

JANVIER  
2025

COMMUNIC'ACTIF

Centre social et culturel Énergies de la Piège  
Dépôt des informations avant le vendredi 24 janvier  
9, rue des Rosiers - 11 410, Salles-sur-l'Hers  
04 68 60 38 98 - [communicatif@energiespiege.org](mailto:communicatif@energiespiege.org)



MESSE DU JOUR DE L'AN	<b>MERCREDI 01 JANVIER / 11H / MONTAURIOL / EGLISE</b> Venez célébrer la messe accompagnée d'un chœur de quatre solistes des collèges de l'Université d'Oxford. Le répertoire musical comprendra : Chants Grégoriens et Polyphonie de l'époque Renaissance, Orlando di Lasso - Missa Crediti Propter, James Mac Millan - Ave Maris Stella, Jacobus Clemens Non Papa - Motet O Maria Vernans Rosa. La Messe sera suivie du vin de l'amitié au château de Montauriol. • 06 47 85 33 61
ADHESION ENERGIES DE LA PIEGE	<b>JEUDI 02 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE</b> Adhérer à l'association Énergies de la Piège, c'est soutenir et protéger l'idée que tous ensemble nous sommes responsables de notre cadre de vie. L'adhésion est valable pour une année civile. Pensez à la renouveler pour 2025, son montant est libre ! • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a>
CNI PASSEPORT	<b>06 &amp; 07 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS / MAIRIE</b> Le secrétariat vous accueille (uniquement sur rendez-vous) pour finaliser vos démarches de cartes d'identité et de passeports. Pour les pré-demandes en ligne, vous pouvez vous faire accompagner au Centre Social Energies de la Piège - Espace France services. • 04 68 60 30 22 / <a href="mailto:contact@sallessurlhers.fr">contact@sallessurlhers.fr</a>
ANIMATION JEUNES RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE	<b>MERCREDI 08 JANVIER / 14H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES</b> Dans la démarche de leur projet intergénérationnel, les jeunes d'Energies de la Piège proposent une nouvelle rencontre aux seniors du territoire. Ce jour : jeux de société et goûter d'épiphanie. En cas de soucis de mobilité pour les seniors, n'hésitez pas à nous contacter pour des solutions de covoiturage. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a> / Insta : <a href="https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp">espace.jeunes.edp</a> / FB : Edp Espace Jeunes
PERMANENCE ASSISTANTE SOCIALE	<b>JEUDI 09 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIÈGE</b> Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary. Uniquement sur rendez-vous. • 04 68 23 55 82 / <a href="mailto:MDS.Castelnaudary">MDS Castelnaudary</a>
RENDEZ-VOUS COUTURE	<b>VENDREDI 10 JANVIER / 14H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIEGE</b> A partir du mois de janvier, la salle d'atelier du centre social et culturel sera ouverte le vendredi après-midi à partir de 14h aux amateurs(trices) de couture. Matériel et ouvrages personnels à apporter et idée de réalisation commune envisageable. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a>
ANIMATION JEUNES ATELIER PYROGRAVURE	<b>MERCREDI 15 JANVIER / 12H45-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES</b> En sortant du bus, viens manger ton repas à l'Espace jeunes. Au programme de l'après midi : pyrogravure. Réalisation d'un totem pour la Rando de la Piège. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a> / Insta : <a href="https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp">espace.jeunes.edp</a> / FB : Edp Espace Jeunes
SÉANCE BIEN-ETRE	<b>VENDREDI 17 JANVIER / 20H-21H30 / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIÈGE</b> Séance de relaxation aux sons du tambour chamannique et du chant canalisé animée par Nadège Favri, qui produit des sensations au niveau physique, mental, émotionnel et énergétique. Se pratique en position allongée sur tapis (à apporter) ou en position assise. Moment de détente et de bien être gratuit, ouvert à tous à partir de 16 ans, proposé par le centre social et culturel Energies de la Piège. L'inscription est obligatoire et vaut engagement définitif, dans la limite des places disponibles. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a>
ANIMATION JEUNES VENDREDI TOUT EST PRESQUE PERMIS	<b>VENDREDI 17 JANVIER / 19H-22H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES</b> Entre jeux d'humour, de devinettes, de musiques et de mimes, viens partager un moment à l'Espace jeunes. Chacun peut amener un plat pour faire un repas partagé. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a> / Insta : <a href="https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp">espace.jeunes.edp</a> / FB : Edp Espace Jeunes
CLUB DU 1ER AGE	<b>SAMEDI 18 JANVIER / 10H-12H / LA-LOUVIERE-LAURAGAIS / SALLE DES FÊTES</b> Le club du 1er âge propose un atelier motricité animé par une maman bénévole. Proposé par le centre social et culturel Énergies de la Piège dans le cadre de sa mission auprès des familles et d'accompagnement à la parentalité, le club du 1er âge est un espace dédié aux rencontres et aux échanges entre parents, grands-parents et enfants de moins de 4 ans. Participation libre auguré des envies et des disponibilités de chacun. • 04 68 60 38 98 / <a href="mailto:accueil@energiespiege.org">accueil@energiespiege.org</a>

JANVIER  
2025

Découvrez notre agenda en ligne : [www.energiespiege.org](http://www.energiespiege.org)



COMMUNIC'ACTIF

**VOEUX ENERGIES  
DE LA PIÈGE**

**DIMANCHE 19 JANVIER / 12H / SALLES-SUR-L'HERS / LA FRIPE DE LA PIÈGE**

Toute l'équipe de l'association serait très heureuse de votre présence pour vous présenter ses vœux et partager avec vous un moment de convivialité. Apéritif dînatoire et dégustation de galette suivront la traditionnelle prise de parole de la Présidente. • 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**ANIMATION JEUNES  
MISSION JEUNESSE**

**MERCREDI 22 JANVIER / 12H45-17H / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES**

Ordre de mission : nettoyage et rangement de l'espace jeunes. Viens remettre de l'ordre à l'Espace jeunes. Compétition par équipe : qui sera le plus rapide ?  
• 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org) / Insta : [espace.jeunes.edp](https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp) / FB : Edp Espace jeunes

**PERMANENCE  
ASSISTANTE  
SOCIALE**

**JEUDI 23 JANVIER / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIÈGE**

Permanence de Véronique Visentin, assistante sociale de la Maison des Solidarités du Département de l'Aude à Castelnaudary. Uniquement sur rendez-vous.  
• 04 68 23 55 82 / [MDS Castelnaudary](mailto:MDS Castelnaudary)

**CLUB DU  
1ER ÂGE**

**MERCREDI 29 JANVIER / 09H30-11H30 / MEZERVILLE / SALLE COMMUNALE**

Le club du 1er âge propose un atelier d'éveil artistique animé par Lulu'Stration, illustratrice à Salles sur l'Hers. Espace de rencontres et d'échanges ouvert aux parents, grands-parents, assistantes maternelles et aux enfants de moins de 4 ans. Participation libre et gratuite, au gré des envies et des disponibilités de chacun.  
• 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**ANIMATION JEUNESSE  
VIENS & CHILL**

**MERCREDI 29 JANVIER / 12H45-17H00 / SALLES-SUR-L'HERS / ESPACE JEUNES**

Viens profiter d'une après-midi à l'Espace jeunes. Tu peux apporter ton repas direct en sortant du bus. Après-midi accueil, jeux, temps libre, papotage...  
• 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org) / Insta : [espace.jeunes.edp](https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp) / FB : Edp Espace Jeunes

**BILAN 28È RANDO  
DE LA PIÈGE**

**VENDREDI 31 JANVIER / 18H30-22H30 / BARAIGNE / FOYER RURAL**

Tous les bénévoles qui ont prêté mains fortes à l'organisation de la 28è édition de la Rando de la Piège sont invités à la réunion-bilan. Cette soirée est l'occasion de se retrouver en présence des administrateurs et des salariés d'Energies de la Piège, des habitants et des élus de Baraigne, et d'engager les préparatifs de la prochaine Rando. La réunion sera suivie d'un repas, sur inscription uniquement. Les bénévoles qui n'auront pas reçu l'invitation mi-janvier sont invités à nous le signaler.  
• 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

**ANIMATION JEUNES  
CHANDELEUR**

**SAMEDI 01 FÉVRIER / 10H-17H / SALLES-SUR-L'HERS / FRIPERIE**

Pour la chandeleur, les jeunes seront au rendez-vous sur l'ouverture de la Fripe, pour vous proposer des crêpes, qui serviront à financer leurs projets et activités futurs. Au programme : 10h-12h : rendez-vous à l'Espace jeunes pour confectionner des crêpes 12h-14h : crêpes party au repas 14h-17h : proposition de crêpes sur l'après midi d'ouverture de la Friperie. • 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org) / Insta : [espace.jeunes.edp](https://www.instagram.com/espace.jeunes.edp) / FB : Edp Espace Jeunes

**VERNISSAGE  
D'EXPOSITION**

**LUNDI 03 FÉVRIER / 18H / SALLES-SUR-L'HERS / ENERGIES DE LA PIÈGE**

Venez découvrir une exposition d'aquarelles et pastels qui aborde des thèmes variés aussi bien figuratifs qu'abstraites. Isabelle Pichot-Di Qual vous souhaite une très belle promenade au fil de ses œuvres. • 04 68 60 38 98 / [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

