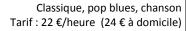
CHORALE (Cie Corps et Arts) - Mathieu LANNELONGUE

La chorale née à Penne en oct. 2014 a rencontré un gros succès. 19 pennols ont travaillé, répété, tout au long de l'année. Chorale accessible à tous, très conviviale, intergénérationnelle. Répertoire très varié.

Tous les mardis, 18h30 à 20h, à la Mairie de Penne Renseignez-vous, inscrivez-vous : 10 € pour l'année 06 95 21 08 79 - www.la-compagnie-corps-et-arts.fr

LECONS DE PIANO - Ingrid PROOST

Leçons particulières, pour tous, par une professeur diplômée, 1° Prix du Conservatoire Royal de Musique d'Anvers



Le Bourg, 81140-Penne 06 85 39 02 62

proost.ingrid@orange.fr

COURS DE MUSIQUE (Le Rock d'Anglars) -

violon et alto : Cécile BOYER guitare basse : Erwan DUPONT batterie : Arnault LACOMBE

piano, solfège : Mathieu LANNELONGUE

A partir de 7 ans.

Cours sur 1 instrument + éventuellement solfège : 300 €

à l'Ecole de Musique de St Antonin (au dessus de La Poste)

Rens., inscriptions: 06 95 21 08 79

FOOTBALL CLUB VAOURAIS

Rejoignez Paul Lefranc, Arnaud et Alexandre Delpech

Club de foot à 7 sur demi-terrain

Ouvert à tout joueur motivé de 16 ans et + Entrainements vendredis 19h30 /21h30 Matchs le dimanche - Ambiance garantie

Stade, 81140-Vaour

06 10 48 89 53 - fcvaourais@gmail.com

VAOURAIS

TENNIS / BADMINTON - ASSOCIATION SPORTIVE DE PENNE

Cours, entrainements, animations Pour adultes et enfants + 6 ans

Séances libres, périscolaires, compétitions...

Plusieurs formules souples.

Rens., inscript., rés. : <u>www.aspenne.org</u> Tennis : 06 70 72 62 15 (Sylvain Renard)

Badminton: 06 38 02 86 92 (Franck Sorin)



- Rencontre avec les producteurs locaux, à l'initiative de l'épicerie : samedi 3 oct. à partir de 10h30.
- Journées des Pommes : 10 et 11 oct. dès 8h devant la Salle des Fêtes - Familles Rurales 05 63 56 39 23 - 07 86 90 12 21.
- Un Dimanche à la Chasse : le <u>18 oct</u>. vous pourrez accompagner des chasseurs de la société de chasse de Penne (gratuit) <u>Inscription avant le 5 oct</u>. au 05 63 49 19 00.
- Association des Parents d'Elèves : vendredi <u>6 nov</u>. 18h, place de l'église, balade avec lampions et musique, vin chaud,...
- Rugby: diffusion des matchs de la Coupe du Monde au restaurant La Terrasse, avec formule repas à 15€.

Semaine Bleue (Rencontres conviviales entre clubs des ainés)

- Vend. <u>9 oct</u>. repas à la salle des fêtes de Milhars ;
- Merc. 14 oct. 10h30, visite commentée du village de Penne
 (P. Malrieu) puis auberge espagnole C'Vital 05 63 56 11 44

Club du Sourire (Salle des Fêtes)

- Dimanche 18 oct. thé dansant ;
- Samedi <u>21 nov</u>. repas de fin d'année 3° âge.

Penne Mirabilia

- Dim. 25 oct. 17h, « Le 5 à 7 » atelier rencontres-échanges ;
- Jeudi 12 nov. 20h30, spectacle clownesque polymorphe;
- Vend. 13 nov. exposé de P. Malrieu sur la Grande Guerre.

...ET AUTOUR DE PENNE,

A PENNE.

Bruniquel

- Sam. <u>3 oct</u>. 18h (à l'Ecole): AG de la Cie Corps et Arts; vous saurez tout sur la chorale de Penne.
- Dim. 4 oct., stage « Indigo » (Frédéric Boyer 05 63 56 36 14)

Vaour

- Vend. 2 oct. 19h30, Café Associatif Atmosphère: projection documentaire en présence des réalisateurs « Et nous jetterons la mer derrière vous », suivi d'un repas.
- 12 oct. 20h30, Rial (Vent Propice), rencontre avec l'écrivain espagnol Victor del Arbol (info Le Tracteur Savant 07 82 55 72 27)
- Football, prochaines rencontres, à Vaour : 4 oct. (Ronel),
 8 nov. (Venes 1), 15 nov. (Serenac 1) 06 10 48 89 53
- Yoga les mardis et jeudis à 19h à l'Ecole (Familles Rurales)

Montricoux

 Stage découverte des arts du cirque, <u>26 au 30 oct</u>. au Centre Culturel (4 à 6 ans le matin, 6 à 12 ans l'am.)
 Rens. Suzy Tardiveau (Les Zampanos) 06 95 88 43 01 www.leszampanos.blogspot.com



Un dépliant pour vous, au service de l'activité économique de la commune.

octobre 2015

UNE PRÉSENTATION DES ACTEURS ÉCONOMIQUES DE LA COMMUNE PAR SECTEURS D'ACTIVITÉ ; UN CHOIX D'ÉVÈNEMENTS AU VILLAGE ET AUTOUR.



Fin 2016, grâce au projet de Maison Partagée l'espace médico-social de Penne devrait être accessible de plein pied

En cette période encore proche de l'été et des bonnes résolutions de « rentrée » scolaire, professionnelle,... nous mettons en avant LES PRESTATAIRES POUR LES FAMILLES ET POUR LES PERSONNES. Nous avons choisi de mêler des services « sociaux », ou encore « thérapeutiques », avec des offres « pour le corps et l'esprit » souvent liées à des inscriptions à l'année (sport, musique,...).

Tous ces services, souvent liés à une association, participent à la vie économique et au développement de la commune. Inscrivez-vous, il est encore temps, consultez, renseignez-vous davantage!

Nous avons choisi de citer dans ce Penne Eco les pennols au contact des « clients » dans ces différentes activités ; qu'ils aient créé l'activité, qu'ils la président, ou qu'ils en soient le maillon visible. Que les nombreux bénévoles sans lesquels, par exemple, une association ne pourrait pas fonctionner, ne nous tiennent pas rigueur de ce choix.

Ce Penne Eco laisse aussi une place aux projets des association qui bénéficient de fonds publics pour accompagner les plus démunis et tisser du lien social. A ce propos, bienvenue à Familles Rurales!

LA COMMISSION DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE ET AGRICULTURE

mairiedepenne@orange.fr

Responsable de publication : Jean-Luc Kretz

MAIRIE DE PENNE

REDECOUVREZ LES PRESTATAIRES DE LA COMMUNE

producteurs, commerçants, artisans, hébergeurs,...

AUJOURD'HUI. LES PRESTATAIRES POUR FAMILLES ET PERSONNES

SERVICE DE TRANSPORT (vers Caussade) - Alain PLANTADE

Tous les lundis matin, la Mairie de Penne organise un service de transport à la demande pour le marché de Caussade. Départ entre 9h et 9h30 en fonction du point de montée.



Retour, départ de Caussade à 11h30. 2,30 € trajet simple ; 4,60€ aller/retour

Rens. 06 81 06 35 04

AUXILIAIRE DE VIE / AIDE A DOMICILE - Laurence PLANTADE / Marie-Laurence LAMY

Aide à la personne, à domicile.

Ménage, compagnie, courses, stimulation cuisine, jeux enfants... Pour personnes handicapées, ou pour personnes autonomes qui ressentent un besoin d'aide.

Permanences lundis et jeudis de 9h à 12h Rens. 05 63 45 17 31 (Sophie Guemin)

LIVRAISON EPICERIE A DOMICILE - Olivier BOUSQUET

Afin de rendre service à sa clientèle ayant des difficultés à se déplacer, Olivier propose un service gratuit de

livraison d'« un panier » à domicile.

Le Bourg, 81140-Penne 05 63 53 97 82 - 06 76 50 15 32 epiceriepenne@gmail.com

GYMNASTIQUE (Club Gymagine) - Françoise PLANTADE (pdte)

Gymnastique volontaire, renforcement musculaire, pour adultes

Tous les mercredis de 19h à 20h Salle des Fêtes de Penne

Inscription annuelle: 105 €

Possibilité de 2 séances d'essai gratuites

Rens. 05 63 56 34 75

Gymagine est affiliée à la Fédération EPGV

...SERVICE A LA PERSONNE. LES ASSOCIATIONS PORTENT DE NOUVEAUX PROJETS

Mieux répondre aux attentes et aux besoins des personnes, en particulier les plus fragiles, avec le lien social comme moteur principal, est le souci permanent des associations qui interviennent à Penne en s'appuyant sur de l'argent public (Conseil Départemental, CNAF, MSA,...). Et il faut dire que ca bouge! On sent une réelle volonté d'aborder la question de façon pragmatique et complémentaire ; une volonté d'additionner de nouvelles initiatives, en bonne entente.



Il y a C'Vital, qui a su se faire reconnaitre dans le canton pour ses actions

visant l'intérêt des personnes âgées et des personnes handicapées (information, animation, aide au montage de dossiers administratifs,...), et qui porte aujourd'hui des projets novateurs : installation de packs domotiques expérimentaux en partenariat avec le Conseil Départemental, ouverture de Maisons en colocation pour personnes âgées autonomes accompagnées par des professionnels (Milhars début 2016, Penne fin 2016), projet à l'étude de portage de médicaments,...



Marie Lauque, assistante sociale

Il y a l'ADMR (Aide à Domicile en Milieu Rural) qui recrute, accompagne, et encadre des professionnels de l'intervention pour permettre à tous de mieux vivre à domicile. Les services proposés (règlementés) sont essentiellement orientés vers les familles, et les personnes âgées fragilisées. Des bénévoles (ex. à Penne Chantal Maffre, Christine Lefranc,... d'autres sont attendu(e)s !) sont à l'écoute des besoins, en amont des interventions professionnelles. L'ADMR se coordonne avec C'Vital pour les montages de dossiers administratifs (caisses de retraite,...). Enfin l'ADMR propose un nouveau service de téléassistance mobile, avec géolocalisation.



Il y a Familles Rurales, dont le projet sur notre territoire vient d'être agréé « Espace de Vie Sociale » par la Caisse Nationale d'Allocations Familiales, en relais du Centre Social et Culturel Cordes

-Vaour dont l'action directe à Penne se recentrera essentiellement sur l'aide à l'emploi (par ex. à travers La Recyclerie, véritable chantier d'insertion). L'association Familles Rurales installe* ainsi à Penne une friperie conviviale, lieu de rencontres et d'échanges autour d'un café, où il sera possible de trouver des infos sur les ressources locales, la vie culturelle, les loisirs...). Elle compte bien accompagner d'autres projets innovants dans la commune, forte de son savoir faire tant en matière d'immersion dans la population et d'écoute, qu'en matière d'auto-gestion.

il y a encore une hésitation sur le lieu, avez-vous une ultime proposition à lui faire ?

CONSULTATION D'OSTEOPATHIE - Danièle ROQUES

L'ostéopathie est une thérapie manuelle qui s'adresse à tous. Elle vise à normaliser les perturbations mécaniques des os, des viscères, avant qu'elles n'entrainent une information d'alerte :

> Tous les jours, sur rendez-vous : 06 35 48 43 99 Cabinet médical (au dessus de l'épicerie) Le Bourg, 81140-Penne

SHIATSU - Claire DUPISSON

Grâce à des pressions rythmées, le shiatsu permet de réduire les tensions musculaires, les effets de stress, d'améliorer la circulation sanguine, la qualité du sommeil, d'atténuer les douleurs.

30 € la séance, 80 € les 4 séances.

Espace médico-social (sur l'épicerie) Le Bourg, 81140-Penne

06 89 07 65 27 - claire.dupisson@orange.fr

ATELIERS DE SOPHROLOGIE - Danièle ROQUES

Relaxation approfondie, à la fois délassante et dynamisante



Tous les vendredis. 13h à 14h et 18h à 19h

Espace médico-social (sur l'épicerie) Le Bourg, 81140-Penne Renseignements: 06 35 48 43 99

MASSAGES BIEN-ETRE - Muriel TIBERGHIEN

Une pause dans l'espace détente! Relaxation profonde du corps et de l'esprit, source de remise en forme et bonne santé

Tarifs: 50 € / heure; 30 € / demi-heure

Saint Paul de Mamiac, 81140-Penne 05 63 56 32 56 - 06 52 46 56 13



CONSULTATION FLEURS DE BACH - Tiphaine CHARRIER

Les Fleurs de Bach, au nombre de 38, sont des élixirs floraux agissant sur les causes et non les symptômes de nos maux. La consultation, basée sur l'écoute, est axée sur le conseil et la

fourniture d'un mélange d'élixirs personnalisés Tous âges, sans effet secondaire - 30 € flacon inclus

Adresse du Cabinet : Amiel, 81140-Penne

Rens. compl. 06 18 38 91 81 - tiphainecharrier@yahoo.fr

