

LE JOURNAL D'ICI

Numéro 26
Janvier 2020

Bassin de vie
du Massatois

UN JOURNAL PAR ET POUR LES GENS D'ICI

EDITO

La P'tite Voix : "Être libre, c'est accomplir une oeuvre qui nous ressemble." Henri Bergson

2020, ça rime trop bien. En 2020, fais des câlins à ton gamin, ton cousin, ton parrain, ton chien et n'oublie pas ton voisin. 2020 Tintin, ou l'année des marins.

2020, en vain ? En 2020 faisons du jardin plein d'entrain, fini le chagrin, rions comme des gamins et amusons nous comme des bambins dans nos petits patelins, lançons haut les serpentins, à bas les potins et les machins ! Jette ton sapin, reprend le patin, plus de tapin, groin-groin et tagada tsoin-tsoin, les crétins lapins, terriens, autres martiens et même les hommes enceints ! En 2020, suis ton chemin, ton destin avec félins, poulains et nains, sapé de satin, c'est coquin ! 2020, fais le plein dans ton gilet commun, sois plus malin, ne bois pas trop de vin.* 2020 : boudin du matin, malin grappin, vive les anciens !

2020, tendons la main, soyons un soutien, restons humains.

Une bonne année 2020 du comité de rédaction au féminin !

* L'abus d'alcool est dangereux pour les mineurs et les femmes de saints

. Edito	Page 1
. Par ci, par là	
. Sortir, se cultiver	Page 2
. Nos amies les plantes ou pas	Page 3
. Echange, partage	
. Le Saviez-vous	Page 4
. Nouveau	
. Nouveau (suite)	
. Dernière minute	
. Infos Journal d'Ici	

PAR ICI, PAR LA

NOUVELLE FORMULE POUR LE CONCOURS PHOTO

Comme vous avez pu le lire dans le précédent numéro, paru en octobre dernier, le comité de rédaction a eu envie d'apporter un peu de nouveauté au concours photo : une nouvelle formule afin de vous faire davantage participer !

Le principe : c'est à vous de nous envoyer vos photos !

En octobre, nous avons lancé le thème de **l'insolite, le surprenant** ! Alors, étonnez-nous. Vous avez encore jusqu'à mi-janvier pour nous proposer vos clichés. Puis

c'est un jury qui choisira la photo gagnante, jury composé comme suit : une voix pour le comité de rédaction, une voix pour une classe de l'école primaire et une voix pour les aînés du massatois !

Le gagnant sera annoncé au printemps dans le no 27.

Une photo par personne à nous envoyer par mail ou sur papier (coord. en page 4), accompagnée de vos prénom, nom et d'un contact (téléphone et mail si possible).

2020!

SORTIR, SE CULTIVER

SOIREE CABARET

Le comité des fêtes de Massat vous annonce que sa grande soirée cabaret aura lieu le samedi 4 avril 2020 à partir de 19h30, salle des fêtes de Massat. Au programme, un show BENOIT MORGAN TRANSFORMISTES faisant intervenir trois artistes, ainsi qu'une chanteuse de variété.

Ce type de soirée, mêlant

transformisme burlesque qui fait intervenir le public, et chanteuse, s'est déjà produit plusieurs fois à Massat mais plus depuis quelques années. Nous en apprécions le professionnalisme ainsi que l'humour, c'est pourquoi nous avons souhaité le proposer à nouveau.

Renseignements : Séverine 06.81.77.52.85.

Séverine Rauzy, pour le comité des fêtes

GRAND LOTO

Samedi 22 février 2020 à 20h30 : Nombreux lots, buvettes. Organisé par le comité des fêtes et le groupe folklorique Les Liadours - salle des fêtes du Pouech.

Denise Loubet

MEDIATHEQUE : PROCHAINS RENDEZ-VOUS

La Nuit de la lecture aura lieu le samedi 18 janvier à la médiathèque. Nous vous proposerons à cette occasion une soirée en trois temps sur le thème

À la rencontre de l'autre :
De 17h30 à 18h30, des lectures en pyjama pour petits et grands dans une ambiance chaleureuse. Un coin cocon sera aménagé pour les personnes qui souhaiteraient

échanger autour de leurs lectures en cours. Pyjamas, chaussons et autres doudous bienvenus !

. A 19h auberge espagnole,
. A 20h30, Sarah Roubato vous présentera son spectacle musical QUAI DES POSSIBLES.

Par-ci, par-là : Place aux classiques !
Vous connaissez bien maintenant ce rendez-vous annuel que nous propose le Conseil Départemental. En 2020, les classiques seront mis à

l'honneur ! Jean-Luc Krauss (vous vous souvenez peut-être de sa remarquable interprétation du JOURNAL D'UN FOU) viendra nous dire sa SALADE DE MOTS le samedi 21 mars à 20h30.

Renseignements auprès du personnel de la médiathèque ou au 05.61.04.92.59

Laure Gérard, pour la médiathèque

LE MOUVEMENT DES PLANTES

Où l'on apprend que ça gigote plus qu'on ne l'imaginait

Vous avez probablement remarqué que ces magnifiques soucis qui sont la fierté de votre jardin semblent insignifiants le soir venu ? Et le lendemain, c'est reparti, ils sont à nouveau pleinement épanouis. Ils se sont simplement refermés pour la nuit. Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi et comment ils font ?

Ni biceps, ni triceps pour replier tous ces pétales le soir et les déplier le matin mais un mécanisme modifiant la pression à l'intérieur des cellules végétales. Quand les cellules de la face inférieure d'un pétale se gonflent plus que celles de la face supérieure, il va se fermer ; Pour l'ouverture, c'est l'inverse. La raison ? Protéger les organes reproducteurs du froid et de l'humidité de la nuit et permettre la pollinisation le jour. D'ailleurs ce

phénomène se remarque aussi en plein jour quand des fleurs bien ouvertes au soleil se referment à l'approche d'un épisode de mauvais temps. Et il n'y a pas que les fleurs qui sont concernées : si vous avez un sapin ou un épicéa près de chez vous, photographiez-le au soleil et sous une tempête. Vous constaterez que le contraste est saisissant : les branches qui s'étaient avec un port remontant à leur extrémité se sont recourbées vers le bas et rapprochées du tronc. Chez la sensitive et la dionée attrape-mouche le principe est identique mais la présence d'un groupe de cellules à la base des folioles agit comme une pompe hydraulique et permet un mouvement beaucoup plus rapide. Il existe un autre type de mouvement relativement indépendant de l'environnement et irréversible. Il combine une croissance de la tige ou de la racine avec une croissance différentielle des deux faces de



l'organe qui se traduit par une courbure. Il s'observe chez des plantes grimpantes telles le haricot d'Espagne et le liseron. Ce mouvement est de nature hélicoïdale et chez le haricot la tige décrit un cercle pouvant atteindre 30 cm de diamètre en 1h30. Il s'agit de mouvements d'exploration de l'environnement et si la tige touche un support, le contact provoque un enroulement serré de celle-ci autour du support. Etonnant, n'est-ce pas ? Tous ces phénomènes impliquent la présence de capteurs sensoriels réceptifs à différents stimuli : lumière, température, hygrométrie, contact et même le son. Eh oui, le règne animal n'a pas le monopole de la sensibilité !

Agnès Viry

Photo de haricot, www.pixaba.com, libre de droits

INFO

INFO

INFO

LA MERULE, CET OBSCUR CHAMPIGNON QUI ADORE LE BOIS

Et pas n'importe quel bois : celui sur lequel vos petits pieds douilletts sont posés en ce moment, c'est à dire votre plancher mais aussi toutes les boiseries de votre habitation. Elle l'aime tellement qu'elle va n'en faire qu'une bouchée, en prenant son temps mais elle n'en laissera pas une miette pour les termites !

Ce champignon est présent dans une cinquantaine de départements, très virulent dans le Nord, en Bretagne et en Ile de France. En Ariège de 1 à 5 % des habitations* sont touchées en 2015, des cas ont été constatés très récemment dans le Massatois.

Pour combattre l'ennemi, il faut d'abord apprendre à le connaître et surtout connaître ses petites faiblesses. La mэрule est un champignon lignivore qui se développe dans l'obscurité, dans des endroits peu ventilés et en présence de bois humide. Le bois est fragilisé, change de couleur, des crevasses cubiques se forment puis il s'effrite pouvant aller jusqu'à l'effondrement des structures. Comme la mэрule se développe dans l'obscurité, sa présence est difficile à diagnostiquer. Les premiers signes sont une déformation anormale d'un plancher ou d'un mur, la présence de filaments blancs, un effritement, des boursouflures et une forte odeur de

champignon. En outre, la mэрule produit des spores très volatiles pouvant provoquer des problèmes de santé chez les personnes fragiles. En cas de doute, il faut faire un diagnostic par un expert et une déclaration en mairie si le résultat est positif. Il faut alors agir vite sous peine de mettre votre habitation en péril.

Il existe des traitements curatifs visant à supprimer les sources d'humidité, assécher le bâtiment et détruire le champignon. Les travaux étant coûteux et la plupart du temps non couverts par les assurances habitation, mieux vaut prendre ses précautions afin d'éviter l'apparition de la mэрule : ventiler régulièrement, surveiller les fuites d'eau, infiltrations et remontées capillaires. Des informations précises sont disponibles sur le site internet de l'ANAH.

Agnès Viry et Carole Frauli

Guide à télécharger sur le site de l'Anah (Agence nationale de l'habitat) : www.anah.fr/mediatheque/publications/publication/media/Mediatheque/voir-publication/1691/www.merule-detresse.fr www.ecologie-solidaire.gouv.fr/lutte-contre-termites-insectes-xylophages-merules-et-champignons-lignivores#e6

* Source : FCBA (centre technique industriel français, chargé des secteurs de la forêt, de la cellulose, du bois-construction et de l'ameublement (www.merule-pami.com/salpetre.html))



Les **syrrotes** : filaments permettant de nourrir le champignon, peuvent traverser béton, briques, fils électriques



Dégâts causés par la mэрule

Ces photos ont été aimablement fournies par le site www.merule-detresse.fr, témoignage d'une famille qui lutte depuis trois ans contre ce champignon qui envahit leur maison. De nombreuses d'informations grâce à leur expérience.



ECHANGE PARTAGE

JOYEUX ANNIVERSAIRE !

Le mercredi 6 novembre le club Au fil des aînés a soufflé sa première bougie. Et oui ! Déjà un an que ce lieu de rencontres et d'échanges, créé par Marie Sentenac, coordinatrice et animatrice de l'EVS (Espace de Vie Sociale) a pris son envol.

A cette occasion un goûter fort sympathique à été offert par une quinzaine d'adhérents, auxquels se sont joint six nouvelles personnes !

Le bilan de l'année a été présenté par Marie ainsi qu'une longue listes des projets pour l'année 2020 à définir par tous les membres (ex : loto-repas partage, sortie culturelle, piscine...).

N'hésitez pas à venir, le lieu de rencontre où nous discutons, jouons, peignons, organisons des sorties est ouvert tous les mercredis de 14h à 18h à la salle au dessus de la médiathèque.

Colette Douillet et Annie Benech

RENCONTRE EPHAD PERISCOLAIRE

Les animatrices Nathalie, pour l'EPHAD, et Séverine pour le périscolaire, ont organisé une rencontre inter-génération entre les résidents et les enfants de l'école de Massat, le jeudi après-midi, pendant les parcours périscolaires.

Tous ensemble, dans une salle de la résidence Servat, ils ont fabriqué des lutins qui serviront pour le calendrier de l'avent des enfants. Un petit goûter partagé a terminé cette après-midi.

Ce projet déjà mis en place depuis quelques années, aura lieu plus régulièrement. C'est un joli moment de partage qui fait plaisir à tous.

Séverine Rauzy et Nathalie Soccol



LE SAVIEZ-VOUS ?

-> Le terme "magret" de canard vient du gascon, c'est lui que le monde entier a retenu, au détriment de son équivalent français "maigret" (maigre) dont personne ne se souvient.

-> "Ce n'est pas parce qu'en hiver, on dit 'Fermez la porte, il fait froid dehors', qu'il fait moins froid quand la porte est fermée" (chercher en p4 l'auteur de ce principe plein de bon sens).

-> Le 1er janvier n'a été fixé comme 1er jour de l'année "que" depuis 1622 par le Pape. Par exemple, l'empereur Charlemagne avait choisi de faire commencer l'année le.... 25 décembre.

Carole Frauli

NOUVEAU SUR LE MASSATOIS

LES SONS POUSSER LES OREILLES

Cours de batterie
Mardi à jeudi, 14h-19h

Ateliers : groupe de
musique

A partir de février

Piano, guitare, batterie,
voix

Contact : Maison jaune rue de
la Montagne, Massat, 1er étage
Eric Perinet : 06.46.21.18.88

LES SONS POUSSER LES OREILLES est une association qui souhaite promouvoir le développement de l'expression musicale, la création, l'échange et le partage d'expériences. Depuis plus de deux ans, l'association permet de fédérer des actions autour de l'enseignement de la pratique musicale en permettant aux enseignants de transmettre leur passion dans les meilleures conditions possibles : accès à un local de répétition, mise à disposition de matériel et d'instruments de musique, etc. L'association en collaboration avec L'Œil du

souffleur organise des moments d'échanges entre les jeunes musicien·ne·s en herbe sous forme de petite représentation conviviale.

Elle soutient également les différents groupes locaux de musique par l'organisation de concerts, dont la Fête de la musique 2020 et en mettant à disposition du matériel d'amplification et de sonorisation aux groupes et membres adhérents moyennant une petite participation financière.

Si vous souhaitez plus d'informations sur l'association et ses actions ou si vous souhaitez faire partie de cette aventure musicale, n'hésitez pas à nous contacter.

Iveline Dumont et Eric Perinet

L'ARACONTEUSE

L'ARACONTEUSE est une webradio associative (radio que l'on peut écouter sur internet par le biais d'un lien www.toiledarac.fr/laraconteuse) de l'association LES SONS POUSSER LES OREILLES concernant les communes de l'Arac (Boussenac, Biert, Aleu, Le Port, Massat, Soulan). Vous pourrez y écouter des émissions préenregistrées (podcasts) de toutes sortes.

A l'origine de ce projet, l'envie d'un habitant, devenue contagieuse, est arrivée aux oreilles de l'Espace de Vie Sociale (E.V.S), qui l'a soutenu et accompagné.

Les animateurs(trices) bénévoles de

l'araConteuse se proposent de relayer toutes les initiatives locales autour du partage et de l'échange. Les émissions (musiques locales, reportages, lectures, débats, billet d'humour, etc.) ne peuvent bien évidemment prendre corps qu'avec votre coopération !

Si vous avez des enregistrements sonores, des idées de reportages et/ou d'émissions, partager un lien etc. vous pouvez nous contacter par mail : laraconteuse@toiledarac.fr

Nous sommes prêts à venir vous rencontrer pour apporter notre aide à l'enregistrement de documents sonores.



La webradio, l'araConteuse se propose aussi d'être un relais pour les structures publiques, les associations locales. Si vous avez des événements, des réunions publiques, des informations ou des documents sonores... Partagez ! N'hésitez pas à nous rejoindre !

L'équipe de rédaction :

Elise Kuhn, Eric Périnet, Clément
Vuillaume, Ivelyne Dumont, Alain
Blondeau (bénévoles),
Marie Sentenac (E.V.S)



UN NOUVEAU SITE WEB POUR NOS VALLÉES !

Le site web TOILE D'ARAC a été pensé comme une véritable petite toile qui permet de relier les différentes dynamiques de nos vallées. Vous y trouverez des rubriques qui traitent des événements et de la vie associative, une webradio, un espace pour déposer des annonces de trocs et dons et d'appels à chantiers participatifs, un espace pro, une page redirigeant vers une plateforme de covoiturage et une page dédiée aux initiatives de

transition.

Le site est en cours de construction mais certaines rubriques sont prêtes à être lancées.

Les rubriques TROCS ET DONNS et CHANTIERS PARTICIPATIFS sont prêtes à publier vos annonces. Pour cela, déposez vos annonces à partir du formulaire que vous trouverez sur la page Trocs et dons. Pour toute autre question, n'hésitez pas à contacter l'équipe par mail : trocsetdon@toiledarac.fr.

La page TRANSITION vous donne quelques infos sur les rencontres

organisées par le COPIL des vallées de l'Arac en transition face à l'effondrement et sur les initiatives locales de transition. Vous trouverez également quelques pépites et suggestions de lectures, podcasts, vidéos et sites web pour aller plus loin sur le thème de la transition. N'hésitez à contacter l'équipe par mail : transition@toiledarac.fr

Rendez-vous sur www.toiledarac.fr !

Ivelyne Dumont, COPIL des vallées de l'Arac en transition face à l'effondrement.

LA MONNAIE LOCALE : LE PYRENE

Depuis novembre dernier, Le Jardin des 7 Vallées propose un service de guichet. C'est à dire que vous pouvez venir vous inscrire à l'association Monnaie09 et ensuite commencer à échanger vos euros en pyrènes. Vous pouvez vous renseigner sur notre monnaie locale complémentaire ariègeoise sur le site www.monnaie09.fr, au magasin et toujours auprès de Bertrand, affuteur à Gravetout.

Nicole Tidmas, Pour Les 7 Vallées



Réponse de la p3 : Pierre Dac

DERNIERE MINUTE

DU NOUVEAU DANS LE TRANSPORT

Un petit détail qui fait la différence !
Voici un petit détail concernant les bus à 2 euros de St Girons à Toulouse ou Bouspens aller-retour (voir no précédent). En effet ce tarif très intéressant n'est pas appliqué lorsqu'on achète son billet sur les sites de la sncf.

Sur www.ter.sncf.com/occitanie, votre trajet en bus puis train via Bouspens est vendu 18€ alors qu'il vous coûte 2€ de bus plus 13€ de train (soit 15€) si vous achetez votre ticket de bus auprès du chauffeur. Le bus à 2€ direct jusqu'à Toulouse apparaissait encore en novembre à 18€, aujourd'hui, il semble avoir été supprimé du site.

A retenir : acheter son ticket dans le bus et rester vigilant pour ne pas se faire avoir !
Tina Pflug

CINEMA ITINERANT.....

Chaque semaine à Massat a lieu une séance de cinéma programmée par l'Estive et itinérante sur le département. Je suis la bénévoles à Massat facilitant la mise en place des projections, en accueillant et aidant le projectionniste ! Ceci depuis plusieurs années maintenant....Étant de moins en moins disponible, je souhaite pour 2020 passer la main !

Et fais donc appel à une ou plusieurs personnes intéressées pour reprendre ce bénévolat : tous les vendredis à 19h30 installation de la salle (mairie) avec le projectionniste et rangement après la séance. A la clef : votre entrée ciné gratuite !!! Une belle occasion de plonger dans l'univers des séances du vendredi soir...et d'élargir votre horizon ! Parce que tu es super motivé-ée, laisse un message sur mon fixe et je



SUPPLEMENT ACTIVITES : COMPLEMENT

Cette activité aurait dû figurer dans le supplément du no 25, paru en septembre.

Gymnastique sensorielle

Une présence totale au mouvement pour retrouver l'intelligence du corps, se sentir unifié, gérer son stress, retrouver de l'aisance et développer ses potentiels de mise en action

Lundi de 10h00 à 11h30 - salle des fêtes, Massat

Gym globale

Une gym de remise en forme : échauffement cardio, articulaire et musculaire, coordination et équilibre, assouplissement, relaxation.

Mardi de 18h15 à 19h30 - salle des fêtes, Massat

Françoise Crumbach - 06 85 10 60 00

Diplômée en Fascia-pédagogie perceptive et certifiée Fitness Training



Te rappelle très vite : 05.61.96.55.13.

Enfin, je remercie vivement et avec reconnaissance toutes les personnes qui jusque là m'ont suppléée lors de mes absences ou qui me remplacent sur le pouce ! Et ce de plus en plus fréquemment.... !

Un grand merci et à très bientôt, Anne Rigot



LE JOURNAL D ICI

Articles pour le prochain numéro

La sortie du prochain numéro est prévue pour fin mars, donc merci de nous faire parvenir vos articles et les photos pour le concours avant le 11 février 2020, en les signant, et en indiquant un contact.

Par courriel à lejournaldici@yahoo.com

ou sous enveloppe au nom du journal, déposée dans la boîte à lettre de l'ancienne communauté de communes.



Images p.1 (guirlande d'étoiles) et p.4 (2020) : libre de droit sous licence Créative commons CC - pixabay.com

Réalisé dans le cadre du PEL
Directrice de publication : Marie Sentenac
Comité de rédaction : Agnès Viry, Carole Frauli, Denise Loubet et Tina Pflug
Graphisme et mise en page Carole Frauli
Dessin de couverture : Anne Rigot