunes, la réhabilitation du skate park qui devrait voir le jour début 2024. Impliqués tout au long du projet, ils ont été associés à la conception, au choix des modules et des matériaux, à la forme et à la hauteur des courbes.

Présents en grand nombre depuis des mois à toutes les réunions organisées, les jeunes ont hâte que les travaux commencent pour pouvoir bénéficier de ces nouveaux équipements !

LES PROJETS EN CHIFFRES

COÛT HT

561 378 €

SUBVENTIONS

105 867 €

DÉPARTEMENT

101 098 €

PMM (fonds de concours)

29 863 € (tranche 1)

RÉGION

DÉCOUVERTE

Bibliothécaire, tout un métier !

Située au Centre culturel Jean Ferrat, la bibliothèque municipale est un lieu de ressource à Cabestany où nombreux sont ceux qui aiment y venir pour s'évader grâce aux précieux conseils de nos bibliothécaires et aux animations proposées.

Le métier de bibliothécaire est défini, par nature, par sa mission de conseil mais savez-vous quel travail de fourmi est accompli derrière le rideau... ?

LE SERVICE D'ACCUEIL MAIS PAS QUE...

L'équipe de la bibliothèque, Alice, Emmanuelle, Jérémie et Noémie, accueille les usagers en mettant tout en œuvre pour répondre à leurs besoins. Cela se caractérise par diverses tâches comme la gestion des prêts, des inscriptions, les sollicitations par téléphone ou mail, les conseils de lecture, et enfin l'animation.

Lorsque la bibliothèque est fermée, les bibliothécaires accueillent d'autres publics comme les scolaires, les Accueils de loisirs, la Maison des quartiers... autour de rencontres ludiques.

EN COULISSE !

Insoupçonnées du public, beaucoup d'autres missions mobilisent les bibliothécaires pour permettre le bon fonctionnement du lieu.

• LE TRAVAIL SUR LES COLLECTIONS, LES REVUES ET LES FONDS

Les supports (romans, essais, albums pour les petits, bandes dessinées...) sont répartis entre les membres de l'équipe avec un travail régulier de veille documentaire réalisé.

Lorsque les ouvrages sont réceptionnés, il faut alors les équiper puis les cataloguer.

Lorsqu'ils sont rendus, les livres doivent être reclassés car un livre mal rangé est un livre perdu !

Ce sont 43 titres de revues qui sont proposés pour lesquels il faut gérer les abonnements, les récupérer chez le marchand de journaux mais aussi les réactualiser dans les bacs.

Suivez l'actualité de la bibliothèque dans l'Agenda ou en téléchargeant son programme sur www.ville-cabestany.fr

Enfin, les livres ne sont pas éternels ! Ils peuvent s'abîmer ou devenir obsolètes, et certains ne sont plus empruntés. C'est pourquoi chaque année au mois de juin, la bibliothèque ferme ses portes pour son grand « désherbage » selon des critères bien précis.

• LE TRAVAIL ADMINISTRATIF

Être bibliothécaire est aussi une affaire de chiffres avec pour feuille de route, le suivi du budget attribué ! Outre l'acquisition de livres, de nombreuses dépenses sont réalisées avec l'achat de matériel. Les bibliothécaires doivent aussi réaliser des statistiques de fréquentation, d'emprunts... qui serviront à rédiger les bilans annuels ou les demandes de subvention.

Une fois les projets montés, place à leur organisation et à leur communication qui nécessitent des rencontres avec les autres services pour proposer un dépliant tous les deux mois !

• GRAINOTHÈQUE, JEUX DE SOCIÉTÉ, NUMÉRIQUE...

La réflexion sur les pratiques et outils est constante pour répondre aux besoins du public et à l'actualité.

Ainsi, c'est dans une démarche éco-responsable qu'une grainothèque est proposée de façon ludique à l'entrée de la bibliothèque pour favoriser le troc de graines.

La bibliothèque met à disposition également du public des outils numériques et des jeux de société.



EN CHIFFRES

1200
USAGERS ACTIFS

300
VISITEURS PAR SEMAINE

27 000
LIVRES ENVIRON
43 TITRES DE REVUES
+ 3 000 REVUES
+ 1 000 LIVRES ACHETÉS PAR AN



Bibliothèque municipale A. Stil
au Centre culturel J. Ferrat

Tél. : 04 68 50 82 95

PROPRETÉ

Collecte des déchets et bons usages

La gestion des collectes des déchets est effectuée depuis 10 ans par Perpignan Méditerranée Métropole mais la municipalité reste toutefois attentive à son bon déroulement. La maire détient des pouvoirs de police lui permettant de sanctionner l'abandon ou les dépôts illégaux de déchets. La propreté est l'affaire de tous pour profiter d'une ville propre et agréable. Adoptons les bons gestes !

STOP AUX INCIVILITÉS

L'abandon des déchets est un comportement irresponsable. Il est regrettable de constater des dépôts sauvages dans la nature et quelques fois au pied même des conteneurs qui transforment la zone en « déchetterie à ciel ouvert » dans un quartier.

Nous rappelons aux concernés que leurs déchets ne seront pas récupérés lors de la collecte, le mode opératoire de retrait ne le permettant pas. Parmi ses missions, la police municipale est garante de la salubrité publique et peut sanctionner en cas d'infraction.

Les dépôts sauvages sont interdits depuis la loi du 15 juillet 1975. Amende de 68 € à 1 500 €.

MES JOURS DE COLLECTE

Une tournée est réalisée chaque semaine pour les ordures ménagères et tous les 15 jours pour le tri sélectif (selon la semaine paire ou impaire).

Le planning est consultable en ligne sur les sites internet de Perpignan Méditerranée Métropole et de la ville.

Vos déchets verts et encombrants peuvent être retirés à votre domicile sur rendez-vous uniquement au 04.68.66.36.23 (modalités et dates de passage seront renseignées).

DÉPÔTS À VOTRE DISPOSITION

• **VERRE** : des conteneurs sont placés dans les quartiers. Le verre doit être déposé dans la journée et de façon consciencieuse pour éviter les débris au sol qui pourraient être dangereux pour les riverains et animaux.

• **RECYCLAGE TEXTILE** : plusieurs bornes sont mises à disposition dans la ville. Il est également possible de faire don de vos vêtements au Secours populaire de Cabestany.

• **DÉCHETTERIE** : située sur la traverse de Cabestany-Canet. Du lundi au samedi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30. Dimanches et jours fériés de 8h30 à 12h. Tél. : 04.68.67.51.25.

CÔTÉ POUBELLES, QUELQUES RECOMMANDATIONS...

• EFFECTUER UN TRI :

Les ordures ménagères produites par un foyer peuvent être recyclées. C'est pourquoi il est important d'effectuer un tri !

De plus, certains déchets peuvent être dangereux comme les solvants, seringues..., et ne doivent surtout pas être mélangés aux ordures ménagères.

• SORTIR SA POUBELLE LE JOUR J !

Le ramassage des déchets ménagers est fixé certains jours. Il est important



de ne pas sortir sa poubelle trop tôt par mesure d'hygiène et pour ne pas gêner le voisinage. La sortir la veille au soir ou le jour-même tôt le matin. Et la ranger rapidement après la collecte !

• EN CAS DE VENT :

Fréquent dans notre région, le vent soulève les couvercles de nos poubelles laissant s'envoler papiers et détritrus ! Pour pallier cela, il est conseillé de bien compacter ses déchets ou mettre du poids sur le couvercle.

• POUBELLE DÉFECTUEUSE :

Contactez la mairie au 04.68.66.36.23 en signalant la nature du problème. Le service vous renseignera sur la procédure d'intervention (changement, réparation...) et sur la date de passage...

Pour toute autre question relative aux collectes, veuillez contacter les services de Perpignan Méditerranée au 04.68.08.63.40.

Questions-réponses

"En passant le "Cabes'infos" a une parution mensuelle, est-ce que le coût pour la collectivité va être plus important ?"

Avec le passage de 5 magazines municipaux par an à 10, nous aurions pu nous attendre à une augmentation du budget alloué au "Cabes'infos". En abandonnant la publication tous les deux mois de la page d'information "Cabes'actu", en diminuant le nombre de pages du magazine et la taille de ce dernier, nous économisons un coût papier qui amène à un budget équivalent.

Votre question pour le prochain numéro !

Veillez rédiger votre question et l'adresser ou la déposer en mairie à l'attention de "Questions-réponses CABES'INFOS". Ou bien par mail à cabesinfo@cabestany.com. Celle-ci doit concerner un sujet d'intérêt général. Veuillez préciser vos coordonnées, les questions anonymes ne seront pas traitées.



*Bien grandir
à Cabestany*

À Cabestany, ce sont 11 agents territoriaux spécialisés des écoles maternelles dits "ATSEM" (soit un par classe, ce qui n'est pas le cas dans d'autres communes) qui travaillent auprès des maîtres.ses des écoles en accompagnant tout au long de la journée les enfants dans leurs activités.
Merci à Nahil, Raphaël et leur ATSEM, Livia.

RECETTE

La fameuse soupe de potimarron de Patrick



Patrick Jonkx

Si vous demandez aux écoliers de Cabestany quel est leur plat préféré à la cantine, il y a fort à parier qu'ils vous parleront de la soupe de potimarron de Patrick Jonkx, Chef de service restauration et responsable de production depuis 10 ans.

Bien que 730 repas en moyenne soient servis par jour sur la commune, Patrick privilégie une cuisine saine et traditionnelle ainsi que la qualité de ses produits. Les potimarrons utilisés pour sa soupe viennent d'un producteur bio de Eus.

Pour 10 personnes

- 2 kilos de potimarrons bio
- 2 oignons
- 1 tête d'ail
- 200 gr de beurre
- 300 gr de crème fraîche épaisse
- 100 g de flocons de pomme de terre
- 2 litres d'eau
- Muscade, sel, poivre blanc.

Pour 800 personnes

quantité faite à la cantine

- 100 kilos de potimarrons bio
- 5 kg d'oignons
- 2 kg d'ail
- 2 kg de beurre
- 10 kg de crème fraîche épaisse
- 2 kg de flocons de pomme de terre
- 120 litres d'eau
- Muscade, sel, poivre blanc.

Commencez par laver le potimarron, enlevez les graines et coupez le sans l'éplucher. Réservez.

Faites rissoler l'ail et les oignons dans le beurre jusqu'à obtenir une belle coloration, déglacez avec l'eau, plongez le potimarron et l'assaisonnement.

Faites cuire le tout pendant 1/2 heure puis incorporez la crème fraîche, les flocons de pomme de terre, pour épaissir, et mixez le tout jusqu'à obtenir une belle onctuosité.

Rectifiez l'assaisonnement.

C'est prêt, dégustez !

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le potimarron est une petite courge orange de la famille des cucurbitacées. Son nom scientifique est *Cucurbita maxima*. Il est issu du potiron et est originaire d'Amérique du sud.

Le potiron aurait été introduit au Japon par les navigateurs portugais vers 1541. Puis les japonais se prenant de passion pour cette courge l'ont reproduite et déclinée jusqu'à aboutir au "Kuri Kabocha", littéralement "potiron marron".

Le potimarron n'a été introduit en France que dans les années 50 mais son succès culinaire a fait qu'il s'est largement répandu et qu'on le cultive aujourd'hui sur tout notre territoire.

Cette courge a un goût de châtaigne et la consistance du potiron (d'où son nom) et sa peau est comestible.



Associations !

COC BADMINTON

La reprise des cours de badminton a eu lieu début septembre avec notre entraîneur François au gymnase départemental. Les cours ont lieu les jeudis, pour les enfants de 17h30 à 19h et pour les adultes de 19h à 20h30.

COLETTE OUDART TÉL. 06.13.45.28.91 OU
BAD66CABESTANY@GMAIL.COM

COC KICK BOXING

Discipline utilisant les techniques de poings et de pieds.

Cette section du COC s'inscrit dans une activité loisir incluant le développement du bagage technique et de la condition physique.

Cours dispensés par un moniteur diplômé d'Etat, un moniteur fédéral et un instructeur boxe anglaise pour perfectionnement des techniques de poings.

Ouvert à toutes et tous à partir de 12 ans. Complexe sportif Nelson Mandela. Mardi et jeudi de 19h à 20h30.

FALLOTIN FABRICE 06.58.92.39.39
FALLOTIN.F@GMAIL.COM

AIKIDO CABESTANY

Le COC Aïkido a reçu fin septembre les aikidokas des clubs du Comité inter départemental pour un stage qui a permis à chacun d'améliorer sa pratique, le tout dans une ambiance d'échange conviviale et bienveillante.

Nous vous invitons à venir faire un essai gratuit au dojo de la Germanor.

Aïkido enfants le lundi soir à 18h et adultes le lundi à 18h et le vendredi à 18h30.

L'AÏKITAÏSO vous accueille, pour une pratique féminine plus douce, le mercredi à 18h30.

PLEIN CENTRE

L'association propose aux jeunes de 8 à 14 ans, des cours de Tir à l'arc le mardi soir de 17h30 à 19h à la Halle des Sports du collège.

Un sport olympique qui développe les capacités motrices et la concentration des pratiquants, la première séance de découverte est gratuite.

Tarif annuel : 120 € matériel et assurance inclus.

INSCRIPTIONS / RENSEIGNEMENTS
5 RUE JULES VALLÈS
06.85.25.29.69 - 04.68.34.35.65.
JC.LU@CEGETEL.NET

CLUB DU TEMPS LIBRE

La rentrée du Club du Temps libre s'est très bien passée en septembre tous les adhérents ont été ravis de se retrouver et de partager à nouveau les mercredis après-midi dans la joie et la bonne humeur. Novembre, nous fêterons les anniversaires.

MME JOSETTE ZOUICHE - PRÉSIDENTE
06.15.02.71.16

COC BASKET

Le 26 juin, l'AG a rassemblé plus de 100 personnes, témoignant ainsi de la vitalité du club présidé par Isabelle Allaire. L'occasion de remercier les entraîneurs, les encadrants et les parents.

Mention spéciale à Cédric qui a reçu de Bruno Mariton une lettre de félicitations de la Ligue Occitanie, ainsi qu'Alexandre pour l'obtention de son diplôme d'arbitre départemental.

Montée en pré-nationale féminine et les U 15 filles finalistes du championnat.

Les séniors filles ont conservé leur titre de championnes départementales, tandis que les U 11 filles ont atteint la finale, sans succès.

L'équipe garçons (Région Masculin 3) a assuré son maintien.

SECOURS POPULAIRE

Braderie d'automne ouverte à tous dans nos locaux (près du parc Guilhem) le samedi 21 octobre de 9h à 12h30. Vous y trouverez des articles pas chers : vêtements, vaisselle, équipements divers, livres, jeux, jouets...

Vous pouvez venir farfouiller quel que soit votre revenu, votre participation solidaire nous permet d'aider des familles de Cabestany en difficulté.

CONTACT 07.49.00.25.80 - 17 RUE DES
PYRÉNÉES - CABESTANY@SPF66.ORG

AMICALE BOULISTE

Franc succès pour le concours annuel du club de Sport-Boules de Cabestany. 50 équipes doublettes sont venues se tester et c'est l'équipe Lopez (Pignan) qui remporte le Grand Prix de la ville (13 à 12) en finale face à l'équipe Cestari (Carmaux), déjà finaliste malheureux en 2022.

Du côté du challenge des anciens de l'ABC, l'équipe Bellio (Portet sur Garonne) remporte le trophée en se défaisant en finale de l'équipe Cazeneuve (13 à 5). Cap sur la saison 2023-2024 pour le club de l'ABC.

CAP D'ESTANY SARDANISTA

L'association a repris ses mardis sardanes de 17h30 à 19h15 à la salle Barboteu. De 5 à 90 ans, il est possible de danser et d'apprendre la sardane.

De nombreux moments de convivialité qui permettent des rencontres et de nombreuses activités de loisirs : sorties et animations dans le département et environs. Comme tous les ans l'association contribuera aux « Festes Catalanes » qui se déroulent au mois d'octobre.

CONTACT
CAPES.SARDANISTA66@ORANGE.FR

STEL'ARTS & CO

Cette année l'équipe de l'association a décidé en accord avec la commune d'intervenir au centre aéré pour l'enseignement de la sardane et de la danse catalane et préparer des chorégraphies qui seront présentées le 21 octobre au cours des « Festes Catalanes » avec la cobla « Très Vents quartemps ». Une initiative qui marquera le début d'une série d'actions, comme l'initiation à la danse pendant le séjour de jeunes allemands et polonais à Cabestany.

MME ARABIA 06.85.13.00.42

COC RUGBY XV

Le COC Rugby XV vous accueille à la Germanor, des Babys au Seniors.

Début de saison avec la coupe du monde de rugby en France très prolifique.

Les entraînements ont commencé et nous nous adaptons aux conditions de disponibilité des terrains avec l'aide de la mairie.

Le club organise la retransmission des matchs de l'équipe de France au Centre culturel et à la Germanor (cf. affiches).

Merci à l'implication essentielle de nos partenaires privé et public.

CONTACT SECRÉTAIRE AU 06.47.69.30.72.
PRÉSIDENT AU 07.86.33.83.98

COMITE DES FETES

Le Comité des fêtes organise son videgrenier le dimanche 1^{er} octobre dans le parc Guilhem. Les dossiers d'inscription sont à retirer au tabac.

Mardi 24 octobre : inscriptions la journée à la Germanor pour le marché de Noël (16-17 décembre) et Assemblée générale. Halloween fin octobre.

RENSEIGNEMENTS AU 06.61.81.28.39

Info

ASSISTANTE SOCIALE DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL

Permanence sociale : lundi, mardi, jeudi et vendredi matin au sein des locaux du CCAS.

Vous souhaitez prendre rendez-vous, contactez la Maison Sociale de Proximité Sud - site J. Mermoz au 04 68 08 21 00.

PERMANENCE DE LA PROTECTION MATERNELLE INFANTILE - PMI

Dans le cadre de la Protection maternelle infantile (PMI), le Conseil départemental assure une permanence d'un médecin et d'une puéricultrice chaque mois sur rendez-vous. Les consultations de nourrissons (0 à 6 ans) par le médecin PMI sont gratuites.

2^{ème} mardi après-midi du mois.

Prise de rendez-vous auprès des Maisons Sociales de Proximité :

MSP sud, 04 68 86 69 00 - MSP Moulin-à-vent, 04 68 54 05 69.



Kiosque



Agenda



Loisirs enfants



Loisirs jeunes



Au cinéma



Menu cantine



Facebook



Instagram



Plus d'information sur www.ville-cabestany.fr

État civil

Naissances

JUILLET (SUITE)

EL OUARDI Mira

TALEB Ali

JOUSSET INGHELIS César

AOÛT

AAOUALI Célyan

GARCIA Clémence

GAZQUEZ Lina

HAMADACHE Ilyes

MJOUN Paola

PATOT Léandre

URIA Lina

Décès

JUILLET (SUITE)

AUTONES Michel

CANTAREL Huguette

CERIZOLA François

COCULA Emile

AOÛT

CALVET Renée

MARTI Marie-Rose

MARTINEZ Grégory

NEUTZNER Gladys

PORTUGUES Nicolas

SALES Alain

SALES Julie

Mariages

AOÛT

CIRAVOLO Anthony et

BIGOTTE Pauline

CORNELLA Franck et

MATELOT Valérie

DESPLAN Yann et PASTOR

Alexandra

OUAZENE Hadj-Abdelkader et BOSSLER Linda

Tribunes de l'opposition

Groupe de Philippe Gleizes

On connaît toutes les faiblesses de l'urbanisme cabestanyenc et ces mêmes phrases qui reviennent sans cesse : « Le village ne vit pas », « Impossible de s'orienter », « Cité dortoir »... C'est là tous les griefs fait à Cabestany. Cela doit changer car il n'est point de fatalité irrévocable et des solutions existent. Nous sommes prêt à en débattre. Il faut néanmoins également tenir compte des problèmes environnementaux, (eau, économie du foncier, développement des circuits courts, ...) qui doivent guider nos nombreux nouveaux choix dans le domaine de l'urbanisme. La mairie le pressent, pour toutes ces raisons, il est temps d'agir. Elle a ainsi organisé une journée d'échange avec les élus

supervisée par des professionnelles du développement urbain sur 3 thèmes. L'agriculture, le centre-ville et le développement résidentielle de la ZAD. Au vue du rapport des conclusions de cette journée, dont nous ne pouvons révéler le contenu, nous avons le sentiment que rien ou presque n'a été retenu de ces échanges et que la mairie n'est pas prête à évoluer. Seule certitude, la commune va poursuivre son développement résidentiel comme ces 40 dernières années sans le moindre changement notable, sans imaginer Cabestany dans 25 ans, sans tenir compte de notre environnement. Il semble urgent d'ouvrir le débat lors d'un prochain conseil municipal.

Colette Appert - Francisco Fernandez

Il est urgent de conserver et de protéger les espaces ou poumons verts de la commune.

Le bétonnage anarchique, très en vogue ces derniers temps, nous a bien montré les limites du supportable.

Il semblerait que la planète va souffrir de la surpopulation, mais que voulons nous pour nos enfants ?

Les espaces intra-muros non construits doivent être préservés car ils servent d'éponge afin de pallier les caprices du ciel.

Nous avons la chance de vivre sur un territoire privilégié. Alors non aux cages à lapins sans âmes.

La densité est l'ennemie du bien vivre ensemble. La mixité oui mais la concentration non.

Stop au bétonnage incontrôlé.

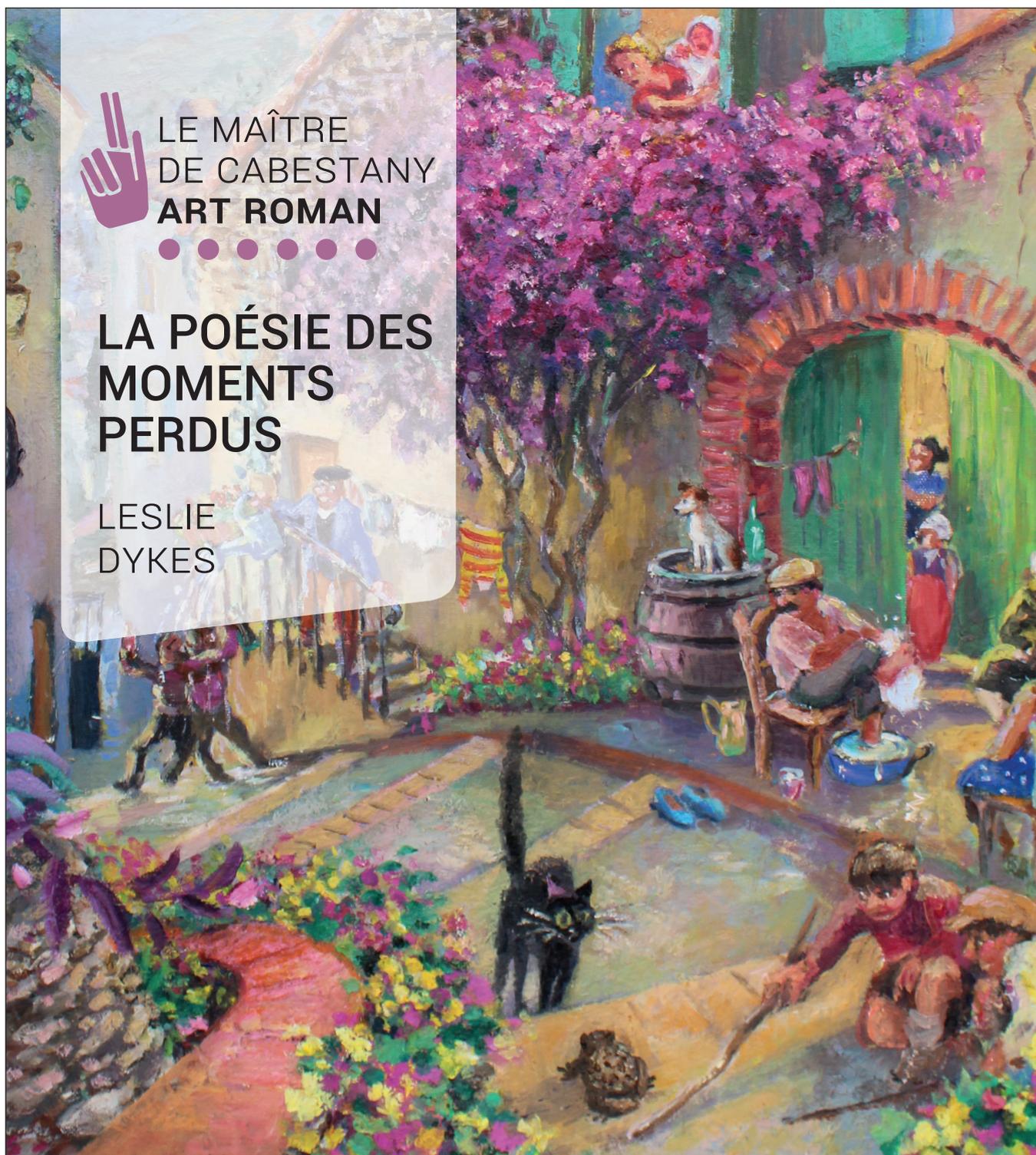


LE MAÎTRE
DE CABESTANY
ART ROMAN



LA POÉSIE DES MOMENTS PERDUS

LESLIE
DYKES



DU 5 OCTOBRE 2023
AU 3 JANVIER 2024

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE : 10H > 12H30 ET 13H30 > 18H

CENTRE DE SCULPTURE ROMANE PARC GUILHEM - 66330 CABESTANY

04 68 08 15 31 - WWW.MAITRE-DE-CABESTANY.COM





Tous à vélos ▶



Ouverture de la Saison théâtrale ▶



Fresque pour la paix, Maison des quartiers



◀ Rentrée scolaire 2023 et visite de la Directrice académique départementale ▶



Découvrez toutes les photothèques sur
www.ville-cabestany.fr

