



CLUS DES AÎNÉS L'ÂGE D'OR

L'Age d'Or vous remercie pour votre présence lors de nos "grands lotos".

Grâce à vous, nous avons pu offrir quatre repas gratuits aux adhérents présents tous les mardis. Pour les autres, le prix des repas mensuels est à 12 euros, de l'entrée au dessert sous oublier apéro, vin, eau, café et pousse café.

Nous avons pu également améliorer les lots des lotos des mardis de la semaine bleue et du goûter de Noël, à savoir, 10 parties à plus de 30 euros chacune.

Nous nous réunissons tous les lundis, mardis et jeudis (belote).

Cette année, nous continuerons à accueillir nos adhérents tous les mardis pendant les mois de juillet et août. Merci à monsieur le Maire, d'avoir accepté notre demande.

N'oubliez pas notre voyage en Espagne (Jonquera et Perthus) le samedi 14 octobre à 27 euros par personne pour les adhérents et non adhérents.

Nous vous souhaitons d'excellentes vacances.

Le bureau

Louisa Parmentier : 04.66.37.10.82 - Renée Chauvet : 04.66.37.10.82



SPORT SMS

DU SPORT !

3 sections : running, VTT. Pour la section marche en recherche désespérément de référent...

- Nouveauté pour la rentrée 2023 : section VTT encadrement, des Petits Pignons (débutants et tout âges).

- Des sorties organisées par chaque section... toujours quelqu'un pour motiver les hésitants...

- Des partenariats avec nos amis de La foulée Meynoise (Association de course à pied à Meynes) qui proposent deux entraînements spécifiques de running ouverts à nos adhérents & avec nos amis du Beaver Trail de Poulx... On se serre les coudes dans l'effort, même tôt le matin...

- Des projets de courses et randonnées, avec les clubs VTT de Lirac, Remoulins, Rochefort, Calvisson, Poulx pour la Traversée du Gard... Et elle est longue...

- Des week-ends de partage sportifs... ici ou ailleurs : weekend VTT en Auvergne, 3 jours sur les traces de Stevenson. Projet en cours : section trail

Et de la convivialité !

- Des événements festifs et conviviaux organisés tout au long de l'année... On garde le rythme...

- Des participations aux animations du village et manifestations des associations sernhacoises... Tous ensemble, tous ensemble...

Alors on vous attend nombreux & nombreuses à pied, en vélo... pour les bonnes résolutions de la rentrée... et nos événements à venir !

"T'es SMS ou t'es pas SMS !"

Pour plus d'infos, se rapprocher des référents de section :

Responsable Section Running :

Pierre Abellan (06 67 63 34 26)

Responsable Section VTT:

Lionel Morand (06 60 71 32 75)



SPORT

DANCE'N FORME

Vous aimez la danse et l'activité physique ? Retrouvez l'association dance 'n forme dès le 4 septembre pour une reprise dans une ambiance sympathique.

Au programme pour cette nouvelle saison, de la danse, du renforcement musculaire mais aussi de la méditation, le tout agrémenté de bonne humeur et de sourire !

Comme chaque année, nous proposons deux cours d'essais gratuits.

Pour plus d'information, veuillez contacter Maeva Ragot au 06 12 38 20 11- suivez nos événements sur Facebook.

Nous vous attendons, on compte sur vous !

**Contact : Maeva RAGOT
06.12.38.20.11 ragot901@hotmail.com**

LUNDI

19h-20h : Danse loisirs (ado 10 ans et +)

20h-21h : Atelier chorégraphique (ado/adulte)

MARDI

19h30-20h00 : Gym douce pilâtes

MERCREDI

17h00-18h : Danse Loisirs (de 4 à 9 ans)

18h-18h45 : CAF (Cuisses, Abdos, Fessiers)

18h45-19h15 : Step (adulte)

19h15-20h : Fun dance

JEUDI

18h-19h : Relaxation-méditation

19h-20h : Danse loisirs adulte



LOISIRS

APEAES

APEAES c'est quoi ?

- 7 membres au bureau
- Environ 60 familles adhérentes
- Et des membres actifs

C'est un groupe de bénévoles qui forme l'Association des Parents d'Élèves et Amis des Écoles de Sernhac.

Cette association organise tout au long de l'année des différents événements ouverts à tous comme le loto, des buvettes, soirées à thème, vente de sapins ou encore la fête des écoles afin de récolter des fonds.

Les bénéfiques permettent de soutenir le groupe scolaire Pierre Couston dans les projets pédagogiques (piscine, cirque, intervenants, sorties scolaires) et d'offrir aux enfants des goûters à certaines dates clés (Halloween, cadeaux à Noël, galettes des Rois, etc) ou animations (château gonflable).

Contact : **Laetitia MURCIA** Présidente de l'association

06.12.82.40.53 apesernhac@gmail.com



BIEN ÊTRE

LES ATELIERS MERE'VEILLEUSES

Les ateliers périnatalités est une association d'accompagnement et de soutien en périnatalité et parentalité.

Grâce à des rencontres et ateliers collectifs, son action permet de soutenir le lien d'attachement parents-enfants, de transmettre des informations autour de thèmes divers liés à la petite enfance et créer des espaces d'écoutes sans jugement pour les familles.

Les ateliers sont animés par Priscilla Lange, doula (accompagnante périnatale). Diplômée en accompagnement éducatif petite enfance, formée aux métiers de l'accompagnement et du lien.

Les ateliers collectifs sont proposés de façon ponctuelle dans le village de Sernhac, une à deux fois par mois (initiation massage bébé, portage, éveil musical, café parents, ballades...).

Adhésion annuelle : 5€, 5€ par atelier.

Les informations sont à retrouver sur le groupe Facebook : Les ateliers périnatalités à Sernhac.

Contact : **Priscilla Lange** : 06.31.17.39.28 ou www.lesateliersmereveilleuses.fr



LOISIRS

LE BUREAU DE CHASSE

« AMICALE DE SERNHAC »

La société de chasse « Amicale de Sernhac » œuvre toujours pour la reconquête du petit gibier dans son territoire.

Ces actions constructives menées par les responsables du bureau passent par le remplissage des quelques abreuvoirs positionnés dans les points stratégiques ainsi que l'agrainage.

Contraints de constater qu'il est de plus en plus difficile de maintenir le petit gibier in situ, j'ajoute que nous ne relâchons pas nos efforts en matière de rigueur et d'organisation afin de faire respecter les règles de sécurité et de prudence qui s'imposent à chacun.

L'ensemble du bureau se joint à moi pour vous souhaiter d'excellentes fêtes de fins d'année dans l'harmonie, la santé et la joie.

Bien cordialement,

Nota : Pour information suite aux restrictions d'eau, la photo en P.J. a été prise en automne 2022.

GUEIFFIER Gilles – Président

Membre du bureau de gauche à droite :

- **DUMON Damien** – Vice – secrétaire
- **ROURE Sébastien** – Secrétaire
- **DURAN Juan (dit Jano)** – Vice – trésorier
- **GUEIFFIER Gilles** – Président
- **NAVARRO Jean** – François (dit Jeff) – Trésorier

Absent et ne figurant pas sur cette photo : FERNANDEZ Olivier - Vice - président





LOISIRS

SERNHAC'ART

Suite au décès de notre Maître d'atelier Michel Farrugia Jean-Marc ROUMEJON a pris la succession de Michel.

La passation des pouvoirs a eu lieu à l'exposition de mai 2023. En hommage à Michel l'atelier se nomme désormais "Atelier Sernhac'Art Michel Farrugia".

Rendez-vous au forum des associations pour la nouvelle saison 2023/2024. Très belle saison 2022/2023 avec plus de 30 adhérents, 20 adultes et 11 enfants et plusieurs expositions. Le Poulvarel en décembre, Bouillargues, Sernhac'Art en mai, Chemin des Arts en juin et quelques expos d'adhérents.

Bonne fin d'année à tous !

Le Président Serge ROUMEJON



LOISIRS

LE COMITE DES FETES

Depuis plus de 10 ans, l'association du Comité des Fêtes de Sernhac, présidée par BERNARD Nicolas et ses deux suppléants GARCIA Grégory et ROUMEJON Joris, anime et organise des événements festifs afin de rassembler tout le village et ses alentours.

La présidence est épaulée par la secrétaire LASSALLE Manon et la trésorière GAUTIER FIONA ainsi que leurs suppléants MALBOS Laëtitia, PIALOT Alex, VIDAL Romane et PAULIN Gabriel. En soutien du bureau, les membres actifs participent aussi activement au bon déroulement des festivités.

La fête votive est l'évènement le plus important organisé par le Comité. Elle se déroule généralement en été, pour le week-end de l'assomption. En étroite collaboration avec la mairie, les préparatifs de cet évènement demandent une certaine implication en amont. C'est pour cela que chaque année, les membres du bureau et actifs se réunissent. La Fête votive se résume à des manifestations taurines qui est une tradition même de notre région ainsi que des apéros avec différents thèmes pour faire varier les plaisirs.

Une semaine avant l'évènement, les membres du bureau, les membres actifs ainsi que tous les habitants du village qui le souhaitent se retrouvent pour la semaine des aubades. Les aubades ont pour but de passer des moments de convivialité avec Sernhacois/es, tout en distribuant des flyers et en vendant des tee-shirts spécial Fête Votive.

De plus, toute l'année, nous travaillons en partenariat avec d'autres associations tel que Sernhac'Art sur certains évènements comme pour le Chemin des Arts et le salon Sernhac'Art où nous gérons la partie buvette.

En conclusion, le Comité des Fêtes de Sernhac participe pleinement à la vie du village et souhaite perpétuer les traditions pendant encore de belles années et je pense que pendant longtemps, à Sernhac, on aura encore une beeeelle fête !



LOISIRS

AAPPMA LE BROCHET REMOULINOIS

C'est une association de pêche regroupant plusieurs villages.

L'association de pêche «Le Brochet Remoulois» organise des activités au bord du Lac de la Valligüière à Remoulins : Concours de pêche, challenge départemental de Float-tube, journée les 100 jeunes ont la pêche, concours Mucoviscidose , et cette année nous renouvelerons la journée découverte de la pêche pour les enfants de Sernhac au mois d'octobre .

Au programme, des ateliers pour sensibiliser les enfants au milieu aquatique, à l'apprentissage des techniques de pêche et pour finaliser, un concours de pêche.

Pour rester informé, notre site internet : www.le-brochet-remoulois.fr



SAM. 2 SEPT. 09H-13H

SERNHAC

FORUM DES ASSO CIATIONS

AU VALLON
ENTRÉE LIBRE

25 rue des Bourgades 30210 SERNHAC - 04 30 06 52 30
secretariat@mairie-sernhac.fr | www.mairie-sernhac.fr



CULTURE

VALLON D'ESCAUNES A CANTARELLES

Quand Perrotte nous racontera l'histoire de l'occupation du Vallon !

L'heure est aujourd'hui au bilan des premiers aménagements et aux nouveaux projets dans le cadre d'un prochain dossier de financement.

Les remarques, les critiques, les compliments nous ont aidé à préciser les améliorations nécessaires et nous resterons à l'écoute pour que ce vallon réponde au mieux aux attentes des Sernhacois. Tout d'abord le bilan :

- Trois cheminements ont été créés : « Au fil de l'eau » qui évoque le passage de l'eau romaine dans le vallon, « Au fil des hommes » qui grimpe au sommet de Perrotte et « Au fil du temps » qui fait le tour du vallon.
- L'aménagement des parcelles d'accueil, dont la table banquet sous les micocouliers qui est particulièrement appréciée et utilisée.
- Trois hectares de terrasses d'oliviers entretenues par une cinquantaine de familles ou associations de Sernhac et d'ailleurs. Ils ont permis d'éviter la progression de l'incendie en juillet 2022, côté Cantarelles.
- Quatre capitelles reconstruites à ce jour par des bénévoles de l'association et des encadrants techniques.

Pour tous ces aménagements l'association a obtenu plusieurs prix et nous venons pour la deuxième fois d'être retenu aux trophées de la Biosphère qui nous accordent 1000€ pour nos futurs travaux.

Alors parlons-en des projets :

- Une meilleure information pour l'accès aux trois circuits.
- Des améliorations pour mieux suivre le passage de l'eau au centre du vallon.
- De nouveaux débroussaillages pour de nouvelles « adoptions » de terrasses
- Deux reconstructions de capitelles, pourquoi pas celle des iris?
- Eventuellement des toilettes sèches en fonction du coût.
- Pour l'aménagement du parcours « Au fil du temps » nous souhaitons que Perrotte raconte l'histoire de l'occupation du vallon à partir d'enregistrements audio que les promeneurs pourront écouter à proximité des capitelles reconstruites. Aujourd'hui la garrigue souffre et cette histoire visera à sensibiliser le public aux conséquences du réchauffement climatique.
- Tout cela est en cours de réflexion, nous sommes à votre écoute pour faire au mieux car le Vallon est l'affaire de tous les Sernhacois. Les futurs aménagements nécessiteront d'avoir des fonds propres pour obtenir les subventions nécessaires. Rejoignez-nous, c'est toujours « 10€ pour un vallon toujours plus beau » et la possibilité de faire un don défiscalisé.
- D'autre part vous recevrez nos informations régulières dont les vidéos réalisées depuis le début. En attendant, rendez-vous le samedi 02 septembre aux concerts sonorisés et illuminés par les techniciens de Paloma, un événement à ne pas manquer.

Contact : roland.jonquet@gmail.com



CULTURE

• **Le Vallon d'Escaunes à Cantarelles**
Roland JONQUET ☎ 06.73.01.66.59
www.levallon.canalblog.com

• **Sernhac'Art**
Serge ROUMEJON ☎ 06.70.83.46.41
www.sernhacart.wordpress.com

SPORT / LOISIRS

• **Sernhac Multi Sport**
Pierre ABELLAN ☎ 06.67.63.34.26

• **Dance'n'Forme**
Maéva RAGOT ☎ 06.12.38.20.11

• **APEAES**
Laëtitia MURCIA ☎ 06.12.82.40.53
www.facebook.com/apeaes.sernhac

• **Comité des Fêtes**
Nicolas BERNARD ☎ 06.79.25.91.91
www.facebook.com/cfernhacois.sernhac

• **Le Brochet Remoulois**
Alain DUFOUR ☎ 06.72.29.79.33

• **Chasse**
Gilles GUEIFFIER ☎ 06.84.96.89.43

• **Moment jeux**
Sébastien HENNEUSE
☎ 06.12.23.92.07

CLUS DES AINÉS

• **L'Age d'Or**
Louisa PARMENTIER ☎ 09.50.16.63.47
Animations dans la salle communale les mardis et jeudis après-midi et un repas par mois

AUTRES

• **Les Ateliers Mère'veilleuses**
Priscillia LANGE ☎ 06.31.17.39.28

• **FNACA**
Jean CALVO ☎ 06.08.21.03.18

VOTRE APPLI

Sernhac

DISPONIBLE SUR

