



SAINT-PAULETOIS



Édito

Ce qui est pénible quand on écrit un édit en janvier, c'est que rien, ou pas grand-chose, nous pousse vers une joie débordante. Le ciel bas, les températures, les heures de jour et la fin des fêtes de fin d'année ne sont pas là pour aider... Seuls les fans de neige semblent trouver leur compte !

Heureusement les projets engagés pour le printemps et le reste de l'année permettent de retrouver une certaine motivation et un vrai entrain. De ce que j'en sais, de nombreuses et joyeuses choses se trament pour égayer le village et continuer à se faire rencontrer les habitants.

Ce journal continue d'être un vecteur important de la vie de Saint Paulet et permet à chacun d'apporter sa pièce à l'édifice afin de faire perdurer cette humanité si particulière et si importante dans ces temps troublés qui infusent plus facilement de la haine et du repli sur soi.

Toutes les bonnes intentions sont toujours les bienvenues, alors n'hésitez même pas une seconde à nous faire partager vos idées, vos remarques, vos projets, vos savoirs et je ne sais quoi encore. Ce journal est avant tout ce que vous en faites.

Toute l'équipe vous souhaite une bonne et heureuse année pour vous et vos proches !

Audrey, Charlotte, Hélène, Jean-Luc et Yannick

Sommaire

Mairie

État civil.....Page 2

Les vœux du Maire.....Pages 3 à 6

Association Sportive et Culturelle

Assemblée Générale.....Page 7

Sorties nature.....Page 8

L'école de Saint Paulet...

École de Saint Paulet.....Pages 9 et 10

École de Souilhanel.....Pages 10 et 11

École de Soupex.....Page 11

MAM.....Page 12

Environnement

Apiculture.....Pages 13 à 15

Éclipse solaire.....Page 15

Rubriques ouvertes.....Pages 16 à 20

État civil

Décès

Mme Sicard Reine le 29/07/2025

M. Lamarque Marceau le 06/12/2025

Mariage civil

Mme Dewynter Frédérique et M. Perichon Jérôme Marquez le 28/06/2025

Mme Anais Duprat et M. Ugo Richard le 23/08/2025

Mme Belotti Céline et M. Pujacte Pascal le 30/08/2025

Mme Luliano Caroline et Mr Pastre Sébastien le 11/10/2025



Les vœux du Maire

Permettez-moi tout d'abord d'avoir une pensée très forte pour Reine Sicard et Marcel Lamarque qui nous ont quittés en 2025. Nous garderons, je l'espère, un souvenir ineffaçable de toutes ces personnes qui ont fait et participé à l'histoire de Saint Paulet. Je renouvelle encore une fois mes plus sincères amitiés à leurs familles.

Je profite également de cette occasion pour souhaiter la bienvenue à tous les nouveaux Saint-Pauletois qui sont venus s'installer sur notre commune en 2025.

L'actualité de notre commune c'est aussi, nous l'attendons tous, la **fin des travaux de raccordement à la fibre optique**, travaux qui devraient se terminer vers le 20 février 2026 de façon à ce que nous puissions être raccordés dès la fin de ceux-ci. Les travaux sont supervisés par le SYADEN et ont pris beaucoup de retard en raison d'un blocage de la part des voies navigables de France qui s'opposaient au passage des câbles en aérien sur le périmètre de vue de la rigole. Après plusieurs réunions de négociations avec la préfecture, le SYADEN et les ABF, nous avons eu enfin cette autorisation courant décembre.

Des **travaux d'entretien de voirie** sont également prévus et confiés à l'entreprise CAZAL pour un montant de 25 500 € HT. Cette tranche de travaux qui comprend la rénovation d'un maximum de routes et chemins communaux doit être terminée avant fin mars afin de pouvoir prétendre au versement d'une subvention de la part du département d'un montant d'à peu près 7 600 €.



Les **travaux de réaménagement du foyer** sont à présent terminés, les différentes entreprises intervenantes ont fait un travail remarquable sous la responsabilité de notre architecte M. Fogler, avec un montant final de travaux de 41 947 € HT, honoraires d'architecte compris. Travaux qui ont été en partie subventionnés par le département de l'Aude pour un montant de 12 460 €.

Ces travaux ont pour but de remettre le foyer au goût du jour avec un soin tout particulier qui a été apporté à l'acoustique de la pièce et à la fonctionnalité de la cuisine de façon à rendre l'utilisation de celle-ci beaucoup plus agréable.

Beaucoup de **petits travaux d'entretien** sont bien sûr également réalisés tout le long de l'année par nos **employés communaux** qui sont toujours présents, avec beaucoup de conscience professionnelle, pour que notre village soit toujours impeccable.

Je pense notamment aux espaces verts, à l'entretien des bâtiments communaux, l'école, la mairie, la salle des fêtes, l'église, les rues du village, l'entretien du cimetière aussi qui est très important. Merci à Wilfrid et Éric pour leur travail.

Un grand merci également à Sandrine et Karine, nos secrétaires de mairie qui sont à votre écoute et à votre disposition tout le long de l'année.

Je n'oublie pas bien sûr Sylvie qui est toujours à l'œuvre pour que tout soit toujours dans un état de propreté irréprochable et qui travaille souvent tard le soir après l'école ou après la fermeture de la mairie. Merci à elle.

Meilleurs Vœux



Je profite du sujet lié à la propreté pour vous rappeler **l'importance du tri de nos déchets ménagers** : des conteneurs verts et jaunes sont mis à notre disposition sur plusieurs emplacements de notre commune, les sacs noirs de déchets ménagers non fermentescibles doivent être déposés dans les conteneurs verts et les déchets revalorisables sont à déposer dans les conteneurs jaunes. Les encombrants ou matériaux doivent être amenés directement en déchetterie, à Castelnaudary ou à Labastide d'Anjou. Sachez que tous les encombrants déposés au pied des conteneurs ne sont jamais ramassés par les services de ramassage du Smictom. Les employés communaux doivent, à chaque fois, récupérer un camion pour charger ces déchets et les amener eux même à la déchetterie, ce qui représente un coût important pour la commune. On sait tous que les coûts ne cessent d'augmenter mais nous devons tous faire preuve de civisme si nous ne voulons pas qu'un « fliquage » soit mis en place pour rappeler à ceux qui ne se sentent pas concernés que les coûts pourraient être moindre si chacun respectait la règle.

Le **site internet de la commune** de Saint Paulet est déjà accessible depuis un peu plus d'un an, vous pouvez le découvrir en tapant directement saintpaulet.fr.

On peut y découvrir l'actualité de la commune, les cartes touristiques et les hébergements de tourisme de la commune, les entreprises locales ainsi que toutes les informations utiles sur les démarches administratives et les anciens Saint Pauletois.

Vous avez également à votre disposition **l'application Panneau Pocket** que vous pouvez télécharger sur vos téléphones et qui vous permet d'avoir une information en temps réel sur l'actualité de la commune, des associations et même des villages voisins.

Il y a toujours bien sûr le **Saint Pauletois** qui paraît tous les trimestres et qui permet à tous les acteurs de la vie communale de vous informer sur leurs actualités, un grand merci à tous les rédacteurs pour leur travail qui est toujours d'une très grande qualité.



Je voudrais maintenant aborder le sujet de **l'école et du regroupement scolaire**. Je tiens tout d'abord à remercier pour leur travail et leur engagement l'ensemble des enseignants du regroupement, Céline à Souilhanel, Sébastien à Soupex, Carole et Ilina son ATSEM aux Casses et bien sûr Laurence et Cathy à Saint Paulet.

Vous le savez sûrement, mais les effectifs sont en baisse régulière depuis plusieurs années maintenant, nous sommes passés de 110 enfants scolarisés il y a quelques années à moins de 70 aujourd'hui, ce qui a eu pour effet la fermeture d'une classe aux Casses il y a deux ans. Le risque aujourd'hui serait de voir encore ces effectifs baisser, ce qui aurait pour conséquences la fermeture d'une nouvelle classe.

Cette éventualité est à prendre très au sérieux car les services de l'éducation nationale réfléchissent déjà à cette possibilité qui serait de retirer, dès la rentrée prochaine, un enseignant au sein de notre regroupement si les effectifs de rentrée passent sous le seuil des 70 enfants.

Nous devons bien sûr être très vigilants sur le sujet et réfléchir ensemble aux solutions que nous pouvons apporter, en passant peut être par l'accueil de nouvelles familles sur nos territoires ou l'incitation aux familles déjà implantées à scolariser leurs enfants sur le regroupement car vous vous en doutez, aucun maire ni aucune commune du regroupement ne sont disposés à laisser fermer une école au sein de son village. Nous en saurons plus, je l'espère, avant les vacances et nous ne manquerons pas bien sûr de vous tenir informés de la situation afin de faire valoir nos arguments à ces personnes qui décident, en haut lieu, de l'avenir de nos villages.

Autre sujet préoccupant en ce moment, mais qui est en lien avec le précédent, vous le savez sûrement, un **projet de lotissement** a vu le jour ces dernières semaines sur une parcelle constructible rue de la Fontaine. Ce projet, porté par un promoteur local privé, comprend la division du terrain en dix parcelles constructibles allant d'un peu plus de 600 m² à 1 100 m².

Ce permis a été signé par moi-même début décembre avec quelques remarques qui me semblaient importantes, notamment sur l'interdiction de futures constructions à étages et la prise en compte sérieuse du traitement des eaux de ruissellement.

Notre commune étant dotée d'une simple carte communale, la réglementation en matière d'urbanisme doit se référer au règlement national d'urbanisme (RNU) et aux préconisations du SCOT du Pays Lauragais (Schéma de cohérence territoriale) qui a été établi en 2018 pour notre secteur.

Je précise que ce projet est totalement privé et porté par un promoteur privé et que la commune ne peut que se tenir à ces réglementations.

Suite à l'accord du permis de lotir, un certain nombre de Saint Pauletois ont déposé un recours gracieux à l'encontre de celui-ci de façon à ce que ce projet corresponde plus, à leurs yeux, à l'intérêt du village et des riverains. Je comprends tout à fait les craintes et questionnements de chacun et je transmets à chaque fois toutes vos remarques au lotisseur, j'espère qu'il prendra en compte un maximum de celles-ci.

Je vous rappelle, si toutefois vous en doutiez, que nous œuvrons tous dans l'intérêt de notre village et que nous ferons le maximum pour que Saint Paulet puisse se développer harmonieusement avec le consentement d'une majorité d'entre vous et des riverains en particulier.

Je tiens à remercier **l'ensemble des associations** de notre village qui font un travail remarquable et remarqué pour que Saint Paulet soit toujours plus attractif et agréable.

Bravo à Benjamin et à son équipe pour toutes les festivités proposées par le **Comité des Fêtes**.

Également, à **l'ASC** avec une multitude d'activités proposées, merci à tous les bénévoles de l'association pour votre implication.

Claude et les Crapoteux qui ont organisé en 2025 la finale du trophée de France de truck trial qui a connu un succès au-delà des espérances et qui a permis de placer Saint Paulet encore une fois en haut de l'affiche nationale durant tout un week-end.

La **MAM**, qui accueille toujours autant d'enfants, tous plus sages les uns que les autres. Félicitations à Laure, Marion et Patricia pour votre patience et votre professionnalisme.

Creart d'oc également avec Cathy et Patricia qui nous ont proposé un marché de Noël et le calendrier de l'avent, merci à vous deux et à tous les créateurs participants à ces événements.

Encore **l'association de chasse communale** qui œuvre pour réguler le nombre de sangliers et autres gibiers tout le long de la saison de chasse sur notre territoire, une dizaine de chasseurs sont actuellement encartés sur la commune. Bonne fin de saison à eux.



Je n'oublierais pas de remercier et de féliciter tous les bénévoles qui œuvrent tout le long de l'année pour **fleurir le village** ainsi que ceux qui sont donnés rendez-vous sur plusieurs week-ends afin de **décorer notre village** avec beaucoup de goût pour les fêtes de fin d'année, bravo et merci à eux.

Cette année, Saint Paulet est devenu **village ambassadeur du don d'organe** avec l'appui de l'association « Transhépate Occitanie' » chère à Brigitte et Guy Alibert. Cette association a pour but d'aider et d'accompagner les personnes greffées ou en attente d'une transplantation, d'informer et de faire prendre conscience à tous de l'importance du don d'organe.

Vous le voyez, nous pouvons être très fiers et reconnaissants de nos associations et je renouvelle encore une fois mes **félicitations et encouragements à tous les bénévoles**, Saint Pauletois ou pas, qui s'investissent au sein de notre commune pour que Saint Paulet soit toujours reconnu comme un village accueillant, attractif où il fait bon vivre.

Je le répète mais sachez que la mairie sera toujours à vos côtés pour vous soutenir et vous aider si besoin.

Nous avons souhaité, cette année encore, remettre le traditionnel colis offert par la commune à tous nos Saint Pauletois qui sont dans la bonne tranche d'âge et à notre personnel communal, merci à Jean Luc et à la commission pour leur choix.

Je ne terminerai pas, sans remercier bien sûr **l'ensemble de mon conseil municipal**, avec Jean Luc et Sébastien mes adjoints, mais également Yannick, Ségolène, Cathy, Virginie, Jean-Pierre, Christophe et Thomas, qui me soutiennent et participent à la vie communale tout le long de l'année.

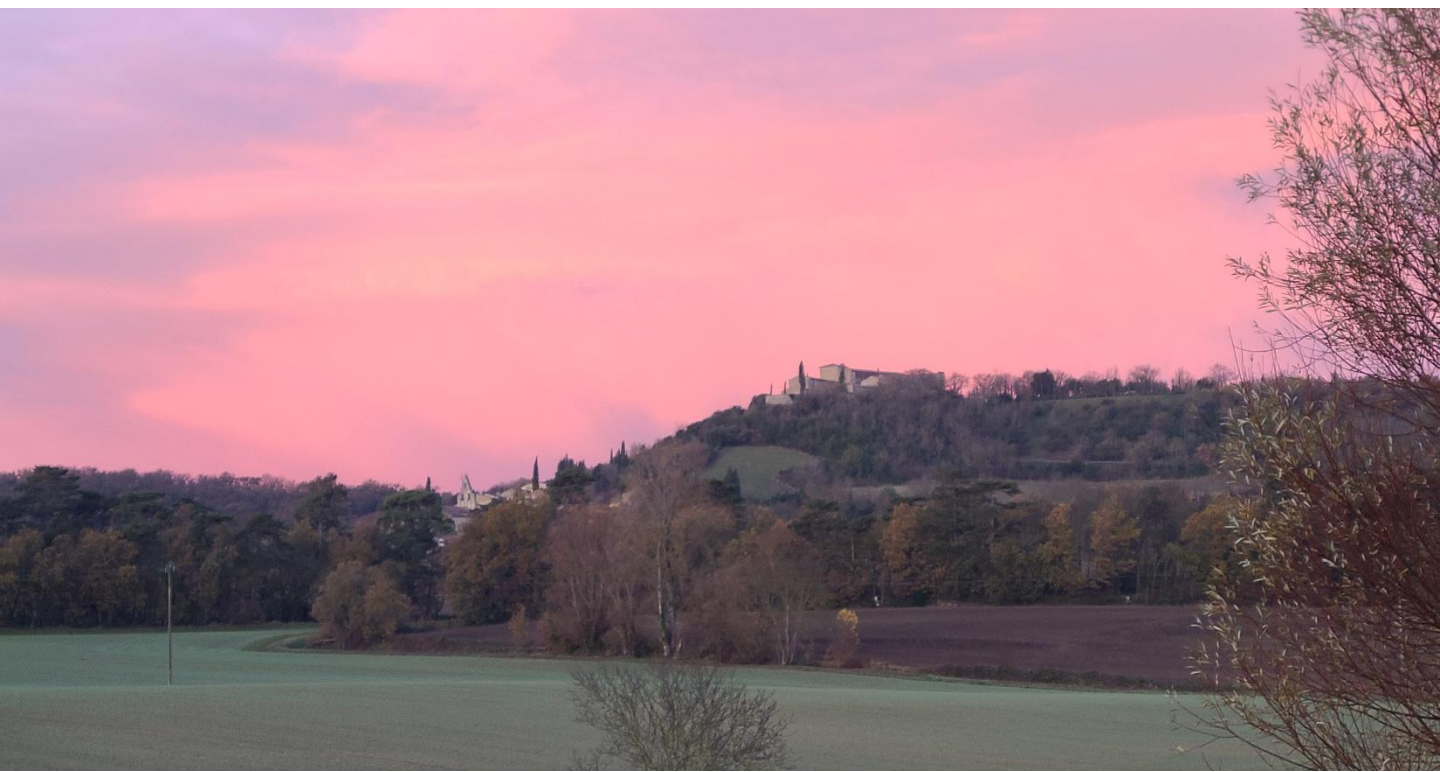
Merci pour ses six années passées ensemble à œuvrer dans l'intérêt de notre village et ou chacun, j'en suis très fier, a pu apporter sa contribution au développement et à la prospérité de Saint Paulet.

Un merci tout particulier à Jean-Pierre et Yannick qui, après plusieurs mandats ne souhaitent pas poursuivre l'aventure au sein du conseil municipal au-delà du 15 mars prochain.

Je ne manquerai pas, dans les prochains jours, de vous présenter les personnes qui souhaitent vous représenter au conseil municipal pour les six prochaines années et qui, je n'en doute pas, auront toujours la volonté de maintenir la qualité de vie à Saint Paulet au plus haut niveau.

Je vous souhaite donc, avec l'ensemble des élus de la commune, une très bonne et heureuse année 2026 à vous-même ainsi qu'à l'ensemble de vos familles et amis.

Gérard Lamarque



Assemblée Générale

L'assemblée générale de l'association s'est tenue le **samedi 24 janvier** dans le nouveau foyer. Elle a rassemblé une vingtaine de personnes dont M. Le Maire et son Premier Adjoint.

Cela a été l'occasion de faire un **bilan moral et financier des activités de 2025**, qui a été voté à l'unanimité. L'élection du nouveau bureau a reconduit les co-présidents et a intégré Camille Rabal.



Décoration du village par un groupe de Saint Pauletois

De **nombreux projets sont en préparation** et devraient permettre de rassembler le village autour d'activités culturelles et sportives. Pour en citer quelques unes :

- Mise en place d'un essai de cours de gym/pilates en juin afin de voir si il y a suffisamment de personnes intéressées
- Réalisation de 3 ou 4 soirées guinguettes cet été avec un groupe de musique à chaque fois et la mutualisation d'un marché de créateurs estampillé Créad'Oc
- Soirée théâtre le 28 février avec la compagnie « Des Drôles »
- Poursuite des cours de qi gong et de ping pong. Bien que ressemblant sur le noms, ce sont bien 2 activités distinctes. On réfléchit à une fusion qui s'appellerait Qi Pong !
- Poursuite des ateliers de dessin avec Sophie. N'hésitez pas à voir avec elle pour les modalités
- Nouvelle merveilleuse chasse aux trésors dont le bruit court qu'elle pourrait se faire un soir de pleine lune
- Journée cinéma de plein air avec réception d'une compagnie itinérante de cinéma
- La poursuite de l'entretien et de l'aménagement du sentier de découverte en liaison avec la Mairie
- Des randos ballades nature et 1 ou 2 sorties raquettes avec David

Nous vous rappelons que **l'adhésion à l'association** est annuelle et qu'elle est de 5€ /personne. N'hésitez pas à cotiser auprès de Frédéric, de Joël, de Dominique, de Sophie, de David, de Camille ou de Yannick.

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues, du moment que vous voulez faire ensemble plutôt que d'en parler.

Merci à la Mairie, à son conseil municipal et à ses salariés pour leur soutien, sans qui ce serait beaucoup moins facile et pas aussi sympa. Merci à tous pour votre participation, vos sourires, votre envie et votre motivation à entretenir cet esprit si particulier à St Paulet, qui fait envie aux autres et qui fait, sûrement, rager les peignes-cul à qui rien ne convient.

Yannick pour l'ASC



Balades nature



L'ASC Saint-Paulet est membre de Gée Aude, le Groupe d'éducation à l'environnement de l'Aude. A ce titre, nous participons au programme de balades nature grand public et gratuites « Découvrons ensemble les espaces naturels sensibles de l'Aude », financé par le Département.

En 2026, l'ASC a été retenue pour 3 balades : une journée complète le vendredi 8 mai, avec de 9h30 à 13h le sentier de découverte de Saint-Paulet ; de 14h30 à 17h30, nous poursuivrons sur le sentier de découverte du lac de La Pomarède. Une soirée étoiles sera animée dans la foulée par Jamy Delrieu, de Stimuli. Ces balades rentreront dans le cadre de la thématique de la brochure « Sur les traces de Jean », en hommage à Jean Muratet, mon collègue et ami qui avait participé à la création de ces sentiers.

Le samedi 12 septembre de 10h à 17h, je coanimerais avec l'association Atout fruit une balade à vélo d'une trentaine de kilomètres au départ de Belvèze-du-Razès, annulée en 2025 faute de participants. Nous emprunterons à l'aller la nouvelle voie verte Bram – Montségur... en espérant des candidats cette fois-ci !

Je vous enverrai davantage de précisions sur les balades que j'anime (au titre de l'ASC, mais aussi de l'association Ecodiv) lors de la parution en ligne de la brochure, fin mars, sur le site officiel : <https://espacesnaturelssensibles.aude.fr/ressources/ensemble-programme>



Randonnées raquettes

Après une « petite » pause due à quelques soucis divers et variés, il est temps de repenser ces balades au grand air, d'autant plus que l'enneigement est très bon pour l'instant dans les Pyrénées, voire exceptionnel sur le Canigou ! Le risque d'avalanche étant élevé, il faut attendre que ça se tasse. Je vous propose les dimanches 22 février et 22 mars, de plus les jours seront plus longs... et nous aurons eu le temps de réparer les paires de raquettes défilantes ! Le prix de location reste inchangé : 5 € la journée pour les adhérents de l'ASC (cotisation annuelle de 5 €). Selon l'enneigement, nous pourrions aller dans la Montagne Noire ou les Pyrénées.

Guide nature du canal du Midi

Enfin ! Il aura fallu le temps, mais le « Guide nature du canal du Midi » est actuellement à l'impression, pour une sortie prévue fin février. Cette sortie constitue une belle occasion de célébrer les 30 ans du classement à l'Unesco du canal du Midi. Ce guide est le fruit d'une idée commune que nous avons eue, Jean et moi. Il est porté par l'association Ecodiv, et a pu voir le jour en grande partie grâce au budget participatif de la Région Occitanie « Ma solution pour le climat ».

Il s'agit d'un guide de « tourisme doux » pour les amoureux de balades à pied ou à vélo, le long de l'ensemble du linéaire Unesco (canal du Midi, mais aussi rigoles et canal de la Robine), avec des balades débutant à 5 km maximum à vol d'oiseau de celui-ci.

Si de nombreux guides ont présenté le canal du Midi sous son aspect culturel et historique, il s'agit a priori du premier guide mettant en avant son patrimoine naturel... qui n'est pas en reste !

En 316 pages de format 16,5 x 24 cm, 80 fiches-balades sont décrites sur une ou deux doubles-pages, ainsi que plus de 600 espèces de faune, flore, etc., illustrées par des dessins ou photographies.

Bien sûr, le sentier de découverte de Saint-Paulet figure en bonne place – il fait même partie des 20 balades disposant d'une fiche double ! On a bien le droit d'être un peu chauvins...

Afin que le guide soit accessible au plus grand nombre, son prix de vente est de 15 € seulement. N'hésitez pas à en parler autour de vous... même si je ne sais pas encore comment je vais m'atteler à la distribution, car il n'y aura pas moins de 5 000 exemplaires imprimés ! Je vous tiendrai au courant de la date exacte de parution, et des dates et lieux de mise en vente.

David R.

Ping Pong

Le ping pong reprendra après les vacances d'été... avec sans doute une soirée « dark pong » !

David R.

Les écoles

École de Saint Paulet

Les Pleurotes

Le papa d'Ewann nous a donné deux sacs à pleurotes qu'il fabrique lui-même... C'est pour les faire pousser ! Ça a été plus long que prévu, mais voilà le résultat quelques semaines après... On espère encore une récolte ?



Les Escargots

Dans la boîte à lettres, on a reçu des escargots dans un carton ! Maîtresse a dit « des Gros Gris » avec des indications pour qu'ils soient bien avec nous et pour qu'ils fassent des bébés... On les a bien installés dans un vivarium, nommé (Rose, Bleu, Rouge, Vert, et Jaune : avec un point sur leur coquille!) et quand on sera prêts, on fera ce qui est marqué sur le papier pour qu'ils pondent.



Noël

Mardi 16 décembre, la compagnie « Le tympan dans l'œil », Johanna et Jean-Michel Llanes (troubadours nord-catalans), sont venus présenter leur spectacle pour notre fête de Noël à Les Cassès : L'enfant de neige et autres contes d'hiver. Ensuite, nous avons chanté, puis le père Noël est venu nous déposer des cadeaux.

Vendredi 19 décembre, le père Noël nous a laissé (on ne l'a ni vu, ni entendu !) des cadeaux dans le préau de la classe : pêches à la ligne, nouvelles poupées et jeux de labyrinthes à billes... on a joué avec, on s'est bien amusé !



La Ronde des Galettes

A la rentrée des vacances de Noël, Maîtresse a apporté une galette des rois. Mathéo a eu la fève ! Alors, pour respecter la tradition « le roi apporte une galette ... », il a amené une galette à son tour... puis ça a été Louise, Alexandra et Quentin ! A qui le tour ? Séréna et Lucie peut-être ?



Le Cinéma

Jeudi 23 janvier, le matin, on est allé au cinéma à Castelnau-d'Aud voir « Jardins enchantés », c'était très beau ! Il y avait 6 courts métrages animés et on n'a pas tous préféré le même !

L'après-midi, les copains/copines de Les Cassès sont restés à Saint Paulet et on a fait des ateliers sur le thème, avec les maîtresses, les Atsem et des papas et mamans venus aider...

Quelle belle journée !



École de Souilhanel

Dégustation

Avec maîtresse nous sommes allés au potager. Nous avons trouvé un concombre jaune, c'est quand il est mûr. Nous sommes retournés en classe et nous l'avons coupé. Puis chacun à notre tour nous l'avons mangé. Il était bon parce qu'il était sucré.

Jeanne, Anaëlle et Elora



La Piscine

Cette année, on a commencé la piscine à Castelnau-d'Aud, et maîtresse Odile nous accompagne. Il y a trois groupes, un avec le maître nageur, et deux avec les maîtresses. On commence la piscine à 14:30, et on fini à 16:00.

La Médiathèque

Nous sommes allés à la Médiathèque et nous avons fait une activité sur les oiseaux. Nous avons retenu quatre oiseaux : le héron cendré, la mésange charbonnière, l'aigrette garzette, et le martin pêcheur. La bibliothécaire nous a demandé de le dessiner et d'écrire son mode de vie. Nous sommes sortis pour pique-niquer au parc. J'ai adoré dessiner les oiseaux.

Anaëlle, Elora et Jeanne



École de Soupex

Bouchons 11

Une bénévole de l'association Bouchons 11 est venue. Elle a expliqué quelle récoltait des bouchons pour gagner de l'argent. Avec l'argent, elle aide les personnes handicapées à acheter du matériel adapté. Maintenant, nous vous proposons de récolter tous vos bouchons en plastique et en liège pour les donner à l'association Bouchons 11 qui les récupère pour aider les personnes handicapées ! Nous donnons à chaque école un carton pour les collecter. Merci pour votre participation !

Les élèves de Soupex

La Soupe

Avant les vacances, nous avons préparé une soupe. Nous avons préparé la soupe avec des pommes de terre, un beau potimarron, du sel, du poivre et de l'eau. La soupe était très bonne !

Le Concours du Festival de la Caricature

Qu'est-ce que le concours de caricature ? Ce sont des dessins à faire sur un thème. Cette année c'était "CLAP DE FIN !!!" Dans la classe, beaucoup de monde a eu des idées toutes différentes. Une caricature est un dessin exagéré sur les traits du visage, la proportionnalité..., bref c'est un dessin drôle qui fait passer un message.





Bouchons et Couvrecles acceptés



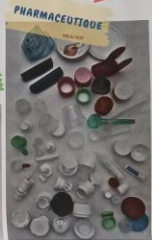
TOILETTE



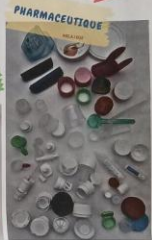
ALIMENTAIRE



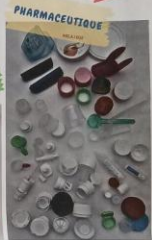
MENAGERS



DIVERS



PHARMACEUTIQUE



LIEU

Ici, on collecte

LES BOUCHONS EN PLASTIQUE ET EN LIEGE.

L'association **BOUCHONS 11 - SOLIDARITE HANDICAP** collecte tous les bouchons et couvercles en plastique ainsi que tous les bouchons en liège. Elle a pour but de collecter, trier tous les bouchons de leur impureté, et de les stocker avant de les expédier par transport routier via une entreprise de recyclage. La totalité des recettes générées par la vente de ces bouchons à l'entreprise de recyclage permet de venir en aide par des dons à des personnes en situation de handicap ayant des difficultés à s'équiper correctement de matériel adapté nécessaire à leur quotidien.



BOUCHONS ACCEPTES :

ALIMENTAIRES : Eaux, soda, jus de fruit, lait, huile, vinaigre, moutarde, mayonnaise, ketchup, compote, couvercle saupoudreur sel, poivre, sucre, oeuf kinder, couvercles de chocolat, café, etc.

MENAGERS : Lessives, assouplissant, vitres, liquide vaisselle, aérosols, etc.

TOILETTE : Shampoing, douche, dentifrice, rasage, crème, etc.

LIEGE ET DIVERS : Capuchons de stylos (sans métal), de feutre, bouchons de médicaments, etc.



Parlez en autour de vous ! Plus vous serez nombreux à déposer des bouchons dans le collecteur, et plus l'association pourra venir en aide.

facebook

Maison d'Assistantes Maternelles



Toute l'équipe de la **MAM Pirouette Galipette** vous adresse ses **meilleurs vœux pour cette nouvelle année**. Que 2026 soit rempli de rires d'enfants, de découvertes, de douceur et de jolis moments partagés.

Nous avons eu la chance d'accueillir **une photographe**, venue immortaliser le quotidien des enfants à travers de **magnifiques clichés**, pleins de spontanéité et de tendresse.

La période de Noël a également été très animée : **les lutins farceurs** ont fait leur apparition et n'ont pas manqué de faire quelques bêtises, pour le plus grand amusement des enfants (et des nounous).

Et bonne nouvelle : **le Père Noël a bien trouvé le chemin de la MAM !**

Enfin, nous informons les familles que **quelques places seront disponibles à partir de la rentrée septembre**. N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations ou pour venir découvrir la MAM.

À très bientôt à la MAM Pirouette Galipette.

Patou, Marion et Lolo

04-68-23-51-37

Pirouettegalipette@yahoo.fr



Environnement

Apiculture

L'essaimage

Projetons-nous au début du printemps si vous le voulez bien ! Et je pense que vous serez d'accord car pendant la période hivernale, cela fait toujours du bien de plonger notre esprit ou notre regard vers des choses agréables, la température qui commence à monter, la végétation qui explose en couleurs, le chant des oiseaux etc.

En plus, au printemps, à partir d'avril, c'est le temps des essaims ! Et une question que beaucoup de personnes se posent est celle-ci : **Pourquoi les colonies d'abeilles essaiment ?** Essayons d'y répondre le plus simplement possible !

L'essaimage est un processus de reproduction, de division de la colonie en 2 populations. La reine en place quitte la ruche accompagnée d'une grande partie des ouvrières de tous âges, pour former un essaim qui se met rapidement en grappe.

L'essaim laisse dans la ruche initiale le nid avec du couvain naissant (ensemble des nymphes, des larves et des œufs protégés par les ouvrières d'abeilles), environ 1/3 des ouvrières ainsi que des cellules royales prêtes à éclore ; une jeune reine remplacera alors l'ancienne, et la colonie reformée commencera son développement.



Essaim en grappe après sa sortie de la ruche



Les conditions de l'essaimage

En général, l'essaimage se produit en période de grande ressource alimentaire (beaucoup de fleurs à butiner, à l'époque de la floraison des pissenlits et du colza par exemple), lorsque les abeilles peuvent produire beaucoup de cire pour leurs constructions, soit entre avril et juin essentiellement.

C'est un phénomène complexe assez bien connu désormais, qui reste néanmoins toujours assez délicat à anticiper et à maîtriser par l'apiculteur !

Quelles sont les causes principales de l'essaimage ? Plusieurs causes sont communément admises. L'essaimage naturel peut être entraîné par :

- Un **effondrement de la densité de phéromones royales** (ou odeur de la reine) par abeille, résultant soit de **l'âge de la reine** (une vieille reine produit moins de phéromones alors qu'une jeune reine en produit beaucoup au cours de ses 2 premières années), soit d'une **surpopulation dans la ruche** (les abeilles circulent mal ce qui les empêche de transférer rapidement les phéromones royales)
- La **taille insuffisante de la ruche** qui favorise l'encombrement du nid à couvain par le **nectar apporté par les butineuses** qui le mettent partout où se libèrent des cellules de couvain, empêchant la reine de venir y pondre (c'est le blocage de ponte)
- Un **caractère génétique** qui favorise l'essaimage (certaines lignées d'abeilles sont plus essaimeuses que d'autres)
- Une **population trop riche en jeunes abeilles nourrices et cirières**, due par exemple à un nourrissage spéculatif qui sert à stimuler la ponte de la reine à l'aide d'un sirop de sucre donné en général en petite quantité par l'apiculteur
- **Facteur climatique**, un printemps alternant des semaines de chaleur et de froid peut être à l'origine d'un blocage de ponte de la reine et favoriser l'essaimage

À l'intérieur de la ruche, les abeilles se préparent à l'essaimage plusieurs jours à l'avance. L'indice le plus évident est la construction de **calices ou de cellules de reine**, de larges cellules édifiées le plus souvent en bordure des cadres de ruche ou de rayons, destinées à élever les larves de reine. Comme on l'a déjà un peu dit, le signal induisant ce comportement résulte probablement de l'émission de phéromones spécifiques par la reine en activité plus ou moins faible.

Si par exemple la reine est retirée du nid par l'apiculteur ou isolée physiquement des ouvrières pour une raison ou une autre (sa mort peut être ?) celles-ci commencent immédiatement à construire, en urgence, des cellules royales en agrandissant des cellules d'ouvrières.

Dans les colonies les plus fortes, il arrive qu'il y ait de nombreuses cellules royales pour **assurer la survie de la colonie** et en principe, la première reine naissante est censée détruire toutes les autres cellules pour garder l'exclusivité de l'essaim dit « primaire » ; si ce n'est pas le cas, pour x raisons, des cellules de reine très bien cachées peuvent ne pas être détruites ce qui permettrait à de nouvelles reines de naître et d'essaimer à leur tour, formant un essaim secondaire, tertiaire voir plus, dont la population serait bien sûr moins importante. Lorsque beaucoup d'essaims quittent la ruche, emmenant à chaque fois la moitié de la population restante, on comprend que la colonie restante en arrive à n'être rapidement plus qu'une poignée d'abeilles, vulnérable à diverses prédateurs y compris le frelon asiatique.



Cellule royale sur un cadre de couvain

Il est désormais reconnu que la **phéromone royale**, un mélange assez complexe d'au moins 24 composés, (et cela va certainement intéresser ceux qui touchent à la biologie ou à la chimie !) est sécrétée par des glandes voisines des mandibules de l'insecte. Les 2 composants majeurs en sont l'**acide 9-oxy-(E)-2-décénoïque (9-ODA)** et l'**acide 9-hydroxy-(E)-2-décénoïque (9-HDA)**.

Ce signal chimique est capté par les nombreuses ouvrières de l'intendance qui accompagnent, soignent, nourrissent et échangent constamment les fluides corporels avec la reine. Les échanges de nourriture et de fluides entre les membres de la ruche expliquent que ce signal soit rapidement connu de tous les habitants du lieu. Très ingénieux n'est-ce pas ? Et à ce stade, personnellement avec humilité, une réflexion peut s'imposer à nous : hasard ou conception ?

Par ailleurs, la reine sécrète aussi des **composés chimiques par les pattes**, et ceux-ci imprègnent les rayons au fur et à mesure qu'elle y progresse ; l'absence ou la faiblesse de cette empreinte chimique constitue un autre signal principal indiquant aux ouvrières qu'est venu le moment de construire des cellules royales en prévision du remplacement de la reine vieillissante.



Essaims cueillis au Causse à Saint Paulet en 2025

Quelques jours avant le départ de l'essaim, les abeilles éclaireuses (usuellement des sujets âgés connaissant bien les alentours de la ruche) recherchent de nouveaux sites susceptibles d'accueillir un nid.

Le terme essaim s'applique pour les abeilles à 2 formes : un **nuage d'abeilles** ou une **masse compacte**. Dans les 2 cas, il est difficile d'oublier le spectacle impressionnant qu'offrent ces insectes.

Il est assez rare s'observer un essaim en vol, ce dont attestent les nombreux témoignages. Le nuage d'abeilles peut voler sur plusieurs centaines de mètres ; tout d'abord grossièrement sphérique, il se meut lentement à environ 1km/h, puis il prend de la vitesse et atteint 10km/h avant de s'aplatir pour former un ovoïde à environ 3m de hauteur.



Les éclaireuses conduisent l'essaim vers l'endroit qu'elles ont découvert en le guidant, par leur vol, de l'extérieur vers l'intérieur. Elles traversent la masse des abeilles en indiquant la direction à suivre ; certaines se posent sur le site et libèrent un signal chimique, la phéromone de Nasonov ou Nasanov, à partir de glandes situées au sommet de l'abdomen, pour guider et forcer l'essaim ; même si la masse d'abeilles se pose en cours de route, inmanquablement les éclaireuses les pressent de repartir pour gagner l'endroit choisi.

Lors de l'arrivée sur le site, les ouvrières commencent immédiatement à construire un nouveau rayon à miel ; elles en sont capables car avant de quitter l'ancien nid, elles se sont gavées de miel, chacune en emmenant environ 36mg soit 40% de son propre poids, et en quelques jours le rayon est utilisable, le nid fonctionnel s'établit. Un magnifique processus !

Pour clôturer cette longue explication, n'oublions pas ceci :
« Protéger les abeilles, c'est protéger l'avenir ».

*Fred V.
 Apiculteur du Causse*

Éclipse solaire

Le 12 août 2026, une éclipse solaire spectaculaire, la plus intense depuis 1999, assombrira le ciel français en fin de journée. L'ouest de la France profitera d'une obscurité quasi-totale.

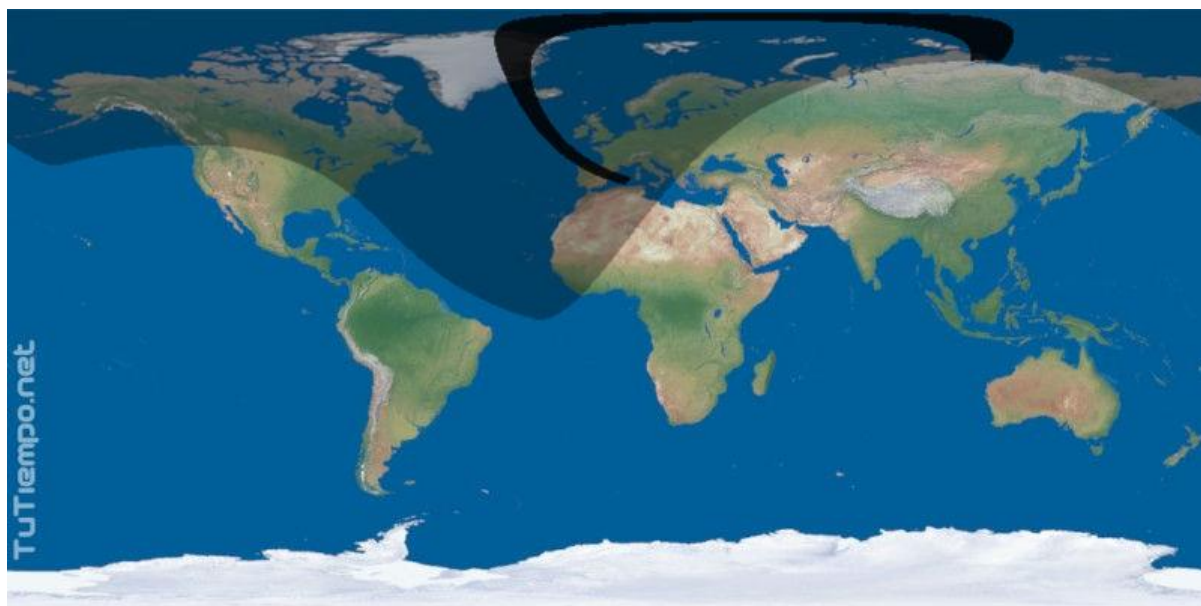
Un rendez-vous céleste à ne pas manquer. Le 12 Août 2026, un événement astronomique majeur se produira en Europe, offrant un spectacle inoubliable pour des millions de personnes. Une éclipse solaire d'une intensité rare en France assombrira le ciel, Le spectacle se déroulera en fin de journée, avec un pic d'obscurité prévu entre 20h24 et 20h29. À Saint Paulet, le maximum sera à 20h29.



Les régions de l'ouest seront les plus privilégiées en France pour assister à ce phénomène. Le choix du site est primordial. Il faudra privilégier un lieu avec une vue parfaitement dégagée sur l'horizon ouest pour ne rien rater du coucher de soleil éclipsé. Rendez-vous sur le causse à Saint Paulet.

La règle d'or est simple mais non négociable : ne jamais regarder le soleil directement, même partiellement éclipsé. Une observation sans protection adéquate présente un risque majeur de lésions oculaires irréversibles. Les lunettes de soleil classiques, même les plus sombres, sont totalement inefficaces et dangereuses. Il est impératif de s'équiper de lunettes spéciales certifiées.

Cédric D.





Mais au-delà des kilomètres parcourus, ce sont surtout les moments de partage et de simplicité qui ont rendu cette aventure si spéciale. Vivre en camping, se réveiller chaque jour face à de nouveaux paysages, rencontrer des personnes formidables, rencontrer les enfants du désert et avancer ensemble vers un but commun ont fait de ce périple une expérience unique, rythmée par l'excitation de chaque nouvelle étape.

Le 4L Trophy est bien plus qu'un rallye. C'est une aventure humaine qui nous a permis de vivre de véritables moments de solidarité, d'apprendre le dépassement de soi et de mesurer l'importance des engagements locaux, comme celui de la mairie de Saint-Paulet, dans la réussite de projets à portée internationale.

Nous rentrons avec des souvenirs inoubliables, une nouvelle vision du voyage et surtout l'envie de repartir un jour sur les routes du désert.

L'équipage : Alice et Timéo GRANIER

Saint-Paulet : une nouvelle adresse pour se ressourcer

Une nouvelle praticienne bien-être s'installe à Saint-Paulet et propose des accompagnements en réflexologie, soins énergétiques et relaxation pour retrouver équilibre et sérénité au quotidien.



Je suis **Corinne Nguyen** et je viens de m'installer à **Saint-Paulet**, un village « coup de cœur », aussi bien par ses habitants que par le cadre apaisant, qui invite naturellement à ralentir... et à mieux se reconnecter à soi.

Réflexologue et thérapeute spécialisée en bien-être et relaxation depuis plus de 20 ans, j'accompagne celles et ceux qui souhaitent faire une pause, relâcher le stress, retrouver de l'énergie et remettre du plaisir dans leur quotidien, au travail comme à la maison.

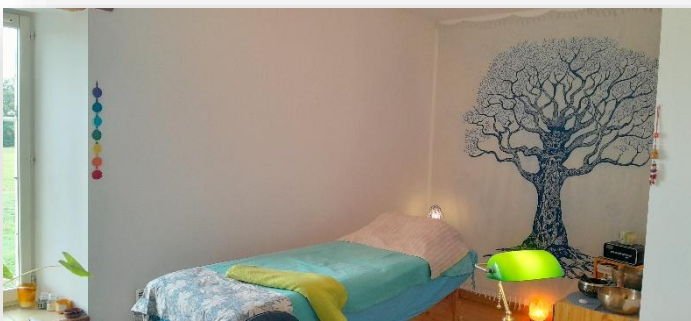
À travers des pratiques naturelles : la **réflexologie** et les **soins énergétiques** (Reiki Usui), je propose des instants de détente pour libérer les tensions physiques et émotionnelles, soutenir l'équilibre naturel du corps et retrouver un mieux être profond.

Je partage également cette énergie à travers des **cours de Qi Gong**, une pratique chinoise ancestrale alliant respiration, méditation et mouvements lents, que j'enseigne dans la commune depuis plus de 10 ans. Je remercie chaleureusement toute l'équipe de l'ASC pour la confiance qu'elle m'accorde. Les cours sont ouverts à tous, chaque **lundi soir à la salle des fêtes de Saint-Paulet**.

Avec l'association Zen'Attitude, je vous propose des ateliers "astuces bien-être", des temps de partage simples et conviviaux, ouverts à toute la famille, pour repartir avec des conseils faciles à appliquer au quotidien.

C'est avec beaucoup de plaisir que je vous accueille dans mon local : cadre calme, un cocon pour se ressourcer.

Corinne NGuyen



Contacts

Mon adresse : **Les blémondès, route de Souplex, sur rendez-vous.**

Est-ce que cela vous parle ? Vous souhaitez plus d'informations !

Contactez moi au 06.09.87.68.66
congrelexo@yahoo.fr
www.corinnenguyen.fr :
des astuces bien-être vous attendent à la page « actualités ».

Au plaisir de vous rencontrer et de vous accompagner vers le chemin du bien-être 🌿

Le dessin de Sophie



Le dessin de Maya



Petites annonces

Nous donnons :

- des **chaînes à neige taille 65**
(compatibilité pneus : 175/75-14 ;
185/60-15 ; 195/55-15 ; 205/50-15 ;
195/60-365 et 200/65-340)
- un **rameur**

N'hésitez pas si vous êtes intéressés !

Manu et Audrey
06 86 65 12 36



Commissions communales

Budget- Finances

Gérard Lamarque
Jean Luc Sanguesa
Sébastien Pastre
Catherine Sibra

Travaux – Voirie

Gérard Lamarque
Jean Luc Sanguesa
Sébastien Pastre

Patrimoine

Ségolène Dewaele
Catherine Sibra

Fêtes et cérémonies

Virginie Darras
Thomas Marc-Antoine
Ségolène Dewaele

Coordination des associations

Yannick Gil
Gérard Lamarque

Fleurissement et embellissement du village

Virginie Darras
Sébastien Pastre

Saint Pauletois

Yannick Gil
Christophe Jeansing
Ségolène Dewaele

Site internet

Thomas Marc-Antoine
Sébastien Pastre

Délégué(e)s aux syndicats intercommunaux

SIRS

Titulaire : Gérard Lamarque
Suppléant(e)s : Ségolène Dewaele, Thomas Marc-Antoine

SYADEN (Syndicat Audois

d'Electricité et Numérique)
Titulaire : Jean Luc Sanguesa
Suppléant : Sébastien Pastre

Correspondant « Défense »

Titulaire : Yannick Gil
Suppléant : Christophe Jeansing

Correspondant « Tempête »

Titulaire : Thomas Marc-Antoine
Suppléant : Yannick Gil

Communauté de Communes

Titulaire : Gérard Lamarque
Suppléant : Jean Luc Sanguesa



Contacts

Mairie

Lundi de 14h à 18h

Mercredi de 8h à 12h

Vendredi de 17h à 18h

Tel : 04 68 60 06 49

mairiedesaintpaulet@orange.fr

www.saintpaulet.fr

Secrétariat du SIRS

(Syndicat Intercommunal
du Regroupement Scolaire)

Mardi de 8h30 à 12h

Tel : 04 68 60 06 49

s.i.r.s@orange.fr

Location des salles

Réservation et inscription au secrétariat de la
mairie

Informations pratiques

Collecte et tri des ordures ménagères

SMICTOM Ouest Audois – 04 68 94 18 63

Encombrants réutilisables

EMMAUS – 04 68 23 44 60

Gravats et encombrants

CASTELNAUDARY, Chemin du Président

Horaires : Tous les jours, sauf le dimanche

8h – 12h / 14h – 17h

LABASTIDE D'ANJOU, Rue du Lavoir

Horaires : Mardi et samedi

8h – 12h / 14h – 16h50

SAINT PAPOUL, Route d'Issel

Horaires : Mercredi 8h – 12h / 14h – 17h

Samedi 14h – 17h

