

Les actualités Familles Rurales

En réponse à vos demandes, le format pdf imprimable sera joint à l'envoi de chaque Lettre d'Info.

Suite à la soirée d'échanges entre parents du 26 mars, deux idées ont été lancées par les parents:
- Mettre en place une nouvelle Lettre "Les Infos Familles" qui reprendra les informations sur des manifestations, des livres, des émissions de radio, des films, ... que des parents, des grands-parents, souhaitent partager. Vous recevrez la première édition de cette Lettre très vite.
Pour l'enrichir, n'hésitez pas à contacter Catherine Buisson, Coordinatrice de l'Espace de Vie Sociale Familles Rurales, au 07 86 90 12 21 ou afrv@vaour.net.

- Organiser une action d'information et de prévention à destination des jeunes sur les conduites addictives. Si cette idée intéresse plusieurs parents, une opération pourrait être organisée sur le territoire, soutenue par les Espaces de Vie Sociale. Pour plus d'infos, contactez Catherine Buisson au 07 86 90 12 21 ou afrv@vaour.net.

NB: Le psychanalyste, Eric Bousquet, qui devait intervenir lors de la Soirée échanges et discussions "Que dire de nos émotions?" ayant eu un empêchement, cette soirée sera reprogrammée **lundi 4 juin, à 20h30, à Vaour.**

Les patous passent à l'action

Avez-vous déjà entendu : J'irais bien au cinéma... mais pas tout seul. J'irais bien me balader ... mais pas toute seule. Sans parler de la piscine, du spectacle, de la visite au musée....
... Pour en finir avec cette petite phrase, les patous s'organisent en proposant un plan d'actions, ouvert à tous les habitants du Causse, de 7 à 97 ans.

- Lundi 16 avril : Sortie piscine, à Caussade

Rendez-vous à 14h, face à la mairie de Penne. Possible rendez-vous à Vaour.
Tarif de la piscine : 5,50€
Covoiturage ou ramassage à domicile possible. Info au 06 23 45 14 46 ou 05 63 56 36 97

- Mardi 24 avril, de 14h à 17h : Après-midi Bien-être

Rose, coiffeuse à domicile, s'installera pour l'après-midi au premier étage de la friperie de Vaour. Au programme: petit café, biscuits, essayage de vêtements, coupe, teinture, brushing et discussions débridées.
Réservez votre créneau coiffure auprès de Rose au 06 24 46 77 79
Tarifs coiffure: coupe brushing 21€, brushing 15€ ...

Les animations

Dimanche 1er, à 18h, Spectacle "L'envol" par la Compagnie Nokill L'Été de Vaour. Théâtre de la Commanderie, Vaour

Conférence poétique, cinématographique, magique, et musicale. La production d'images animées, d'événements surnaturels, de sons et de paroles se nourrit de l'obsession des deux protagonistes à se soustraire eux-mêmes de l'apesanteur par le vol et à transmettre au public leurs connaissances sur le sujet.
Avec le soutien de Tam en Scène (Conseil Départemental du Tarn). A partir de 8 ans.
Tarifs : 12€ (plein) / 10€ (réduit) / 8€ (adhérent)
Plus d'infos: <http://www.etedeavaour.org/programmation/spectacle/cie-nokill>
Réservations au 05 63 56 36 87, au bureau de L'été de Vaour ou sur etedeavaour.festik.net
Bar et repas sur place (réservations repas au 05 63 56 36 87)

Dimanche 1er et lundi 2, Visites guidées de la Forteresse Les guides du Tarn, à Penne

Visites guidées ludiques et interactives. Tarifs: 5€/4€.
Info et réservation au 05 63 55 71 09. Info: <http://www.chateaudupenne.com>

Lundi 2, de 14h à 17h, Grande chasse aux œufs de Pâques Jardin d'Emerveille, à Vaour

Au programme, grande chasse aux œufs dans le jardin, et surprises à la clef !
Tarif: 10 € par enfant, goûter compris.

Mardi 3, à 20h, Soirée Présentation discussion de l'Association Solidarité Paysans Salle du Conseil de la Mairie de Vaour

Depuis 30 ans, l'association Solidarité Paysans accompagne chaque année, grâce à des équipes d'agriculteurs et de non-agriculteurs, près de 3 000 exploitations en difficulté. Pour en savoir plus sur cette initiative, une soirée en deux temps: projection du film documentaire "Terres d'entraide" suivie d'une discussion.
Plus d'infos : François Le Clerc, agriculteur à Vaour, au 06 78 57 76 71.

Mercredi 4, de 10h à 12h, Cours de permaculture "Préparation et couverture du sol" Le Jardin d'Emerveille, Vaour

Prévoir des vêtements adaptés. Cours suivi d'un déjeuner auberge espagnole.
Tarifs: Gratuit pour les adhérents (adhésion annuelle de 15€), 5€ pour les non adhérents, 1er cours offert.
Info: 05 63 53 37 61 ou 06 17 67 40 36 ou <http://remikulik.wixsite.com/lejardindemerveille>

Vendredi 6, à 18h30, Spectacle sortie de résidence "Turing Test" par la Compagnie Nokill L'Été de Vaour, Théâtre de la Commanderie, Vaour

Ce projet de création théâtrale traite du rapport que l'humain entretient avec les machines qu'il a créées. Le spectacle s'inspire du personnage mythique d'Alan Turing qui, dès la première moitié du 20e siècle, a été un des fondateurs de l'informatique, des concepts d'algorithme et d'intelligence artificielle. Un questionnement au centre de ce spectacle: différencier un humain d'une machine.
Tout public. Gratuit.
Plus d'infos: <http://www.etedeavaour.org/programmation/spectacle/cie-nokill-0>

Samedi 7, à 11h, Inauguration d'une nouvelle plaque en mémoire des anciens combattants Monument aux morts de Penne (face à la mairie)

Samedi 7, 15h, Assemblée Générale de L'Été de Vaour La Commanderie, Vaour

- à partir de 15h : Un p'tit café puis AG Extraordinaire sur une proposition de nouveau fonctionnement associatif et de statuts permettant ce changement.
- 16h30 : Assemblée Générale Ordinaire 2017, une année pleine de rebondissements, de suspense financier, de solidarité bienveillante, et toujours une ligne artistique audacieuse et une gouvernance collective, enthousiaste et efficace !
- 18h30 : Apéro
- 20h : Repas Poulet basquaise. Inscription au 05 63 56 36 87

Samedi 7, de 14h30 à 16h, Sortie Découverte au Domaine Rigaud, à Livers Cazelles L'Escale, Les Cabannes

Visite guidée du Domaine par le propriétaire (oliveraie, vignoble, truffiers, moulin) suivie d'une dégustation des produits. Visite gratuite. Dans le cadre du "Défi Alimentation locale". Info : 05 63 56 11 98.

Vendredi 13, à 19h, Assemblée Générale du Café Associatif Atmosphère à l'Hôtel du Nord, à Vaour

(Le programme des soirées d'avril sortira bientôt.)

Samedi 14, 9h30, Assemblée Générale de la Fédération Familles Rurales du Tarn Salle des Fêtes de Cantepau, à Albi

Tous les adhérents sont chaleureusement invités. A cette occasion, un concours des créations textiles du réseau des associations sera organisé. Le Causse concourra avec ses grattes-ciel inoubliables en jean, de la fête Rock & Jeans.

Samedi 14, Journée des anciens élèves de l'école de Penne

Apéro offert. Repas auberge espagnole. Inscription auprès d'Odile Stolz au 06 43 35 13 75.

Dimanche 15, de 15h à 19h, Atelier Chant Cercle enChanté et Salon de musique Mirabilia Museum, Penne

- De 15h à 17h, Atelier de Chant Improvisé - Explorations Vocales Collectives...
Un atelier pour se faire du bien, se détendre, lâcher prise. Pour sortir sa propre voix et ressentir le bien que ça fait. Pour chanter à plusieurs dans l'écoute et le partage.
Chaque séance démarre en cercle avec auto-massages, respirations, étirements pour se détendre, préparer le corps au chant. Puis exercices et explorations vocales ludiques, pratiqués en groupe ou en binôme.
Chants improvisés en cercle sous deux formes: « Circle Song » et « Co-Création ». Le Circle Song est dirigé par une personne qui donne des motifs chantés ou rythmiques aux chanteurs, créant un tapis sonore pour des improvisations en solo. La Co-Création est une improvisation libre mais toujours dans l'écoute de l'autre.
Tarifs: 10€. Atelier ouvert à tout public.

- De 17h à 19h, ... Le Salon de Musique "Un autre regard sur le Jazz des années 1960"

Ce Salon mensuel a pour vocation de faire découvrir un univers musical choisi par Lionel Falleur, musicien et collectionneur d'œuvres musicales rares ou difficiles à trouver. En avril, au programme: écouter et regarder des musiciens de jazz connus mais d'une façon peut-être un peu insolite. Sonny Rollins et John Coltrane dans toutes leurs fragilités, une rencontre légendaire mais assez inattendue entre Coltrane et Duke Ellington, Ella Fitzgerald et Ellington dans une version subtile de Caravan, ...

Lundi 16 avril, à 14h, Sortie Patou à la piscine Familles Rurales du Causse

(détails en début de Lettre d'Info)

Mercredi 18, de 9h à 12h, Balade "Plantes et histoires de plantes" Le Jardin d'Emerveille, Vaour

Balade à la découverte des plantes, de leur histoire, leurs usages, de celles qui se mangent, celles qui soignent... Possible déjeuner partagé, sous forme d'auberge espagnole.
Infos pratiques : Prévoir des vêtements et des chaussures adaptés, ainsi qu'un panier.
Tarif : 15 € plein tarif / 12 € pour les adhérents
Info: 05 63 53 37 61 ou 06 17 67 40 36

Samedi 21, de 14h30 à 18h, Portes ouvertes Le Jardin d'Emerveille, Vaour

Visites commentées du Jardin d'Emerveille et discussions sur les techniques de jardin et de permaculture utilisées.
Entrée en participation libre. Goûters et boissons en vente sur place.
Info: 05 63 53 37 61 ou 06 17 67 40 36 ou <http://remikulik.wixsite.com/lejardindemerveille>

Dimanche 22, de 17h à 19h, Café discussion Le 5 à 7 Mirabilia Museum, Penne

Le thème de ce mois: L'homme et la démocratie.

Mardi 24 avril, de 14h à 17h, Après-midi Patou Bien-être

(détails en début de Lettre d'Info)

Vendredi 27, à 20h, Lecture à voix haute "L'univers, les dieux, les hommes" Par Dominique Gaillot Monville, conteuse, illustrée à la harpe par Louise Duhamel Mirabilia Museum, Penne

Au début des Temps était le Chaos, béance primordiale...Raconter les mythes fondateurs de la Grèce ancienne, récits venus du fond des âges, c'est empêcher qu'ils ne s'éteignent, c'est perpétuer l'héritage grec de façon vivante.
Dominique Gaillot Monville a choisi de partir du Chaos et de cheminer jusqu'à la création des hommes, en passant par la guerre des Titans, le destin de Prométhée protecteur des hommes, le mythe de Sisyphe et son rocher, la boîte de Pandore et les amours et les colères de Zeus...
Participation libre au chapeau pour l'artiste.
Participation pour l'association 2€ pour les adhérents, 4€ pour les non adhérents

Dimanche 29, à 14h30, Thé dansant Le Club du Sourire, Salle des Fêtes de Penne

Les services au public du Causse

Jeu 5, de 9h à 12h, Permanence des assistantes sociales du secteur Conseil Départemental, à la Mairie de Vaour

Sur rendez-vous au 05 63 77 31 00.

Maison de Services au Public du Causse, Mairie de Vaour

La MSAP est ouverte lundi, mardi, jeudi et vendredi, de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h15, le mercredi de 9h30 à 11h30. Ouverte à tous les habitants de Vaour et des communes environnantes, elle propose: informations sur les droits (allocations, RSA, prime d'activité, etc...), accompagnement aux démarches administratives (impôts, Pole Emploi, CRAM, etc...), orientation.
Info: <https://www.maisondeservicesaupublic.fr/content/maison-de-services-au-public-du-causse>

Déclaration d'impôt 2017

Cette année les déclarations papiers seront adressées aux usagers à partir du 5 avril 2018. Les déclarations en ligne commenceront le 11 avril.

Attention, cette année, les déclarations en ligne sont obligatoires à partir de 15 000€ de revenus imposables annuels. La MSAP de Vaour accompagne les habitants pour toutes leurs démarches en ligne.

Documents à apporter lors du rendez-vous à la MSAP :

- Si c'est la première déclaration en ligne :
- . Déclaration papier pré remplie (comportant le n° fiscal et le n° de télé déclarant)
- . Avis d'imposition de l'année précédente (comportant le revenu fiscal de référence)
- . Une déclaration mail et son code d'accès (un compte mail peut être créé avec les agents d'accueil, lors du rendez-vous)

Si une déclaration en ligne a déjà été effectuée:

- . N° fiscal et mot de passe créé.

Les Familles Rurales pratiques

Avec les beaux jours qui arrivent, n'oubliez pas de garder vos bouteilles en verre d'un litre en prévision de la fabrication du jus de pomme au mois d'octobre prochain.

Les services Familles Rurales du Causse

Les friperies

VAOUR	Matin	Après-midi	LES CABANNES	Matin	Après-midi
Mercredi	10h -12h30		Mardi	9h30 - 12h	
Jeu 4	10h -12h30		Mercredi	10h - 12h30	15h - 17h
Samedi		15h -17h	Samedi	10h - 12h30	

La Pause Friperie - Espace de Vie Sociale, ancienne salle de classe de Penne (à gauche de la mairie)

	Matin	Après-midi
Mercredi		15h - 17h
Samedi	10h30 - 13h	15h - 17h

Le centre de services aux particuliers, aux associations et aux entreprises

Tous les jeudis matins de 9h30 à 12h30, accueil, photocopies, impression, planification, accès internet, secrétariat (traitement de textes, reliures de documents, etc...), au dernier étage de la friperie à Vaour.

Le yoga*

	Yoga, salle de l'école de Vaour	Yoga en douceur, salle de conseil de la mairie de Vaour
Mardi**	19h - 20h30	
Jeu 4***	19h - 20h30	15h - 16h

* adhésion à l'association + 2 euros par séance

** absence le 24 avril

*** absence le 19 et le 26 avril

Nos liens préférés

- [Familles Rurales](#)
- [L'office du Tourisme](#)
- [L'Été de Vaour](#)
- [MSAP du Causse](#)
- [La médiathèque Noël Richard](#)
- [Mirabilia Museum](#)
- [Vent propice](#)
- [Club photo de Penne](#)
- [Le Jardin d'Emerveille](#)
- [Communauté de communes 4C](#)
- [L'Escale](#)
- [Le Pôle d'Equilibre Territorial \(ancien Pays\)](#)
- [Le théâtre du Colombier](#)
- [Même sans le train](#)
- [Obabelut](#)
- [Médiathèques de Montricoux, Nègrepelisse](#)
- [La cuisine](#)
- [Infos culturelles Laguépie](#)
- [Optimiser Promouvoir Initier au pays des tescoux](#)
- [Tam Info Citoyen](#)
- <http://lebazart.fr/>

Contact Familles Rurales du Causse
Rue de la Poste - 81 140 Vaour
Tel : 05 63 56 39 23 Mail: afrv@vaour.net



