

L'INFO

au cœur de notre village



SOMMAIRE

RECONSTRUCTION DU PONT

POINT SUR LES FINANCES COMMUNALES

FOCUS SUR L'ENTRETIEN DES FOSSES ET DES COURS D'EAU

COMMEORATION

QUELQUES REGLES

PROGRAMME DE LA FETE LOCALE

MOT DU MAIRE

TRAVAUX D'EXTENSION DU RESEAU D'ASSINISSEMENT

ALEAS CLIMATIQUES

PROJET CITOYEN ET PARTICIPATIF

LE MOT DE L'OPPOSITION

ETAT CIVIL

FIBRE

Chères Mirapissiennes, Chers Mirapissiens,

Nous avons échangé sur l'actualité du village en avril dans le dernier bulletin municipal, nous souhaitions vous informer que les travaux d'extension du réseau d'assainissement sont terminés et que les travaux de la salle des fêtes sont en train de s'achever. La commission sécurité incendie est prévue le 3 juillet, ce qui permettra une réouverture au public et aux associations de la salle ainsi que son ouverture à la location dès la rentrée de septembre.

Nous vous proposons l'inauguration de la salle des fêtes le 29 août ou le 5 septembre à 19h en fonction de la disponibilité du Président du Conseil départemental ou d'un représentant.

Autre bonne nouvelle, nous allons pouvoir compter sur la fête locale cette année du 11 au 13 juillet grâce à l'investissement de jeunes mirapissiens faisant partie de l'association de rugby de Villemur-sur-Tarn. Nous vous y attendons nombreux pour partager un moment de convivialité.

La chaleur est arrivée dans notre Région, prenez soin de vous durant cet été. C'est le moment des vacances et du repos mérité. Les conseils d'école ont eu lieu et se sont bien déroulés. A l'école élémentaire de Mirepoix-sur-Tarn au regard des derniers événements, l'équipe enseignante, l'équipe éducative du centre de loisirs, les élus du SIGEP ainsi que les parents d'élèves élus travaillent conjointement pour la sécurité et le confort des enfants. Nous espérons retrouver tout le monde en forme et apaisé à la rentrée. Les vacances peuvent être aussi l'occasion de rappeler quelques règles d'éducation à vos enfants.

Nous constatons régulièrement l'été que quelques enfants sont parfois livrés à eux-mêmes ou prennent certaines libertés dans le village, nous vous remercions de les surveiller pendant la saison estivale pour éviter des dégradations de biens publics ou privés ou des nuisances sonores.



A compter du 1^{er} août, nous accueillons un nouveau lieutenant de gendarmerie sur le territoire. Je ne manquerai pas de demander des rondes dans le village pendant vos congés estivaux pour la sécurité de vos habitations.

Beaucoup de manifestations sont organisées sur le territoire du Val'Aigo courant juillet et août (fêtes locales, animations musicales, théâtrales, sportives, expositions,...). Vous pourrez trouver le programme sur les réseaux sociaux et auprès de la mairie. Le territoire bouge, vous trouverez toujours une activité à votre goût. Un éventail assez large d'associations existe sur le territoire, elles contribuent à ce dynamisme et sont vecteur de lien social.

Coté Mairie, les horaires ont été temporairement modifiés jusqu'à fin septembre. Nous accueillons actuellement Martine à l'accueil et à la Poste, qui nous fait le plaisir de servir notre village le temps du retour de Nathalie, à qui nous souhaitons un prompt rétablissement et que nous espérons retrouver en forme rapidement.

A la rentrée de septembre, l'équipe municipale sera mobilisée pour préparer l'enquête publique en vue de la reconstruction du pont. A l'issue, nous comptons sur le commencement des travaux du Conseil Départemental en juin 2026 au plus tard.

Restant à votre écoute lors de mes permanences, sur prises de rendez-vous en mairie ou lors de mes promenades piétonnes dans le village, j'ai en effet toujours plaisir à échanger avec vous.

Dans l'attente d'une prochaine rencontre, je vous adresse mes sincères salutations.

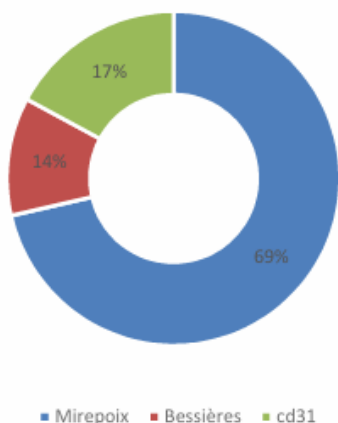
Sonia BLANCHARD ESSNER
Maire MIREPOIX-SUR-TARN

RECONSTRUCTION DU PONT DE MIREPOIX SUR TARN

La concertation publique qui a eu lieu du 3 au 17 avril 2025 relative à la mise en compatibilité du PLU en vue de la reconstruction du pont est terminée. Il y a eu globalement une faible participation mais des observations majoritairement favorables au projet.

Madame le Maire a expliqué que les habitants attendent du concret et que les phases administratives devenaient longues. La faible participation n'est donc pas le reflet de l'impatience bien réelle des habitants à la reconstruction du pont.

participation par collectivité



Par délibération du 29 avril 2025, le Conseil municipal a délibéré et a donné un avis favorable à la demande d'autorisation environnementale.

Ce bilan de concertation viendra compléter le dossier de mise en compatibilité des documents d'urbanisme qui sera inclus dans le dossier d'enquête publique à venir à l'automne 2025.

Le Conseil municipal en a profité pour réitérer son avis favorable à toutes les étapes du projet et a mis en avant tous les nombreux avantages de la reconstruction du pont : économique, social, écologique, et en matière de sécurité routière.

L'enquête publique relative au projet de reconstruction devrait se dérouler du 22 septembre au 28 octobre prochains. Le commissaire enquêteur a été nommé : 3 permanences sont envisagées en mairie :

- * **le mercredi 8 octobre de 9h à 12 h,**
- * **le samedi 18 octobre de 9h30 à 11h30,**
- * **le mardi 28 octobre de 9 h à 12h30.**

Le calendrier

Nous n'avons jamais été aussi près du démarrage des travaux. Madame le Maire est en relation régulièrement avec les services du département pour les derniers réglages. Par exemple, il nous faut déplacer une borne incendie et une conduite d'eau avant les travaux car situé dans la zone de chantier.

Les grandes échéances du planning de l'opération :



* DUP : Déclaration d'Utilité Publique

* AE : Autorisation Environnementale

Les travaux d'extension du réseau d'assainissement sont achevés.

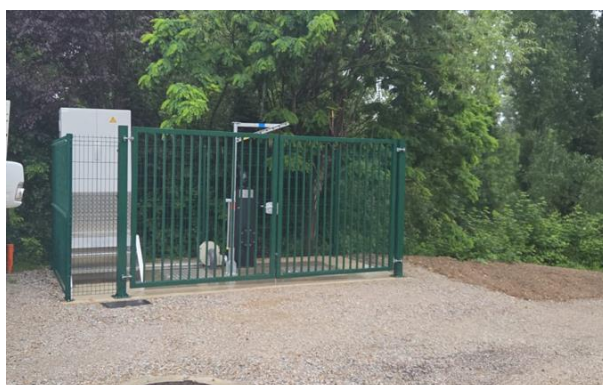
L'ensemble des branchements individuels ont été réalisés, un poste de refoulement a été implanté au bout de la rue du souvenir sur l'espace public car une partie des maisons de la route de Layrac et du vieux village (rue du souvenir, rue du 3 mai et quai du lavoir) sont à un niveau altimétrique inférieur à la station d'épuration ce qui nécessite un relevage des eaux pour rejoindre la station.

Réseau31 doit adresser à chaque propriétaire concerné un courrier informant de la fin des travaux ainsi que la taxe de raccordement à s'acquitter. Chacun pourra alors finaliser le raccordement de son installation privée à l'installation de réseau public.

Les baraques de chantier ont quitté la place, les voiries ont été remises en état. Certaines rues et une partie de la place sont même dans un meilleur état que ce qu'elles étaient en début de travaux.

Pour la route de Layrac, il s'agira de lancer comme pour l'avenue du Pont des travaux d'urbanisation afin de créer trottoirs et aménagements routiers après la reconstruction du pont.

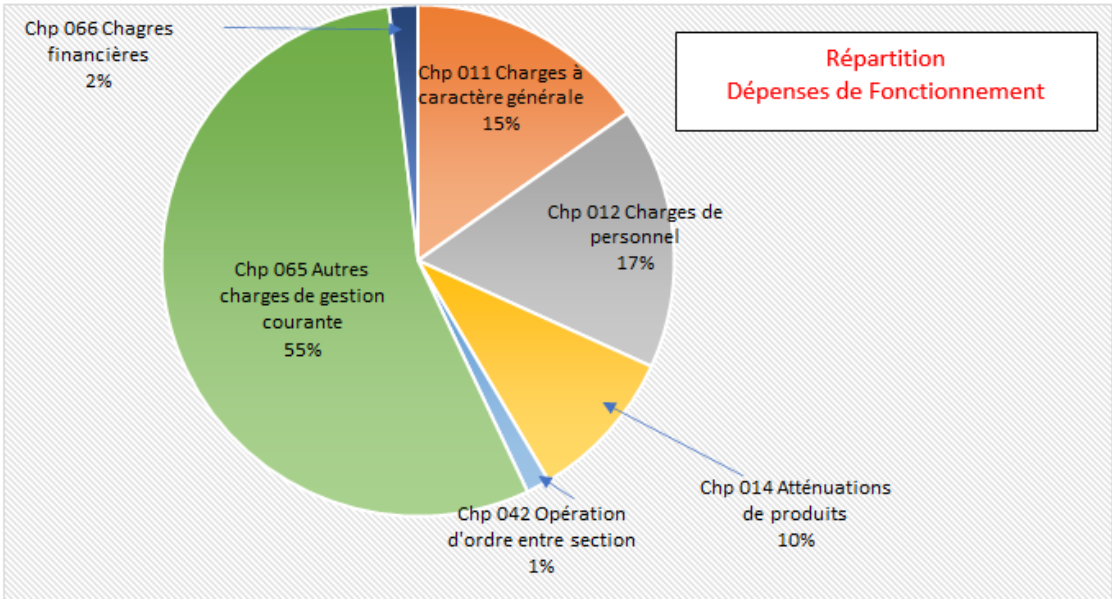
La Commune de Mirepoix-sur-Tarn a déjà indiqué à Réseau31 le vœu de voir poursuivre l'extension de réseau. Le prochain calendrier budgétaire n'est pas encore à l'ordre du jour, aucune décision ne sera prise dans un court délai. En effet, les programmations prévues n'ayant pas toutes été réalisées, il y a un report de ces opérations, qui devront être achevées avant d'en financer de nouvelles.



Le conseil municipal s’est réuni le 8 avril 2025 et a procédé au vote des comptes financiers unique 2024 :

Comptes arrêtés au 31/12/2024	BUDGET FONCTIONNEMENT	BUDGET INVESTISSEMENT
DEPENSES	788 447.95 €	158 462.44€
RECETTES	987 128.31 €	184 319.88€
RESULTAT	+198 680.36 €	+25 857.44€
SOLDE N-1	+ 437 189.21 €	+ 288 201.81 €
TOTAL	+ 635 869.57 €	+ 314 059.25 €

La Municipalité souhaite vous présenter dans le détail ce bilan financier 2024 :



DEPENSES DE FONCTIONNEMENT PAR CHAPITRE		REALISE
011	Charges à caractère général (entretien des locaux, des espaces verts et des fossés, entretien du matériel ou véhicules communaux, énergie et eau, téléphonie et internet, fourrière, assurances, fêtes et cérémonies, taxes foncières, voyage séniors...)	119 982.22€
012	Charges de personnel	130 625.19€
014	Atténuation de produits (Attribution de compensation CCVA (crèches) et FNGIR et FPIC)	76 507.00€
042	Opération d'ordre entre section	11 701.79€
65	Autres charges de gestion courante (notamment le SIGEP : école, SDEHG : syndicat d’électricité, SDIS : pompiers, subventions aux associations, rattrapage TVA lotissement Mandres 2010)	435 326.34€
66	Charges financières	14 305.41€
TOTAL DEPENSES		788 447.95 €

RECETTES DE FONCTIONNEMENT PAR CHAPITRE		REALISE
70	Produits des services	21 729.39€
73	Impôts et taxes	664 833.20€
74	Dotations et participations	190 910.92€
75	Autres produits gestion courante	30 917.70€
76	Produits financiers	4.65€
77	Produits exceptionnels	3 784.55€
TOTAL RECETTES		987 128.31 €

L'ensemble des dépenses ont été conformes au budget prévisionnel et sont maîtrisées. La plus grosse dépense de la Commune correspond au coût de l'école et du centre de loisirs pour 350 225 € au chapitre 65. La principale source de recettes sont les impôts et taxes. La volonté municipale était de maîtriser les dépenses de fonctionnement pour pouvoir avoir des projets d'investissement.

En dépense :

- Maîtrise des coûts de la section charges à caractère général. Chaque dépense est étudiée et évaluée. Nous bénéficions aujourd'hui de la renégociation de la majorité des contrats réalisés en 2020-2021.
- L'extinction de l'éclairage public de 00h à 6h00 a permis de maîtriser les dépenses d'énergie et même d'observer une baisse des factures d'énergie,
- L'entretien du réseau pluvial en centre bourg a augmenté en 2024 suite à des recherches de fuite sous des réseaux bouchés,
- La Municipalité a cédé gracieusement un des deux véhicules roulants au SIGEP (école). En contrepartie le SIGEP a pris en charge les frais de remise en état du véhicule avant cession. La Commune conserve le véhicule Kangoo nécessaire à l'activité de notre agent technique.
- Travaux relevage cimetière : quelques travaux ont été réalisés en 2024, le reste est actuellement en cours.
- Les indemnités des élus (Maire, Adjointes et conseillers ayant une délégation) s'élèvent à un total de 26 892 € (sans augmentation des indemnités des élus en dessous des plafonds légaux).

En recette :

La Commune n'a pas augmenté le taux d'imposition. Les recettes liées aux impôts et taxes sont augmenté naturellement du fait de la revalorisation par l'Etat des bases d'imposition à +3,9% et du fait des nouvelles constructions sur la commune.

Les Droits de Mutation à Titre Onéreux (DMTO) sont en baisse à cause de la crise de l'immobilier et de la baisse du nombre de ventes au niveau départemental.

Diminution des recettes d'occupation de la salle des fêtes du fait de l'arrêt des locations au dernier trimestre 2024 pour les travaux.

Les investissements 2024 de la Commune ont été les suivants :

CA INVESTISSEMENTS 2024		
	OBJET	CA 2024
TRAVAUX BATIMENTS	TRAVAUX SALLE DES FETES	3 537,18 €
	CREATION WC ETAGE MAIRIE	2 143,24 €
	TAPIS GYM	2 479,84 €
	TOTAL	8 160,26 €
MATERIEL	MATERIEL DE BUREAU	1 009,95 €
	TOTAL	1 009,95 €
VOIRIE	TRAVAUX TROTTOIR AVENUE DU PONT (AVENANT)	14 400,00 €
	TRAVAUX AVENUE DU PONT RAR	80 473,80 €
	MAITRISE ŒUVRE TVX AVENUE DU PONT RAR	1 974,00 €
	TOTAL	96 847,80 €
ETUDES	AUDIT ENERGETIQUE SALLE DES FETES	1 824,00 €
	ETUDE CENTRE BOURG RAR	5 754,00 €
	MAITRISE ŒUVRE TRAVAUX SALLE DES FETES	8 352,00 €
	TECHNISPHERE TRAVAUX SALLE DES FETES	5 124,00 €
		21 054,00 €
	TOTAL OPERATIONS EQUIPEMENTS	127 072,01 €
DETTE	REMB CAPITAL EMPRUNT	27 668,00 €
	TOTAL OPERATIONS FINANCIERES	27 668,00 €

Dans la section investissement, les remboursements d'emprunt en 2024 se sont élevés à un montant annuel de 27 668 €.

BUDGET 2025, les grandes lignes sont les suivantes :

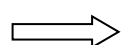
➡ Les dépenses de Fonctionnement « exceptionnelles » provisionnées au budget 2025 sont :

- Travaux sur les concessions reprises suite à la procédure d'abandon au cimetière
- Entretien des toitures des bâtiments communaux
- Numérisation des actes d'Etat civil (1902 à 1999)
- Finalisation du schéma directeur des eaux pluviales et eaux usées avec Réseau 31
- Déplacement borne incendie (en rapport aux travaux de reconstruction du Pont)

VOTE DU BUDGET 2025

DEPENSES DE FONCTIONNEMENT PAR CHAPITRE		BUDGETISE
011	Charges à caractère général	506 305.00€
012	Charges de personnel	277 555.95€
014	Atténuation de produits	137 976.00€
042	Opération d'ordre entre section	5 023.33€
65	Autres charges de gestion courante (participations SIGEP, Syndicats....)	605 674.36€
66	Charges financières	13 542.31€
TOTAL DEPENSES		1 546 076.95€

RECETTES DE FONCTIONNEMENT PAR CHAPITRE		BUDGETISE
002	Excédent N-1 reporté	535 869.57€
70	Produits des services	22 802.00 €
73	Impôts et taxes	59 637.00€
731	Fiscalité locale (impôts locaux)	688 031.00€
74	Dotations et participations	190 747.00€
75	Autres produits gestion courante	48 650.00€
77	Produits exceptionnels	340.38€
TOTAL RECETTES		1 546 076.95€



Au budget 2025, les Investissements prévus ci-dessus comprennent :

- Travaux de la salle des fêtes
- Diagnostic / Etude sur la situation de l'Eglise
- Installation ralentisseur rue des Mandres et rue Cami Biel
- Raccordement des bâtiments communaux (mairie, restaurant, wc public, salle des associations) au réseau collectif d'eaux usées
- Remplacement borne incendie de la salle des fêtes
- Achat de matériel technique
- Achat d'un Ordinateur pour la mairie
- Etude réhabilitation de la mairie et de la place du village
- Citerne incendie à installer dans les coteaux

- IMPOTS LOCAUX : Le conseil municipal maintient les taux, pas de hausse pour l'année 2025.

TAXES	Taux 2024	Taux 2025
Taxe Foncière sur les propriétés bâties (TFB)	43.17	43.17
Taxe Foncière sur les propriétés non bâties (TFNB)	162.10	162.10
Taxe d'Habitation sur les résidences secondaires et autres locaux meublés non affectés à la résidence principale (TH)	24.98	24.98

A l'issue de l'année 2025, la situation financière de la Commune restera stabilisée et saine. La Commune aura un potentiel pour poursuivre des investissements.



Le lundi 19 mai, suite à de fortes pluies, la Commune a connu un phénomène d'écoulement de boues du fait de débordement de fossés route de Montvalen dans les coteaux. Le Conseil départemental est intervenu rapidement pour sécuriser et nettoyer les lieux.

Des poteaux télécoms ont penché dans l'un des 1^{er} virages, un signalisation a été fait auprès d'Orange qui a procédé aux réparations d'urgence le 26 mai et aux travaux définitifs le 26 juin.

Des travaux sont programmés chemin Vieille Côte pour tenter de contenir l'éboulement de terres et de cailloux de ce chemin en bas de la départementale lors de ces phénomènes de fortes pluies.



21/06 : L'ÉTÉ EST ARRIVÉ AVEC LES FORTES CHALEURS : Pensez à vous hydrater.

« Au préalable, vérifier si vous avez affaire à un fossé ou un cours d'eau. Consultez la carte DDT.

L'entretien des fossés est la responsabilité du propriétaire du terrain pour assurer l'écoulement des eaux provenant des parcelles supérieures (art 640 et 641 du code civil). Cet entretien ne nécessite pas de procédure préalable, mais la création, le recalibrage et le remblaiement des fossés peuvent nécessiter une déclaration ou une autorisation selon l'article L214-1 du Code de l'environnement. En cas de curage d'urgence, il est recommandé de consulter le syndicat de rivière pour éviter les conséquences en aval. Il est crucial d'éviter le « curage à blanc » et le surcreusement pour ne pas accélérer les écoulements en aval.

L'entretien des cours d'eau comme le ruisseau du Lauzat après de fortes intempéries implique l'enlèvement des bouchons terreux sans toucher au fond, aux côtés, aux berges ou à la sinuosité du lit. Cette opération est limitée à 50 mètres linéaires et doit être réalisée en l'absence d'enjeux environnementaux et dans les périodes autorisées.

La différence entre curage et entretien est importante : le curage nécessite une autorisation, tandis que l'entretien régulier n'en nécessite pas. Lors de l'enlèvement des bouchons terreux, il ne faut pas impacter les berges ni les lits des cours d'eau.

L'enlèvement des embâcles (accumulation naturelle de matériaux, branchages,...) est crucial pour éviter les blocages et les dommages en aval. Leur enlèvement n'est pas soumis à la Loi sur l'eau tant qu'il n'y a pas altération des berges ou du lit du cours d'eau ».

(extrait du journal de la chambre de l'agriculture de la Haute-Garonne – juin 2025 – Terres d'Agri, page 3.)

RESIDENCE RUE DU STADE OPH 31



Le bailleur social OPH31, en lien avec la mairie de Mirepoix-sur-Tarn, engage une réflexion sur la valorisation de l'espace vert de la résidence « Les Chalets » rue du Stade, grâce à l'accompagnement de Terreauciel.



Le 13 mai 2025 à 18h se sont réunis Alexia Benejam Stone, 1^{ère} Adjointe à l'urbanisme et à l'Environnement, Léa Sery Chargée de cadre de vie et de la médiation au sein d'OPH31, Laurent ROUGERIE de Terreauciel et des habitants de la résidence dans les espaces communs pour une première réunion de concertation.

Après un tour de table sur les attentes des résidents, une séance d'intelligence collective a été organisée avec un jeu de chaises musicales puis des discussions ouvertes sur des images de références. Il en ressort plusieurs idées intéressantes, et notamment le constat général du manque d'ombres et l'envie de partager des moments de convivialité.

L'OPH31 et la Municipalité suite à cette concertation étudient ce qu'il est envisageable de faire pour répondre à certaines des demandes formulées par les résidents. Lors d'une prochaine réunion de concertation, il s'agira de présenter aux résidents le résultat de la 1^{ère} consultation et les projets envisageables ensemble grâce à des chantiers participatifs.



PROJET CULTUREL SUR L'HISTOIRE DE MIREPOIX-SUR-TARN

Notre village et son Histoire vous intéresse, nous aussi !

Plusieurs habitants se sont manifestés et ont fait savoir leur envie de tracer et d'écrire l'Histoire du village, au travers des personnes, des personnages ou des lieux emblématiques de notre commune.

La Commune soutient et souhaite accompagner ces initiatives. Pour mettre en œuvre ce projet, nous avons besoin que des Habitants ou toutes personnes ayant la Mémoire de l'Histoire de Mirepoix-sur-Tarn se manifestent et acceptent d'échanger et de partager leur souvenir.

La Commune pourra solliciter des aides publiques à partir du moment où un groupe de travail sera constitué pour encadrer le projet. Vous pourrez être contactés prochainement par la Mairie à ce sujet ou par Monsieur Digout, habitant les coteaux, qui a initié ce projet il y a un an. Vous pouvez également spontanément nous rejoindre pour le bon avancement de cette belle réalisation. Vous remerciant par avance.

France MONRIBOT déléguée en charge des Séniors
Jacques DIGOUT, habitant bénévole sur ce projet
(Tél 06 07 120 458 – j.digout@gmail.com)
Sonia BLANCHARD, Maire.

Commémoration du 8 Mai



Cette année, nous avons célébrer le 80e anniversaire de la capitulation nazie.

Nous nous sommes recueillis autour du Monuments aux Morts pour commémorer la Victoire des forces alliées sur l'Allemagne nazie et la fin de la Seconde Guerre mondiale en Europe.

Etaient présents le Président de la Communauté de Communes et Conseiller Départemental, Jean Marc Dumoulin, le Maire de Villematier, Jean-Michel Jilibert, Sonia Gallego, Présidente du SIGEP, des représentants des élus, de la gendarmerie et des associations.

Madame le Maire a procédé au dépôt d'une gerbe de fleurs pour l'occasion et Alexia Benejam Stone a procédé à la lecture des noms des Mirapissiens morts pour Mirepoix-sur-Tarn.



Après la traditionnelle minute de silence et le chant de l'Hymne national, nous nous sommes réunis pour le verre de l'Amitié en Mairie.



Votre Gazette

Communauté de communes Val'Aïgo



nouveau !

Semestrielle

Les actualités
de votre Communauté
de communes, **deux fois par
an** à l'accueil de votre Mairie
et en ligne sur **valaigo.com**



scannez ici !



A Mirepoix, ces derniers temps, force est de constater que les occasions de rencontres, d'échanges et de convivialité se font rares.

Ce lien social, si essentiel à la vie collective est aujourd'hui distendu. Alors nous formons des vœux avec beaucoup d'espoir pour que des initiatives locales citoyennes imaginent des projets, des ateliers participatifs, des jardins partagés, des circuits courts, des échanges inter-générationnelsrêvons un peu.

Alors oui, un pont nous manque, une vraie église aussi, des trottoirs propres, la salle des fêtes sera bientôt retrouvée, mais ce qui nous manque le plus encore c'est du lien social, socle sans lequel ne peut s'épanouir une ruralité résiliente, inventive et humaine.

Marie LAUZERAL Gilles GALY Laurent CORRIAS

QUELQUES RAPPELS DE REGLES

RESPECT DU CODE DE LA ROUTE

VITESSE ET SENS INTERDIT : Nous constatons régulièrement que des véhicules roulent à une vitesse excessive ou empruntent des sens interdit aux risques de provoquer des accidents. Pensez à nos enfants, à vos enfants et à tous ! Merci de penser SECURITE et de respecter les limitations et la réglementation !

STATIONNEMENT : Des trottoirs ou des zones de circulation pour les piétons ont été aménagés dans la commune pour faciliter les déplacements des marcheurs, des parents avec poussettes etc... Merci de ne pas laisser vos véhicules sur ces zones. Pensez à les garer sur les parkings publics, vos parcelles ou dans votre garage.

RESPECT DU CODE CIVIL ET DU CODE DE L'URBANISME

Clôtures et hauteur des haies de clôture : Les haies de clôture doivent être taillées afin de ne pas déborder sur la voie publique et ne doivent pas atteindre les câbles téléphoniques et électriques. Nous vous remercions de respecter les hauteurs prévues par le règlement du PLU et du code civil.

Déclaration de Clôture : Avant l'installation d'une nouvelle clôture, une déclaration doit être déposée en mairie au moins 1 mois avant les travaux.

Un peu de
poésie



M'GYM

TOUJOURS DU TONUS A MIREPOIX -S -TARN
avec la **M' Gym - GYM MIREPOIX -**
Début des cours le 15 septembre 2025

Planning 2025/2026			
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Gym Bien-être 09h30		Gym Bien-être 09h30	
YOGILATE 12h30		PILATES 12h30	
YOGA POSTURAL 18h00	PILATES BALL 18h00		CARDIO PILATES 18h45
PILATES 19h15	CARDIO TRAINING 19h00		YIN YOGA 19h45

Tout cela dans la salle des fêtes retrouvée.
Quelques explications sur les cours :

Gym bien-être : durée 1h30

10mn d'échauffement cardio dansé (travail de la coordination, du système cardio-vasculaire et échauffement général)
25 mn renfo avec haltère, élastiques pour entretenir la masse musculaire
25 mn de renfo doux type Pilates, gym hypopressives .. méthodes douces pour le dos et les abdos.
30 mn de stretching postural, flexibilité, mobilité articulaire et relaxation ...

Yogilate : durée 1h

Mélange de postures pilates et yoga, travail sur la mobilité et le gainage avec une phase détente et relaxation en fin de cours.

Yoga postural : 1h15

Yoga tonique, basé sur la posture à tenir, l'alignement et les muscles à engager pour améliorer. Assez physique. Utilisation des briques et des sangles.

Cardio Pilates : 1h00

Enchaînement rapide de postures pilates sur un temps donné type tabata mais avec des postures de gym douce et une exécution lente.
Bien sûr, ce ne sera pas parfait au début. Au fur et à mesure, vous réussirez à améliorer vos postures et à augmenter le nombre de répétitions.

Cardio training : 1h15

30 mn de choré avec ou sans step.
35/40 mn de renfo, type circuit training, pump ...
5/10 mn de détente.

Yin Yoga : 1h00

Yoga doux, postures de détente longues et relaxantes. Bolster, coussins ...

Pilates : 1h00

Toutes les méthodes douces telles que gym hypopressive, méthode de Gasquet, Pilates ... tous niveaux avec des exercices par niveau aussi, par exemple les anciennes devront passer au niveau supérieur en terme d'exécution.

Pilates BALL : 1h00

Gym douce et tonique avec le GROS ballon sur toute la saison, avec aussi utilisation du ring cercle

....

Cardio training : 1h15

30 mn de choré avec ou sans step.

35/40 mn de renfo, type circuit training, pump ...

5/10 mn de détente.

Un tarif de 225€ est proposé pour tout renouvellement jusqu'au 31 juillet. Après cette date le tarif est de 245€ .

gym.mirepoix@gmail.com

www.mgym.fr

Soit 11 cours par semaine proposés jusqu'au 2 juillet 2026 (34 semaines)

Petipoix créatif

PETIPOIX CRÉATIF Un souffle de créativité dans le village !



Salle des associations dès septembre 2025 de 14h à 17h tous les mercredis Tricot, peinture, carton-mousse, aquarelle, mosaïque ou scrapbooking, nous manipulons les bouts de tissu, les fils ou les cartons, les pinceaux ou les aiguilles mais toujours en couleur, pour réaliser des femmes « grand soir », des poules et des chats, ... des sacs et des paysages. Des instants volés au ronronnement du quotidien, et une belle façon de cultiver le vivre-ensemble tout en faisant place à l'imagination.

Marie LAUZERAL marie.lauzeral@gmail.com 06 46 26 80 26



LE COLLECTIF AVEC LE CARNAVAL



C'est avec beaucoup de plaisir que Mirepoix-sur-Tarn a accueilli son traditionnel carnaval le 25 avril 2025. Les enfants et les parents présents étaient ravis de l'embrasement de Monsieur Carnaval, des lâchers de confettis et des jeux proposés à la salle des associations autour d'un goûter. La Municipalité remercie le collectif et l'ensemble des associations ayant partagé au projet.

LES AMIS DES ECOLES

Comme chaque année, l'association des Amis des Ecoles a organisé la traditionnelle fête des écoles, qui a eu lieu le **samedi 14 juin 2025 à 14h au parc du Presbytère à Bondigoux.**

Les enfants ont présenté leurs spectacles. Les petits (et les grands) ont pu profiter des activités gratuites, en partenariat avec la bondithèque et l'ASAPE de Mirepoix. Il y a aussi eu le tirage au sort de la tombola et une représentation des Etoiles villemuriennes.

Enfin, le don de l'association a été remis à chacune des coopératives scolaires.

L'association a remercié les enfants et parents pour ce bon moment.



LE MOTO CROSS

L'association de moto-cross prévoit sa traditionnelle journée de compétition sur le circuit de Mirepoix-sur-Tarn le 31 août 2025. L'association attend de nombreux visiteurs et travaille actuellement à organiser cette manifestation pour qu'elle se passe dans les meilleures conditions pour les pilotes et les spectateurs.

ETAT CIVIL

Bienvenue à Hortense Bergeal
Félicitations aux parents



FELICITATIONS AUX JEUNES MARIÉS !

Audrey et Philippe MANIA



Mariés le
30 mai

Elsa et Vincent TREJAUT



Mariés le
21 juin

Nous souhaitons également la bienvenue aux nouveaux-nés du mois de mai 2025, félicitations aux parents :

SADYS Maël
SCHMITT Djoulianna

LA FIBRE



Le démantèlement du réseau historique en cuivre est programmé à Mirepoix-sur Tarn **le 27 janvier 2026**.

Après cette date, si vous n'avez pas basculé sur un abonnement fibre, vous ne pourrez plus techniquement recevoir d'appels et vous n'aurez plus d'accès internet, ni TV.

En conclusion, si vous êtes sur ADSL, **vous devez contacter, dans les meilleurs délais, votre fournisseur d'accès** afin de passer sur le réseau fibre. Bien entendu, ce changement implique la souscription d'un nouvel abonnement et donc une nouvelle tarification. Peut-être l'occasion de changer d'opérateur et faire jouer la concurrence.

MIREPOIX SUR TARN

EN FÊTE



PROGRAMME DU WEEK-END

ATTRACTIONS FORAINES
LES TROIS JOURS

**VEND
11
JUILLET**

19h30-21h30

BANDAS LES JAZZ'AMIS

19H00 RESTAURATION SUR PLACE
**MOULES FRITES, PIZZA, CHURROS CRÊPES
MARMITON DU BERGER**

Saucisse aligot, truffade, tripous, boudin, farçous

21h30

DJ MATT MARTI



MATT MARTI



**SAM
12
JUILLET**

14H30 CONCOURS DE PETANQUE DOUBLETTE

4 PARTIES, LOTS POUR GAGNANT

19H00 RESTAURATION SUR PLACE

LA ROSA NEGRA

Côte de boeuf, magret, araignée de veau marinée, cote de porc Duroc, pomme de terre braisée, légumes cuits au brasero
CÔTE DE BOEUF SUR RESERVATION AU **07 67 57 21 83**

LES CANAILLES

BURGER ET WRAP à l'effiloché de porc fumé, poulet croustillant, effiloché de boeuf, frites, brochette de gambas, dips de poulet curry

19H00 - 22H00 HOPÔPOP BLUES ROCK ANNEE 70-2000

22H00

DJ MATT MARTI



MATT MARTI



**DIM
13
JUILLET**

14H30

CONCOURS DE PETANQUE DOUBLETTE

4 PARTIES

21h45-22h

CINEMA PLEIN AIR "HOTEL TRANSYLVANIE"



LA ROSA NEGRA

TOULOUSE
DAPNS - VIANDES - VINS

