

Aussillon

notre ville

Mon quartier,
des arbres



NOTRE VILLE Budget, chaque euro compte P.4 | **LES ENTREPRENEURS TÉMOIGNENT** Transmission d'entreprises P.6 | **L'ANNUAIRE** Les associations P.15 | **LA GRIFFE** La sécurité routière avec le CMJ P.22 | **CULTURE ET PATRIMOINE** Le mécénat avec Transport Blazquez P.23 | **SPORTS** La force est avec Angela P.28-29 |

3F Occitanie

Groupe ActionLogement

**Avec un patrimoine
de près de 10 000 logements
locatifs en Occitanie,
notre vocation est de garantir
à chacun un habitat
abordable et de qualité,
protecteur et durable**

12, rue Jules Ferry - 81200 Mazamet
Tél. 05 63 97 83 06
commercial.81@groupe3f.fr
www.groupe3f.fr

Mon quartier, des Arbres

Le programme « Mon Quartier, des Arbres » se poursuit à La Falgalarié. Ce projet est financé à 80% par la Région, le Fonds Vert et l'Agence de l'Eau Adour-Garonne. Il a été imaginé par le Conseil citoyen du quartier afin de renforcer la présence d'arbres dans l'espace public.

L'objectif est double : mieux protéger les habitants face aux effets du dérèglement climatique et sensibiliser les plus jeunes à la nature en ville.

Après les plantations déjà réalisées, une nouvelle étape vient d'être franchie. 43 arbres supplémentaires ont ainsi été plantés : érables, frênes, chênes, amélanchiers, arbres de Judée, ainsi que plusieurs arbres fruitiers comme des figuiers, abricotiers et cerisiers.

Ces plantations participent à la transformation du quartier de La Falgalarié, engagé dans une importante rénovation urbaine avec 3F et la commune. Pas à pas, le quartier se réinvente et offre à ses habitants un cadre de vie plus agréable, plus vert et plus durable.

Aussillon

notre ville

BULLETIN D'INFORMATION MUNICIPAL

ÉTÉ 2026 - Tirage 3000 exemplaires

Responsable de la publication : **Philippe Colombani**
Publicité / Rédaction / Conception : **Mairie d'Aussillon, Bruno Masarotto, Philippe Colomb, service communication, Philippe Colombani.**
Photos : **Mairie d'Aussillon ou crédit.**
Relecture : **Cécile Laharie et Philippe Colomb**
Conception graphique : **PHOLLO - L. Frézouls**
Impression : **Imprimerie Escourbiac - Graulhet**

Mairie d'Aussillon :

Service communication - BP 541 - 81 208 AUSSILLON Cedex
Tél. : **05 63 97 71 80**
Mail : **service.communication@ville-aussillon.fr**

Pour recevoir Aussillon, notre ville :

Des membres de votre famille ont quitté Aussillon pour des raisons professionnelles, familiales ou autres, vous désirez leur faire partager la vie de votre commune, pour cela, communiquez leurs coordonnées au Service communication de la Mairie d'Aussillon, la municipalité sera heureuse de leur faire parvenir le bulletin municipal.



Horaires d'ouverture

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h - 12h	9h - 12h	9h - 12h	9h - 12h	9h - 12h
14h - 17h	(sur rendez-vous uniquement)	14h - 18h	(sur rendez-vous uniquement)	(sur rendez-vous uniquement)

■ NOTRE VILLE

Budget, chaque euro compte P.4

La maison de la justice recrute ses futurs bénévoles P.5

■ LES ENTREPRENEURS TÉMOIGNENT

Transmission d'entreprises P.6

Témoignages P.7

Le tour des entreprises ... P.8-9

■ COUP DE POUCE

ASSA, une association indispensable P.10

Stéphane Lapouille P.11

■ LES RISQUES MAJEURS

DICRIM P.12-13

■ AUSSILLON SE MODERNISE

De nouveaux investissements P.14

■ L'ANNUAIRE

Les associations aussillonaises P.15 à 18

■ PRATIQUE

Des mesures contre les termites P.19

■ PORTRAIT

Alexia Piette-Bruckert P.20

Sandra Mao P.21

■ CONSEIL MUNICIPAL JEUNES

Sécurité routière, campagne de sensibilisation P.22

■ CULTURE ET PATRIMOINE

L'expérience de mécénat avec Transports Blazquez P.23

Été 2026, la culture dans tous ses états P.24-25

Rencontres 2026, tout le programme P.24-25

■ SPORTS

La force est avec Angela P.28-29

Robert Vidal, un siècle de passion P.30

■ Tribune / Etat-civil P.31



Depuis plusieurs années, Aussillon avance grâce à une conviction simple : l'avenir se construit collectivement.

À travers les pages de ce magazine, vous découvrirez des femmes et des hommes qui entreprennent, transmettent, innovent ou s'engagent au service des autres. Des chefs d'entreprise qui préparent l'avenir de leur activité, des bénévoles qui font vivre nos associations, des commerçants qui participent au dynamisme local, des jeunes qui s'investissent dans la vie citoyenne ou encore des habitants qui contribuent à faire d'Aussillon une commune vivante et solidaire.

Cette richesse humaine constitue notre plus grande force.

Notre rôle d'élus est de créer les conditions qui permettent à ces initiatives de grandir : investir dans les équipements publics, accompagner le tissu associatif, soutenir l'activité économique, améliorer le cadre de vie et préparer l'avenir avec confiance.

Cette confiance, nous la devons également à tous ceux qui font vivre notre commune au quotidien : habitants, bénévoles, entrepreneurs, commerçants, agents municipaux et partenaires.

L'été qui s'ouvre sera une nouvelle occasion de partager des moments de convivialité grâce à une programmation culturelle et associative particulièrement riche. J'espère que chacun pourra en profiter pleinement.

Je vous souhaite à toutes et à tous un très bel été à Aussillon.»

Fabrice Cabral
Votre Maire

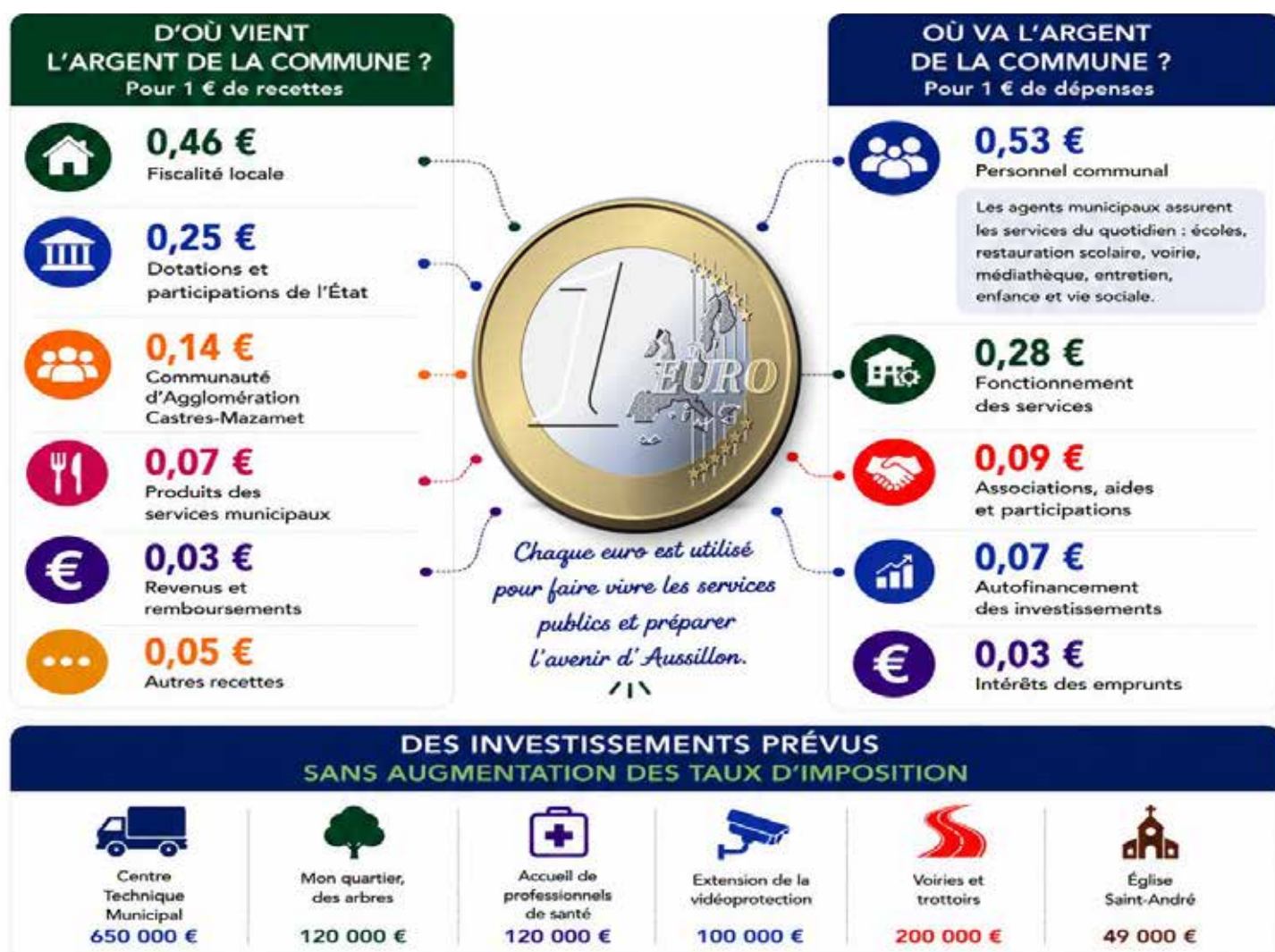
Chaque euro compte

Le budget primitif 2026 traduit les priorités de la commune : maintenir des services publics de qualité et de proximité, entretenir notre patrimoine communal, améliorer le cadre de vie et poursuivre les investissements utiles au quotidien des habitants.

Sans augmentation des taux d'imposition, la commune poursuit ses projets grâce à une gestion rigoureuse, à son autofinancement et au soutien de ses partenaires institutionnels.

Cette infographie vous permet de comprendre simplement d'où viennent les recettes de la commune, comment elles sont utilisées et quels sont les principaux investissements prévus en 2026.

Comprendre simplement comment la commune utilise votre argent au quotidien



CE QU'IL FAUT RETENIR

- ▶ Pas d'augmentation des taux d'imposition
- ▶ Des services publics maintenus
- ▶ Une gestion responsable et cohérente
- ▶ Des investissements utiles pour les habitants
- ▶ Une commune qui prépare l'avenir

Le mot du maire

“ Notre priorité : gérer avec sérieux tout en continuant à investir pour Aussillon. ”

LA MAISON DE LA JUSTICE

recrute ses futurs bénévoles

▼ **Litige de voisinage, questions de famille, droit du travail ou simple besoin d'orientation... ?**

▼ **La Maison de la Justice et du Droit (MJD) offre un point de repère gratuit et confidentiel pour tous les citoyens. En toute confiance et à proximité.**

Que fait la Maison de la Justice et du Droit ?

L'accueil est gratuit, anonyme et confidentiel. Face au jargon juridique et à la complexité des procédures, on peut vite se sentir démuni. C'est là qu'intervient la MJD. Véritable trait d'union entre les citoyens et leurs droits, elle n'est pas un tribunal, mais un lieu d'écoute et de conseil. Ici, l'objectif est simple : rendre la justice accessible à tous, sans distinction de revenus.

Un lieu de solutions, pas de complications. Que vous poussiez la porte pour une consultation avec un avocat, une médiation pénale ou un rendez-vous avec le délégué du Défenseur des Droits, l'accueil est le même : bienveillant et gratuit. La MJD permet notamment de désamorcer les conflits du quotidien avant qu'ils s'enveniment, offrant ainsi une alternative aux longs procès.

Devenez un maillon essentiel : la MJD recrute !

Pour renforcer son action et maintenir ce lien de proximité si précieux, la MJD recherche aujourd'hui de nouveaux intervenants.

Quel est le profil recherché ? Nul besoin d'être un expert en droit. Il s'agit avant tout de personnes dotées d'un vrai sens de l'écoute, de diplomatie, d'une envie sincère d'aider les autres et d'une discrétion absolue.

En tant que bénévole, les missions sont variées :

- Accueil et orientation : rassurer les usagers, les diriger vers le bon interlocuteur.
- Aide administrative : accompagner ceux qui peinent à remplir un dossier ou à comprendre un courrier officiel.
- Soutien aux actions de prévention. Sensibilisation dans les écoles ou les quartiers.

S'engager à la Maison de la Justice et du Droit, c'est agir concrètement pour l'égalité des chances et la paix sociale dans notre commune. C'est une expérience humaine riche, où chaque dossier traité est une petite victoire contre l'exclusion.

**Vous avez un peu de temps et beaucoup d'empathie ?
Appelez-nous et parlons-en !**

Infos pratiques

Maison des Associations, 41 rue Galibert Pons, 81200 Mazamet
Ouvert du lundi au vendredi 14h00 – 17h30

Contact : mjd-mazamet@justice.fr / 05 63 97 77 35

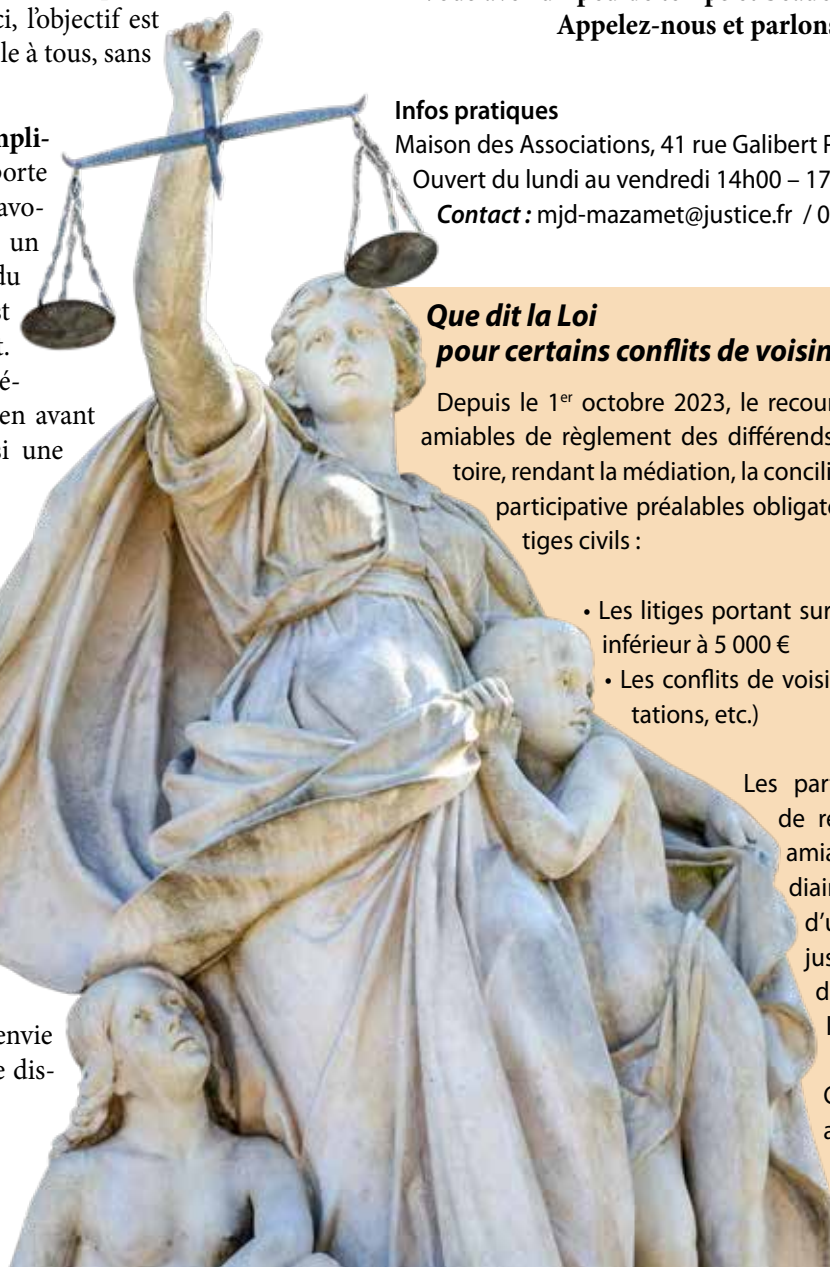
Que dit la Loi pour certains conflits de voisinage ?

Depuis le 1^{er} octobre 2023, le recours aux MARD (Modes amiables de règlement des différends) est devenu obligatoire, rendant la médiation, la conciliation ou la procédure participative préalables obligatoires pour certains litiges civils :

- Les litiges portant sur un montant égal ou inférieur à 5 000 €
- Les conflits de voisinage (bornage, plantations, etc.)

Les parties peuvent choisir de rechercher un accord amiable par l'intermédiaire d'un médiateur, d'un conciliateur de justice ou d'une procédure participative avec l'aide d'un avocat.

C'est une alternative au procès pour résoudre un conflit.





LA TRANSMISSION DES ENTREPRISES

Un enjeu-clé de **dynamique territoriale**

Des entreprises se créent, d'autres disparaissent et c'est ainsi que le système économique se renouvelle, via notamment l'innovation. L'économiste allemand Joseph Schumpeter a décrit ce phénomène comme celui de la destruction créatrice. Une question d'autant plus actuelle avec les enjeux et défis des nouvelles technologies, comme l'intelligence artificielle et le cloud.

A côté de ces enjeux stratégiques, une autre question se pose au quotidien, beaucoup plus pragmatique, pour les entrepreneurs ou les commerçants. Celle de la pérennité de leur entreprise ou de leur commerce. Qu'en disent les spécialistes ?

« La transmission est un enjeu essentiel pour notre économie. Or, depuis 20 ans, nous assistons à un vieillissement continu de la population des dirigeants de PME-ETI, et paradoxalement, à une baisse du nombre de transmissions, ce qui conduit à la destruction d'emplois et de valeur dans nos territoires. » (Bpifrance)

L'Insee (Institut national de la statistique et des études économiques) écrivait en 2018, pour notre région: « En Occitanie, 34 800 dirigeants non-salariés de petites et moyennes entreprises, âgés de 55 ans ou plus, vont atteindre l'âge de la retraite dans les prochaines années et la question de la transmission de leur entreprise va se poser.

L'importance de la continuité de ces entreprises est d'autant plus

grande qu'une sur trois est employeuse et que 80 700 emplois pourraient disparaître dans la région faute de repreneurs.

(..) La question de la transmission d'entreprise au départ de son dirigeant est importante également dans les territoires à dominante rurale où le maintien des commerces et des services du quotidien est en jeu. »

Et Aussillon ?

Le Mag a recueilli les témoignages de plusieurs dirigeants sur des transmissions réussies.

Pour en savoir plus :

Consulter le site de Bpifrance ou le dossier Les Thémas n° 30 de la DGE. Les transmissions d'entreprises : tendances, défis et enjeux pour l'économie française.

Et les conseils des Chambres de commerce et d'industrie et des métiers et de l'artisanat.

www.cm-tarn.fr/transmettre-comment-s-y-prendre/

www.tarn.cci.fr/entreprendre/transmettre-son-entreprise

Daniel Rouanet

61 ans - Cosmer, produits cosmétiques et liquides pour vapotage, 50 salariés

« Tout d'abord, en tant que membre du club « Bleu et Noir » du Sporting Club mazamétain, qui réunit des entrepreneurs, j'ai noté une tendance récente et forte à la reprise des sociétés par les enfants des dirigeants. Ce phénomène s'est accentué avec le « retour au pays » des jeunes pendant la période du Covid. Les jeunes préfèrent devenir patrons dans leur région natale plutôt que cadres dans une grande-ville ou loin de chez eux.

Quant à Cosmer, Pauline (30 ans), ma fille aînée, devrait reprendre l'entreprise, dans laquelle elle est salariée depuis quatre ans. Pour l'instant, je m'efface petit à petit et lui laisse de plus en plus de responsabilités, notamment pour le secteur de la cosmétologie. Je trouve ça intéressant de transmettre à ma fille, comme mon père l'a fait avec moi. »

Paul Guiraud

« Guiraud Distribution » - distribution alimentaire, 21 salariés

« La transition sera effective fin 2026, quand papa (William Guiraud, 61 ans) prendra la retraite. Je m'occupe de la partie opérationnelle et mon beau-frère, Emmanuel Chaubard, des finances et de l'administratif. Le but est de garder l'esprit familial tout en développant l'entreprise, passée de 8 salariés en 2016 à mon arrivée à 21 aujourd'hui. Le chiffre d'affaires a été multiplié par 2 et ½ (8 M€). Papa a acheté la société de boyaux naturels pour la fabrication de charcuterie en 1996. Il l'a faite grandir. Avec Emmanuel, nous allons tâcher de la faire prospérer tant sur la structure que sur les process. A 19 ans, j'ai repris une entreprise du même secteur dans l'Aude, que nous avons fusionnée avec Guiraud Distribution après quatre ans pour constituer une seule entité. J'ai cédé la société « Paul Guiraud » en échange de parts de « Guiraud Distribution ». La transmission s'est donc réalisée progressivement et en souplesse. »

Kate Mugford et José Gonzalez

« La Musique du Pain », boulangerie-pâtisserie, 5 salariés

« Nous cherchions, explique José Gonzalez, un commerce avec des conditions précises au sud de la Loire. Ce qui nous a plu à Aussillon, c'est le four à l'ancienne, qui a repoussé pas mal de repreneurs, d'ailleurs. La transition a été assez fluide. Les anciens propriétaires nous ont accompagnés pendant un mois. Ce qui a été déterminant, ce sont les subventions de la Région, le soutien du Moulin Batigne et, bien sûr, le prêt complémentaire de la banque. Je souligne aussi l'accueil et la relation avec la mairie, qui a été à notre écoute. » Kate Mugford évoque, elle « le potentiel de progression du local, qui disposait d'un laboratoire spacieux et propre, permettant de travailler dans de bonnes conditions. »

Olivier et Thibault Carayol

59 ans et 32 ans - L'atelier de maroquinerie Sun Belt conception et fabrication de ceintures et de sacs, 80 salariés

« La transmission est en cours depuis 2024. Mon fils Thibault, qui travaille ici depuis neuf ans, reprend l'affaire. Nous avons souscrit un « pacte Dutreil » qui facilitera la reprise. Dans un premier temps, j'ai transmis la moitié des parts à mes deux enfants. Dans quelques années, Thibault devrait me racheter les parts restantes. Nous avons créé une société ad hoc pour procéder progressivement à la transition sur plusieurs années. » Thibault Carayol (32 ans) récapitule le processus de passation entre son père et lui : « Je suis rentré dans la société pour aider mon père dans la partie organisationnelle et pour faire passer un cap à l'entreprise, qui comptait une vingtaine de personnes en 2017. On devrait atteindre la centaine de salariés cet été. Nous souhaitons rester une société familiale et continuer l'activité dans ce cadre. »

Manuel Blazquez

Transport routier et logistique, 40 salariés

« Nous avons dix ans d'avance en matière de transmission. J'ai pris un coach pour la préparer durant les neuf prochaines années. Ce professionnel va nous fournir les outils, la réflexion et la montée en compétences pour réussir la succession. Ce sont ma fille (Lara) et mes trois neveux, David Baraillé, Maxime et Stéphane Zahil, qui vont reprendre l'entreprise. Ils sont déjà opérationnels dans notre société. C'était important de s'y prendre bien en amont. Nous avons également créé une holding patrimoniale et mis en place un comité directeur et une gouvernance. »

Pour en savoir plus :

Consulter le site de Bpifrance ou le dossier Les Thémas n° 30 de la DGE. Les transmissions d'entreprises : tendances, défis et enjeux pour l'économie française.

Et les conseils des Chambres de commerce et d'industrie et des métiers et de l'artisanat.

www.cm-tarn.fr/transmettre-comment-s-y-prendre/

www.tarn.cci.fr/entreprendre/transmettre-son-entreprise



Depuis l'été 2020, l'équipe municipale va régulièrement à la rencontre des investisseurs qui ont choisi Aussillon.

À ce jour, plus de trente entreprises ont fait l'objet d'une visite du maire et de ses adjoints. Créateurs d'emplois et de valeur ajoutée, les entrepreneurs sont une clé essentielle de compréhension des dynamiques d'un territoire et de son attractivité.

LA MUSIQUE DU PAIN

Du bon pain avec... *un supplément d'âme*

Vus sur M6, dans « La meilleure boulangerie de France », en mars dernier, Kate et José, désormais bien installés dans notre paysage aussillonnois, ont repris début 2025 l'enseigne du « Fournil d'Alexis », sur le très central square Eugène Guiraud.

C'est après de belles carrières dans le monde du marketing, de la communication et de l'informatique qu'ils ont retrouvé ensemble le chemin des fournils. Le père de José était boulanger...

Depuis leur installation, il y a un an et demi, Katerine Mugford et José Gonzalez se sont fortement investis : distributeur automatique de pain, vente de paniers d'invendus à 4 € (« too good to go »), « couronne des reines », bûches de Noël gratuites pour les agriculteurs, baguettes sans sel offertes aux personnes avec un régime à restriction alimentaire... « Quand nous avons repris le magasin, explique José, nous avons souhaité apporter une touche de solidarité. L'idée est de venir en aide à des gens dans le besoin. » De fait, boulanger et pâtissière sont passés des paroles aux actes.

Baguettes bio et pâtisseries sans gluten

José a mis en place des pains spéciaux, avec des farines toujours plus qualitatives (achetées à Réalmont chez Batigne), pour « préserver la santé des clients. Nos pains sont fabriqués avec des farines 100 % occitanes, notamment avec du levain maison, du gros sel de Guérande riche en oligo-éléments... Nous avons également obtenu le très exigeant certificat bio Ecocert. » Ainsi, dans le commerce de l'avenue de Toulouse, on trouve des « bioguettes », des « Occitanes » ou encore la fameuse baguette « Aussillonnoise » (roulée dans la farine de seigle). Kate n'est pas en reste, puisque la pâtissière propose des gâteaux diététiques, sans gluten ou sans œufs, également excellents pour la santé des gourmands.

Une association de commerçants et d'artisans

Le duo a fait une apparition remarquée sur M6, en mars dernier, pour « La Meilleure Boulangerie de France », avec un coup de projecteur sur Aussillon. Ils souhaitent lancer une association sur la commune : « Les commerçants et artisans engagés



et solidaires », avec pour objectifs : « fédérer les commerçants, artisans et acteurs économiques locaux autour d'actions solidaires », « venir en aide aux personnes en difficulté, en situation de précarité ou sans-abri » « organiser des actions sociales telles que distributions alimentaires, aides ponctuelles et opérations solidaires », « promouvoir les valeurs de solidarité, d'entraide et de dignité humaine au sein du territoire », « créer du lien social entre les habitants, les commerçants et les institutions locales ». Un beau projet, qui sera étayé par des tombolas, des événements commerciaux ou festifs et des collectes.

La Musique du Pain
15 Avenue de Toulouse
05 63 98 17 16

COUSINIÉ PNEUS

Cousinié pneus, installé depuis 1994 boulevard du Thoré, idéalement situé à l'entrée de la ville, propose des services de vente et de montage de pneus, des interventions sur les amortisseurs, la climatisation, les freins... Membre du réseau Eurotyre (230 enseignes en France), Cousinié Pneus, qui emploie neuf personnes, est également devenu une référence dans les poids lourds, grâce à des bâtiments étalés sur 1 200 m².

Christian Cousinié, qui a succédé à son père Denis, créateur de l'atelier rue de la République à Mazamet, en 1982, en est le dirigeant actuel depuis la retraite de son frère Bruno, avec qui il codirigeait le garage. Christian a poursuivi la gestion de l'entreprise avec l'intention de la transmettre à son fils, Thomas, et à sa nièce, Audrey.

Cousinié Pneus

Bvd du Thoré

05 63 61 80 17

cousinie.pneus81@orange.fr



L'ESAT CHANTECLER

L'ESAT Chantecler d'Aussillon (Établissement et service d'accompagnement par le travail), créé en 1991, emploie une cinquantaine de personnes en situation de handicap, sur le site de La Rougearié, à la sortie de la ville.



Les élus d'Aussillon, dont 25 % des travaux sur les espaces verts de la commune sont confiés à Chantecler, ont été reçus par Françoise Tillier, responsable des quatre entités* de Castres, Soual, Revel et Aussillon.

A Aussillon, les agents, encadrés et accompagnés par des moniteurs, travaillent dans trois ateliers, qui sont autant de sous-traitants ou fournisseurs d'entreprises, de collectivités ou de particuliers : l'entretien des espaces verts donc, le conditionnement, la couture et le repassage. Chantecler se distingue aussi par sa capacité à fabriquer différents objets à base de vêtements ou de produits recyclés.

* L'ESAT Chantecler, établissement médico-social (membre de l'Aga-Pei), accompagne 208 personnes en situation de handicap exerçant une activité professionnelle. Il permet aux personnes momentanément ou durablement en difficulté, d'exercer leur citoyenneté grâce à un accompagnement professionnel et social. L'accompagnement vers l'emploi s'appuie sur un réseau partenarial développé au sein d'un bassin d'emploi qui s'étend à proximité des quatre sites d'accueil (extrait du site de Chantecler).

ESAT Chantecler

La Rougearié

05 63 98 59 16



Une association *indispensable*

Créée en 1985 sous la forme d'une aide aux devoirs, l'ASSA, organisme présidé par Jean-Marie Maffre a étendu son objet à l'accompagnement des enfants et des adultes.

Si l'on devait mesurer l'efficacité au bruit médiatique, l'ASSA ne serait pas forcément au sommet. Rarement sous les feux des projecteurs, l'Accompagnement Scolaire et Soutien pour Adultes effectue, néanmoins, un travail de fond sur la commune et au cœur du quartier de La Falgalarié. « Nos chiffres sont en perpétuelle progression, pointe Jean-Marie Maffre. C'est un signe de reconnaissance de notre travail » En 2026, 56 élèves en primaire, 52 en secondaire et 36 élèves adultes bénéficient des services de l'association, sise au 1er étage de la salle polyvalente. « Fin 2026, nous devrions déménager dans les locaux plus vastes de l'ancienne pharmacie de la halle », ajoute le président « Des habitants du quartier, membres de la CSCV (Confédération Syndicale du Cadre de Vie) avaient mis en place une aide aux devoirs du soir. » Un concept qui a donc été étendu quelques années plus tard : « Aujourd'hui, précise Jean-Marie Maffre, il s'agit vraiment d'un accompagnement pour les petits et grands dans la vie quotidienne. Nous intervenons en liaison avec les écoles, et d'autres associations ou structures du quartier notamment l'Espace de Vie Sociale et le Programme de Réussite Éducative. Le niveau de vocabulaire joue un rôle-clé dans l'apprentissage de la lecture en CP, nous envisageons pour 2027 d'élargir notre aide aux petits des classes de maternelle. »

Douze nationalités

Ainsi, si l'aide aux devoirs, du cycle primaire au secondaire, demeure le pilier de l'ASSA, l'accompagnement en FLE (Français langues étrangères) représente un axe fort : « Ce soutien améliore l'aisance des élèves dans la vie quotidienne, leur accès à l'emploi, pour d'autres il peut être une aide pour l'obtention d'un statut juridique, un approfondissement pour poursuivre des études supérieures... » De fait, l'ASSA ne peut être réduite à de simples cours du soir pour un public en difficulté : « Nous reposons sur deux jambes, détaille le président Maffre, l'interculturalité et l'intergénération. Douze nationalités sont représentées parmi nos adhérents avec des âges allant de 6 pour nos petits en CP à 82 ans pour nos 2 bénévoles aînées toujours très motivées. C'est une vraie richesse que nous avons à cœur de faire vivre, cultiver et partager. »

50 bénévoles

Pour s'occuper de tous ces élèves de tous âges, l'ASSA peut compter sur cinquante bénévoles, habitants d'Aussillon ou de communes voisines : « Ce sont pour la plupart des personnes retraitées (90 %) pour quelques-unes d'entre elles d'anciens professeurs(es) ou instituteurs (trices), qui donnent de leur temps avec passion et patience. Outre leurs compétences, on leur demande avant tout d'être respectueux et bienveillants pour accompagner les enfants et les adultes. De même, la neutralité religieuse et politique est de mise. A l'ASSA, nous accueillons et respectons tout le monde et l'on ne parle ni de politique ni de

religion. » Ces bénévoles interviennent selon leurs compétences et leurs souhaits qui peuvent être multiples auprès du ou des publics de leurs choix (primaires, secondaires, adultes). Pour être plus efficace et « créer du lien avec les élèves et leurs familles, l'ASSA préfère mettre en œuvre des cours quasi particuliers ». En primaire 1 bénévole pour 2 enfants, toujours les mêmes voire 1/1 pour ceux en grande difficulté, en perfectionnement de français également 1 bénévole/1 élève adulte, en secondaire c'est aussi le cas pour les 6èmes ou pour les élèves ayant une demande particulière sinon en raison des compétences diverses c'est le groupe des bénévoles qui prend en charge l'ensemble des élèves. » Ces bénévoles (35 femmes, 15 hommes) sont autant de denrées rares, que recherche en permanence l'ASSA à chaque rentrée de septembre.

77% d'assiduité

S'il n'y a bien sûr aucun classement à l'ASSA qui « n'est pas l'école, le collège ou le lycée », selon Jean-Marie Maffre, la « récompense » de l'association est le taux de présence aux cours : « 77% en primaire, 60% en secondaire et 70% chez les adultes. Cela nous conforte, et nous motive et valide notre travail. L'autre récompense c'est de voir des enfants qui progressent, grandissent, s'affirment ce qui n'est évidemment pas que de notre fait, loin de là, mais nous avons la faiblesse de penser que nous y contribuons.

5 euros par an

L'ASSA fonctionne avec des subventions de la commune, de l'État (à travers la Politique de la Ville) et du Département. Les locaux sont propriété de la ville d'Aussillon, qui prend également à son compte les charges (eau, électricité...) : « La municipalité est vraiment attentive et réactive, apprécie le président Maffre. C'est une sorte de reconnaissance de l'utilité de notre association. »

Par ailleurs, les 194 adhérents (144 élèves + 50 bénévoles) doivent s'acquitter de 5€ par an pour devenir membre de l'ASSA, « une somme volontairement faible pour n'exclure personne. »

ASSA

Ouverture

Lundi : 16h00-19h00

Mardi : 09h00-12h00 - 14h00-19h00

Mercredi : 09h00-12h00

Jeudi : 09h00-12h00 - 14h00-19h00

Les bénévoles de l'ASSA assurent le "Coin Étude" pour les enfants du CP à la 3^{ème} les lundis et mardis de juillet, puis début et fin août de 10h30 à 11h30 en partenariat avec le PRE

Réunion d'information et inscription le jeudi 25 juin 17h00 à la Médiathèque Claude Nougaro.

Inscription pour 2026-2027 : Du lundi 7 au vendredi 11 septembre 2026 de 17h00 à 19h00

Mail : associationassa@orange.fr | Tél. : 06 08 72 71 50

STÉPHANE LAPOUILLE



Entretien avec l'un des 50 bénévoles. L'ancien directeur de Valeo (2003-2009) est entré à l'ASSA début 2025. Il en est le secrétaire. Revenu dans le bassin où il avait posé ses valises en 1994, Stéphane (62 ans) donne un peu de son temps de retraité à « aider les enfants et les adultes ».

Comment avez-vous rejoint l'ASSA ?

J'ai été coopté par un autre bénévole. J'ai travaillé dans l'industrie, notamment à Valeo, puis en Turquie, où j'ai vécu 8 ans. Je parle le turc et je peux donc aider la communauté locale dans l'apprentissage du français. A l'ASSA, j'ai retrouvé la vocation d'intégration. J'ai croisé des parcours de vie extraordinaires.

“ Je retrouve la vocation d'intégration ”

Quel est – pour vous – le rôle du bénévole ?

Tous les bénévoles de l'ASSA sont des passionnés, qui viennent ici pour aider et donner un peu de leur temps et de leurs compétences. Personnellement, je passe entre 7 et 9 heures par semaine ici, entre les cours de français, l'accompagnement scolaire des ados et ma fonction de secrétaire.

Qu'en retirez-vous ?

J'ai beaucoup de satisfaction de voir les gens progresser. J'ai ressenti une grosse émotion quand une gamine de l'ASSA âgée de 12 ans a eu les yeux qui brillent en obtenant un 17 en cours de physique. Il y a du boulot bien sûr. On fait ce que l'on peut. Nous arrivons parfois à créer des liens forts avec les élèves. C'est une belle récompense. Nous semons des graines, qui peuvent donner des fruits à terme.

Le document d'information communal *des risques majeurs*



Dans le magazine hiver 2025 /2026 nous vous présentons le plan communal qui, sur la base des vulnérabilités et des risques présents sur notre commune, prévoit l'organisation nécessaire pour assurer l'alerte, l'information et le soutien des habitants face à ces risques.

En parallèle de ce document, vient se greffer le Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs (DICRIM) qui a pour objectif d'informer le citoyen sur les risques majeurs auxquels il peut être exposé, sur leurs conséquences et sur ce qu'il doit faire en cas de crise. Le maire y recense les mesures de sauvegarde répondant aux risques sur le territoire de la commune. Un citoyen informé est ainsi moins vulnérable.

Comme son nom l'indique, il s'agit d'un document d'information et de prévention. S'il doit être lu avec attention par chaque foyer et conservé par la suite, il ne doit pas faire naître d'inquiétude dans l'esprit collectif à propos de risques dont on sait pertinemment qu'ils sont extrêmement rares et limités.

En plus de son rôle pédagogique, le DICRIM est destiné à informer les habitants sur la conduite à tenir et les consignes à appliquer en cas de crise. Il synthétise le Plan Communal de Sauvegarde qui fixe, entre autres, les règles et mesures que la collectivité met en œuvre pour une assistance à la population.

Dans le détail, le DICRIM analyse les risques auxquels notre commune peut être exposée. Le document définit chaque risque. Il donne par ailleurs des conseils de comportement et des consignes sur les précautions à prendre, avant, pendant et après la crise.

Deux critères caractérisent le risque majeur : une faible fréquence et une gravité importante de l'évènement (nombre de victimes et/ou dommages importants aux biens et à l'environnement). Ils peuvent être de plusieurs origines :

- **Les risques naturels** : inondation, argiles, météorologiques, (vent violent, canicule, orage, vague de froid, neige...)
- **Les risques technologiques** : transport de matières dangereuses, rupture de barrage.
- **Les risques sanitaires** : pandémie, moustique tigre.

Un rappel est également fait dans les premières pages du document sur les moyens mis en œuvre pour alerter les populations

et sur les lieux sécurisés de rassemblement et d'hébergement.

Vous trouverez joint à votre magazine le DICRIM que nous vous invitons à lire avec attention et à conserver à portée de main à votre domicile.

Les services de la mairie se tiennent à votre disposition pour tout complément d'information.

- INSTALLATION HABITATION
- BÂTIMENT ET INDUSTRIE
- ÉCLAIRAGE PUBLIC
- ILLUMINATION
- ALARME INTRUSION ET INCENDIE
- DÉPANNAGE ÉLECTRO-MÉNAGER
- POINT DE VENTE AU PUBLIC • SAV

ARNAUD
ELECTRICITÉ

40, boulevard de la Maylarié
81 200 AUSSILLON
Tél. 05.63.61.27.61

E-Mail :
arnaud.electricite81@orange.fr

www.arnaud-electricite.fr

Nouveaux investissements *pour la ville*

L'AGENCE FRANCE TRAVAIL

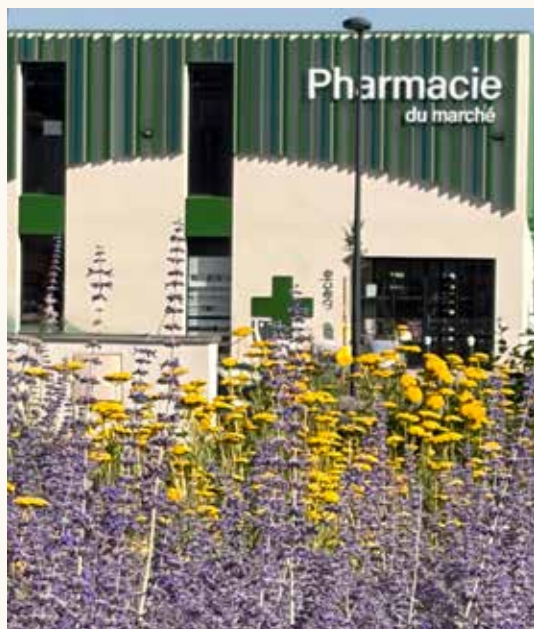
Ouverte depuis fin avril, l'agence France Travail Aussillon-Mazamet a déménagé au 15, rue Voltaire, à Aussillon. À travers ce bâtiment plus spacieux, plus fonctionnel et encore plus ouvert au public (avec espaces numériques et bornes en libre accès, salles dédiées aux temps collectifs, salles de réunion et d'information, salles d'ateliers...), l'agence dirigée par Émilie Crosse marque ainsi son ancrage dans le bassin, dont elle a pour ambition d'accompagner le développement économique.



UNE PHARMACIE TOUTE NEUVE

La pharmacie de Quentin Monnier a déménagé en avril dernier de quelques centaines de mètres, de la halle du marché au boulevard du Thoré. Ce déménagement a duré une année, le temps de la construction d'un bâtiment de 400 m², qui accueille le commerce au rez-de-chaussée et au premier étage un espace de services de santé de 300 m², avec infirmiers, kinés, dentistes... Là encore, ce maintien sur la commune est un gage de confiance.

Les deux pharmacies d'Aussillon (avec la pharmacie Roquejoffre, avenue de Toulouse) sont des services essentiels à la population.



UNE FRICHE RÉNOVÉE RUE DE BRADFORD

Une ancienne friche industrielle de la rue de Bradford, autrefois magasin de laine, est en cours de rénovation. On a d'ailleurs aperçu durant plusieurs semaines une immense grue pour la réfection de la toiture. Fermé depuis de nombreuses années, l'immense bâtiment devrait abriter des appartements (T2, T3 et T4), ainsi qu'un garage au rez-de-chaussée, selon les indications de la SARL LPZ Immo, à l'origine de l'opération. Ce projet s'intègre parfaitement dans la réhabilitation du quartier de la Gare, qui voit au fil du temps arriver ou revenir des commerces, des services publics et des entreprises.

UNE RÉSIDENCE AUTONOMIE POUR LES SENIORS

C'est un projet d'une filiale du bailleur social 3F, 3F Résidences, qui va bientôt voir le jour en contrebas de l'avenue du Grand Pont, au bout de la rue Emmanuel-Mounier. Sur un terrain de plus de 4 000 m², en lieu et place de l'ancien centre social, une résidence autonomie proposera dans un avenir proche 40 logements pour seniors autonomes gérés par l'association Sérénitarn, basée à Aussillon. Les résidences-autonomie, sous l'égide du Département du Tarn, offrent une option entre le maintien à domicile et l'accueil en Ehpad, avec des services adaptés aux aînés, qui évitent ainsi l'isolement.

A N N U A I R E

des associations aussillonnaises

ASSOCIATIONS	Nom du président	Adresse mail
Association des Combattants Prisonniers de Guerre Combattants d'Algérie, Tunisie, Maroc	M. Jacques Maraval	yvette.maraval@orange.fr
Fédération Nationale des Anciens Combattants d'Algérie et des Combats au Maroc et en Tunisie	M. Bernard Guiraud	
Fédération Ouvrière et Paysanne des Anciens Combattants et Victimes de Guerre/F.O.P.A.C.	M. Franck Milesi	fopac81@orange.fr
Association Mémoires	M. Jean-Philippe Pailhe	association.memoires81@gmail.com
Association des Marins et Marins Anciens Combattants	M. Christian Durand	durandchvero@gmail.com
Le Souvenir Français	M. Daniel Armero	souvenirfrancais-mazamet@hotmail.com
Comité des Fêtes & Loisirs d'Aussillon	M. Alex Castellvi	comitedesfetesaussillon@gmail.com
Mazafolie's	Mme Emma Gros	mazafolies@gmail.com
Mazamet Accueil	Mme Monique Petit	millerioux@yahoo.fr
Aussillon Chante	Mme Janine Maynaud	aussillon.chante@gmail.com
ZebaZ'Arts	Mme Sandrine Lemoine	assozebazarts@gmail.com
Cocorpsdanse	Mme Sylvette Lacroix	cocorpsdanse@gmail.com
Voice Animation	Mme Marlène Choukroun	voiceanimation@sfr.fr

ASSOCIATIONS	Nom du président	Adresse mail
Association «Au cœur des Jardins Familiaux»	Mme Liliane Di Paolo Ramade	<i>liliane.di.paolo@free.fr</i>
Association Arts & Cultures/PAC	Mme Françoise Aline Blain	<i>artsetculture2@gmail.com</i>
Initiative Mazamet Montagne Noire	Mme Catherine Lacour	<i>contact@initiatives-mazamet.com</i>
Amicale Philatélique Mazamétaine	Mme Gisèle Camp	<i>contact@apgm81.fr</i>
Société d'Aviculture de la Montagne Noire/SACAOMN	M. Bernard Guiraud	<i>bernard.guiraud0043@orange.fr</i>
Association Colombophile de la Montagne Noire	M. Régis Colombie	<i>bernard.guerrero81@orange.fr</i>
Ensemble Vocal EUPHONIA	M. Trimolet Frédéric	<i>ensemble.euphonia@gmail.com</i>
Ensemble Musical DOMISOL	M. Vincent Fournes	<i>vincent.fournes81@sfr.fr</i>
Association J'M LIRE	Mme Patricia Daussin	<i>jmlire81@gmail.com</i>
Association Tourisme imaginaire	M. Mathieu Auclair	<i>tourisme.imaginaire@gmail.com</i>
ADAGIO 81	M. Olivier Cabrol	<i>oliviercabrol81@gmail.com</i>
Centre Artistique de la Métairie du Château	Mme Marie Llop	<i>metairieduchateau@gmail.com</i>
La Cour Cachée	M. Yves Chevallier	<i>pascal@ledooz.com</i>
Scouts & Guides de France	M. Clément Rieussec	<i>sgdf.mazamet.81@gmail.com</i>
Les Éclaireurs Éclaireuses Unionistes de France	Mme Edith De Falguerolles	<i>sandrine.carme@gmail.com</i>
Association « Prévention Routière »	M. Bernard Stasiowski	<i>comite81@preventionroutiere.com</i>
Foyer Socio-Educatif du Collège Marcel Pagnol	Mme Laure Cauquil	<i>cauquillaure@orange.fr</i>
Foyer Socio-Educatif du Collège Jean-Louis Etienne	Mme Pauline Astrou	<i>sgardes@yahoo.fr</i>
ZMAM école du cirque	Mme Catherine Harroch	<i>zmamcircus@gmail.com</i>
FCPE du Tarn	M. Gilles Mercadier	<i>contact@fcpe81.org</i>
Union des Associations Humanitaires et Caritatives de la Vallée du Thoré	M. Alain Dehevora	<i>epiceriesocialemzt@sfr.fr</i>

ASSOCIATIONS	Nom du président	Adresse mail
Club Coeur et Santé de Mazamet	M. Christian Beurain	<i>beurain.christian@free.fr</i>
Ecole des « Jeunes Sapeurs-Pompiers de Mazamet »	M. Yann Dupre	<i>jsp.mazamet@sdis81.fr</i>
Association de Défense des Droits des Accidentés et des Handicapés (A.D.D.A.H.)	Mme Christèle Diarnac	<i>addahmazamet@gmail.com</i>
Association Aurore	Mme Marylise Maffre	<i>marylise.maffre@orange.fr</i>
Etoile Sportive d'Aussillon	M. Éric Albert	<i>albert.eric@gmail.com</i>
Racing club Aussillon-Mazamet XIII	M. Henri Meric & Mme Laure Sablairolles	<i>henri.meric@orange.fr</i>
Union Sportive Aussillon Mazamet XV	M. Fabien Balfet	<i>usamxv@laposte.net</i>
Sporting Club Mazamétain XV	M. Daniel Rouanet	<i>scmazamet@orange.fr</i>
Football Club du Pays Mazamétain	M. Philippe Terral	<i>590288@footoccitanie.fr</i>
Basket Club Mazamet Aussillon	Mme Florio Marion M. Bernard Paul	<i>bcma81@orange.fr</i>
Club Nautique Mazamet Aussillon	Mme Véronique Martin Boudet	<i>cnmazametaussillon@gmail.com</i>
Union Vélocipédique Mazamétaine	M. Stéphane Vayssiere	<i>admin@uvmazamet.fr</i>
Cyclos du Pays Mazamétain	M. Claude Senegas	<i>claud.senegas@orange.fr</i>
Judo Club Aussillonais	Mme Nelly Alcaraz	<i>nine-81@orange.fr</i>
L'Hautpouloise	M. Alban Hupfer	<i>contact@hautpouloise.fr</i>
Etoile Sportive Aussillon Pétanque	M. Éric Birbes	<i>joc81@hotmail.fr</i>
Ass. Sportive de la Police Mazamet Aussillon	M. Sintes Philippe	<i>rollandalain958@gmail.com</i>
Union Pongiste Mazamétaine	M. Jean François Cals	<i>serge.cazorla@wanadoo.fr</i>
Volley Club des Vallées de l'Arn et du Thoré	M. Frédéric Ferrand	<i>f.ferrand.81@gmail.com</i>
Body Gym Club	M. Manuel Cabral	<i>bettycab13@yahoo.fr</i>
Club Tir de la Montagne Noire	M. Éric Paulus	<i>ctmn.1981007@gmail.com</i>

ASSOCIATIONS	Nom du président	Adresse mail
Sté des chasseurs de la Montagne Noire	M. Gaël Barreiro	<i>gael.barreiro@hotmail.fr</i>
Ass. Agréée Protection Pêche Milieu Aquatique (AAPPMA)	M. Michel Vaute	<i>micvaute@orange.fr</i>
Ass. sportive des Lycées Sault et Riess	M. Jean Luc Delerue	<i>dominique.lavergne@ac-toulouse.fr</i>
Ass. sportive du Collège Marcel Pagnol	Mme Tatiana Giraud	<i>0810127Y@ac-toulouse.fr</i>
Ass. sportive C.E.S. Jean-Louis Etienne	M. Jean Marc Pothier	<i>sgardes@yahoo.fr</i>
U.S.E.P. Ecole des Auques	Mme Virginie Bruel	<i>ce.0811147G@ac-toulouse.fr</i>
Ecurie Montagne Noire	Mme Terral Isabelle	<i>rallyemontagnenoire@wanadoo.fr</i>
Gymnastique Volontaire de la Falgalarié	Mme Huguette Cazettes	<i>gvaussillon@gmail.com</i>
Association Sportive LEP Hôtelier Les Toques Blanches	Mme Sandrine Pastureaud	<i>vanseric@gmail.com</i>
V.T.T. Club Mazamet Montagne Noire	M. Hervé Roujas	<i>hroujas2@gmail.com</i>
Club Alpin Français de Mazamet Montagne Noire	M. Mathieu Escudie	<i>brigitte.sidobre@orange.fr</i>
Hand Ball Club de la Vallée du Thoré	M. Gautier Roussel	<i>6181019@ffhandball.net</i>
Moto Club Mazamétain	M. Jérôme Collatuzo	<i>moto.club.mazametain@gmail.com</i>
Mazamet Plongée	M. Jean-Henri Biau	<i>mazamet-plongee@gmail.com</i>
KAMAE Montagne Noire	Mme Christelle Garcia	<i>bodykamae81@hotmail.com</i>
Golf de Mazamet	M. Cédric Alran	<i>labarouge@golfmazamet.fr</i>
ClubS4	M. Pascal Lecoq	<i>clubs4.sport.sante.seniors@gmail.com</i>
Aussillon Tennis Club (ATC)	Nadège Glories	<i>nadege.glories@orange.fr</i>
Association Sports Loisirs Pont-de-Larn (badminton)	M. Bernard Escande	<i>b.escande@free.fr</i>
Los Maragos - Harley Davidson Club	M. Stephen Rodriguez	<i>losmaragos.hdc@gmail.com</i>



Des mesures contre les termites

Une partie de notre commune se trouve exposée à la présence de termites. En France, 54 départements métropolitains sont affectés.

Un arrêté préfectoral a créé une zone de surveillance et de lutte contre ces insectes ravageurs sur tout le Tarn. Cela permet aux maires de délimiter des périmètres de détection-précaution-prévention en fonction des infestations confirmées.

Avant d'aller plus loin, une présentation de cet insecte s'impose. Les termites appartiennent à l'ordre des isoptères. Ils vivent en colonies structurées hiérarchiquement, composées d'ouvriers, de soldats et de reproducteurs. Leur régime alimentaire repose principalement sur la cellulose, qu'ils trouvent dans le bois mort, la litière forestière ou, malheureusement pour les propriétaires, dans les structures en bois des bâtiments, notamment les charpentes. Contrairement aux fourmis, les termites possèdent une morphologie distincte, notamment un thorax large et des antennes coudées.

Leur présence constitue une menace majeure pour la solidité des structures en bois des bâtiments, pouvant entraîner des dommages structurels importants. La détection précoce repose sur l'observation de signes caractéristiques tels que la présence de galeries dans le bois, de fines particules de sciure au pied des murs ou sous les planchers, la présence de tubes de boue (cordonnet) sur les murs, les poutres ainsi que l'apparition d'ailes tombées près des ouvertures lors des vols nuptiaux.

La loi impose désormais l'information des acheteurs et des locataires sur la présence de termites dans certaines zones, afin de sécuriser les transactions immobilières.

La lutte contre les termites s'appuie sur des méthodes préventives et curatives. Il s'agit d'éviter le contact direct entre le bois et le sol, de traiter les charpentes avec des produits appropriés et de réaliser des inspections régulières. Lorsque des infestations sont détectées, il est recommandé de faire appel à des professionnels certifiés, capables de mettre en œuvre des protocoles de traitement efficaces et respectueux de l'environnement.

A la suite d'une infestation dans le secteur de la rue Amalric, le conseil municipal a décidé d'un périmètre où il est imposé aux propriétaires de réaliser un diagnostic-termite et d'effectuer les travaux.

Cette délibération sera suivie d'un arrêté municipal déclarant la zone de lutte contre les termites dans la zone concernée.

La collectivité participe à hauteur de 50 % du coût du diagnostic.

Cette démarche réglementaire s'accompagne d'un appel à la vigilance des habitants. Il est essentiel de rester prudent face à l'introduction de matériaux potentiellement contaminés, tels que du bois ou de la terre provenant de zones extérieures au secteur. La prudence s'impose également lors de l'achat de meubles anciens ou de matériaux de récupération.

Enfin, en cas d'infestation dans un immeuble bâti ou sur un terrain nu, il est obligatoire de le déclarer dans le mois suivant la constatation à la mairie. Une détection précoce permet en effet de contenir la propagation et de protéger les biens immobiliers.

Les services de la mairie sont à votre disposition pour tout complément d'information.



Plus d'information :

www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F285

www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F3150



Alexia Piette-Bruckert

“ Il est grand temps que la nutrition soit davantage reconnue. ”

« Que ton aliment soit ta seule médecine. » Hippocrate

Aussillon accueille deux diététiciennes, Sandra Mao et Alexia Piette-Bruckert. Dans ce numéro, Alexia nous parle de son itinéraire peu commun. Portrait.

Le Mag : Comment et pourquoi passe-t-on d'hôtesse de caisse à diététicienne ?

Alexia Piette-Bruckert : C'est une véritable révolution, autant professionnelle que personnelle. À 15 ans, je pesais 120 kg. Après la naissance de mon premier enfant, j'ai entrepris un parcours de chirurgie bariatrique à Castres. Cette opération a changé ma vie. En 2021, j'ai décidé de reprendre des études en BTS Diététique. Au départ, pour se reconstruire et comprendre ce que j'avais vécu. Puis c'est devenu une véritable vocation.

Quid des pathologies diffuses du mal-être et les compensations par la nourriture ?

D'aucuns considèrent que l'effort à fournir et les pas à franchir pour s'en sortir sont trop difficiles et renoncent. Derrière un comportement alimentaire, il y a souvent une souffrance, une histoire personnelle, une fatigue ou une perte d'estime de soi. Mon rôle aujourd'hui est justement de proposer un accompagnement. On ne change pas du jour au lendemain. On avance étape par étape, sans jugement, avec des objectifs accessibles et durables.

En France, la moitié de la population adulte est en surpoids ou obèse (IMC >30) , avec une prévalence plus forte chez les femmes et les milieux défavorisés: un commentaire?

Le surpoids et l'obésité ne peuvent plus être réduits à un simple manque de volonté individuelle. De nombreux facteurs favorisent ces pathologies comme la précarité, le stress, le rythme de vie, la sédentarité, l'isolement, les troubles psychologiques, mais aussi l'accès parfois difficile à une alimentation équilibrée. Les femmes sont particulièrement touchées. L'alimentation ne doit pas devenir un luxe réservé à certains.

La Sécurité Sociale prend-elle en charge les honoraires de diététicien-nutritionniste?

Aujourd'hui, les consultations chez un diététicien-nutritionniste ne sont pas remboursées par la Sécurité sociale. Certaines mutuelles proposent une prise en charge partielle selon les contrats. Il est grand temps que la nutrition soit davantage reconnue comme un véritable enjeu de santé publique. Investir dans la prévention et l'éducation alimentaire permettrait d'éviter des prises en charge médicales bien plus lourdes.

Échangez-vous sur vos pratiques au sein de la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) du Sud-Tarn?

Je suis récemment entrée dans la CPTS Sud-Tarn, ce qui ouvre justement la porte à davantage de travail en réseau et d'échanges pluridisciplinaires. Je viens également de terminer une formation en Éducation Thérapeutique du Patient (ETP).

La Ville d'Aussillon destine les locaux de l'ancienne école de Bonnacousse à l'accueil de professionnels de santé : qu'en pensez-vous? Qu'est-ce qui détermine un choix d'implantation dans le domaine de la santé?

C'est une très bonne initiative, dans un contexte où notre territoire fait face à une véritable désertification médicale. Le choix d'implantation dépend de nombreux critères : les besoins du territoire, la possibilité de travailler en réseau, l'accessibilité, mais aussi parfois la situation familiale. Nous avons choisi avec mon mari de construire notre vie de famille à Aussillon et j'avais à cœur d'y développer mon activité, au plus proche des habitants.

Concrètement, quel est votre rôle aujourd'hui auprès des habitants du territoire ?

J'interviens aussi bien auprès des personnes en situation de surpoids que des personnes âgées, des enfants ou des patients dénutris. J'accompagne également de nombreuses personnes atteintes de diabète ou de résistance à l'insuline. Je travaille principalement à domicile, au plus proche des habitudes et du quotidien des patients.

COORDONNÉES :

Alexia Piette Bruckert

Diététicienne-nutritionniste, spécialiste de l'analyse corporelle et métabolique.

Patiente experte en chirurgie bariatrique.
Tél. : 06 95 48 76 02

Mail : alexia.piettebruckert@hotmail.com

Sandra Mao

Installée à Aussillon depuis 2023, j'accompagne enfants, adolescents et adultes dans une démarche de santé et de rééquilibrage alimentaire adaptée à chacun.

Ma prise en charge repose avant tout sur une approche bienveillante et durable, sans régime restrictif ni aliments interdits. Mon objectif est d'aider les patients à retrouver une relation plus sereine avec l'alimentation, tout en apprenant à manger de façon équilibrée et adaptée à leur quotidien.

J'accompagne également les personnes présentant différentes pathologies liées à la nutrition : troubles digestifs, diabète, cholestérol, surpoids ou obésité, avec un suivi personnalisé en fonction des besoins et des habitudes de vie de chacun.

Travaillant en lien avec les autres professionnels de santé, je veille à proposer un accompagnement cohérent, progressif et réaliste, centré sur le bien-être et la santé à long terme.



COORDONNÉES :

Sandra Mao

Diététicienne-nutritionniste

23 Av. de Toulouse - 81200 Aussillon

Tél. : 07 87 31 80 34

www.sandramaonatur.com/



Le Conseil Municipal des Jeunes (CMJ) prolonge son investissement sur la sécurité routière et... reçoit un Prix du Civisme de l'association des membres de l'Ordre du Mérite !

La section tarnaise de l'Association Nationale des Membres de l'Ordre National du Mérite, en la personne de son président Jean-Claude Zytka, a décidé d'octroyer un diplôme d'honneur à titre collectif aux élus du Conseil Municipal des Jeunes d'Aussillon.

Sont honorés de la sorte leur engagement civique et citoyen et leur investissement exemplaires depuis 2025 dans la vie municipale.

Le diplôme leur a été remis solennellement au cours d'une cérémonie de remise des prix départementaux, qui s'est tenue à l'Hôtel du Département à Albi le mercredi 10 Juin 2026.



Le CMJ d'AUSSILLON vous informe



SÉCURITÉ ROUTIÈRE TOUS RESPONSABLES

Casque fortement recommandé, mais pas obligatoire (en ville)

Vêtement rétro-réfléchissant obligatoire la nuit, recommandé en journée (en ville)

Avertisseur sonore, freins, feux avant et arrière, dispositifs rétro-réfléchissants obligatoires

LES RÈGLES DE BONNE CONDUITE

11€

11€

LES AMENDES PRÉVUES

- Casque audio et écouteurs interdits 35€
- Usage du téléphone interdit 135€
- Assurance obligatoire jusqu'à 3750€
- Interdit de transporter un passager 35€
- Interdit aux moins de 14 ans 135€
- Interdit de circuler sur le trottoir 135€
- Stationnement gênant sur le trottoir 35€
- Vitesse limitée 25 1500€



Le CMJ d'AUSSILLON vous informe



SÉCURITÉ ROUTIÈRE TOUS RESPONSABLES

Vêtement rétro-réfléchissant obligatoire la nuit ou si la visibilité est réduite, recommandé le reste du temps

Casque

Avertisseur sonore

Système de freinage

Catadioptrique arrière et latéraux

Les recommandations de l'Ordre du Mérite

ÉQUIPEMENTS À TROTTELETTE ÉLECTRIQUE

OBLIGATOIRES

RECOMMANDÉS

Étaient présents le maire Fabrice Cabral, Muriel Alary, adjointe en charge de la Jeunesse, et Bruno Vidal, sans qui rien n'aurait été possible.

Une campagne de sensibilisation aux dangers de la route démarrera à l'automne 2026, avec des affiches grand format. Nous avons évoqué dans notre dernier numéro N° 64 l'émotion qu'avait suscitée l'accident d'une de leurs camarades en sortie d'établissement scolaire. Ils ont voulu aller plus loin avec cette prise de conscience sur les dangers de la route en environnement urbain.

L'art nous porte et nous transporte

L'expérience originale de mécénat culturel de Transports Blazquez avec l'Atelier Galerie du Quai fait découvrir au bassin mazamétain une approche habituellement réservée aux métropoles, aux grands groupes et aux fondations et musées d'avant-garde.

Une vraie réussite, qui inspirera peut-être d'autres partenariats entre les PME du Mittelstand sud-tarnais et les artistes du cru.

Au départ, comme souvent, c'est la rencontre de deux envies de créer et d'entreprendre qui a fait la différence.

Comment est née l'idée de créer et d'offrir à des artistes plasticiens un espace d'exposition, une galerie hors-les-murs, au siège d'une entreprise ?

L'idée initiale, c'est Manuel (Blazquez) qui la porte. Son goût personnel pour l'Art, les musées, les galeries, mais également la démarche qu'avait eue Pierre Fabre pour rapprocher création de valeur dans l'entreprise et création tout court. L'intuition de départ a visé également l'image de l'entreprise et la RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises) au travers du mécénat culturel. Cultiver le paradoxe entre l'image traditionnelle des sociétés de transport et le monde de l'Art nous a paru intéressant, stimulant. Ensuite, il fallait un professionnel pour donner vie au concept. C'est là que Michel (Spérandio), de l'Atelier Galerie du Quai, lui-même sculpteur, écrivain et galeriste, est intervenu. La qualité architecturale du siège de la société Blazquez a aussitôt fait penser à une galerie hors-les-murs. L'entreprise offre cet espace et ses murs aux artistes que Michel invite pour accrocher leurs œuvres et organiser les vernissages et ouvertures au public les samedis.

Quel sont les effets (bien-être, motivation, créativité) sur les équipes et les clients d'une entreprise de logistique de rassembler autour d'un projet d'art ?

L'accueil a été très positif. Un pré-vernissage avait été organisé avec les agents et employés de l'entreprise, afin de faciliter l'appropriation du concept et recueillir leurs suggestions et commentaires. L'éclectisme dans le choix des artistes et de leurs univers créatifs a contribué au succès. Du côté des clients ou des fournisseurs de l'entreprise, l'intérêt est également au rendez-vous, d'autant qu'il n'est pas courant de voir se croiser ainsi les mondes de l'Art et de l'Entreprise.

Et, last but not least, les artistes ont eu la joie de mieux se faire connaître au-delà du cercle déjà bien établi des amateurs et collectionneurs locaux. Des visiteurs ont franchi le pas et acquis des créations. C'est donc une opération à somme positive pour tous les intervenants.



Qui sont les artistes invités ?

Afin de garantir la richesse des présentations, la Galerie présente quatre artistes sur des périodes de trois mois. La première présentation (fin 2025) a rassemblé Danielle Médina, Jeanne Gleizes, Florence Keller et Marie Régy. La seconde exposition (1er semestre 2026) comprend Jeannine Achon, Patrice Camparmo, Habib Hasnaoui et John Jota.

Notre bassin de vie a la chance d'accueillir des créateurs éprouvés et reconnus d'arts plastiques, sans lesquels rien ne serait possible. Ils méritent d'être soutenus.

 **SAULIERE**
ASCENSEUR | MONTE ESCALIER | MONTE CHARGE

ÉTÉ 2026

La culture dans tous ses états

Après Reflets & Rythmes et les Instantanés du Bolegason fin juin, plusieurs événements culturels vous attendent cet été à Aussillon... À vos agendas !

Deux expositions d'arts plastiques pour commencer, avec :

Le rendez-vous des Rencontres d'artistes Ha Ha Art à l'ancienne école d'Aussillon - Village **du 7 juillet au 2 août.**

Vernissage le 9 juillet à 18 heures avec auberge espagnole et en musique. Du mardi au dimanche, de 15 heures à 19 heures. Et plein d'ateliers au programme. Cette année, l'exposition est placée sous le signe du Mouvement. Une trentaine d'artistes locaux y participent.



Au Centre Bradford, du 4 au 26 juillet, **l'exposition Figure-Fond de Paul Storey et Rose Warnock**, sur une idée du musée de l'universalité du tapis sacré de Valtoret. Vernissage le vendredi 3 juillet à 18 heures. Une découverte, dans le cadre exceptionnel de la grande salle d'exposition du 1er étage de Bradford, des univers croisés de ces deux artistes britanniques installés en France, autour d'une peinture symbolique et d'un paysagisme onirique et fantastique. Aux heures habituelles d'ouverture du centre.

Le Tourisme Imaginaire revient au cœur d'Aussillon, les 17-18-19 juillet, pour un circuit culturel hors-norme intitulé « Bienvenue chez vous ! ».

« Eh oui cette année n'est pas coutume ! On vous invite à vous sentir comme à la maison en venant découvrir un domaine bien caché. Il héberge à l'origine l'une des plus vieilles fermes de la commune d'Aussillon, devenue maison d'habitation au XIX^e, occupée par la même famille depuis la fin de la 1^{re} guerre mondiale. Cette grande demeure va se mettre à nu en devenant le théâtre d'une flopée de propositions qui questionneront les notions de domestique et de vie privée. On en parcourra les arcanes et les recoins en quête de ce qui fait l'intime ultime : celui qui est constitué des pensées, des rêves et de l'imaginaire qui nous habitent et qui jamais ne pourra nous être ôté. »

Renseignements 06 13 04 20 40



Et enfin les concerts !

La Fête du Parc, avec une soirée flamenca « ca-liente » le **18 juillet** à partir de 18 heures 30, avec le Centre Culturel Andalou Vincente Aleixandre.

Un concert magique et dépaysant, avec le chanteur et musicien mongol Dalaïjargal Daansuren en duo avec Bruno Bonhoure le **26 août** à 18 heures, en l'église St André. Festival « Les Troubadours chantent l'Art Roman en Occitanie ».



Et les événements- partenaires

Les Rencontres Musicales de la Montagne Noire, avec son concert d'ouverture le **24 août** en l'église St André d'Aussillon, autour des interprétations majeures de la diva Maria Callas.

Le **19 septembre**, fanfare KRNVG à la Cour Cachée, 12 rue de Bradford.





Tout l'été

Conciergerie Solidaire

Des jeunes s'engagent sur le territoire pour œuvrer aux côtés de la population et des associations locales. Porté par les Pupilles de l'Enseignement Public du Tarn (PEP 81). Tous les jours de 9 h à 12 h et le jeudi jusqu'à 12 h 30. Maison de projet. Tous publics.

Juin

Samedi 27 juin

Reflets & Rythmes « du monde ». Fête interculturelle. À partir de 16 h et soirée à l'esplanade du château de la Falgalarié. Tous publics.

Juillet

Mercredi 1er juillet

Sortie Aquaval. Lautrec. Public : enfants PRE & ALSH. (Complet)

Vendredi 2 juillet

Kafé poussettes. Accueil de 8 h 30 à 9 h 30. Atelier de 9 h 30 à 11 h 30. Espace mutualisé de l'école du Val. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Du lundi 6 au lundi 13 juillet

Séjour international. Échange de jeunes, thème « Égalité filles-garçons ». 4 jeunes Aussillonnois de 13 à 17 ans, et 20 jeunes venant de différents pays. Projet porté par l'association Concordia.

Du lundi 6 au vendredi 10 juillet

Atelier participatif jeunes/parents : création de mobilier en palettes / aménagement du local Prévention spécialisée. Avec l'association ZebaZArts. De 16 h à 20 h. Maison du projet. Public : jeunes de 11 à 21 ans. Sur inscription.

Lundi 6 juillet

Repas partagé et « Bébé chill & café tranquille ». De 11 h 30 à 15 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Lundi 6 et mardi 7 juillet

Coin étude. Accompagnement à la scolarité, encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : 6 à 15 ans. Sur inscription.

Mardi 7 juillet

Sortie culturelle au musée Dom Robert et visite de la ferme Canabirolle. Avec Elizabeth Deletang de 9 h à 17 h. Sorèze. Public : 7 enfants de 6 à 12 ans. (Complet)

Mardis sportifs à la Falgalarié.

Rendez-vous pétanque. De 18 h à 20 h. Au City stade à proximité du complexe René Carayol. Tous publics.

Mercredi 8 juillet

Initiation au rugby. Silver 13. De 10 h à 11 h. Stade. Public : seniors.

Initiation à la capoeira. Avec Sylvie Montagnac de 18 h à 19 h à la salle de danse de l'espace Claude Nougaro. Public : à partir de 11 ans.

Vendredi 10 juillet

Jeux d'eau en famille. De 16 h à 18 h au jardin partagé de l'espace Claude Nougaro. Public : familles. Sur inscription.

Cinéma plein air / auberge espagnole. Diffusion du film par CinéCran81 « Astérix et Obélix : Mission Cléopâtre ». Accueil à partir de 20 h - château de la Falgalarié. Public : familles.

Lundi 13 juillet

Coin étude. Accompagnement à la scolarité, encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Sur inscription.

Repas partagé - « Bébé chill & café tranquille ». De 11 h 30 à 15 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Mercredi 15 juillet

Mercredis sportifs à la Falgalarié : « Athlétisme ». De 18 h à 20 h au stade Carayol. Tous publics.

Atelier « cirque en famille » encadré par le Zmam. De 16 h à 19 h et spectacle de 19 h à 20 h. Place du Marché. Tous publics.

Atelier sportif Rugby - Silver 13. De 10 h à 11 h à la salle Costis. Public : seniors.

Du mercredi 15 au vendredi 17 juillet

Stage de voile. De 10 h à 17 h 30 à la base de loisirs des Étangs à Saix. Public : 10 jeunes de 11-15 ans. Sur inscription.

Jeudi 16 juillet

Atelier Arts plastique au PAC. De 10 h à 12 h au PAC. Tous publics. Sur inscription.

Sortie « Walygator ». De 6 h 30 à 19 h à Roquefort (47). Public : jeunes. (Complet)

Jeux d'eau en famille. De 16 h à 18 h au jardin partagé de l'espace Claude Nougaro. 12 personnes. Sur inscription.

Vendredi 17 juillet

Sortie mutualisée à Valras. En partenariat avec le Secours Populaire Français. Rendez-vous à l'espace Nougaro dès 7h. Retour à 19h30. Public : familles, seniors. 5€ / personne ou 10€ / familles. Sur inscription.

Samedi 18 juillet

Village des sports. Avec le Département. De 13 h à 20 h au lac des Montagnès. Sur inscription.

Fête du Parc. Centre Culturel Andalou, avec Vicente Aleixandre (flamenco). Accueil à partir de 18h30. Concert vers 21 h. Dans le parc de la mairie. Public : tous publics.

Lundi 20 juillet

Atelier découverte d'un artiste peintre local. Avec Kader Klouchi. De 10 h à 16 h à Aiguefonde. Public : familles. 10 personnes max. Sur inscription.

Lundi 20 et mardi 21 juillet

Coin étude. Accompagnement à la scolarité, encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : 6-15 ans. Sur inscription.

Mardi 21 juillet

Repas partagé - « Bébé chill & café tranquille ». De 11 h à 15 h à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription

Mardis sportifs à la Falgalarié avec le Tennis club d'Aussillon. De 17 h à 18 h pour les seniors et de 18 h à 20 h pour les jeunes. Public : à partir de 11 ans. Sur inscription.

Mercredi 22 et jeudi 23 juillet

Séjour avec bivouac « À la rencontre de la forêt et du ruisseau ». Avec Elizabeth Deletang. Départ à 14 h 30 le 22/07 et retour le 23/07 à 11 h 30. Albine. Public : 6 jeunes de 7 à 12 ans. (Complet).

Stage de foot freestyle par un professionnel et collaborateur de Gauthier Fayolle, 7 fois champion de France de la discipline. Au city stade jaune le 22/07 de 14 h à 16 h, le 23/07 de 10 h à 12 h et de 14 h à 17 h. Show final à 17h place du marché. Public : à partir de 8 ans. Sur inscription.

été 2026

Jeudi 23 juillet

Balade & baignade aux lacs de la Prade et des Montagnès. Rebonds. Rendez-vous dès 9 h30 à l'espace Nougaro - Retour 16 h30. Public : 12 enfants de 6 à 11 ans. Sur inscription.

Vendredi 24 juillet

Instant café, animé par Aurélie, une habitante du QPV. De 14 h à 16 h 30. Espace Claude Nougaro. Public : adultes.

Samedi 25 juillet

Activités sportives avec Sport de Cœur à la salle polyvalente (tchoukball, dodgeball, kinball) à partir de 19h, tous publics et enfants à partir de 7-8 ans. Sur inscription.

Repas partagé, type « Auberge Espagnole » à partir de 19h30 devant le château de la Falgalarié, suivi d'une **soirée DJ animée par Scène Passion**. Tous publics.

Lundi 27 juillet

Yoga du rire. Association « Un sourire dans la tête ». De 10 h à 12 h. Espace Nougaro Salle de danse. Public : tout public, seniors. Sur inscription.

Lundi 27 et mardi 28 juillet

Coin étude. Accompagnement à la scolarité, encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30. Espace Claude Nougaro. Public : 6 à 15 ans. Sur inscription

Mardi 28 juillet

Mardis sportifs à la Falgalarié : initiation au Rugby à XV. De 18 h à 20 h. Rendez-vous au stade. Public : 11-15 ans. Sur inscription.

Repas partagé / « Bébé chill & café tranquille » de 11 h à 15 h. Espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés.

Mercredi 29 juillet

Balade poussette. RPE/Espace Claude Nougaro. De 9 h 30 à 17 h. Domaine d'En Laure, Labruguière. Public : parents/bébés, assistantes maternelles/bébés. Sur inscription.

Jeudi 30 juillet

Balade le long de l'Arnette et baignade au lac de Pradelles. Rebonds. Départ 9 h30 à l'espace Nougaro et retour à 16 h30. Public : 12 enfants de 6 à 11ans. Sur inscription.

Atelier Info Jeunes : « Débat sur les stéréotypes de genre ». CIDFF. De 14 h à 16 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : à partir de 15 ans.

Août

Lundi 3 et mardi 4 août

Coin étude. Accompagnement à la scolarité. Encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : 6 à 15 ans. Sur inscription.

Mercredi 8 et jeudi 9 juillet

Tente Berbère - Khaïma. Jardin de l'Espace Claude Nougaro.

Programme :

Mercredi

Sous la tente berbère

▼ 10h – 12h

Atelier d'initiation aux danses traditionnelles Berbères - Kabyles et Amazighes. Sur inscription.

▼ 14h – 16h

Atelier bien-être et traditions Berbères

• initiation aux cosmétiques berbères (khol, 3kar fassi, siwak...)

• henné

• tatouages amazighs

• création de bijoux

Thé à la menthe servi tout l'après-midi

▼ 17h

Un voyage au cœur des traditions et des récits Amazighs.

Conte Berbère lu en français par Rachida, et traduit en simultané dans la langue d'origine.

Jeudi

Sous et autour de la tente Berbère

▼ 9h – 11h30

Atelier cuisine : préparation couscous berbère. Suivi d'une dégustation à partir de 12h dans le cadre d'une « Table de Quartier »

▼ 10h – 12h

Atelier d'initiation aux danses traditionnelles Berbères - Kabyles et Amazighes. Sur inscription.

▼ 14h – 16h

Échanges, découverte et partage autour d'un thé à la menthe sous la tente

▼ 16h – 17h

Une mise à l'honneur des vêtements et parures Amazighes. Défilé de mode avec tenues traditionnelles Berbères

▼ 17h

Restitution des ateliers d'initiation à la danse

▼ À partir de 19h30

Concert - Orchestre Houssa AHABBAR accompagné de sa danseuse

Thé à la menthe et gâteaux seront proposés tout au long de cette soirée

Du lundi 3 au vendredi 7 août

Stage de breakdance. Encadré par notre éducateur spécialisé de 10 h à 12 h et de 14 h à 16 h à l'espace Claude Nougaro. Public : 6 à 10 ans (le matin) et 11 à 15 ans (l'après-midi). Sur inscription.

Mardi 4 août

Repas partagé / « Bébé chill & café tranquille ». De 11 h à 15 h à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Jeudi 6 août

Atelier Arts plastique au PAC. De 10 h à 12 h. Tous publics. Sur inscription.

Randonnée trottinettes tout-terrain. Encadré par Jérôme Paoli de 13h30 à 18 h. Rendez-vous sur le parking de la passerelle. Public : 10 jeunes à partir de 14 ans. Sur inscription.

Vendredi 7 août

Instant café, animé par Aurélie, une habitante du QPV. De 14h à 16h30. Espace Claude Nougaro. Public : adultes.

Lundi 10 août

Repas partagé / « Bébé chill & café tranquille ». De 11 h à 15 h à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Mardi 11 août

« **Auberge espagnole** ». À 18 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : tous publics. Sur inscription.

Vendredi 14 août

Sortie mutualisée avec le Secours Populaire Français à l'espace Sources chaudes / Lacaune. Rendez-vous à l'espace Nougaro dès 8 h pour un départ à 8h30, retour vers 19 h. Tous publics, max 30 personnes, 5€ / personne ou 10€ / familles. Sur inscription.

Mardi 18 et mercredi 19 août

Festival Cocorpsdanse. Atelier préparatoire pour le flashmob prévu le jeudi 20 août avec Clémence Camus à la salle polyvalente d'Aussillon. Mardi (17 h à 19 h) et mercredi (18 h à 19 h). Tous publics. Sur inscription.

Jeudi 20 août

Festival Cocorpsdanse. Flashmob pendant le marché avec Clémence Camus. Un premier passage à 10h15 et un deuxième à 11h. Tous publics.

Lundi 24 et mardi 25 août

Coin étude. Accompagnement à la scolarité, encadré par des bénévoles de l'ASSA et le PRE. De 10 h 30 à 11 h 30 à l'espace Claude Nougaro. Public : de 6 à 15 ans.

Restitution avec les parents et les enfants du Coin étude, autour d'un repas partagé (à partir de 12h) et d'un après-midi jeux à l'espace Claude Nougaro.

Mercredi 26 août

Ateliers détente/bien-être. Avec Viviane Dumilly de 9h à 10h (méditation), de 10 h à 11 h (promenade méditative), de 17 h à 18 h (apprendre à respirer) à l'espace Claude Nougaro. Public : seniors. Sur inscription.

Sortie au lac de la Raviège. Rendez-vous à l'espace Nougaro dès 14h pour un départ à 15h, retour vers 23h. 5€ / personne ou 10€ / famille. Sur inscription.

Jeudi 27 août

Yoga du rire. De 10 h à 12 h à l'espace Claude Nougaro ou à l'extérieur. Tous publics. Sur inscription.

Vendredi 28 août

Kafé poussettes. Accueil dès 9 h, de 9 h 30 à 11 h 30 atelier à l'espace Claude Nougaro. Public : parents avec bébés. Sur inscription.

Samedi 29 août

Ciné Jardins « Mia et le lion blanc ». ZebaZ'Arts de 19 h à 23 h au jardin partagé de l'espace Claude Nougaro. Tous publics.

« POWER LIFTING »

La force est avec Angela

Championne de force athlétique, l'Aussillonaise est une passionnée de sport et une maman attentive de trois enfants. À 40 ans, Angéla chargée de clientèle dans une banque, mène carrière sportive, professionnelle et vie de famille tambour battant.

Dans son agenda il n'y a guère de vides. Angéla Cabral est une femme occupée, qui mène une existence à 200 à l'heure, entre famille, sport et travail. Pour ce qui est de la famille, l'épouse de Fabrice Cabral est l'heureuse maman de trois enfants, dans l'ordre d'apparition : Julian (16 ans), Louis (12 ans) et Clémence (9 ans). « Nous avons mis en place une gestion du temps avec Fabrice, explique la jeune quadragénaire (40 ans). Nous nous sommes organisés pour le partage des tâches. Les enfants m'encouragent et sont fiers de moi. » L'aîné, Julian, a même embrassé la passion de sa maman pour la force athlétique. « On s'entraîne ensemble deux fois par semaine. Il pourrait même me coacher. Il y a une fusion entre nous », savoure Angela, qui a débuté le « power lifting » grâce à son époux. « Je l'ai découvert par la musculation postnatale. J'ai dû reconstruire mon corps. J'ai essayé la force athlétique et ça m'a plu. » L'ex-gymnaste de l'Hautpoulaise et pilote de jet-ski s'est plongée dans le triple effort : le développé-couché, le soulevé de terre et les squats. « J'ai de suite aimé le mental et la discipline que ça exige. J'ai toujours eu l'esprit de compétition. »

L'Aussillonaise va trouver son bonheur au Body gym club, fondé par Manu Cabral, qui va devenir son entraîneur et son mentor : « Il m'a emmenée jusqu'aux minima France. Dès ma première compétition, j'ai terminé 10^e en seniors. » Les résultats vont s'enchaîner pour la désormais fidèle des podiums de la catégorie moins de 57 kg (en Master 1) : Europe - 3^e en 2024 (Albi) et 2026 (Helsinki) -, France (1^{ère} en 2025), avec des records nationaux à la clé : 80 kg au développé couché, 130 kg aux squats et 170 kg au soulevé de terre. « Mes objectifs sont d'être championne d'Europe (à Malte en 2027) et de faire un podium aux « Monde ». Je me suis qualifiée pour ceux en Afrique du Sud en 2025. »

Une destination trop lointaine pour la chargée de clientèle de la BP Occitanie depuis vingt ans. Une fonction

qu'elle conjugue avec ses quelque huit heures d'entraînements hebdomadaires : « J'ai trouvé un équilibre physique et psychologique dans la force athlétique. Ça me rajeunit. Je ne me suis jamais sentie aussi bien. Ce sport associe bien-être et santé », s'enthousiasme Angela, qui refuse l'image de « gonflette » : « Ce n'est pas que soulever du poids. Il y a un suivi diététique pointu avec un régime adapté, que tout le monde pourrait adopter. Il y a aussi un travail foncier en dehors et, évidemment, un travail technique, surtout pour les squats, qui exigent technique et souplesse. » Et Angéla n'entend pas arrêter son addiction aux barres et haltères. « Tant que je suis en forme, je continue. Même si je cesse la compétition, je m'entraînerai toujours », assure l'athlète courageuse, qui a dû surmonter des épreuves durant ces dernières années. Un bel exemple de résilience qui peut encourager les vocations pour les jeunes et les moins jeunes.

DÉCRYPTAGE

LE POWER LIFTING

3 efforts 1 discipline

Squats, développé-couché, soulevé de terre : trois mots pour une discipline « bientôt olympique », selon Manu Cabral : « le powerlifting » (ou force athlétique en français) est issu de l'haltérophilie. Il est né dans les années 1990 et visait au départ le renforcement musculaire. Ce sont les trois principaux mouvements, les plus complets quand on pratique la musculation. La discipline est reconnue par la Jeunesse et les Sports. Il y a environ 25 000 pratiquants en France, la Ligue Occitanie étant la plus importante du pays. Tout le monde peut s'y adonner à condition d'être conseillé par un éducateur. »

Où s'entraînent les compétiteurs de force athlétique?

Leur base d'entraînement à Aussillon, c'est le BODY-GYM CLUB, créé par Manuel Cabral, lui-même champion de cette discipline. Installé 35 avenue Charles-Sabatié à Aussillon, le BGC a été créé en 1986. Il rassemble des amateurs (70) et des compétiteurs (10). Parmi ces derniers, nous citerons, outre Angela Cabral, Charlie Boucher, Gauthier Punch et Léon Gautier.

BGC

06 67 10 30 07



Un siècle de passion *du deux roues*



Robert Vidal en bref

1926 : naissance à Mazamet (le 29 mai) de Robert, enfant unique de Marcelle et Noël Vidal.

1943 : apprenti typographe à l'imprimerie Galibert

1944 : École universelle de journalisme par correspondance

1946 : service militaire en Allemagne au 7e RIA (intendant)

1947 : journaliste à La Montagne Noire (directeur en 1952).

1950 : mariage avec Marcelle

1952 : intègre l'UVM (vice-président) :

1960 : président de l'UVM

1975 : président du Comité du Tarn de cyclisme

Et aussi : créateur de l'école de vélo de l'UVM, président d'honneur de l'UVM, médaille d'or de la Jeunesse et des Sports, Trophée des sports tarnais, médaille d'honneur du Département.

L'Union velocypédique mazamétaine lui a rendu hommage à la salle polyvalente le 30 mai dernier, un jour après son centième anniversaire. L'ancien journaliste de la Montagne Noire, président d'honneur de l'UVM, nous a reçus dans son domicile aussillonnois de la rue de La Marne.

ANV : comment vous sentez-vous à cent ans ?

Robert Vidal : je vais aussi bien que possible à mon âge. Mon épouse Marcelle et moi vivons toujours dans notre maison à Aussillon. J'ai eu des soucis de santé il y a quelques années. Mais ça va mieux. Je n'ai plus vingt ans, comme on dit, mais je lis toujours ma presse, je regarde la télé, surtout le cyclisme. Je ne manque pas un Paris-Roubaix ou un Tour des Flandres. Je n'oublie pas la Grande Boucle.

D'où vous vient cette passion pour le vélo ?

J'ai toujours aimé le cyclisme, les coureurs, le Tour de France... Ça a bercé mon enfance. Je lisais tout sur le vélo. J'admirais ces héros, capables d'exploits incroyables. J'ai d'ailleurs écrit un livre sur « Les Tours de France de l'après-guerre ». Mes favoris étaient Robic, Kübler, Koblet, Coppi, Bartali, Merckx...

Et vous avez tout naturellement intégré l'UVM...

En fait, c'est Robert Camp, le président d'alors, qui m'a recruté en 1952 et m'a nommé vice-président dès ma signature. J'en suis devenu le président pendant près de cinquante ans. Je suis encore président d'honneur et regarde attentivement l'évolution du club, qui a vu passer des champions tels les frères Jalabert, Christophe Bassons ou encore Gilles Maignan, tous devenus pros. Certains, comme Patrice Bergès, Thierry Di Giacomo ou Yvon Fortanier étaient des coureurs prometteurs, qui n'ont pas franchi la marche. Je suis aussi très fier d'avoir

créé l'école de vélo, une des plus belles de la région, notamment chez les filles.

L'UVM a également été reconnue pour ses organisations de courses.

Effectivement, dans les années, nous avons compté jusqu'à une vingtaine de courses organisées par l'UVM. La « nocturne » était une véritable fête du vélo à Mazamet. Puis il y a eu la montée à Nore, les Boucles du Tarn, qu'a gagnées André Cousinié, et tant d'autres. Aujourd'hui, il y a toujours « La Jalabert », une cyclo sportive qui rassemble un millier d'amateurs.

Racontez-nous votre rôle de président durant ces cinq décennies ?

C'était beaucoup de boulot pour organiser les courses, trouver les financements, s'occuper de l'encadrement des enfants... Mais j'adorais l'ambiance, les relations avec les gens, l'adrénaline le jour des compétitions... J'ai pu réaliser tout ça grâce à de nombreux dirigeants qui se sont impliqués à fond et m'ont secondé. Je les remercie tous. Je pense surtout à ma femme Marcelle, sans qui rien n'aurait été possible. Elle a été formidable durant toutes ces années. Elle aime aussi le vélo, qu'elle a longtemps pratiqué, comme la course à pied.

Votre autre passion – et votre métier – ce fut le journalisme

Oui, j'ai débuté à La Montagne Noire en 1947. J'y ai travaillé durant 42 ans. Je suis devenu journaliste après avoir été apprenti typographe, puis directeur et gérant du quotidien créé en 1914 par M. Gatimel pour relater les nouvelles du front. J'ai adoré ce métier, où l'on traitait aussi bien les faits-divers que le sport ou la politique. J'ai aussi collaboré avec l'Équipe, le Parisien, et, bien sûr, La Dépêche du Midi, dont j'ai été correspondant aux côtés de Jean-Jacques Thivend. J'étais très intéressé par l'actualité locale.

➤ Groupe majoritaire

Aussillon pleinement engagée dans les projets de l'Agglomération Castres-Mazamet.

Les défis auxquels nos communes sont confrontées dépassent souvent leurs seules frontières. L'emploi, l'habitat, les mobilités, l'enseignement supérieur, le développement économique ou encore la rénovation des quartiers nécessitent une action coordonnée à l'échelle du bassin de vie.

C'est pourquoi notre majorité attache une importance particulière au travail mené avec la Communauté, ses 14 communes et l'ensemble des partenaires du territoire. Aussillon y prend toute sa place. Qu'il s'agisse de la politique de la ville, des politiques contractuelles permettant de mobiliser des financements, du développement de l'enseignement supérieur ou encore de nombreux projets structurants, notre commune est pleinement as-

sociée aux réflexions et aux décisions qui engagent l'avenir du territoire.

Nous nous réjouissons également de voir s'installer progressivement une méthode de travail fondée sur le dialogue, l'écoute et la recherche de solutions partagées. Les sensibilités peuvent être différentes, mais lorsque l'intérêt du territoire est placé au premier plan, le travail collectif devient possible et souvent plus efficace.

Cette culture du partenariat et du respect mutuel est essentielle pour relever les défis qui nous attendent. Fidèles à nos valeurs de proximité, de solidarité et de pragmatisme, nous continuerons à défendre les intérêts d'Aussillon tout en contribuant activement au développement du Sud Tarn.

Les élus de la majorité municipale.

ÉTAT-CIVIL

NAISSANCES



• Janvier – Février – Mars 2026

Esmée, Jennifer, Jossette **LALOUETTE**
Malo **TOST**

Léandro, Brice, René **FOULQUIER**

• Avril – Mai – Juin 2026

Elly, Marie, Christine **CARON**

Umay **KIRKIT**

César **SABATIER DUBOIS**

Osman, Asaf **TURGUT**

MARIAGES



• Avril – Mai – Juin 2026

Yoann, Philippe, Jean-Louis **PLANCKE**
et Ludivine, Estelle **ROSSIE**

Mathieu, Jean, Emmanuel **COLOMBIN**
et Nathalie **CÈBE**



• Janvier – Février – Mars 2026

Renée, Fernande, Marie,
Eugénie **BASTIER**

Lucien **CASTELLO**

Philippe, Jean **PADOVANI**

Juliette, Andrée **DELON** épouse VAYSSE

André, Ernest, Elizée, Louis **BARDOU**

André, Pierre **ROUANET**

Claudine, Marie, José, Antoinette
RIVERA épouse RAYNAUD

Daniel, Alexandre, Marie **SURMANY**

Paule, Jeanne, Renée, Georgette
NATALINI épouse CARAYOL

Madeleine, Henriette **POUGET**
épouse MADEC

Cécile, Claude, Paulette **HOMPS**
épouse VIDAL

Patrice, Armand, Eugène **BARTHES**

Josette, Henriette, Odile **BARTHE**
épouse CABROL

Georges, Marie, Joseph **CARAYOL**

Jacques, Albert, Gaston **DOUGADOS**

Jacqueline, Yolande, Marie **FABRE**
épouse REY

Didier, François **MARCO**

• Avril – Mai – Juin 2026

Laurent **PRADES**

Alain, Camille **POCHARD**

Marguerite **JUANICO** épouse PAGÈS

Anne, Marie **BAUTISTA** épouse SANS

Eliane, Francine **GAU** épouse QUILES

Michel, Maurice **SIGUIER**

Christian, André **SANS**

Thérèse, Emilie, Maria **CHABBERT**
épouse CABROL

Jeanne **BUJ** épouse MONTALBAN

Maryse, Annie, Jacqueline **ROUANET**
épouse AMALRIC

Carmen **PEREZ**

Ahmed **Ghilaci**

Maurice, Robert **CARAYON**

MAR 7 JUILLET >> DIM 2 AOÛT

16^e RENCONTRE D'ARTISTES

**HA!
HA!
ART!**

**AUSSILLON
VILLAGE**

26, RUE DU GÉNÉRAL DE GAULLE
DU MARDI AU DIMANCHE 15H – 19H

