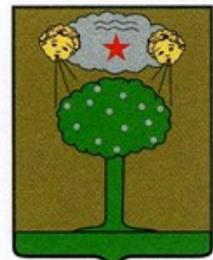


Informa Thil



RES COUMO THIL

BULLETIN D'INFORMATION DE LA MAIRIE DE THIL

n° 94 FEVRIER 2020



Cérémonie des vœux et après-midi festive des Aïnés

Crédit photos : Henri Bressolles

Le Mot du Maire



Tout au long de l'année 2019, l'équipe municipale a travaillé à l'aboutissement de nombreux projets pour la commune. Nous avons organisé un après-midi festif avec spectacle pour les aînés qui sont venus partager en janvier un moment de convivialité grâce notamment au concours du CCAS. En collaboration avec le CMJ, le DépolluThil a bien eu lieu cette année avec un constat positif : le village était nettement moins sale qu'à l'occasion de la première édition. Cela n'était pas très difficile, je vous l'accorde ! Afin de s'adapter à cette bonne surprise, le groupe en charge de ce projet a décidé de programmer la prochaine édition en septembre 2020 à l'occasion de la journée mondiale du nettoyage. Du côté de l'église, la DRAC (direction régionale des affaires culturelles) a validé la réalisation des travaux de restauration de la chaire et du retable, permettant la notification des entreprises habilitées. Des travaux de voirie ont également été effectués même s'ils ne sont pas encore terminés dans la totalité. De plus, le père Noël est passé à l'école élémentaire où les petits lutins ont installé pendant les dernières vacances un vidéoprojecteur par classe pour le plus grand plaisir des maîtresses et des élèves. Avec ces nouvelles technologies, les conditions de travail et d'apprentissage sont optimisées.

L'année 2019 a aussi été celle de moments de partages. Les Thilois se sont retrouvés lors des commémorations du 8 mai (au moment de la fête du village) et du 11 novembre, toujours organisées en collaboration avec les écoles. De plus, une visite guidée du village a été proposée et animée par Michel COMBY et Guy DARDENNE pour la troisième année à l'occasion des journées du patrimoine. C'est sans oublier tout l'évènementiel proposé par les différentes associations : le carnaval avec monsieur carnaval confectionné par les enfants sur le temps du CLAE, les différents lotos, les soirées à thèmes, les deux marchés gourmands, la fête du tennis, les rencontres sportives parmi lesquelles les matchs de rugby et de tennis, les soirées rock, les concours de belote, la fête du village, le forum des associations, Halloween, le

repas de Noël des aînés, Noël au village, le marché hebdomadaire... et bien d'autres encore. C'est grâce à toute cette animation que notre village est agréable à vivre et c'est aussi ce qui en fait sa spécificité.

Alors que la page 2019 se tourne, c'est à présent sur le tout début de 2020 que l'équipe municipale concentrera ses efforts afin de terminer les projets déjà programmés. C'est le cas de la deuxième tranche des travaux d'urbanisation de la Grand'Rue mais aussi de l'acquisition de l'ancien chai dans le but d'y installer les services techniques qui se trouvent actuellement à l'étroit. La réfection des voiries par la communauté de communes se poursuivra également. Tous ces travaux d'infrastructure contribueront à améliorer la vie quotidienne du village. Pour finir, je tiens à rappeler que chacun à sa manière peut s'impliquer dans la vie du village. Tout simplement en appréciant les espaces et lieux qui vous sont dédiés et surtout en en prenant soin. Je pense notamment aux salles qui sont mises à disposition de toutes les associations mais surtout à toutes les infrastructures extérieures qui sont utilisables par tous, petits et grands, Thilois et gens venus d'ailleurs. Ce sont des espaces qui sont pour vous tous, alors tâchons de les partager dans la joie, la bonne humeur et surtout le respect. Notre village ne serait pas ce qu'il est sans vous tous, les Thiloises et Thilois qui par toutes vos actions individuelles ou collectives le font vivre au quotidien.

Je vous présente mes meilleurs vœux pour 2020. Que cette nouvelle année vous apporte le meilleur : joie, bonheur, douceur, santé, et un très grand nombre d'agréables moments de partage.

Pour cela nous nous efforcerons sur le temps qu'il nous reste, de faire tout ce qui est en notre pouvoir pour améliorer le quotidien de chacun et œuvrer pour le bien de tous les Thilois. A nous de mettre l'accent sur tout ce qui fait la force de notre village pour qu'il soit attrayant et accueillant.

Bonne année à tous

Céline Frayard, Maire de Thil

Informations



Un commerce multiservices pour notre village

Dans votre dernier numéro d'Informathil nous vous informons de l'initiative lancée afin de redynamiser le village grâce à l'ouverture d'un commerce multi-services.

Vous avez été nombreux à participer à l'enquête et encore plus nombreux à soutenir ce projet. Les points de convergence à ce jour s'orientent vers un local convivial comme point de rencontre avec un point poste, un relais colis, un dépôt de pain, des produits locaux, une boîte à livres, journaux...Il est encore temps de nous faire parvenir vos idées.

Depuis notre dernière communication, nous avons reçu les initiateurs du projet 1000 cafés. Suite à vos retours, nous leur avons fait part de votre enthousiasme pour ce projet et il semble qu'il soit communicatif car notre charmant village les a séduits.

Nous attendons de connaître le retour de la commission de validation du dossier pour enclencher le phasage des travaux mais également toutes les démarches administratives de mise en route de ce commerce en relation avec 1000 cafés.

Nous vous tiendrons informés de l'avancement de ce projet dans les éditions à venir.



Le 1er prix du concours des villages fleuris décerné à Nicole Dardenne

Mercredi 15 janvier s'est tenu à l'hôtel du département la cérémonie de remise des prix du concours des villes et village fleuris 2019. Cette année Guy et Nicole DARDENNE ont obtenu le premier prix du concours dans la catégorie des particuliers.

Toute l'équipe municipale félicite Guy et Nicole pour avoir représenté notre village de Thil et contribué à apporter une belle image de notre cadre de vie.

Si vous souhaitez participer à la prochaine édition, n'hésitez pas à vous renseigner auprès du secrétariat de la mairie qui vous communiquera les modalités d'inscription.



Liste des particuliers 1^{er} prix
Concours des Villes et Villages Fleuris 2019

Etat civil	Prénom	Nom	Ville
ALAE - ARC EN CIEL			ST ELLI LE CHATEAU
MADRA			AURIGNAC
Monsieur José / Manuela	ADREU / PERERA		FROZINS
Monsieur Stéphane	SABELLE		BONNEPOS BIQUET
Monsieur Jean- Claude	ARRAGA		GRANNOISE
Madame Antonette	BACOU		VILLENOUVILLE
Madame Martine	SILBIO		LE CASTRA
Madame	CAGASSO		GRÉNÈSE
Madame Michèle	CAPE		ANTIGNAN DE FRONTONNES
Madame Claudine	CAPE		GENÈS
Monsieur	CHÉRI		MONSTRUC LA CON
	CLAMENS		CUZANAC
	CLAMENS		VILLACROS
	CLARENE		MONTREJAU
JARDENNE			THIL
JARDONNET			LE GARDOUCH
DEL SOL			ST JEAN LES
LOFFER			ST LARY SOLEJAC
PAJRE			SARREVILLE
PERISSON			PIGNAC
ROSE			LA
VILLARDOT			

Etat Civil

NAISSANCES :

Maël Jean-Louis ZIMA né le 28 octobre 2019 à Toulouse

Arsène Pacôme POISSONNET né le 2 novembre 2019 à Toulouse

Amélia PETIT née le 24 novembre 2019 à Toulouse

Marylou PETIT née le 24 novembre 2019 à Toulouse

Elio Christian Michel PERICHON né le 13 décembre 2019 à Toulouse

Thomas Antoine Noah UNAL né le 29 décembre 2019 à Toulouse

Thomas Léon Firmin RICHÉ né le 30 décembre 2019 à Toulouse

MARIAGES :

Néant

PACS :

Néant

DÉCÈS :

Bernard FLAMANT décédé le 6 novembre 2019 à Thil, 84 ans

Charlotte Marie Marcelle CANAL épouse BALAYER décédée le 3 décembre 2019 à Cornebarrieu, 91 ans

Sauvons la chapelle Saint-Orens de Marnac

« Les Amis de la Chapelle Saint-Orens de Thil » se sont constitués en association loi 1901 le 13 décembre 2019, en cours d'enregistrement auprès des services préfectoraux ; elle aura pour objet la sauvegarde, l'entretien et la mise en valeur de la chapelle Saint-Orens, avec l'accord de l'autorité de tutelle civile, la mairie de Thil.

Il était temps... L'objectif principal est de créer une instance qui sera à même d'être un interlocuteur pour entreprendre des actions de sauvegarde sur ce monument de notre patrimoine local. Cette chapelle dont les origines remontent au Moyen Age, isolée à proximité du château de Marnac, a déjà subi des effondrements partiels et menace de disparaître. La situation devenant critique, le comité de soutien de la Chapelle a décidé de créer une structure pour faire face à ces problèmes, faire le lien avec les administrations et trouver au site une utilité qui justifie l'emploi des sommes nécessaires à sa restauration, même minimale : cette utilité nous apparaît à la fois patrimoniale, esthétique et touristique.

L'assemblée générale de l'association se tiendra vers la fin mars 2020 (date et lieu seront précisés par voie de presse et distribution dans les boîtes aux lettres). Tous les sympathisants sont conviés à y participer, sans que cet appui n'entraîne aucune obligation. Ce sera l'occasion d'échanger sur les moyens à mettre en place pour sauver ce témoin multiséculaire de notre patrimoine communal.

Renseignements : « Les Amis de la Chapelle de Saint-Orens de Thil » Téléphone : **07.77.34.00.03**

Messagerie : chapelle.saintorens.marnac@gmail.com



Solidaires



Le collectif Grenade Solidarité Migrant-e-s fait appel à vous pour une recherche de logements solidaires

Vous êtes propriétaires d'un lieu que vous souhaitez louer en loyer solidaire (gîte, studio, petit appartement...). Vous désirez par ce biais-là, faire acte de solidarité et soutenir l'action de notre collectif. Nous sommes en lien avec des personnes migrantes (isolées ou familles) qui ont besoin de se loger sur Grenade et environs.

Notre collectif, constitué en association, accompagne des migrants sur le secteur de Grenade et recherche des lieux qui pourraient les accueillir avec un loyer soutenable pour l'association. Ces personnes, comme le propriétaire qui louera l'hébergement, bénéficieront d'un accompagnement administratif et humain des membres de notre collectif.

Nous garantissons l'assurance des locataires et un soutien continu et sérieux des personnes accueillies tout comme le règlement des loyers solidaires.

Pour toute information complémentaire, proposition ou question, vous pouvez contacter l'association par mail sur : grenadesolidaritemigrant@gmail.com

Nous vous accueillerons avec plaisir au sein de notre collectif !

Nuisances sonores dues aux aboiements de chiens

Avec plus de 7.5 millions de chiens en France, nombreux sont ceux qui ont quelques soucis de voisinage... En effet sur notre commune il n'est pas rare que des administrés se plaignent d'avoir à subir les nuisances provoquées par des aboiements fréquents et intempestifs des chiens de leurs voisins. Aboyer est certes un comportement normal pour un chien, mais les aboiements continus intempestifs, prolongés, ne constituent plus un inconvénient normal de voisinage mais un trouble anormal et une nuisance. Les nuisances sonores sont interdites par le Code de la santé publique (Article R. 1336-5).

Quelles démarches effectuer en cas de nuisances générées par les aboiements ?

1- Démarche amiable

La première chose à faire est d'aller voir le propriétaire pour lui faire comprendre que son chien génère une nuisance qui vous dérange vraiment. A l'appui de votre démonstration un enregistrement ou une vision

peuvent se révéler utiles.

2- Envois de courriers

Si la discussion amiable, et aimable, n'a rien donné, vous devez écrire au propriétaire une première lettre simple, suivi d'une lettre en recommandé si les nuisances persistent.

3- Les constats

Les gendarmes sont habilités à dresser des procès-verbaux, lesquels seront transmis au Procureur de la République qui décidera de la suite à donner.

4- Saisine de la justice

Si malgré toutes ces démarches le problème persiste, la justice peut être saisie par le plaignant qui réunira toutes les preuves possibles.

Que faire si son propre chien aboie ?

Un animal doit être éduqué dans les premiers mois de sa vie afin qu'il n'aboie pas à tout instant. Pour un animal un peu réfractaire, il ne faut pas hésiter à faire appel à un éducateur canin, et cela le plus rapidement possible.

Il faut aussi chercher les causes des aboiements en extérieur :

- Garde et positionnement au sein de la famille. Le chien qui monte la garde aboie pour prévenir l'intrus et avvertir la famille ou son maître de la présence d'un intrus ;

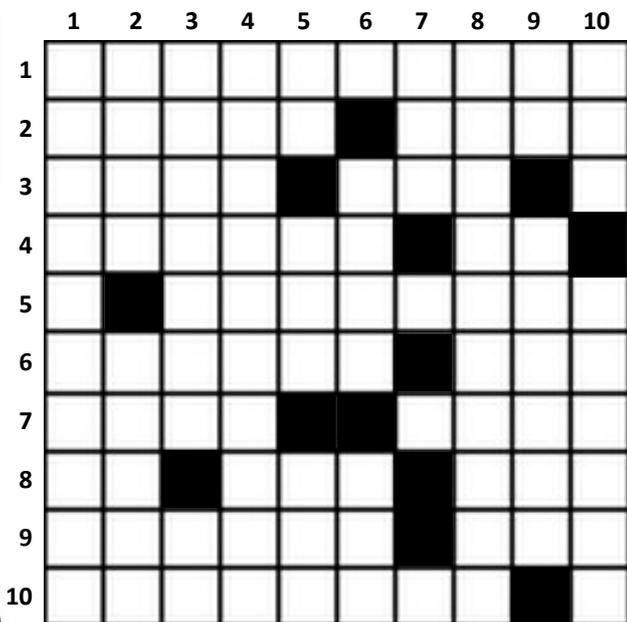
- Le chien peut aboyer par ennui ou par solitude ;

- Une mauvaise éducation qui conduit à encourager volontairement ou non, le chien à aboyer ;

De manière générale, pour qu'un chien n'aboie pas de manière trop intempestive et continue, il est nécessaire de bien éduquer son chien, de le placer en tant que subordonné dans la famille, de lui faire faire différents exercices et en particulier des promenades à l'extérieur pour le socialiser.

En conclusion, les chiens ont leur place à Thil mais les propriétaires doivent prendre toutes dispositions pour éviter les nuisances générées par les aboiements, le dépôt d'excréments sur la voie publique ainsi que les accidents dus au comportement du chien.

Mots croisés de Thil



Solution page 9

HORIZONTAL :

- Supprimée à Thil en 1790.
- Mort pour l'Auvergne — Chacun doit tenir le sien.
- Epoux de Ruth — Du neuf avec du vieux par derrière.
- Pas de la dernière pluie — Grand tourisme sur le capot.
- Opéras à l'oeil.
- Éliminée par la réaction — Ancien désert par la fin.
- Grand voyageur d'autrefois — Source de vie.
- Va d'une ville à l'autre — Jazzy avec time — On s'y promène beaucoup.
- On s'interroge sur ce qu'il réserve — Cardinal inversé.
- Les araignées y excellent.

VERTICAL :

- Lieudit de Thil.
- Ancien roi — Os.
- Un triangle — Ancienne vedette de la route.
- Utilisées en cuisine.
- Le grand patron — Trop en désordre pour faire monnaie — L'égérie de Dali a perdu la tête.
- Huitième de marc — Comique dans les deux sens.
- Est venu trop tôt pour Buffalo Bill.
- Mises en ordre.
- Repose avec pace — Asséchées.
- Parfois susceptible — Pistes dans le ravin.



LE VOTE PAR PROCURATION



QU'EST-CE QUE C'EST ?

Si vous êtes absent le jour du vote, la procuration vous permet de vous faire représenter par un autre électeur

Faites votre procuration le plus tôt possible, des délais de traitement et d'acheminement sont à prévoir!

À QUI POUVEZ-VOUS LA DONNER ?



La personne doit être inscrite sur les listes électorales de la même commune (mais pas forcément dans le même bureau de vote)
Elle n'aura besoin d'aucun document pour voter à votre place
N'oubliez pas de la prévenir car elle n'en sera pas informée!

OÙ POUVEZ-VOUS LA FAIRE ?



Tribunal
judiciaire



Brigade de
gendarmerie



Commissariat
de police

QUELLES SONT LES PIÈCES À FOURNIR ?



Formulaire à remplir

Disponible sur le site
www.demarches.interieur.gouv.fr



Pièce d'identité

Carte d'identité
ou passeport

ELECTIONS MUNICIPALES
15 ET 22 MARS 2020

POUR VOS DÉMARCHES EN LIGNE, RENDEZ-VOUS DANS VOTRE POINT NUMÉRIQUE



Equipés d'ordinateurs, d'imprimantes et de scanners, ces espaces sont accessibles dans les préfetures et sous-préfetures.
Des médiateurs sont présents pour vous guider dans vos démarches.
Vous pourrez y vérifier votre situation électorale ou vous inscrire en ligne.

Consultez les lieux et horaires sur :
www.demarches.interieur.gouv.fr/points-numeriques

ELECTIONS MUNICIPALES
15 ET 22 MARS 2020

LE RÉPERTOIRE ÉLECTORAL UNIQUE, QU'EST-CE QUE ÇA CHANGE ?



ELECTIONS MUNICIPALES
15 ET 22 MARS 2020

- Fiabilisation des listes électorales
- Possibilité de vérifier sur internet sa situation électorale
- Inscription possible sur les listes électorales jusqu'au 7 février 2020
- Généralisation de l'inscription en ligne dans toutes les communes françaises

ÊTES-VOUS BIEN INSCRIT SUR LES LISTES ÉLECTORALES ?



ELECTIONS MUNICIPALES
15 ET 22 MARS 2020

POUR LE SAVOIR :

- 1/ Rendez-vous sur www.demarches.interieur.gouv.fr, Rubrique « Elections » sur le service en ligne « Interroger sa situation électorale »
- 2/ Renseignez la commune où vous pensez être inscrit ainsi que vos informations personnelles (nom de naissance, tous vos prénoms, date de naissance)
- 3/ Vous obtiendrez ainsi la confirmation de votre inscription dans cette commune.
- 4/ Si ce n'est pas le cas et que vous découvrez que vous n'êtes pas inscrit sur les listes électorales, vous pouvez :
 - contacter votre mairie
 - vous inscrire jusqu'au 7 février 2020 www.demarches.interieur.gouv.fr, rubrique « élections »

Associations

Asinerie d'En Manaou



L'équipe de l'Asinerie vous présente ses meilleurs vœux 2020 !

Une journée portes ouvertes est prévue le samedi 6 juin 2020 dès 15h. Le programme en détail sera visible sur notre page facebook d'ici avril/mai.

En attendant, voici quelques photos de la journée portes ouvertes de l'année dernière.



Club de l'Age d'Or

Après le repas de Noël qui a clôturé l'année 2019, les activités ont repris le 9 janvier pour fêter les rois dans une très bonne ambiance.

Pour cette année 2020, nous préparons le loto annuel pour le mois d'avril. Nous nous sommes également réunis avec les présidents des clubs de Lévigac et Mondonville, afin d'essayer de concrétiser des sorties agréables, avec un maximum de participants pour rentabiliser les bus. Soyons optimistes, afin que tout ce travail soit récompensé.



La pétanque thiloise



Chaque vendredi de 14h00 à 19h00, la pétanque thiloise vous donne rendez-vous pour des parties amicales de pétanque pour des moments de détente en toute sympathie.

De plus, très régulièrement, le bureau, fidèle aux traditions, organise pour ses adhérents des rencontres à thèmes en fonction des festivités du calendrier comme par exemple soirée moule frites en septembre, repas grillades en octobre, châtaignes et vin nouveau en novembre, bûche de Noël en décembre, galettes des rois en janvier à l'occasion des vœux, crêpes en février pour la chandeleur, etc...

Le meilleur accueil sera réservé à nos amis futurs adhérents joueurs, débutants et confirmés. Le montant de la cotisation annuelle est de 10.00 euros.

Renseignements et inscriptions auprès de :
Michel Bergé, Président : **06.82.75.73.23**
J.-P. Hoeflich, Trésorier : **06.46.29.34.36**

Association des Parents d'Élèves

Chers Thilois et Thiloises,
Tout d'abord, l'APE Thil vous souhaite une excellente année 2020 pleine de bonheur et nous espérons vous voir nombreux et nombreuses à tous nos événements.
En fin d'année 2019, 5 événements majeurs ont été organisés par l'APE THIL :



- Un atelier créatif sur le thème de Noël qui a connu un véritable succès : personnalisation de tote bags (geste écolo en plus pour ne plus utiliser de sac plastique), customisation de cartes et de boules de Noël. L'esprit de Noël a animé cette journée et ravi les enfants ;
- Un vide ta chambre qui a permis d'écouler jouets, livres, vêtements et puériculture ;
- Une tombola qui a fait le bonheur de 180 gagnants avec de très beaux lots (restaurant, cinéma, produits de beauté, parc d'attraction, produits alimentaires, bowling...);
- Une vente de sapins de Noël avec livraison à Thil directement ;
- Une vente de galettes des Rois en partenariat avec la boulangerie Le Delicio.

Nous avons financé intégralement la sortie au cinéma de Grenade L'Entract. L'ensemble des 3 classes de primaire a pu visionner Le Voyage Du Prince, un film très poétique.

Nous avons également financé une partie de l'atelier sur les pommes réalisé par le musée Cap Al Campestre au sein de l'école maternelle, découvertes et manipulations étaient au RDV.

En 2020, de nombreux événements sont dès à présent programmés et les inscriptions sont d'ores et déjà ou-



vertes par mail ape.thil.31@gmail.com ou par téléphone au 06.82.08.07.36 :

- Le 29 Février de 15h30 à 17h30 : après midi jeux de société à la salle polyvalente. Evènement gratuit ;
- Le 1er mars de 8h à 17h : vide grenier à la salle polyvalente Tarif 5€ pour 1 table d'1,80m ;
- Les 15 et 22 mars : vente de gâteaux salés et sucrés et boissons chaudes lors des élections municipales. En allant voter, n'hésitez pas à participer !
- Le 27 mars à 20h : grand loto de l'école primaire avec plus de 4000€ de lots à gagner ;



- Le 28 mars à 15h15 et 16h, 2 cours de Zumba Kids suivi à 17h du Spectacle Les Fantaisies de Virginie Tarifs : Zumba 5€ Spectacle 5€ Zumba + Spectacle 8€
Spectacle Familial de magie fantaisiste : laissez vous porter par la douce folie de cette Magicienne Danseuse Clown. Virginie transporte une valise dans laquelle elle trouve toutes sortes de choses et se crée un univers Fantaisiste avec lequel elle s'amuse. Un spectacle poétique, drôle, en interaction avec les enfants. Venez nombreux !
- Le 27 juin de 11h à 17h : 3ème Kermesse des écoles Tarif 5€ avec un cadeau ;
On compte sur vous !

Le bureau de l'Ape Thil : Julie, Céline et Marine accompagnées des délégués élues Emmanuelle, Céline, Christelle, Karine et Cindy

Belote

Les rdv belotes ont été arrêtés cette année à Thil. Les organisateurs ont dû faire ce triste choix pour des raisons personnelles.

Associations

Tennis Club de Thil

Pour commencer, les membres du Bureau du Tennis Club de Thil vous adressent leurs meilleurs vœux de réussite et de santé pour la nouvelle année 2020.

Deux événements importants à souligner sur la fin d'année 2019 :

- Le dernier cours de l'année a été pour les enfants une séance « jeux et matchs » suivie d'un goûter de Noël fort apprécié. Cette séance a permis aux enfants d'évaluer leurs progrès du trimestre et de gagner quelques lots (voir photo).

- Le 13 décembre, s'est tenue notre Assemblée Générale en présence de Sophie Carli représentant la mairie et au cours de laquelle un nouveau Bureau a été élu. Ainsi, c'est après 10 ans de loyaux services au sein du TCT que Françoise Crestey, Secrétaire et Gatien Arnault, Président cèdent leurs postes à de nouveaux élus : Rebecca Orban au poste de Secrétaire et Nicolas Faure au poste de Président. Ils seront épaulés de Didier Nadaud, Trésorier, Nicolas Gillot, Trésorier adjoint, ainsi que de Julie Morgant et Marc Morgant, membres du Conseil d'Administration.

La saison tennistique va donc se poursuivre avec cette nouvelle équipe. Au calendrier : animation conjointe Thil-Lévignac sur les terrains de Lévignac et sortie à Bouconne sur le premier trimestre 2020. Sortie ludique en famille et fête du tennis sur le deuxième trimestre 2020.

Il ne reste plus qu'à souhaiter une météo clémente pour pouvoir mettre en œuvre tous ces projets !

A très bientôt !

Le Bureau du TCT



Solution des mots croisés :

Horizontal : 1. Seigneurie. 2. Assas. — Rang. 3. Booz — OEN. 4. Ancien — GT. 5. Enucléas. 6. Hélice — MRE. 7. Enée — Sein. 8. RN — RAG — Net. 9. Audelà — TSE. 10. Tissages.

Verticalement : 1. Sabathérat. 2. Eson — Ennui. 3. Iso-cèle — DS. 4. Gazinières. 5. NS. — EUC (Ecu) — Ala. 6. Once — Gag. 7. Ure. 8. Rangements. 9. IN — Taries. 10. Ego — Sentés.

Stage de théâtre dans le cadre du Foyer rural

STAGES D'HIVER
10-11-12-13 février 2020

THEATRE
Un drôle d'oiseau
à partir de 7 ans
14h à 17h

MUSIQUE
éveil musical
3 - 6 ans
10h30 à 11h30

Thil Salle des mariages à la mairie

Inscriptions et renseignements :
julie.takadimi@yahoo.fr • 06 24 64 79 77

Gym fitness de la Save



L'Association Gym Fitness de la Save souhaite à tous les Thillois une excellente année 2020 prospère, heureuse, sereine, mais surtout en super forme.

Afin de concrétiser ses vœux, elle a le plaisir de vous offrir deux cours de découverte parmi ses activités : gym d'entretien, gymball, cardio-step, cuisses-abdos-fessiers, stretching pilates, zumba, pilates-yoga-zen.

Bien sûr, vous pourrez poursuivre les activités choisies sans limite pour seulement 17€ par mois !

Alors plus d'hésitations ! Jeunes ou moins jeunes, gardez votre capital santé ou retrouvez-le en appelant Sandrine au 06 15 40 72 41 ou en écrivant à :

gymfit.save@gmail.com.

Foyer Rural Thilois

Noël au village le 14 décembre a accueilli gratuitement les familles qui ont pu participer à libérer le Père Noël. Il a donc pu écouter et gâter les enfants ! Les décors de l'atelier modelage (libre et gratuit) ont égayé la place du village, les énigmes et défis de Fabienne et Sophie ont fait réfléchir et rire, le vin et chocolat ont réchauffé, et les gâteaux gentiment apportés par tous, ont comblés les petits creux ! Une belle après-midi donc !

N'oubliez pas que cette animation ne pourra perdurer et évoluer qu'avec un peu d'implication de chacun ; pour vos enfants, vos petits-enfants, ou, si vos enfants sont à présent grands, pour donner à votre tour ce dont vous avez bénéficié lorsqu'ils étaient plus petits ! C'est ça aussi la convivialité d'un village !

Des membres bénévoles du Foyer ne renouveleront pas leur mandat cette année, venez donc les remplacer par

un tout petit peu de temps accordé à cette association. Les animateurs des activités hebdomadaires sont toujours aussi appliqués à apporter leur savoir, et Delphine, nouvellement arrivée avec ses cours de danse, partage son dynamisme en proposant aux parents curieux une petite démonstration à chaque veille de vacances. Sympa !

A quand notre prochain rdv ? Les 15-16-17 mai !!!

AmicalCircus fête ses 15 ans ! Tout un week-end pour célébrer cette collaboration avec la Compagnie Pré-ébulles, tous les bénévoles des week-ends, et les enfants, qui en font le succès ! Le programme se prépare en coulisse pour l'instant ;-)

Le Foyer Rural Thilois vous souhaite une année à la hauteur de vos souhaits, et espère vous rencontrer lors d'une prochaine réunion !



Les 5 bonnes résolutions de 2020 pour ma santé

1/ Je me protège et je protège les personnes les plus fragiles en adoptant les 4 gestes barrière de l'hiver

Chaque année les virus saisonniers sont responsables d'épidémies de **grippe, gastro-entérite et bronchiolite**. De simples gestes de prévention permettent de réduire le risque de contamination:

- **Porter un masque jetable** dès l'apparition des premiers signes (fièvre, toux, éternuement) quand on est en cas de contact avec des personnes âgées, des bébés, des personnes qui ont une maladie chronique ou des femmes enceintes.
- **Se laver les mains régulièrement** à l'eau et au savon (de préférence liquide) pendant 30 secondes.
- **Utiliser un mouchoir à usage unique** pour se moucher, le jeter à la poubelle puis se laver les mains.
- **Éternuer ou tousser dans le pli du coude** ou se couvrir la bouche avec un mouchoir à usage unique avant de le jeter ou tousser ou éternuer dans ses mains : dans ces deux situations, il faut se laver les mains dès que possible pour ne pas contaminer des personnes ou des objets.

2/ Je fais du sport

Le sport réduit le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète et de lombalgies tout en chassant le stress et l'anxiété. Il développe la masse musculaire, améliore la capacité pulmonaire et aide à maintenir la silhouette et à dépenser les calories.

Sur manger-bouger.fr, vous pouvez trouver des activités qui vous font envie ou qui s'adaptent à votre mode de vie en consultant les **fiches d'activités physiques**. Pour vous permettre d'organiser vos activités de la semaine avec un emploi du temps chargé, vous pouvez utiliser le **planificateur d'activités physiques**.

3/ Je dors suffisamment

Le sommeil est essentiel pour rester en bonne santé. Il permet à l'organisme de **bien récupérer physiquement et mentalement** et d'être à nouveau d'attaque le lendemain. La durée du sommeil est en moyenne de **7 à 8h** mais chaque personne a des besoins différents. Il existe des personnes qui n'ont besoin que de 6h de sommeil par jour et parfois moins (petits dormeurs) et d'autres qui ont besoin de plus de 8h pour une bonne récupération physique et mentale (longs dormeurs).

4/ Je mange mieux

Par manque de temps ou à cause des différentes contraintes de la vie quotidienne, on est souvent tenté de manger ce qui nous arrange ou ce qui nous plaît, mais pas toujours ce dont l'organisme a besoin.

Pour améliorer l'hygiène de vie et ainsi perdre du poids

et rester en bonne santé, il est recommandé :

- **D'augmenter** sa consommation de fruits et légumes, de légumes secs et de fruits à coque non salés et le « fait maison ».
- **D'aller** vers les aliments bio, de saison, ou produits localement, une consommation en alternance de poissons gras et maigre, une consommation suffisante mais limitée de produits laitiers, des féculents complets, de l'huile de colza et de noix riche en oméga 3 et de l'huile d'olive.
- **De réduire** la viande, la charcuterie, l'alcool, les produits et les boissons sucrés, les produits salés et les produits avec un **Nutri-Score** D et E.

5/ J'arrête ou je réduis ma consommation de tabac et/ou d'alcool

♦ Tabac

tabac-info-service.fr

Quand on sait, c'est plus facile d'arrêter

Préserver sa santé et celle de ses proches, faire des économies, **toutes les raisons sont bonnes pour arrêter de fumer**. Santé publique France a créé **Tabac info service**, un dispositif d'information et d'aide adapté à tous les profils de fumeurs, de l'adolescent à l'adulte. Tabac Info Service vous aide à choisir la stratégie la mieux adaptée :

- **Ligne téléphonique 3989** : conseils, suivi personnalisé et gratuit proposé par des tabacologues (service gratuit + prix d'un appel), du lundi au samedi de 8h à 20h.
- **Site internet tabac-info-service.fr** : informations en ligne, tests pour faire le point sur votre dépendance ; posez une question à un tabacologue, trouvez des coordonnées.
- **Application mobile** : coaching personnalisé et gratuit.
- **Facebook** : partagez votre expérience, et encouragez les ex-fumeurs sur la page

♦ Alcool

Dîner en famille, apéritif avec des amis, pot de départ au bureau... nombreuses sont les occasions de boire un verre avec son entourage mais **la consommation d'alcool est aussi à l'origine de nombreuses maladies** (hémorragie cérébrale, cancers, hypertension...).

Je ne dépasse pas les repères: pour ma santé, l'alcool c'est maximum 2 verres par jour, et pas tous les jours.

ALCOOL-INFO-SERVICE.FR

7/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et non surtaxé **0 980 980 930**

Le dispositif d'aide à distance Alcool-info-service offre aux personnes concernées comme à leur entourage un espace d'écoute confidentiel à travers une ligne téléphonique 0 980 980 930 et un tchat animé par des professionnels qualifiés.

Les seigneurs de Thil aux XVII^e et XVIII^e siècles : les Le Mazuyer

Les communes de Montaigut, Saint-Paul, Thil, Bretx et Le Grès étaient au début du Moyen Age, un simple agglomérat de seigneuries, qui fut érigé en baronnie en 1647. Celle-ci appartient d'abord aux Faudoas Barbazan, puis à Antoine de Rochechouart par son mariage en 1517 avec Catherine de Faudoas, et ensuite aux comtes de Mauléon Couserans. Le dernier comte, ruiné, vendit ses droits à un magistrat, Gilles Le Mazuyer, procureur général au Parlement de Toulouse, qui soutint Richelieu pendant les troubles de la Fronde, et mourut de la peste en 1630. Son fils, Henri, lui aussi procureur, fut fait marquis en 1681 en récompense de ses services. Le fils d'Henri, Joseph Marie, procureur pendant 70 ans, n'ayant pas de fils, fut autorisé en 1747 par lettres patentes, à léguer le marquisat à sa fille Claudine.

C'est Claudine Le Mazuyer qui offrit à l'église de Thil en 1743, la très belle chaire, faite par Chanaud, menuisier de Grisolles, surmontée d'un pélican doré aux ailes déployées, rappelant les armes de la famille, qui portaient « d'azur au pélican d'or ». Claudine Le Mazuyer avait épousé le comte Pons de Thézan de Poujols dont elle resta veuve. Son fils, le marquis de Thézan de Poujols émigra en 1790, et ses biens de Thil à Paulilhac furent dispersés aux enchères le 5 Fructidor an II à Beaumont-de-Lomagne (22 août 1794).

Les Le Mazuyer possédaient à Montaigut, un château, « demeure princière », flanqué de quatre grosses tours, qui fut vendu pour 116.000 livres, au maçon toulousain

Arnaud Traverse « pour qu'on le démolisse ». Ce digne émule du « patriote Palloy » qui démembra la Bastille, y réussit parfaitement ; son emplacement, mal localisé, se situe dans le quartier de la Chapelle N.D. d'Alet, dominant le village. Il semble toutefois que les droits seigneuriaux de Thil, utiles et honorifiques, aient été séparés du marquisat de Montaigut sous Louis XV, et furent rattachés au comté de l'Isle-Jourdain, cédé par le roi à Jean Baptiste, comte de Dubarry Ceres, ami très proche de la favorite, le fameux « Roué ». Trois ans plus tard, après la mort de Louis XV, cette cession fut annulée au profit de Louis Stanislas Xavier, comte de Provence, frère puîné de Louis XVI. En 1783, pour renflouer ses finances, celui-ci vendit les seigneuries de Thil et de Bretx à Jean François Denis d'Albis de Belbèze, conseiller au Parlement et propriétaire dominant à Thil depuis des années, pour 74.000 livres. Ce fut un bien mauvais placement car tous les droits féodaux furent supprimés par l'Assemblée Nationale six ans plus tard.

Dernier avatar du comté de l'Isle, celui-ci fut érigé en duché-pairie par Louis XVIII pendant l'émigration, au profit de son favori d'Avaray en 1808. Mais la mort du nouveau duc sans laisser d'héritier, signa la fin de la féodalité dans le Savès. On ignore quel fut le sort du marquis de Thézan, qui, contrairement à Jean François d'Albis, ne figure pas sur les listes des émigrés admis à rentrer en France en 1802 par Bonaparte.

M. Comby



Le château de Montégut (ancienne orthographe) reconstitué par Michel Hastenteufel sur un croquis de 1687