

# Vivre à Paucourt



n°48

Septembre 2023

## EDITORIAL

Les vacances sont terminées pour la plupart d'entre nous et les activités reprennent... Ce journal de rentrée vous présente les activités, projets et manifestations des associations paucourtoises, poumons du dynamisme local. N'hésitez pas à les contacter pour les précisions dont vous avez besoin.

Vous y trouverez également des informations plus générales dont certaines risquent de modifier temporairement vos habitudes de déplacement : je pense notamment à la réfection de la route de la Selle sur Le Bied (Toussaint), la modification de l'entrée de Paucourt sur la RD 815 et l'installation de dispositifs ralentisseurs (dernier trimestre), des travaux de réfection et d'amélioration du cadre de vie (rue de la Vallée, dernier trimestre)

**Bien entendu, l'évènement de la rentrée reste la Fête de la Forêt qui nous revient enfin : 10 septembre, date à ne pas oublier !**

Bonne rentrée à chacun, Gérard LORENTZ

## SECHERESSE

Le territoire de la commune de Paucourt est situé sur deux zones : « Clery » et « Loing aval ». A la date du 10 août 2023, cette zone est classée en état de « **Vigilance** » par la préfecture du Loiret.

***Il est donc fait appel au civisme de l'ensemble des usagers de l'eau et la vigilance a pour objectif de vous sensibiliser aux règles de bon usage d'économie d'eau.***

Des informations actualisées sur : <https://propluvia.developpement-durable.gouv.fr/propluviapublic/>

**FEUX : VIGILANCE EXTREME : les feux de toute nature en extérieur (même dans son jardin) sont tout à fait interdits comme la réglementation en vigueur l'exige.**

**BOULANGER** : il est prévu que la tournée du boulanger reprenne la semaine du 5 septembre suivant les mêmes modalités que d'habitude.

## COMMISSION CADRE DE VIE ET TRAVAUX

**Mare du Marchais Poisson** : Les travaux d'enfouissement des réseaux aériens ont été effectués en 2022 rue de Cepoy et rue de la Grotte aux Loups. Nous avons demandé à Orange de modifier le plan de recollement pour les lignes téléphoniques. Ainsi, les deux dernières maisons rue de la Grotte aux Loups près de la mare du marchais Poisson ont été raccordées avec les lignes téléphoniques venant de la rue de Cepoy et les poteaux en bois autour de la mare ont été enlevés en mars dernier.



**Groupe scolaire** : Le remplacement des chaudières à fuel par des pompes à chaleur a pu être effectué pendant l'été sans perturber le fonctionnement de l'école. La remise sous tension électrique a été effectuée le 3 août et le mois de septembre devrait permettre de faire les derniers tests de fonctionnement. C'était l'urgence. La rénovation de l'école avec notamment des travaux d'isolation se poursuivra sur les années à venir.

Les travaux d'installation des deux pompes à chaleur air-eau ont commencé et ont été terminés au début du mois d'août. Ce sont des pompes à chaleur de 20 kw de marque Hitachi et elles sont reliées à un ballon tampon de 500 litres qui alimente en eau chaude trois systèmes de chauffage : chauffage au sol pour l'école maternelle, chauffage par radiateurs pour l'école primaire et pour le restaurant solaire.

**Travaux d'enfouissement des réseaux aériens** : La maîtrise d'œuvre est assurée par le département du Loiret. Les travaux concernent la rue de la Vallée et seront effectués pendant la deuxième quinzaine du mois d'août pendant une durée d'une quinzaine de jours.

**Voirie** : L'entrée du village depuis Montargis par le RD 815 va être reconfigurée. Ces travaux seront menés par la communauté d'agglomération en concertation avec les services techniques du conseil départemental du Loiret (CD45). Lors de la réunion publique du 2 juin, il avait été annoncé la réalisation de trois ralentisseurs. Les discussions techniques avec le CD45 ont débouché sur le remplacement de l'un d'entre eux par un système à écluses.

Il y aura donc : un plateau ralentisseur de douze mètres de longueur, installé une cinquantaine de mètres avant le virage, une écluse comportant deux chicanes positionnées avant l'entrée des lotissements du Buisson et de Romainville et un deuxième plateau ralentisseur à l'endroit du passage pour piétons conduisant au lotissement Boulogne. Ces travaux seront effectués à la fin du mois d'octobre et au début du mois de novembre. La circulation

Ce bulletin est consultable sur le site web de la commune à la rubrique <https://www.commune-paucourt.fr/vie-citoyenne/information/journal-local-5135>. Il est aussi distribué par les conseillers dans les boîtes aux lettres.

sera interdite route de Montargis pendant la mise en place des plateaux ralentisseurs pendant une durée de deux jours.

**Voirie au centre du bourg** (Route départementale, maîtrise d'œuvre assurée par l'agglomération montargoise en coordination avec le département) : seront réalisées, la réfection des trottoirs de la rue de l'église depuis la mairie jusqu'au carrefour avec la route de la Chapelle Saint Sépulcre et de la rue des écoles, ainsi que la réfection du trottoir de la rue des Écoles côté écoles, du carrefour de la rue de l'Église jusqu'à l'entrée du lotissement du Château Déchiré. Un enrobé sera mis en place avec de la grave de Seine et la couleur sera gris clair au bout de deux ans. Les travaux sont prévus pour la fin du mois d'octobre et le début du mois de novembre.

**Travaux de réfection de la rue de la Vallée** (Maîtrise d'œuvre et financement assurés par l'agglomération montargoise) : les travaux consisteront à refaire la totalité de la bande roulante avec un élargissement du trottoir au bout de la rue près du carrefour avec la rue des Écoles. Un enrobé noir sera posé et un plateau ralentisseur sera installé près du carrefour avec l'entrée du lotissement de l'Ancien Pressoir. Le trottoir situé du côté du lotissement de l'Ancien Pressoir sera refait. Les travaux devraient être réalisés au cours du mois de novembre.

**Fibre** : Une réunion publique a eu lieu le 17 juillet qui a connu une forte affluence avec la participation de Frédéric Neraud, Vice-Président du Conseil Départemental du Loiret.

Les principales conclusions sont les suivantes :

- Tous les opérateurs peuvent proposer une offre « Fibre » sur la commune en fonction des contraintes techniques qui sont les leurs. Ils sont tous soumis aux mêmes obligations. A titre d'information, pour SFR les premiers raccordements peuvent se faire à partir du 17 août, pour Orange ce sera quelques semaines plus tard, et pour Free et Bouygues, courant 2023.
- Il est tout à fait possible pour le moment de garder une connexion « cuivre » par la prise téléphonique. Cette possibilité ne sera supprimée qu'en 2025.
- Le branchement des habitations est réalisé par l'opérateur et il est gratuit jusqu'à la prise numérique. Les différentes modalités de branchement d'une habitation depuis le PBO (point de branchement optique) qui la dessert sont les suivantes : aérien, souterrain ou utilisant les deux modalités.
- A l'intérieur de l'habitation, le technicien convient avec le propriétaire de l'emplacement de la prise optique et du trajet de la fibre (goulotte, plinthe, ...).

**Transports scolaires** : la modification de la réglementation qui concerne les transports scolaires occasionnera à la rentrée une modification des horaires. Paucourt est desservie par les lignes 10 et 20. Les horaires sont disponibles par le QR code suivant :



**Travaux sur la route de la Selle sur le Bied** : cette route relie le carrefour de l'étoile à la route d'Amilly et sert notamment à la desserte du Lycée en Forêt par les transports scolaires. Elle est très dégradée et fera l'objet de travaux de réfection dont la durée est estimée à trois semaines placées en partie sur les vacances scolaires de la Toussaint. Pendant ces travaux, cette route sera fermée et fera l'objet d'une déviation par la RD815 et la route d'Amilly. Pour éviter tout risque d'accident, il est envisagé l'installation de feux alternatifs au carrefour des deux routes. Une information plus précise sera fournie dès que possible concernant les dates exactes de ces travaux et les modalités mises en œuvre

## **COMMISSION POPULATION**

### **Ecole**

Prévisions des effectifs pour 2023/2024 pour la rentrée du 04 septembre :

- Classe de Mme Pasquazzo, accompagnée par Mme Arnerin (ATSEM) : 4 PS + 12 MS
- Classe de Mme Durand-Chabert, accompagnée les matins par Mme Bernu (en tant qu'Atsem) : 11 GS + 11 CP
- Classe de Mme Fouquereau : 21 CE1
- Classe de Mme Valoy : 10 CE2 + 13 CM1 + 3 CM2

Tarifs de restauration : En fonction des coefficients familiaux, les tarifs sont de 3,00 € - 3,75 € - 4,25 € et 5,00 € jusqu'au 31/12/2023, puis de 3,00 € - 3,80 € - 4,30 € et 5,10 € à partir du 01/01/2024.

Tarifs du périscolaire : En fonction des coefficients familiaux, les tarifs sont de 2,00 € - 2,10 € et 2,20 € jusqu'au 31/12/2023, puis de 2,10 € - 2,20 € et 2,30 € à partir du 01/01/2024.

ALSH : L'accueil de loisirs sans hébergement reprend pour les petites vacances de la Toussaint, d'hiver et du printemps à l'école de Cepoy et pour les mercredis à l'accueil périscolaire de Corquilleroy.

Les inscriptions se font auprès de la mairie de Cepoy à l'adresse mail suivante :

<https://www.ville-cepoy.fr/centre-de-loisirs-du-mercredi-et-petites-vacances/>

Les tarifs sont les suivants :

- **Journée** de 8h45 à 17h15 : **15€/jour\*** (repas et goûter compris)
- **Garderie du matin** (dès 7h) : **2€90** par présence
- **Garderie du soir** (jusqu'à 18h30) : **2€90** par présence

\*Participation de la CAF selon le quotient familial à déduire

Le Noël des enfants : **Noël sera fêté avec les enfants de la commune le dimanche 17 décembre.** Les modalités de l'année dernière qui avaient rencontré un franc succès seront reconduites (accueil des enfants par le Père Noël sous le préau des services techniques)

**CCAS :**

Le **10 octobre 2023**, le bus numérique viendra à Paucourt pour vous proposer des ateliers numériques.

## Les ateliers numériques proposés sont dans un Bus aménagé et équipé de PC, tablettes...

Les ateliers se déroulent en groupe de façon à créer du lien social entre les participants  
3 heures d'initiation Numérique avec au programme :  
Créer sa messagerie et savoir l'utiliser  
Communiquer avec ses proches (Vidéo, photos, ...)  
Consulter des sites internet  
Avec une méthode d'animation qui permet de personnaliser les apprentissages en fonction  
Des besoins et souhaits du groupe,  
Le bus itinérant rend la formation numérique proposée à bord accessible à tous  
Les participants peuvent venir avec leur propre matériel informatique

Atelier « équilibre » proposé par l'ORPADAM-CLIC :

A partir du 05 octobre, un atelier « équilibre » vous sera proposé à Paucourt durant **14 jeudis de 10h à 11h à la salle de la Clairière à partir du 5 octobre**



### Les objectifs :

Donner les clés aux seniors en cas de chute, vertiges, ...  
Proposer des exercices appropriés et accessibles à tous,  
Progresser à son rythme, Créer une dynamique de groupe

**Inscription obligatoire :** 25 faubourg de la Chaussée – 45200 Montargis, 02.38.85.85.33,  
[contact@orpadamcllic.fr](mailto:contact@orpadamcllic.fr) ou s'adresser à la mairie : 02 38 85 40 16

**Rappel : Le Repas des Anciens aura lieu le dimanche 12 novembre.**

### **APAF (ASSOCIATION POUR LA PROMOTION ET L'ANIMATION FORESTIERE)**

**L'APAF a programmé sa 15e fête de la forêt au chêne gaulé le 10 septembre 2023.** Elle recherche toujours des bénévoles jeunes ou moins jeunes pour les aider à la préparation et à la réussite de cette fête sur les anciens et nouveaux métiers du bois. **Merci de nous contacter si vous êtes intéressés ! Le début des travaux est fixé au 26 aout. RV au Chêne Gaulé ! Toutes les bonnes volontés sont attendues !**

Alain PRESLE – Président, [alain.presle@wanadoo.fr](mailto:alain.presle@wanadoo.fr) – 06 82 86 11 17-

APAF - Siège social – Mairie de Paucourt – 120 rue de l'église- 45200 PAUCOURT

### **SANTÉ VOUS SPORT ! change de nom en 2023 et devient SPORT & SANTE, ENSEMBLE 45 !**

L'association propose des cours collectifs en petit groupe pour assurer une prise en charge de qualité en corrigeant et en étant précis dans les postures. Ces cours sont accessibles à tous !

Nous proposons différents types de cours, encadrés par une enseignante en Activités Physiques Adaptées. Vous retrouverez dans ces cours, des conseils personnalisés selon vos besoins et vos attentes.

- **Stretch'yoga:** Ce cours de stretching et de yoga postural permet de rééquilibrer le corps, dénouer les tensions musculaires et tonifier en profondeur grâce à des postures inspirées du yoga et des exercices d'étirements. Pas besoin d'être souple pour choisir ce cours. Juste l'envie de se sentir mieux dans son corps et dans sa tête !

- **Renfo sans dégat !** Renforcement et assouplissement général, travail de tonification de la musculature abdominale et périnéale profonde. Vous souhaitez pratiquer autrement ou (re)commencer à vous mettre en mouvement de manière dynamique, sans douleur et zéro impact, ce cours est fait pour vous !

- **Relaxation:** Permet de faire le vide mental pour que les pensées négatives ne viennent plus troubler l'instant présent. C'est une manière différente de s'accorder un temps pour soi et essayer de « lâcher-prise ».

- **Yoga prénatal** : Nul besoin d'être une grande sportive pour pratiquer le yoga prénatal. De même qu'aucune pratique antérieure de yoga n'est nécessaire. Vous pouvez débiter cette pratique dès le début de votre grossesse. Les séances ont pour but de mieux vivre les évolutions corporelles, de s'assouplir, de se détendre et d'apprendre à mieux respirer tout en soulageant les maux durant la grossesse.

- **Yoga post natal** (possibilité de venir avec bébé) : séances spécialement conçues pour des suites de couches immédiatement après la maternité, cela même avant la rééducation du périnée, y compris en cas de césarienne. La protection du périnée, les étirements du dos, le renforcement des « bons » abdominaux font la spécificité de ces cours. Ce cours ne remplace pas la rééducation périnéale mais est tout à fait complémentaire.

**Nos cours respectent l'Approche Posturo-Respiratoire.** Cette approche s'articule autour de la respiration et des étirements avec une attention particulière pour la tonification de la sangle abdominale ainsi que le renforcement et la protection du dos.

**Les cours se déroulent à la salle de la Clairière.**

Lundi : 16h-17h stretch'yoga

17h10-18h10 yoga pré-natal

18h15-19h15 : stretch'yoga

Mardi : 9h15-10h15 : sport santé

10h20-11h20 renfo sans dégâts

11h25-12h25 yoga post-natal

Mercredi : 16h15-17h15 stretch'yoga

17h20-18h05 relaxation

18h10-19h10 renfo sans dégâts

19h15-20h15 stretch'yoga

Nous aimerions proposer un nouveau cours de yoga pour les enfants le mercredi de 15h à 16h à la rentrée prochaine. Nous souhaiterions savoir si certains sont intéressés pour inscrire leurs enfants afin de confirmer l'ouverture de ce nouveau créneau. Alors n'hésitez pas à en parler autour de vous et à nous le faire savoir !

**Avec SPORT & SANTE, ENSEMBLE 45 c'est aussi l'opportunité de retrouver la forme grâce à du coaching à domicile** en mettant en place un programme d'activité physique, adapté à vos besoins (séances à domicile).

**SPORT & SANTE, ENSEMBLE 45 met également à votre disposition des créneaux Sport Santé pour les personnes atteintes de maladies chroniques ou sur orientation médicale.** Ce cours vous propose des mouvements, essentiellement basé sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques.

Nos cours reprennent le lundi 18 septembre 2023. Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à nous contacter.

Pour plus d'infos, vous pouvez contacter le 06 64 61 31 51 ou par mail : [sportetsante.ensemble45@gmail.com](mailto:sportetsante.ensemble45@gmail.com)

Site internet : <http://sportetsante-ensemble45.fr>

Vous pouvez également suivre notre actualité sur notre page Facebook: SPORT & SANTE, ENSEMBLE 45

Willy PRESLE, Président de SPORT & SANTE, ENSEMBLE 45

### **ASSOCIATION PAUCOURTOISE D'ACTIVITES MUSICALES (APAM)**

Se détendre, créer, explorer, chanter, garder la forme... Quel que soit votre âge vous trouverez votre bonheur à Paucourt. L'association propose des activités, en cours individuels et en cours collectifs. Toujours dans une ambiance conviviale.

Cours d'essai gratuit : n'hésitez pas à bénéficier de nos séances !

**Reprise de nos activités à partir du 18 septembre 2023.**

**Les activités sont réparties sur la semaine**, programmées selon le rythme scolaire pour 33 séances par saison :

- Batterie, lundi soir à l'école, professeur Serge Burgevin ;

- Piano, mercredi après-midi à l'école, enseignement par Jérôme Lelièvre ;

- Cours de formation musicale adulte, le mercredi à 18h30 à l'école, par Armelle Mathis ;

- Chœur Selva Cantabile, mercredi de 20h à 22h à l'église, chef de chœur Adrien Poupin ;

- Gymnastique d'entretien tous publics, jeudi de 18h à 19h, salle de la clairière, animé par Christine Cheron ;

Durant les vacances de Toussaint : nous proposons un stage de découverte artistique les 24, 25 et 26 octobre 2023.

**Les inscriptions et les tarifs** : Essai gratuit, il suffit de nous contacter et prévenir l'encadrant.

Les inscriptions sont possibles dès les premiers jours de septembre, en nous contactant par mail, téléphone, ou via le site (e QR code est disponible ci-contre).

Besoin de nous voir ? Nous organiserons un RDV. Le droit d'inscription à l'association est de 20 € par an par famille. Tarifs selon les activités, à la demande et sur le site.

Le règlement s'effectue au début de saison, à l'inscription ou après le cours d'essai, pour l'année. Il est possible de régler par Pass'Loisirs ou chèques ANCV.

**Événement : le vendredi 29 septembre aura lieu notre assemblée générale.** Envie de participer à la vie de l'association ? Vos avis, vos idées et attentes sont les bienvenues.

Vous pouvez contacter l'APAM par mail : [apam.paucourt@gmail.com](mailto:apam.paucourt@gmail.com) ou tél : 06.89.95.83.79 (Mme Lapeyrade, présidente). Inscription à tout moment de l'année.



## JUDO CLUB PAUCOURTOIS

Le Judo, Jujitsu, Taïso sur Paucourt c'est l'école de la vie... puissance zen ! Plaisir du sport, équilibre du corps et de l'esprit, contrôle de soi et respect des autres... Si le judo est un art martial, il est aussi un formidable art de vivre et de savoir vivre. D'où le respect de règles élémentaires de vie. Adoptez-les sans hésiter : elles vous rendront plus fort sur le tatami... et dans la vie.



**Reprise des cours : mardi 12 septembre 2023 dès 17h15**

**Horaires de nos cours :**

- **Mardi de 17h15 à 18h15 - COURS 1 ; Mardi de 18h15 à 19h45 - COURS 2**
- **Mardi de 19h45 à 21h15 - jusqu'à VETERANS –JUDO / JUJITSU et préparation aux passages de grades**
- **Jeudi de 19h30 à 20h45 – Tout âge - COURS DE TAISO**
- **Samedi de 10h00 à 11h00 – Tout âge - COURS DE TAISO**

**Nous organisons une prise en charge tous les mardis dès 16H30, pour les petits judokas scolarisés sur l'école de Paucourt jusqu'à la Salle de la Clairière. Nous les faisons goûter avant le début de l'activité.** La licence ouvre droit à l'ensemble des cours, des mardis, jeudis et samedis.

**Du coup, c'est quoi le TAISO ? C'est une alternative ludique aux nombreux sports de remise en forme**

Les exercices du Taïso sont très variés : entretien cardio-respiratoire, Amélioration de l'endurance, renforcement musculaire, amélioration de l'équilibre, amélioration des capacités psychomotrices, amélioration de la coordination générale des membres, assouplissement, relaxation, ...

**Venez faire un essai !**

Cette année, nous avons créé un partenariat avec l'Association LAMSEP (L'Association Montargoise de la Sclérose En Plaques).

Nous accueillons leurs adhérents, sur les cours du Taïso, les jeudis et les samedis. Grâce à ce partenariat, nous avons pu mener une action en faveur de cette association et nous leur avons remis un chèque de 250,00€. Cette somme est le fruit de la participation à une action ponctuelle, menée par les licenciés du Judo Club Paucourtois, par les familles, et les adhérents de LAMSEP.

Par ailleurs, nous avons obtenu le label « sport et handicap » depuis 2021 et il nous est renouvelé tous les ans.

**Cette saison 2023, a été également l'occasion de fêter les 40 ans de notre club.** Le Président du département ainsi que le responsable de la commission sportive du Loiret, sont venus féliciter 4 jeunes qui ont été formés à la commission d'arbitrage par le club et qui ont obtenu avec brio le diplôme de commissaire sportif départemental. C'est la 1<sup>ère</sup> Unité de Valeur pour le 1<sup>er</sup> dan (ceinture noire).

Deux autres judokas, grâce à leurs résultats en compétition, ont obtenu le diplôme de petit tigre de bronze et d'argent. Un dernier licencié est en train de se préparer à la ceinture noire et obtient 2 Unités de Valeur sur 4. La saison 2023-2024, lui permettra de finaliser cette épreuve et nous lui souhaitons de venir rejoindre la liste des 1<sup>ers</sup> dan de la Fédération Française de Judo jujitsu dès la saison prochaine.

Pour les fêtes de fin d'année, **nous invitons le Père Noël** sur les tatamis et un entraînement en commun est proposé à l'ensemble des licenciés. A cette occasion, ils distribuent des petites surprises à l'ensemble des licenciés.

**Pendant les vacances de pâques, un stage multisport de 3 jours est organisé :** Nous accueillons les enfants de tout âge. Au programme, Judo, Jujitsu, self défense, VTT, préparation physique, piscine, acrobbranche etc.

**Pour tout renseignement :** <http://commune-paucourt.fr/index.php/le-judo-club-de-paucourt/>

**M. Charles TALENS, président du JC Paucourtois, 07.72.50.48.67, Jujitsu.talens@orange.fr**

**Notre enseignant : M. Yoann TALENS, Enseignant Diplômé d'Etat, 4<sup>ème</sup> DAN, Vice-Champion de France Jujitsu, 06.81.96.07.77**

## AMICALE DES PARENT D'ELEVES

L'Amicale des parents d'élèves est une association regroupant les parents bénévoles qui souhaitent donner de leur temps pour le plaisir des enfants.


**Chaque parent souhaitant intégrer l'association ou simplement venir nous rencontrer sera le bienvenu le vendredi 29 septembre à partir de 18h30 dans la salle de motricité de l'école afin d'échanger sur le bilan de l'an passé et les projets de l'année à venir lors de notre Assemblée Générale.**



L'Amicale a pour objectif d'organiser des manifestations afin de récolter des fonds.

Cette année scolaire (2022-2023) aura été un franc succès puisque l'association s'est vu offrir, lors de la kermesse, **un don de 4000€** aux enseignantes grâce au bénéfice global de l'année.

Pour l'année 2023-2024 il est prévu de renouveler dès le mois de septembre la vente de madeleines « BIJOU », un « **vide ta chambre** » **aura également lieu le dimanche 1<sup>er</sup> octobre** à la salle polyvalente, puis nous réitérerons le marché de Noël qui aura lieu cette fois-ci sur la journée entière le dimanche 10 décembre.

Un LOTO est envisagé pour l'année 2024, ainsi que le carnaval des enfants le 10 mars, et bien sûr le vide grenier qui aura lieu cette année le dimanche 26 mai 2024. S'ajoutera à cela des nouvelles soirées « ZUMBA », la vente de plants... N'hésitez pas à nous suivre sur notre page Facebook  : « APE des Paucourtois » pour retrouver toutes les actualités de l'association.

**Pour rappel le soutien de l'Amicale permet à ce jour d'assurer la gratuité ou de limiter le coût des sorties dont bénéficient les enfants.** Nous avons besoin d'aide régulière ou ponctuelle, n'hésitez pas à nous faire signe ou nous contacter par mail ou au numéro suivant : [Ape.paucourt@hotmail.fr](mailto:Ape.paucourt@hotmail.fr) - 06.30.30.48.36 (présidente de l'association)  
**Bureau 2022-2023:** Présidente : Marine Lhomme, Secrétaire : Stacy Hongnon, Trésorier : Thomas Aubel

### **SPORT ET LOISIRS PAUCOURT**

Le Sports et Loisirs PAUCOURT est ravi de vous annoncer l'ouverture prochaine de la saison 2023-2024 !

Ecole de football (de 5 ans à 14 ans) :

**La reprise des entraînements pour les catégories de jeunes se déroulera le mercredi 06 septembre 2023, à 17h30.**

Les entraînements seront assurés par nos deux éducateurs, MASSON Jérôme et SAINT-PRIX Thibault, tous les mercredis, hors vacances scolaires, de 17h45 à 19h00.

Cette rentrée du foot à Paucourt, placée sous le signe du plaisir de jouer, est l'occasion pour les dirigeants, éducateurs et parents de se rencontrer et d'échanger sur la pratique du football.

Jeunes joueurs et jeunes joueuses, cette initiation à la pratique au sein d'un collectif n'attend plus que vous !

**Équipe Senior : la reprise des entraînements, ouverts à tous, pour la catégorie sénior, se déroulera le vendredi 25 août 2023 à 19h30.** Les entraînements du groupe Senior seront assurés par M. MESSAOUDINE Daniel tous les mercredis et vendredis, de 19h30 à 21h.

Cette saison encore, le SL Paucourt est fier d'engager une équipe Senior dans les compétitions organisées par la F.F.F. (Ligue Centre-Val de Loire – District du Loiret). En championnat, le groupe Senior évoluera cette année en quatrième division départementale. Les matchs disputés à domicile seront annoncés sur l'application mobile Panneau Pocket. Venez nombreux encourager l'équipe qui défend les couleurs de la commune de Paucourt ! Le club du SL Paucourt est impatient de vous accueillir, certain qu'il constituera encore cette année un lieu de convivialité incontournable du village de Paucourt !

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez vous adresser aux interlocuteurs suivants :

Stéphane Beaumarié, secrétaire du SPL  
06 14 70 74 06

Alain Guillot, Président du SPL  
02 38 98 29 75 ou 06 70 01 43 07

### **COMITE DES FETES DE PAUCOURT**

Le Comité des Fêtes de Paucourt, fort de ses 75 adhérents à la date de l'Assemblée Générale du 15 Mai 2023, est une association au service de l'animation culturelle, festive et populaire de notre village.

De nombreux bénévoles ponctuels, dont des jeunes, apportent également leur aide, particulièrement appréciée lors de manifestations qui nécessitent beaucoup de bras. Nous avons pu encore le constater lors du dernier 14 Juillet ou l'an passé, lors de la Fête de la Pomme.

Le Conseil d'Administration comporte 19 membres, dont 11 font partie du Bureau. On ne peut que souligner et se féliciter du rajeunissement de la nouvelle équipe dirigeante.

**Bref retour sur les manifestations organisées depuis le début d'année 2023 :**

- **la Galette, le samedi 07 Janvier 2023**, avec karaoké : après 3 ans d'absence, premier moment festif de l'année. Plus de 80 Paucourtois ont répondu à notre invitation avec une nouveauté, qui a remporté un sacré succès : la soirée karaoké orchestrée par notre D.J. Jonathan. Les paucourtois ont de jolis filets de voix ! Et bravo aux enfants qui n'ont pas hésité à prendre le micro et monter sur scène : Baptiste, Diana, Anna. 2 heures non-stop !



### - **Dimanche 05 Février 2023 : balade hivernale en forêt**

Nous avons repris le rythme de la balade hivernale du 1er dimanche de Février. 310 marcheurs se sont présentés à 10h, devant la salle de la Clairière, pour une balade à allure modérée d'une dizaine de kilomètres, qualifiée de " balade des 3 châteaux ". Parcours balisé.

Arrêt casse-croûte au carrefour du Cormier, autour du feu. Les marcheurs **se sont montrés généreux dans leur participation aux frais d'organisation.**

### - **Samedi 11 Mars 2023 : soirée théâtre à la salle de la Clairière**

Nous avons ré-invité la troupe « Coup de Théâtre » de Saint-Germain-des-Prés qui nous a présenté en exclusivité la pièce comique inédite de Michel Ledall : "Avec ça, j'vous fais l'pare-brise". Plus de 100 personnes ont répondu à notre invitation. Devant le succès rencontré, la troupe est déjà réservée pour 2024.

### - **Lundi 15 Mai 2023 : Assemblée Générale Annuelle**

Le rapport moral et d'activité, couvrant l'année 2022 et le 1er trimestre 2023 a été présenté par Adrien Poupin, président encore en exercice du Comité des Fêtes. Le rapport financier, quant à lui, couvrant l'année calendaire 2022 a été présenté par David Torregano, trésorier. Puis l'assemblée a procédé au renouvellement partiel du Conseil d'Administration, constitué dorénavant de 19 membres.

### **Voici donc la composition du nouveau Bureau :**

Président : Côme DUNIS, Vice-président : Jonathan JASINSKI, Secrétaire : Vanessa JASINSKI, Secrétaire adjointe : Christèle VAILLANT, Trésorier : David TORREGANO, Trésorier adjoint : François SAILLARD, membres : Béatrice Dragan, Simone Lapeyrade, Michèle Madoire, Christiane Pingot, Adrien Poupin .

### - **La Fête Nationale du 14 Juillet 2023 : organisée conjointement par la commune et le Comité des Fêtes.**



Début des festivités à 16h avec le traditionnel « rallye des associations », jeux et énigmes, avec la participation de l'A.P.A.M., du Judo Club, des Heures Claires, de Sports et Loisirs, de la Maison de la Forêt et du Comité des Fêtes. 25 équipes de 2 à 6 participants de tous âges y ont pris part.

À 19h : remise des lots et apéritif offert par la commune.

A 19h30, comme en 2021 et 2022, pique-nique citoyen, tiré du panier, animé par le chanteur Sébastien Riby.

Le Comité des Fêtes a tenu une buvette et proposé frites et glaces.

A 21h45, la retraite aux flambeaux, accompagnée par le groupe de Batucada « Ziriguidum », était suivie dans la bonne humeur par nombre de paucourtois et d'enfants, lampions à led en main !

Pour terminer la soirée, le traditionnel bal qui s'est poursuivi tard dans la nuit. Animé par notre D.J. Jonathan qui a mis l'ambiance, à la satisfaction des grands et des petits, avec ses tubes disco ou actuels, voire à la demande !

### **Nous vous proposons pour terminer l'année 2023 :**

- Le Comité des Fêtes apportera son aide à l'APAF pour l'organisation de la Fête de la Forêt qui aura lieu **le dimanche 10 Septembre 2023**, au pied du Chêne Gaulé.

- **Samedi 30 Septembre 2023** : balade nocturne. Nous avons, comme d'habitude, fixée sa date par rapport à la pleine lune. Rendez-vous dans la cour de l'école de Paucourt à partir de 20h45 pour un départ à 21h.

- **L'après-midi « Jeux de Société » programmée le dimanche 08 Octobre, est reportée au dimanche 19 Mai 2024.**

- **Dimanche 19 Novembre 2023, salle de la Clairière : le 1er Salon de la Création et de l'Art du Fil**

A l'instar des Journées des Créateurs et des Métiers d'Art, le Comité des Fêtes vient d'inscrire cette manifestation à son calendrier 2023. Ouverture au public de 10h à 18h. A noter la participation de la nouvelle association paucourtoise « D'un Point à l'Autre ».

- Et pour finir l'année 2023 avec éclat, **le Samedi 25 Novembre 2023, 20h30, salle de la Clairière, nous vous invitons à un Dîner-concert, avec la chanteuse Emilie Hedou et ses musiciens.** Ouverture des portes à 20h.

### **Nous vous proposons en 2024 - calendrier non exhaustif et non définitif :**

- **samedi 20 Janvier, 17h** : galette, suivie de la soirée karaoké

- **dimanche 04 Février, 10h** : balade hivernale

- **samedi 09 Mars, 20h** : soirée théâtre, avec la Troupe « Coup de Théâtre »

- **dimanche 19 Mai** : après-midi « Jeux de Société »

- **dimanche 14 Juillet** : Fête Nationale

- **samedi 21 septembre, 21h** : balade nocturne



**Le Mot du Président :** « J'invite tous les Paucourtois qui souhaitent participer à l'organisation des manifestations organisées par le Comité des Fêtes à nous rejoindre, afin de faire perdurer les moments de partage et de convivialité ». Côme Dunis

- **dimanche 20 Octobre** : 10ème Fête de la Pomme, un grand événement, qu'il nous faudra fêter dignement !
- **samedi 23 Novembre** : Soirée Cabaret

*Un grand merci aux bénévoles sans lesquels rien ne pourrait se faire.*

*Nous aurons besoin de vous tous pour mener à bien notre prochaine Fête de la Pomme !*

### **ASSOCIATION TREIZE A LA DOUZAIN**

Les répétitions du groupe vocal animé par Mme Sandrine Manteau (Mme Sacha) recommenceront le 4 septembre dans la petite salle de la salle de la Clairière. Le répertoire sera composé de chansons contemporaines des années 70 et 80 et chaque participant aura à s'approprier une chanson de son choix.

Président : Guy Moreau, Tel : 0238936527

### **D'UN POINT A L'AUTRE**

Nous avons le plaisir de vous annoncer la naissance d'une nouvelle association paucourtoise : « D'un Point à l'Autre ». Cette association a pour but de créer un club de couture amateur où chacun vient avec son matériel pour coudre, broder, tricoter, ... et créer ensemble dans une ambiance conviviale, partager ses savoirs et s'échanger des conseils.

**DPA participera au 1er Salon de la Création et de l'Art du Fil organisé par le Comité des Fêtes de Paucourt et qui aura lieu le 19 novembre prochain, salle de la Clairière, de 10h à 18h.**

Bureau : - Présidente : Vanessa JASINSKI, Secrétaire : Catherine BULOT, Trésorière : Fabienne SANCHE .

### **LAMSEP (L'ASSOCIATION MONTARGEOISE DE LA SCLEROSE EN PLAQUES)**

**La Sclérose En Plaques (SEP)** : cette maladie neuro-évolutive touche plus de 130.000 personnes en France, dont les deux-tiers sont des femmes. Elle peut débuter par des signes très variables. Il peut s'agir d'une baisse de la vision d'un œil, de troubles des mouvements et de la marche, de sensations de picotements ou d'engourdissements, de contractions ou de faiblesses musculaires...Son évolution est imprévisible. Elle entraîne fréquemment des troubles psychologiques, avec un retentissement potentiellement important sur la qualité de vie.

C'est pour cela qu'en 2018, j'ai décidé de créer cette association, moi-même étant atteinte de cette pathologie.

A ce jour, 16 personnes la composent, et nous nous réunissons tous les 1<sup>ers</sup> lundis de chaque mois dans la salle de la Clairière à Paucourt. La cotisation pour l'année s'élève à 20€.

Ces réunions se veulent conviviales, chacun peut s'exprimer librement sur les sujets qui le préoccupent notamment la sclérose en plaques, son parcours de soins, son traitement, ses difficultés psychologiques, etc., les aidants sont les bienvenus. Nous nous efforçons d'aborder tous ces sujets dans la bonne humeur et le respect de chacun.

#### **Sport et Sclérose En Plaques (SEP) :**

Garder ou débuter une activité physique ou sportive est important pour préserver, voire améliorer ses capacités de force, d'endurance, de mobilité, d'équilibre, de coordination et ses performances cardio-respiratoires. Elle est aussi importante pour améliorer la qualité de vie physique et mentale, limiter l'isolement, le repli sur soi, inciter à prendre part à la vie communautaire, à surmonter les défis quotidiens.

C'est pourquoi, cette année **l'association a développé plusieurs partenariats :**



**Avec le Judo Club Paucourtois** : Possibilité de pratiquer du TAISO, qui est une gymnastique douce enseignée par un professeur diplômé en éducation physique, spécialisé dans les Activités Physiques Adaptés « APA ».

**Ces entrainements se déroulent le jeudi soir à partir de 19h30 et le samedi matin à partir de 10h00.**

**Avec l'ADAPT (centre de rééducation) à Amilly** : Sous certificat médical, les

membres peuvent prétendre à du sport adapté avec un suivi personnalisé et à la possibilité d'obtenir une cure (se renseigner sur place pour les modalités).

**Avec le centre de cryothérapie à Amilly** : L'exposition à des températures très basses (- 87 degrés) permet à l'individu de mettre en place des réflexes de protection contre le froid et de développer des effets bénéfiques durables. Nous sommes plusieurs membres à avoir essayé cette technique nous pourrions vous en parler.

Mme TALENS Nathalie Tél : 06 81 58 51 42.

Mail : [nathalie.talens@orange.fr](mailto:nathalie.talens@orange.fr)



Directeur de la publication : Gérard LORENTZ, Rédacteur en chef : François SAILLARD, Domiciliation : Mairie de PAUCOURT (45200), ISSN : 2823-5797,