

Le Moulin d'Aude rouvre ses portes le samedi 6 avril, du mercredi au dimanche 10h-19h et à partir du 15 juin le Moulin d'Aude sera ouvert du mardi au dimanche 10h-19h.

Très heureux de vous retrouver pour la saison 2024, avec bien-sûr des nouveautés à proposer pour les produits d'épicerie locale ainsi que de beaux objets, meubles et bibelots pour la brocante.

Sans oublier le jardin et ses petits aménagements pour vous recevoir au mieux.

A partir de la mi-juin des petits événements surprises viendront égayer le Moulin d'Aude.

Merci de votre venue et à très vite.
Moulin d'Aude



A VOS JEUX et A VOS AIGUILLES

En toute sympathie, l'association ANIM' ALET vous invite à partager des moments ludiques. Avant une mise en place et un calendrier pour la rentrée, nous vous proposons, à la médiathèque d'Alet, des rencontres :

Jeux de société, jeux de scrabble, monopoly etc

le mardi 14 mai à 15 heures
le mardi 11 juin à 15 heures
le mardi 2 juillet à 15 heures

Parallèlement un atelier crochet/tricot sera également ouvert

Une animatrice sera présente pour vous montrer les bases, et plus si nécessaire.

Un goûter partagé autour d'un café/thé clôturera ces après-midis

Renseignements/inscriptions 06 25 22 42 86 ou animalet@outlook.fr

THEATRE

Anim' ALET frappe les 3 coups !!

Un atelier théâtre va être proposé aux villageois, afin de présenter un spectacle pour les enfants lors des fêtes de fin d'année. L'association prend en charge les frais du metteur en scène.

Une participation de 5€ euros sera demandée par personne pour toute la durée des répétitions (frais assurance et divers) de la mi-septembre jusqu'au début décembre.

A ce jour 7 inscriptions, le nombre n'étant pas limité n'hésitez pas à vous faire connaître. Les rencontres se feront à la médiathèque d'Alet de 15h30 à 17 heures tous les mercredis selon période citée ci-dessus.



Merci à l'Office de tourisme du Limouxin et à ses agents de mettre si bien en avant et en valeur notre patrimoine, cette grande bâche est visible dans les locaux de l'office de tourisme à Limoux, impossible de la louper.

Ce jeudi 4 avril auront lieu les premières rencontres du tourisme, organisées par l'OT du Limouxin.

Les chasseurs du rallye de St Salvayre organiseront le repas de Pentecôte. Les tickets seront à prendre et à payer au point accueil Abbaye. Information à suivre

Mail : accueilabbaye@aletlesbains.com
Site : www.aletlesbains.com
Facebook: Abbaye d'Alet-les-bains



MENTIONS LEGALES

Edition et impression : Mairie d'Alet les Bains
Responsable de l'édition : Stéphanie GUILHEM



LA GAZETTE D'ALET

N°42 Avril 2024



« De l'ocre des pierres aux reflets bleus des sources.... »

Intéressé par la vie du village, pensez à vous inscrire pour recevoir la gazette. communiquer votre mail pour connaître toutes les nouvelles.

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Ouverture de la mairie

L'accueil physique et téléphonique se fera du lundi au jeudi de 10h à 12h et de 14h à 16h
Et le vendredi de 10h à 12h
04 68 69 95 00/ mairie.alet@wanadoo.fr

Du 24 Mars au 31 Mai, le Point Accueil Abbaye sera ouvert tous les jours de 14h à 18h et weekend et jours fériés de 10h à 12h et de 14h à 18h. L'Agence Postale est ouverte mardi et jeudi de 14h à 17h et samedi de 10h 12h

Prochaine collecte des encombrants : le mardi 30 Avril

Nous vous rappelons que le dépôt est limité à 1m3

Pensez à vous inscrire en mairie et afin de préserver la beauté de notre village, veillez à ne les sortir que le lundi soir.

collectes des déchets verts, les mercredis 10 et 24 Avril.

Inscriptions obligatoires en mairie par téléphone ou par mail

Haute Vallée

Lidwine et Inès : une vidéo sur le cancer du sein... pour tous

La vidéo lancée sur les réseaux sociaux en novembre dernier pour sensibiliser aux cancers du sein pour tous a fait le buzz. Sans compter ses partages, elle atteint les 30 000 vues répertoriées. Rencontre avec celles qui l'ont créée : Lidwine Cavalier, infirmière libérale spécialisée, et Inès Kouider, étudiante en communication, respectivement metteuse en scène et technicienne pour un budget de 0 €.

Vous avez mêlé pour cette vidéo plusieurs ingrédients et abordé le problème des cancers du sein tant chez la femme que chez l'homme d'une manière fort originale, racontez-nous...
Lidwine. Nous avons souhaité sortir des messages habituels qui n'attirent plus vraiment l'attention. Notre visuel est à la fois court, percutant et pédagogique. Les acteurs et actrices membres de l'équipe de rugby Arpal sont des personnes connues de tous en Haute Vallée, ils sont on ne peut plus naturels. Ils ont tous accepté de se pré-

ter à notre caméra euh... téléphone, pour le coup. Au début dubitatifs, les garçons qui ont appris qu'ils pouvaient être atteints du cancer du sein, ont été partants et sont même allés de l'avant pour être plus persuasifs. Les filles ont eu leur part d'engagement. Le fait que les joueurs du ballon ovale dont l'image met en avant la stature, la force et un brin de virilité débordante,

« Si les gars veulent faire un truc pour Mars bleu... »



Emile et Romain.

aborder les cancers du sein et même la palpation a été une idée géniale. Notre vidéo a fait sauter nombre de tabous, car nous avons réussi le tour de force à la fois de dédramatiser le sujet tout en entrant dans l'intimité de chacune des personnes qui visionnent le clip.
Inès. Je suis étudiante en communication en alternance. Le sujet du cancer est un thème sensible. Lidwine, de par sa formation et sa compétence, m'a permis de bien cerner le public visé. Nous avons échangé sur le message



De gauche à droite : Inès Kouider et Lidwine Cavalier.

précis à transmettre. Ma difficulté technique a été le son, j'ai dû beaucoup travailler pour enlever les parasites et bien faire ressortir les phrases prononcées par nos acteurs. La gestuelle peu embarrassée et directe est percutante, les propos tout autant. Au montage, le format de 1 mn 10 s'est avéré suffisant pour faire passer de façon ludique le message, alors que le sujet ne l'est pas vraiment. Le lieu de tournage n'est pas anodin : sur le stade lors de deux entraînements pour une expression directe, torse nu pour les garçons, l'empreinte n'en est que plus forte.

Comment vous est venue l'idée ?
Lidwine. On s'attache chaque année à Octobre rose le mois dédié à la prévention du cancer du sein, alors que la prévention c'est chaque jour. Mais pour Octobre rose, je n'ai pas trouvé cette année de barman pour initier une animation sur le territoire. J'en ai parlé autour de moi et j'ai croisé Inès par hasard, qui m'a apporté sur un plateau une réponse différente et décalée.

Le fait d'être des femmes vous a aidées ?
Inès. Le fait que nous soyons des fem-

mes et parlions avec nos âges respectifs (20 et 40 ans) du sujet a à la fois rassuré et bousculé nos rugbymen, c'est sûr.
Lidwine. Il nous a semblé que nous pouvions tout dire, ... et nous l'avons fait !

Comment voyez-vous l'avenir ?
Inès. L'aventure est géniale. Le projet et sa concrétisation sont valorisants professionnellement et socialement. Je remercie beaucoup les participants pour leur engagement. Maintenant, si les gars veulent faire un truc pour maes bleu...
On y réfléchit, mais il faut surprendre, varier et savoir se faire entendre peut-être pas sous la même forme. Mais nos idées fourmillent, croyez-moi ! En tout cas, nous y travaillons, il y aura un futur.
Lidwine. Notre vidéo pourrait faire le tour de France, cela serait extraordinaire et permettrait à l'apprentissage de la palpation d'avancer et à la mortalité de reculer. Cette vidéo pourrait être diffusée dans les salles d'attente de tous les membres du corps médical... Nous aimerions tous qu'elle soit visionnée et révisonnée, partagée, qu'elle circule... Elle a fait le buzz et mériterait de le faire beaucoup plus encore !

Propos recueillis Cathy Mercier

» Pour visionner la vidéo : sur Facebook - MédicalafayetteLadouce - ou sur Instagram - medicalafayette Hautevallée



En Mars à Alet

A l'école d'Alet

La semaine des langues étrangères

Une semaine de découverte et de rencontre, avec des villageoises bilingues et heureuses de partager des animations dans leur langue maternelle, merci à Christine et à Antoinette. Isabelle nous a régalié de spécialités espagnoles et anglaises, Fish et chips, paella, crumble, tapas.... Pendant l'animation médiathèque du lundi, les enfants ont travaillé sur les différents alphabets.

Nettoyage du jardin du city

Le 12 mars dernier nous avons trouvé des déchets au city stade, derrière l'école. Nous avons ramassé beaucoup d'emballages, un essuie-glace et plein d'autres choses. La plupart de ces déchets peuvent être recyclés, des sopalins, du verre. C'est dommage de les trouver dans la nature.

signé : Les enfants de l'école.

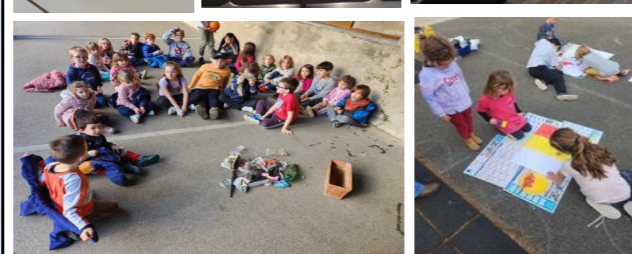
Aidons les à tenir propre les parties communes de notre village.

Sécurité routière

Des professionnels de la sécurité routière sont intervenus ce mois auprès de l'école, afin d'expliquer les dangers de la route. C'est fièrement que les enfants ont reçu un smiley et un bracelet réfléchissant pour être bien vu des voitures sur le chemin de l'école.

Handisport à l'école

Afin de mieux comprendre les difficultés mais aussi le plaisir de pratiquer un sport même en situation d'handicap, les enfants ont expérimenté le sport en fauteuil roulant et une activité yeux bandés



Depuis plusieurs semaines, dans le cadre de « moi seniors », des séances de sophrologie sont dispensées gratuitement à la mairie. D'après ces dames, elles dorment mieux et sont plus relaxées.



En Avril à Alet

« Est-ce que Dieu est d'origine étrangère ?... Tu pourrais manger une vache que tu connais ?... On peut parler sans avoir quelque chose à dire... Je vis dans un monde papier peint... Le ciel est bas, la ville est sale, il y a trop de gens partout... »

Deux femmes affirment, s'interrogent et s'accusent mutuellement d'être comme Louise, celle qui dit, achète, mange ou fait n'importe quoi. Deux personnages génériques d'une société angoissée qui se regarde et parle d'elle-même sur fond de trahison ordinaire... Cruel et risible !

Durée 1h10 à partir de 12

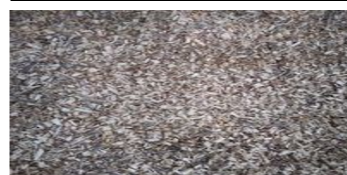


Cours de peinture à l'huile

Mme Cornou, par le biais de l'association des artistes alétois propose un mardi après midi par mois des cours et des conseils pour la pratique de la peinture à l'huile. Rendez vous à la médiathèque le mardi 30 Avril à 14h. Seule condition, s'acquitter des 10 euros de cotisation à l'association. Une belle façon de s'initier à la peinture et de se retrouver. Inscription au 06 58 72 80 89



Mise à disposition du broyage de platane au PAJ, pour le paillage des plantations. Du 2 au 5 avril et du 8 au 12 avril de 8h30 à 16h.



Vos chocolats de Pâques ne sont pas encore achetés, une visite de dernière minutes ou tout simplement un envie soudaine de chocolat. Des gourmandises de Nougaret vous attendent au Point Accueil Abbaye



Afin d'envisager une réouverture de la médiathèque, nous aimerions que les usagers vérifient chez eux, s'ils n'ont pas des ouvrages appartenant à la médiathèque ou à la bibliothèque départementale. Vous pouvez les ramener au point accueil abbaye tous les après midi de 14h à 18h.

Merci de votre coopération.