



LO TAMBORINAIRE

BULLETIN MUNICIPAL DE LUZECH

N° 201

AUTOMNE 2020

Luzech Associations



Tout ce que vous pouvez faire sur

Luzech



État Civil

Les informations relatives à l'état civil ne peuvent être diffusées dans la presse ou dans le bulletin municipal que si les personnes concernées ont donné leur accord.

1 Naissance

10 Décès dont :

Colette Marie Germaine BARRAFITTE épouse LACAM, le 20/07/2020

Alain Francis Paul RAMON, le 23/08/2020

Jean, Pierre BLANC, le 31/08/2020

Nicole, Marie HALLIÉ épouse DURAND, le 07/09/2020

Maurice MAURETTE, 15/09/2020

Elisabeth, Lucie, Marie, Joseph CLÉMENT épouse DELOYE, 13/09/2020

Marie Léontine Denise SAGEAUD épouse AUBERT, le 21/09/2020

Anne, Marie, Hélène DESPRATS, le 02/10/2020

SOMMAIRE

Éditorial p. 1

Jeunesse..... p. 2

Santé - Solidarité p. 3-4

Culture - Patrimoine - Animations p. 5-9

Sport - Nature p. 10-12

Mairie

26 Place du Canal,
46140 Luzech

Tel : 05 65 30 72 32

Fax : 05 65 30 76 80

Courriel : contact@ville-luzech.fr

Horaires

Lundi : 9h-12h et 13h -16h30

Mardi : 9h-12h

Mercredi : 9h-12h et 13h -16h30

Jeudi : 9h-12h

Vendredi : 9h-12h et 13h - 16h30

Réseau Wifi-public accessible sur la Place du Canal

Pour vous connecter gratuitement à Internet, choisir le réseau « Wifi de Luzech », et remplissez le formulaire. N'hésitez pas à vous rapprocher du service administratif en cas de problème de connexion.

Médiathèque de Luzech

tél 05 65 30 58 47, courriel : mediatheque@ville-luzech.fr

Horaires : mardi 14h-18h, mercredi 9h-12h et 14h-18h, jeudi 14h-18h, vendredi 14h-18h, samedi 9h-12h

Musée Armand Viré et Musée Ichnospace

(empreintes de dinosaures et animaux fossiles), tél 05 65 30 58 47 –

Horaires : du mardi au vendredi 10h-12h et 14h-18h, samedi 9h-12h

Déchèterie Luzech

St Marc, 46140 Luzech - Tél /Fax 05 65 20 23 63

Déchets acceptés : Batterie - Bois - Cartons - Métaux - Gravats - Déchets ménagers spéciaux - Huiles de friture - Huiles minérales - Pneus - Encombrants - Végétaux - Verre - Déchets d'équipements - électroniques et électriques.

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin	Fermé	9h-12h	9h-12h	9h-12h	Fermé	9h-12h	Fermé
Après-Midi	14h-18h	Fermé	14h-18h	Fermé	14h-18h	Fermé	Fermé

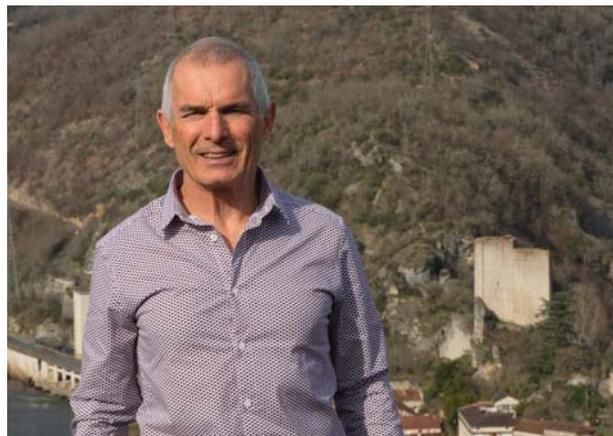
La rentrée 2020 laissera des traces dans la mémoire collective

Depuis quelques mois en effet, nous suivons et subissons les soubresauts de cette épidémie qui n'a pas fini de nous faire souffrir.

Malgré cela, il faut apprendre à vivre avec, au moins jusqu'à la mise au point d'un éventuel vaccin.

C'est ainsi que, dans notre village, en dépit de cette atmosphère inquiétante, la saison estivale a pris fin après avoir connu une affluence record à la Base de Caïx, un nombre de touristes important sur notre village et une fréquentation non moins éloquente autour de notre piscine où nous avons mis en place une circulation adaptée. Gageons que cet engouement ne s'arrêtera pas aux circonstances de ce moment si particulier. A nous de relever le défi !

Dans la foulée, la rentrée a eu lieu, dans les écoles d'abord, qui a vu nos jeunes têtes retrouver le chemin de leurs classes. Le protocole allégé a permis une reprise quasi normale. Nos associations, après la réouverture des salles municipales, ont pris le relai, là aussi, avec des mesures adaptées, et ont pu retrouver petit à petit leurs différentes activités.



Ces structures qui animent le village tout au long de l'année, sont là, toujours bien vivantes, bien actives au vu de ces circonstances compliquées, les pages de ce Tambourinaire en sont le témoignage.

Nous serons toujours à leurs côtés pour les encourager, les accompagner. Pour preuve, nous avons renouvelé leurs subventions lors du dernier Conseil municipal.

Nous vous souhaitons à tous une année à venir, riche en activités de toutes sortes et aussi sereine que possible... dans tous les cas, prenons soin de nous, prenez soin de vous. ■

Bernard PIASER, Maire



LO TAMBORINAIRE

N°201 - AUTOMNE 2020

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION
Bernard Piaser

COMITÉ DE LECTURE
Claudine Audoin, Christine Calvo,
Marie-Christine Dohnal,
Christina Garrigues, Julien Cozette,
Marie Droullé

CONCEPTION & RÉALISATION GRAPHIQUE :
Samuel Bats

CRÉDIT PHOTOGRAPHIQUE
Commune – Associations

IMPRESSION
Boissor imprimerie - Luzech

2 / Jeunesse

École primaire

Toutes les conditions étaient réunies pour que nos 162 élèves prennent le chemin de l'école mardi 1^{er} septembre.

Les parents d'élèves de maternelle ont pu accompagner leurs enfants jusque dans leur classe avec obligation de porter un masque et de se désinfecter les mains avant d'entrer. Les parents des plus grands les ont déposés à l'entrée de l'école, comme cela se faisait habituellement.

Les élèves se répartissent dans les 7 classes suivantes :

- 19 élèves en TPS/PS (4 TPS + 15 PS), enseignantes Peggy PABOIS et Mathilde BERGER (qui assure la décharge de direction le mardi).
- 23 élèves en MS/GS (15 MS + 8 GS) enseignante Liliane BORDAS
- 22 élèves en GS/CP (14 GS + 8 CP), enseignante Hélène MAYNARD
- 22 élèves en CP/CE1 (15 CP + 7 CE1), enseignante Nathalie VINEL
- 24 CE1/CE2 (10 CE1 + 14 CE2), enseignante Christelle CHAPUT
- 24 CE2/CM1 (8 CE2 + 16 CM1), enseignante Sophie PAUTHIER
- 28 CM2, enseignante Valérie FAURE qui a rejoint notre équipe depuis la rentrée

Hélène RAYNAL a conservé son poste de BD (brigade départementale) et assure les remplacements dans notre école si besoin ou dans d'autres écoles du secteur.

Ghislaine PASSARELLA, et Odette PEREIRA interviennent auprès d'élèves en difficulté, côté élémentaire.

Pour accompagner les élèves de maternelle dans les classes, à la cantine et en garderie, Véronique DEJEAN, Nicolas DELFAU, Laurence EVENO, Joanna LAGARDE et Séverine MIQUEL répondent toujours présents.

Quentin CAVEL, Annabelle LAFARGUE épaulent les plus grands pour se rendre



au self du collège et leur proposent des activités sur la pause méridienne. et réalisations menées dans le courant de l'année ! ■

Nous ne manquerons pas de vous tenir informer des différentes actions

Peggy PABOIS

Relais Petite Enfance

Matinées d'éveil :

PROGRAMME **Luzech**

de 9h45 à 11h15 à l'ALSH les 4 saisons ou au logement accolé (selon semaine) Route de Trescol

ANIMATIONS RÉSERVÉS AUX ASSISTANTES MATERNELLES (AU LOGEMENT ACCOLÉ À L'ALSH)

vendredi 11 septembre : jeux libre

vendredi 25 septembre : collage d'automne

(pensez à ramener des feuilles)

vendredi 9 octobre : eveil lecture



ANIMATIONS POUR LES PARENTS ET LES ASSISTANTES MATERNELLES À L'ALSH)

vendredi 18 septembre : Atelier transvasement

vendredi 2 octobre : Atelier motricité

vendredi 16 octobre: Atelier rythmique

vendredi 6 novembre : Atelier motricité

ANIMATIONS VACANCES AU BILBOQUET DE 9H30 À 11H30 (SUR INSCRIPTION POUR LES ASSISTANTES MATERNELLES)

mardi 20 octobre

jeudi 22 octobre

Relais Petite Enfance, Association Le Bilboquet
Les Tourondels 46140 Anglars-Juillac
0565214255 / 0684321029
relais@lebilboquet.org



Don du sang

Malgré l'épidémie, les collectes de don du sang se poursuivent à la **Salle des fêtes de PARNAC**.

Les nouvelles consignes d'hygiène renforcée et de distanciations nous ont obligés à quitter la salle du Barry pour une salle plus grande, satisfaisant aux nouvelles normes.

Les collectes de l'été, tant au niveau national qu'au niveau régional n'ont pas permis d'atteindre les réserves espérées, c'est pourquoi il est particulièrement important que les donneurs, novices ou habitués, se présentent aux collectes de fin d'année qui auront lieu les **vendredi 23 octobre** et

mardi 22 décembre entre **15h et 19h**.

Masques et gel hydro alcoolique seront fournis.

L'équipe de bénévoles vous proposera une collation renouvelée des plus appétissantes et vous remercie de votre solidarité. ■

Pour tout renseignement complémentaire, contacter Michelle TERRIER, Présidente de l'association au 06/70/90/16/95



Face au VIRUS... PAS de DÉCOURAGEMENT

À la suite du confinement, nous avons dû respecter des mesures nationales. Les activités au sein de notre unité locale ont été interrompues pendant quelque temps. Dès que nous en avons eu l'autorisation, en juillet, nous les avons reprises.

Les équipes de la vestiboutique et du vestiaire se sont mobilisées afin de permettre une ouverture partielle durant l'été, avec les gestes barrière qui s'imposent.

Nous avons eu plaisir à retrouver nos bénéficiaires des Restos du Cœur, ces moments d'échanges étaient attendus.

La **VESTIBOUTIQUE**, depuis Septembre, a ouvert à nouveau ses portes aux **horaires habituels** : **MERCREDI et SAMEDI matin** : **9 H 30 – 12 H**.

Le **VESTIAIRE** continue à accueillir, à compter du **10 septembre** les bénéficiaires le **JEUDI de 14 à 16 H**, une semaine sur deux en période estivale et toutes les semaines en période hivernale.

Les dons sont reçus uniquement aux heures d'ouverture du vestiaire : Ancienne école élémentaire, à côté de la Poste. Un grand Merci aux généreux donateurs.

RAPPEL :

*par respect pour les bénéficiaires et les bénévoles qui assurent le tri, les vêtements donnés doivent être **en bon état et propres. Si ces conditions ne sont pas remplies, les vêtements ne seront pas distribués.***

Le LOTO du Jeudi à la Résidence Autonomie a aussi été suspendu.

Pour nous tous, cette période de confinement a signifié isolement. Si pour les personnes extérieures cet isolement a été plus supportable grâce aux nouveaux moyens de communication, il n'en a pas été de même pour les résidents, privés de sortie et de visite de leurs proches.

Les bénévoles Croix Rouge, nous avons formé une « chaîne ». Chacune de

nous a établi un lien téléphonique hebdomadaire avec 2 ou 3 pensionnaires dont les numéros de téléphones pouvaient nous être communiqués. Elles se poursuivent encore et de nouvelles amitiés sont nées. ■

Le Bureau de l'Unité Locale

Bureau d'aide sociale

Le CCAS de Luzech a décidé de mettre en place un bureau d'aide sociale. Si vous avez des problèmes financiers, une permanence est organisée tous les premiers lundis de chaque mois, à la mairie.

Vous serez accueilli dans la discrétion et reçu par des personnes à votre écoute : début le 2 novembre. ■

Pour tout renseignement, contactez le 06 81 43 33 08

4 / Santé - Solidarité

« Pause aux Filaos »

Une association pionnière et innovante dans la protection des victimes de violences intra-familiales.

L'association « Pause aux Filaos » offre accueil, accompagnement et hébergement à des femmes et des enfants victimes de violences intra-familiales. Elle développe aussi des projets d'avenir à l'horizon 2021.

Pause aux Filaos innove depuis sa création en 2012. Elle est la seule association du Lot dédiée exclusivement à la protection des femmes et des enfants victimes de violences intra-familiales. Forte de son expérience, elle va s'engager en 2021, sous l'égide de la préfecture, dans deux nouveaux défis. Il s'agit de projets novateurs pour une telle structure. Le premier est la création d'une résidence sociale à destination des femmes et de leurs enfants qui ont bénéficié pendant plusieurs

semaines ou mois des hébergements d'urgence de l'association.

Le besoin se fait sentir depuis plusieurs années : l'accueil d'urgence ne peut excéder 3 mois. Or, il est difficile pour ces femmes et leurs enfants, de retrouver un équilibre et de reprendre le cours de leur vie dans un délai si court. Il leur faut du temps pour se remettre des mois, voire d'années de maltraitance. Du temps pour se reconstruire.

Certaines victimes souffrent de stress post-traumatiques. La plupart ont perdu toute confiance en elles et ont besoin de soutien et d'attention, le temps de retrouver un emploi et un logement. Leurs enfants ont besoin de stabilité et de voir leurs mères retrouver le goût de vivre et d'entreprendre.

L'association a donc développé un projet d'hébergement à plus long terme pour les femmes qui en font la demande. Elle a trouvé le lieu où implanter cette résidence sociale. Il s'agit de la Maison des Cèdres, ancienne maison d'hôtes située dans la commune.

Dans cette demeure, les femmes, accompagnées ou non d'enfants, pourront bénéficier d'un petit logement et partager les communs : salle à manger, cuisine, buanderie, etc. Objectif : leur éviter de rejoindre au bout de 3 mois, voire plus tôt, dans des foyers d'hébergements mixtes où elles se trouvent confrontées, avec leurs enfants, à des personnes en grande précarité et parfois des situations d'insécurité.

La vocation de ce lieu de vie géré par un animateur, sera de protéger ces femmes, qui sont encore, pour beaucoup, menacées par le conjoint qu'elles ont fui. Le but est que ces femmes puissent se sortir définitivement de l'emprise et de la maltraitance qu'elles ont eu à subir.

Autre projet d'envergure : la création d'un atelier d'insertion professionnelle. Là encore pour soutenir les femmes qui ont souvent perdu leur emploi ou n'en ont pas exercé depuis un certain temps. Il sera destiné à leur apprendre à restaurer des meubles. Cette activité qualifiante devrait pouvoir leur servir de tremplin pour retrouver une situation pérenne sur le marché de l'emploi.

L'État et les collectivités sont impliqués dans ces projets qui viennent conforter l'association dans sa dynamique d'aider les femmes et les enfants victimes. Ces projets sont le fruit d'un travail de qualité mené par l'équipe de travailleurs sociaux qui œuvrent au quotidien aux côtés de la fondatrice et directrice de l'association Evelyne Galvan-Vinysale. ■

Christine RAVIER

Accès à la Pratique Sportive (APS) pour tous

Aide financière pour le paiement d'une cotisation sportive (sous réserve que le club sportif ciblé soit une association loi 1901 et partenaire du projet)

Modalités d'accès :

- QF inférieur à 500 € = 70% d'aide limitée à 80€ (selon prix licence)
- QF compris entre 500 et 800 € = 50% d'aide limitée à 60€ (selon prix licence)
- Si la famille est éligible, chacun des membres peut bénéficier d'une aide pour le sport de son choix, adultes et enfants
- Une seule aide par personne et par année sportive

Comment bénéficier de l'aide ?

- 1/ Récupérer son justificatif de QF auprès de la CAF
- 2/ Prendre contact avec le club sportif de son choix pour connaître le montant de la cotisation (demander un justificatif)

- 3/ Se rendre dans un centre relais afin de récupérer les coupons sports : sur Luzech, Association « Pause aux Filaos » à Luzech – lundi au vendredi de 9h à 16h (sur RDV), contact Lionel LAFARGUE : Tél. 07 43 19 30 91



SLRU devient SLRU d'OC

L'association « Sur La Route d'Uxellodunum » (SLRU) a été créée en novembre 2014.

À la demande des scientifiques qui nous accompagnent dans nos projets et afin de lever toute ambiguïté sur notre démarche non-revendicative d'Uxellodunum, nous avons accepté d'enlever « Uxellodunum » du nom de notre association et de le remplacer par « Union » complété « des Oppida Cadurques ». Notre association devient donc : « Sur La Route d'Union des Oppida Cadurques », SLRU d'OC.

Mais que faites-vous ?

C'est la question que les bénévoles qui s'activent sur l'oppidum depuis le déconfinement, s'entendent poser régulièrement. En 2019, l'opportunité d'acheter une parcelle bien placée sur le chemin menant au « fanum » (temple) a été saisie avec pour objectif d'y créer un espace clôturé d'accueil et d'information du public mais aussi d'animations scolaires. Ce projet a été baptisé « Maison de l'Oppidum – Es-

pace Docteur Henri Péliissié » afin de rendre hommage aux nombreux bénévoles qui se sont succédé sur la colline depuis 1913 pour en faire ressortir le passé de notre village.

Service Régional d'Archéologie (SRA) et Laboratoire TRACES de l'Université Jean Jaurès de Toulouse.

Ces deux entités scientifiques ont été fort intéressées par le site magnifique de l'oppidum et cette hypothèse émise par M Guyard lors d'une visite organisée par SLRU un dimanche (!) de septembre 2019 et nous ont promis leur soutien aujourd'hui concrétisé.

C'est ainsi qu'une étudiante en Master archéologie à Toulouse a accepté « l'oppidum de Luzech » comme sujet d'études, un comité scientifique l'accompagnera dans ses recherches.

Vous n'êtes pas scientifique mais vous aussi, vous vous intéressez à la



1^{ère} réunion du Comité scientifique.

vie et à l'Histoire de votre village ? Vous aussi, vous souhaitez vivre cette passionnante aventure à nos côtés ? Vous souhaitez juste nous aider par un soutien plus que moral ... **Alors adhérez à notre association SLRU d'OC : 15 € / personne ou 20 € le couple.** ■

Christian MARIN, Président de l'association « Sur La Route d'Union des Oppida Cadurques (SLRU d'OC),
Tél 06 83 25 10 73

Association « Les Amis du Musée Armand Viré »

Peu d'entre vous connaissent Michel Dutrieux « l'homme des ammonites » de notre musée. Depuis de nombreuses années, en toute discrétion, il donne beaucoup de son temps et de son énergie pour le musée Armand Viré.

C'est aussi grâce à lui que nous avons eu la chance d'avoir une très belle exposition de modèles de frégates et de galère.

Michel Dutrieux est un homme passionné, érudit et humble. L'œil pétillant derrière ses lunettes, il aime



partager ses passions avec les visiteurs, les collégiens ou les enfants des écoles. Les musées de Luzech ont de la chance de pouvoir compter sur lui. Merci pour son investissement, son enthousiasme.

« Il y a tellement de choses qui m'intéressent encore » avoue-t-il ... Il n'a peut-être pas fini de nous étonner ! ■

Christine CALVO

Activités	Jour	Salle	Contact
SPORT			
Badminton	Mercredi 18h-21h Jeudi 20h30-23h	Halle Omnisport	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Billard	Tous les jours pour les membres du club	Route de Trescols (ancien collège)	Billard Club le Tapis vert Tél. 06 71 17 42 67 letapisvert@orange.fr
Cirque Enfants 4-6 ans Enfants 7-12 ans	Mardi 17h-18h Mardi 18h-19h30	Salle du Barry Salle du Barry	Les Cas du Cyrque Tél. 06 88 01 92 40 Jérôme Cordoba lescasducyrque@gmail.com
Union Sportive luzéchoise Cyclotourisme			Paul Batut Tél 05 65 30 90 13
Danse country	Vendredi 20h	Salle du Barry	Coyotes Dancers Tél. 06 71 63 96 87
Gym	Lundi 19h-20h	Dojo	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Gym d'entretien	Mercredi 19h-20h	Salle du Barry	Dancing Gym Virginie Tourriol Tél. 06 78 28 70 09
Judo ados / adultes	Jeudi 19h30-21h	Dojo	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Judo Judo enfants 6-8 ans Judo enfants 4-6 ans Judo enfants 8-12 ans	Lundi Jeudi 17h30-18h30 Jeudi 18h30-19h30	Dojo	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Karaté adultes	Vendredi 19h	Dojo	Shizendo Nicolas Delchié Tél. 06 87 43 71 62
Karaté enfants	Vendredi 18h	Dojo	
Rugby enfants Baby rugby M6 M8/M10	Samedi 10h-11h Samedi 10h-11h30 Samedi 10h-12h	Ecole de rugby, la Douve	
Rugby M14	Mardi 18h15-19h45 Vendredi 18h-19h15	Cahors La Douve	Union sportive Luzechoise Audrey Galthié Tél. 06 63 62 90 97
Séniors Féminines	Mardi 20h-21h30 Vendredi 20h-21h30	Cahors La Douve	
Seniors Masculins	Mercredi 19h30-21h Vendredi 19h30-21h	Trescols Trescols	

Activités	Jour	Salle	Contact
Taï Chi Chuan	Lundi 16h-17h30	Salle du Barry	Guy Ballety Tél. 06 76 97 07 23
Tennis Tennis enfants Tennis enfants Baby tennis	Lundi 18h-19h Mardi 18h-19h Jeudi 18h30-19h30	Halle Omnisport	Tennis Club Valérie Lecourt Tél. 06 77 36 77 31
Tennis Adultes garçons Adultes filles	Lundi 19h-20h Mardi 19h-20h		
Yoga	Mardi 18h30-20h Mercredi 17h-18h30	Dojo	URCL Tél. 05 65 20 16 61
CULTURE			
Arts plastiques Adultes	Lundi 14h-16h	Ancienne école élémentaire (Avenue d'Uxellodunum)	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Arts plastiques Enfants	Mardi 17h30-19h		URCL Tél. 05 65 20 16 61 M.-Cl. Alibert Tél 05 65 22 39 85
Chorale	Mercredi 20h30-22h30	Salle annexe église de Douelle	URCL Tél. 05 65 20 16 61
Hand in Hand (conversation en anglais)	<i>Séances suspendues pour une durée indéterminée</i>	Médiathèque	la Trincade Tél. 06 77 09 69 91
Lire à Luzech / animations à la médiathèque	Horaires de la médiathèque : mardi / jeudi / vendr. 14h-18h - Mercredi 9h-12h et 14h-18h - Samedi 9h-12h	Médiathèque	Lire à Luzech - Médiathèque Tél. 05 65 30 58 47 lirealuzech.46@gmail.com ou mediatheque@ville-luzech.fr
Ecole de musique	Samedi 17h-21h	Salle au-dessus du Barry	Ecole de musique de Prayssac Tél. 05 65 22 49 88 (le mercredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h)
Espace de vie sociale Jardins partagés Soirée jeux de société, cuisine...			Espace de Vie Sociale Tél 09 72 50 59 30 espace.viesociale.filaos@gmail.com
BIEN-ÊTRE			
Sophrologie	Mercredi 20h -20h45	Salle du Barry	Dancing Gym Virginie Tourriol Tél. 06 78 28 70 09
Réflexologie	Mardi après-midi Jeudi matin	Espace de vie sociale	Espace de Vie sociale Tél. 09 72 50 59 30 espace.viesociale.filaos@gmail.com

8 / Culture / Patrimoine / Animations



Kinomad, l'audiovisuel associatif : Un œil ouvert sur le monde

L'association **Kinomad** a mis en place depuis 2009 un outil d'éducation populaire, de rencontre et d'échange de pratiques :

- Des actions d'éducation à l'image (Intervenants « Passeurs d'image » Occitanie, interventions en écoles élémentaire, collège et faculté...)

- Des projections de films locales et itinérantes, un accompagnement technique et à la programmation pour les structures qui le désirent (collaborations avec « Pause au Filaos », l'école primaire de Luzech, la CCVLV pour ne citer qu'eux...)

- Des ateliers d'accompagnement à la réalisation de films (Département du Lot, Cauvaldor...)

- Des événements autour de l'audiovisuel (Mois du film documentaire, fête du court métrage, fête du cinéma d'animation...)

- Une soirée Kinoklub mensuelle à Luzech ouverte au public et à prix libre autour d'un cinéma différent et d'un repas partagé.

Depuis 2019 le **Kinoclub** à Luzech est le rendez-vous de projection men-

suel à la Maison des Consuls, un moment de rencontre et d'échanges. L'entrée est accessible à toutes et tous et se fait en participation libre et consciente. Les propositions sont faites autour d'un cinéma du réel, souvent documentaire et hors des sentiers battus, car nous n'avons pas vocation à entrer en concurrence avec les salles de cinéma locales qui ont de leur côté des propositions tout autant intéressantes. La situation sanitaire nous a, comme beaucoup, stoppé dans notre élan. Nous travaillons actuellement à la programmation de la saison 2020/2021. Les ateliers comme les interventions scolaires participent à notre projet d'accompagnement audiovisuel intitulé **Kinolabo**.

Nos interventions autour de l'éducation à l'image et aux médias prennent de l'ampleur, devant les demandes concernant un accompagnement spécifique de la jeunesse autour de l'utilisation des écrans.

L'équipe travaille actuellement à son rendez-vous annuel des **Kinodocs**, 7ème édition de notre participation au mois du film documentaire, évé-



nement national et international qui aura lieu au mois de Novembre 2020. Des films seront programmés par Kinomad à Luzech et dans les villages alentours à cette occasion, autour de thématiques qui interrogent sur le « Et maintenant ! ? »

Comme toute association, Kinomad accueille avec plaisir bénévoles et adhérents qui souhaiteraient prendre part aux activités de l'association. Vous pouvez aussi vous inscrire à notre lettre d'information en faisant une demande écrite ou nous contacter :

Courriel : contact@kinomad.fr

Site : www.kinomad.fr

Page Facebook : [@asso.kinomad](https://www.facebook.com/asso.kinomad)

Lire à Luzech



Après un premier semestre en hibernation, l'association vous propose des conférences et animations en collaboration avec le musée Armand Viré et la médiathèque.

Dans le contexte sanitaire actuel, les intervenants vous feront découvrir des animations pour votre bien-être : *Découverte des pierres et de leur énergie* avec **Nathalie Durieu** ; *Au fil de la vie avec la maladie* présentée par **Danielle Dubois** ; *Approche de la maïeusthésie* avec **Anne-Gaëlle de Mersan** (21 oct.) ; *L'hypnose* avec **Bruno Gratpanche** (9 janv.2021) ; *Développement de l'intuition pour communiquer avec son animal de*

compagnie par **Elisabeth Monnier** (23 janv. 2021)

Plus en lien avec la lecture, **Danielle Dubois** interviendra dans l'espace enfant de la médiathèque le mercredi 28 octobre à 14h30 dans un spectacle de kamishibai et le mercredi 18 novembre pour un atelier créatif « cartes de Noël » ouvert aux enfants et aux adultes. Nous vous conseillons de réserver votre place au 05 65 30 58 47. Quant à notre projet sur les abeilles, programmé en avril dernier, nous le reportons au printemps 2021. ■

Marie-Christine DOHNAL, présidente de Lire à Luzech

EPL relève le défi !!!

Comme un grand nombre d'associations, Ensemble Pour Luzech (EPL) a été frappée par la crise sanitaire.

De ce fait, nous avons dû annuler notre épreuve sportive, le LUZATHLON, programmé le 28 juin 2020.

Il nous a paru difficile de demander à nos partenaires de s'impliquer financièrement.

De plus, les gestes barrières, le port du masque n'étaient pas adaptés pour organiser la manifestation dans de bonnes conditions.

L'esprit du LUZATHLON, c'est le goût de la performance sportive réalisée dans une ambiance festive et dans un désir de rencontre et de partage.

Le marché de Noël, tel que nous l'organisons dans des espaces privés, des ruelles, ne permettait pas de garantir la sécurité des exposants et des visiteurs.

Le SAMEDI 19 DECEMBRE 2020, pour préserver l'esprit de convivialité, nous fêterons Noël de façon différente mais tout aussi chaleureuse.

Sur la Place du Canal décorée, nous vous proposerons de 14h à 19 h une



nouvelle formule festive adaptée à la situation sanitaire : des animations, le père Noël et sa calèche, des jeux et la buvette...

QUOIQU'IL en soit, Noël sera toujours Noël !!! ■

Ensemble Pour Luzech

La Trincade

L'association La Trincade de Luzech a toujours pour objectif d'animer Luzech, d'apprécier notre beau village malgré cette année 2020 qui peut être considérée comme une année blanche.

En effet les animations (le vide-greniers de l'Ascension et le marché de nuit) ont dû être annulées dans le contexte sanitaire ambiant. Nous vous donnons rendez-vous en 2021 pour ces manifestations.

Seul le vide-greniers, organisé avec le comité des fêtes de Luzech dans le cadre de l'animation remplaçant la fête a eu lieu le 06 septembre 2020. Cette journée s'est bien déroulée. Le temps était propice et de nombreux chineurs sont venus dans le respect des règles sanitaires.

L'activité "Hand in Hand" devait reprendre début octobre mais au vu de la situation sanitaire plusieurs intervenants n'ont pas souhaité cette reprise. L'activité est donc reportée jusqu'à ce que la situation soit moins risquée. Un grand merci aux animateurs de *Hand in hand* qui nous tiendront informés.

La Trincade a réactualisé les petits livrets sur les boucles de promenades autour de Luzech et des communes environnantes. Ces livrets plaisent. Ils sont en vente dans certains commerces de Luzech (Quai n° 5, chez Création Coiffure, à la Poêle Gourmande) et au point info du tourisme à la mairie... et pouvez en demander au numéro de téléphone mentionné pour prendre contact.

L'équipe qui entretient régulièrement ces sentiers va reprendre aussi du service.

Durant la saison estivale des volontaires de l'association ont fait une permanence à la mairie de Luzech le matin lorsque l'office était fermé pour renseigner les touristes.

La Trincade propose un plus large choix d'événements pour les Luzéchois et les personnes séjournant sur notre territoire.

N'hésitez à venir nous rejoindre dans cette sympathique aventure !

Contact : la.trincade@orange.fr ou 06 77 09 69 91 ou le 06 81 43 33 08.

L'équipe tient à remercier toutes les personnes qui ont permis la réussite de nos projets. ■

10 / Sport et nature

Le Tai-Chi-Chuan à Luzech rentrée 2020

Après ce long temps de « repos » forcé dû à la crise sanitaire, la rentrée de Septembre 2020 (pour la saison 2020-2021) a eu lieu **lundi 14 septembre à 16 h pour une « invitation découverte » à la salle du Barry à LUZECH**, lieu où les séances se déroulent **chaque semaine le lundi de 16h à 17h30**.

Vous êtes invités à venir découvrir cet art du bien-être, art martial chinois, qui n'exige pas de qualités physiques particulières mais une attention à ce qui est proposé et apporte des moyens pour lutter contre le stress, pour trouver calme, dynamisme et sérénité à n'importe quel âge.

Vous élargirez notre groupe qui compte une douzaine de membres. L'ambiance y est très chaleureuse et nous nous encourageons mutuellement.

Des stages (2 jours) de **Qi-Gong** sont proposés de temps en temps, et, y participent, ceux qui le souhaitent.

C'est Monsieur **Guy Ballely** qui est notre professeur : **il est diplômé d'état de Karaté, Qi-Gong, Tai-Chi-Chuan, Tui Na**. Il accompagne chacun selon son niveau et ses possibilités avec attention et compétence.

Vous êtes invités à **profiter gratuitement**, vous qui lisez ces lignes, à un des premiers cours de la saison,



pour découvrir comment se pratique cet art du Tai-chi-Chuan... ■

Contacts : guy.ballely@orange.fr

tél : 06 76 97 07 23

A Luzech : Geneviève Fabre

tél 05 65 30 74 19

Site :

<http://guyballelykarate.clubeo.com>

Tennis Club Luzech

2020 : Année Bizarre ! Le Club est en sommeil depuis le 14 mars.

Heureusement le Tournoi historique du 1er au 15 août a pu avoir lieu grâce à Xavier Sodoyer et quelques bénévoles.

61 inscrits, unanimement contents de pouvoir se défouler un peu !

Les cours de l'école de tennis ont repris le 21 septembre selon les préconisations de la FFT et en fonction de l'évolution du COVID. ■

Tél Ecole de tennis : 06 77 36 77 31

Tél pour renseignements :

06 71 52 01 63



Karaté



En septembre, pour la cinquième année, la section Karaté de Luzech a repris ses entraînements sous la direction de Nicolas DELCHIE, instructeur fédéral et pratiquant depuis 30 ans. Cette année encore le cours réservé et adapté aux enfants présente une version plus ludique du Karaté. Sans oublier un travail de fond pour permettre à nos jeunes karatékas apprentis de développer leur personnalité et des valeurs qui leurs seront fort utiles dans l'avenir...

Pour les adultes, les notions de bien vivre et de bien vieillir sont associées à la pratique de cet art martial où l'efficacité des techniques est primordiale. Pour cela les entraînements se déroulent toujours en respectant le niveau de chacun et avec l'expérience, acquérir une efficacité en self-défense, en se préservant de blessures.

Venez essayer et pratiquer les vendredis de 18 à 19h pour les enfants et en suivant de 19 à 20h30 pour les adultes au dojo (salle annexe de la Grave) ■

Coyotes dancers

Les Coyotes Dancers ont repris leurs activités le vendredi 11 septembre à 20h à la Salle du Barry. Comme d'habitude, 3 niveaux sont proposés : Débutants à 20h ; Novices à 21h et Intermédiaires à 22h

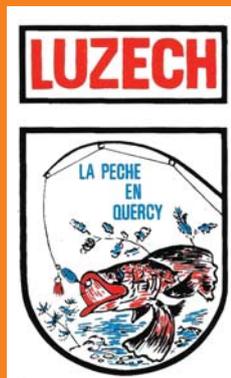
La distanciation est assurée et du gel hydroalcoolique est à disposition dans la salle (fourni par l'association). Pas d'obligation du port du masque pendant l'activité !

Il n'est pas trop tard, pour nous rejoindre, ou nous voir sans engagement, les deux premiers cours sont gratuits. (tarif : 90€/pers/an)

Etant donné la situation actuelle, nous ne savons toujours pas si nous pourrions organiser notre traditionnel Marché de Noël Country. Toutefois, il a été programmé au 13 décembre, reprenez donc cette date au cas où ce serait possible. ■

Contact : lescoyotesdancers.46@aol.fr
06 71 63 96 87

Raymonde GARCIA,
Présidente des Coyotes Dancers



AAPPMA

Bonjour à tous,
Nous informons nos amis pêcheurs que les élections départementales pour élire le nouveau bureau de l'AAPPMA de Luzech, soit un président, un vice-président, un trésorier, un secrétaire auront lieu courant octobre.

Gardons la pêche à Luzech ! ■
Stéphane GROSS, vice-président



Université Rurale de la commune de Luzech

Le COVID 19 est toujours là, et il faut faire avec.

La reprise des activités s'est faite comme nous l'avions prévue la semaine du 14 septembre.

Le PING-PONG ne reprendra pas, le gymnase de Boissor est interdit d'accès.

Avec quelques contraintes dues aux différents protocoles et adaptations aux autres activités.

La Fédération de JUDO demande, par exemple, le lavage des pieds au gel hydroalcoolique avant de monter sur le Tatami. Nous avons donc mis en place ce protocole pour nos autres cours Gymnastique et Yoga qui utilisent le Tatami.

Nos activités :

URCL-TABLEAU ACTIVITES 2020-2021			
JOUR	ACTIVITE	LIEU	HORAIRES
LUNDI	JUDO	DOJO	17h30 / 19h
LUNDI	GYMNASTIQUE	DOJO	19h / 20h
LUNDI	ARTS PLASTIQUES	Ancienne école élémentaire	14H / 16h
MARDI	YOGA	DOJO	18h30 / 20h
MARDI	ARTS PLASTIQUES (ENFANTS)	Ancienne école élémentaire	17h30 / 19h
MERCREDI	YOGA	DOJO	17h / 18H30
MERCREDI	CHORALE	Salle annexe église de Douelle	20h30 22h30
MERCREDI	BADMINTON	HALLE OMNISPORT	18h / 21h
JEUDI	JUDO	DOJO	17h30 / 21h
JEUDI	ARTS PLASTIQUES	Salle annexe église de Douelle	14H / 16h
JEUDI	BADMINTON	HALLE OMNISPORT	20h30 / 23h

Renseignements : urcluzech@aol.com - Tél : 05 65 20 16 61 / 06 88 53 06 79

Nous vous souhaitons une bonne rentrée.

Bonne santé, prenez soin de vous et des autres, respectez les gestes barrières. ■

Le Président, Michel GARCIA

12 / Sport et nature

USL Rugby

La saison dernière s'est achevée brutalement dans les conditions que chacun sait. Toutefois, cette période a eu le mérite de nous permettre de faire le point sur le club dans toutes ses composantes : que faire, et comment, pour que ce club centenaire continue ses missions auprès des jeunes et de la communauté ?

Un projet ambitieux a pris forme. Certes la conjoncture économique de reprise et la baisse prévisible du partenariat nous oblige à une certaine prudence, mais le club ne peut continuer à avancer et à se construire sans projet d'avenir.

Nous continuerons bien évidemment de travailler sur la formation des jeunes licenciés qui sont l'avenir de notre club, pour cela, La décision **de créer un emploi pour structurer et développer** le rugby et notamment notre école de rugby a été prise. Il s'agit d'Audrey GALTHIÉ, joueuse des « Infernales », aujourd'hui coach, mais surtout professionnelle diplômée.

Sa mission première sera évidemment de structurer l'école de Rugby, d'encadrer

les éducateurs bénévoles de l'EDR, les aider dans leur pratique et **mettre en place un projet sportif et éducatif** au profit de l'épanouissement des jeunes dans la pratique sportive.

Pour développer le rugby dans le bassin de vie, le constat a été fait que les cours de récréations bétonnées empêchaient la pratique sportive des enfants en toute sécurité. La décision de fournir à **ces écoles des pelouses synthétiques** nous a paru une évidence afin de redonner le goût du sport. La mise à disposition de notre éducatrice professionnelle auprès des institutrices sera indéniablement un plus pour développer le rugby dans ces écoles. Ces espaces de jeux seront opérationnels pour la rentrée scolaire dans les écoles de LUZECH, DOUELLE et SAUZET.

Cette nouvelle saison doit être celle du renouveau pour notre EDR qui ouvre aussi une section Baby-Rugby à partir de 3 ans.

Toutes les autres catégories continueront leur fonctionnement dans les différents rassemblements (M14-M16-M18), mais



aussi rassemblement pour les filles avec CAHORS afin de développer le rugby féminin dans le bassin cadurcien.

En ce qui concerne les séniors garçons, la grande satisfaction vient de la pérennité du groupe avec peu de départs et surtout le retour au club de nos jeunes du pôle RQL, avec beaucoup de qualité et de volonté.

Merci à nos partenaires et institutionnels pour leur soutien, mais aussi à tous les bénévoles qui assurent le fonctionnement du club tout au long de la saison pour le bien-être de nos jeunes. ■

Union Sportive Luzéchoise, Christian ESTEVE Tél 06 76 48 13 23

Billard club de Luzech



C'est dans une ambiance conviviale que le billard club « Le tapis vert » de Luzech a accueilli dans ses locaux provisoires ce samedi 19 septembre 2020, les dirigeants des clubs de billard du district nord « Occitanie », regroupant les départements du Lot, de l'Aveyron, du Tarn et du Tarn et Garonne, en assemblée générale.

Etaient notamment représentés les clubs de Cahors, Montauban, Gourdon, Rodez, Souillac, Saint Sardos, Prayssac et bien sûr Luzech.

L'assemblée générale sous la présidence de M. Jacques Andrieu assisté de M. François Burger, attaché auprès de la ligue « Occitanie », avait pour objet de rendre compte de l'activité de l'exercice 2019/2020, d'approuver les comptes, et essentiellement d'établir le programme des tournois de l'exercice à venir, par catégories, niveaux et clubs.

Il est à noter que, tout jeune adhérent à la fédération nationale, le club de Luzech présentera cette année 5 licenciés compétiteurs, et accueillera en ses locaux un certain nombre de tournois.

Le club de Luzech se dotera avant la fin du mois d'un nouveau billard de compétition, lui permettant ainsi d'accueillir dans les meilleures conditions, à la fois ses membres et les compétitions à venir.

Bernard PIASER, maire de Luzech et Pierre BORREDON, premier adjoint, ont eu la gentillesse, par leur présence au cours de l'apéritif précédant le repas, de venir témoigner de leur soutien à ce nouveau club dynamique.

Dans le même esprit, tous les membres du club souhaitent vivement la reprise des travaux d'aménagement de la nouvelle salle, malheureusement interrompus par la crise sanitaire. ■

Gâteau moelleux et croustillant aux poires



Ingrédients :
2 poires,
un moule rond,
150 gr farine,
50 gr sucre,
1 œuf,
1/2 verre de lait,
1/2 verre d'eau,
50 gr de beurre

Dans une coupelle, peler et couper les poires en petits dés. (On peut mettre un peu de sucre roux dessus et rhum).

Dans un saladier mélanger la farine, le sucre, l'œuf, ajouter progressivement l'eau et le lait puis couper le beurre en fines lamelles. Mixer le tout. Ajouter les poires. Bien beurrer le moule.

Verser la préparation dans le moule.

Mettre au four à 180° pendant 30 minutes. (Si possible au four faire chauffer la plaque du dessus et dessous pour obtenir le côté croustillant). Se déguste tiède ou froid selon vos envies...

Bon appétit !

Astuce de grand-mère !

Pour préserver plus longtemps les fruits de saisons, poires, pommes, raisins dans leur corbeille, etc. couper un bouchon de liège en deux. Le liège absorbe l'humidité excessive, ainsi les fruits ne vont pas noircir, ni pourrir prématurément.

Si vous aussi, vous disposez d'une astuce pour le jardin, pour le quotidien, ou si vous voulez partager une recette personnelle, faire des commentaires sur un sujet non polémique, cette dernière page vous est ouverte... envoyez un message mail mediatheque@ville-luzech.fr ou téléphoner au 05 65 30 58 47



Noter dans votre agenda !

Vendredi 23 octobre

(et mardi 22 décembre) : Don du sang à la salle des fêtes de Parnac

Mercredi 28 octobre : Animation pour les enfants autour d'un Kamishibai avec **Danielle Dubois** - Médiathèque, 14h30, places limitées - réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 31 octobre : Conférence la marche des Dinosaures avec **Andréas Jannel** - Musée Armand Viré, 15h - réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 7 novembre : Conférence de **Yvonne Bonnamy**, Présidente de l'association périgourdine d'égyptologie Kemet, *La symbolique animale dans l'Égypte ancienne* - Musée Armand Viré, 15h, réservation au 05 65 30 58 47

Mercredi 18 novembre : Atelier Cartes de Noël (pour enfants et adultes), animé par **Danielle Dubois** - Médiathèque à 14h30, places limitées, réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 21 novembre : Conférence-atelier de **Anne-Gaëlle de Mersan**, psycho-praticienne énergétique, formatrice maïeusthésie, *Chaleureuse rencontre avec soi-même : la maïeusthésie comme approche de la psychologie de la pertinence* - Musée Armand Viré, 15h, réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 5 décembre : Conférence de Patrick Vignaud sur *les Hominidés du Tchad* - Musée Armand Viré, 14h - réservation au 05 65 30 58 47

Mercredi 9 décembre : Atelier créatif 1, 2, 3 couleurs... mandala par **Irène Piquet**, à la médiathèque, de 14h à 16h. Places limitées, sur réservation au 05 65 30 58 47

Dimanche 13 décembre : Marché de Noël des Coyotes Dancers à la Salle La Grave 10h-18h

Samedi 19 décembre : Animations de Noël sur la Place du Canal, proposées par l'association **Ensemble pour Luzech** - de 14h à 19h

Samedi 19 décembre : Conférence les Fleurs de Bach par **Irène Piquet** - Musée Armand Viré, 14h, réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 9 janvier : Conférence l'Hypnose avec Bruno Gratpanche - Musée Armand Viré, 15h - réservation au 05 65 30 58 47

Mercredi 13 janvier (et mercredi 27 janvier) : Atelier créatif, Devenez plus zen en dessinant, initiation au Zentangle, avec **Mélanie Marty** - Médiathèque 14h-30 -16h30, places limitées, réservation au 05 65 30 58 47

Samedi 23 janvier : Conférence-atelier d'**Elisabeth Monnier** *Développer son intuition pour communiquer avec son animal de compagnie* - Musée Armand Viré, 15h - réservation au 05 65 30 58 47