



PEIRAFUEC

PIERREFEU - Vallée de l'Estéron - Alpes Maritimes

Bulletin Municipal N° 61 - janvier 2018



Le billet du Maire.....	2	Le point de vue des Conseillers.....	4
Ecole des écureuils.....	5	Les festivités.....	8
Du côté des associations.....	10	Médiathèque.....	21
Les recettes de Jackie	21	PIERREFEU d'autrefois.....	23
Informations et adresses utiles.....	25	Nos joies, nos peines.....	28

Le billet du Maire

L'année 2017 aura été une année riche en événements politiques.

Avec l'élection d'Emmanuel MACRON à la présidence de la république, alors même que son mouvement politique était inconnu un an auparavant, et l'application de la loi sur le non cumul des mandats, c'est toute la classe politique qui aura été impactée.

Pour notre département, Charles Ange GINESY a fait le choix du territoire en renonçant à se représenter à la députation et a donc remplacé Eric CIOTTI à la Présidence (ce dernier restant conseiller départemental et député de la première circonscription). Charles Ange a également conservé la présidence de notre intercommunalité.

Pour notre circonscription, c'est Loïc DOMBREVAL, ancien maire de VENCE, étiquette en marche, qui est notre nouveau député.

Nous n'avons toutefois pas été concernés par le renouvellement partiel du sénat.

Dans ce contexte, nos projets et leurs financements ont quelque peu été impactés : fin de la réserve parlementaire, changements sur certains dispositifs de financement de la région, et, de l'ETAT.

Parallèlement, les contributions de l'Etat ont continué à baisser mais de façon moins importante, pendant que nos dépenses augmentent légèrement. C'est d'ailleurs pour résoudre cette difficile équation que l'ensemble des élus de la CCAA a décidé de procéder à une augmentation de la fiscalité locale. La compétence scolaire, avec la réforme des rythmes scolaires aura coûté cher à notre EPCI.

Néanmoins, nous avons pu bénéficier des subventions départementales comme à l'accoutumé. Le département reste à nos côtés et c'est une très bonne chose.

Nous n'avons pas non plus été épargnés par la baisse des effectifs de l'Etat. Ainsi par exemple la DDTM, qui instruit, pour l'instant, l'ensemble de nos dossiers d'urbanisme, assure comme elle peut ses missions avec de plus en plus de difficultés face un accroissement des demandes...La trésorerie de LEVENS connaît également depuis quelques temps, des dysfonctionnements avec plusieurs départs d'agents et des remplacements pas toujours appropriés.

Enfin, tout cela s'inscrit dans le cadre d'une détérioration du réseau internet. A l'heure de la dématérialisation administrative, l'entretien du réseau ADSL est délaissé au profit du déploiement de la fibre optique. Or pour ce qui concerne notre commune, le raccordement est prévu seulement en 2021, ce qui n'est pas satisfaisant.

J'ai fait part de cette problématique à l'ensemble des acteurs concernés, j'ai fait remonté l'ensemble de vos problèmes à ORANGE, je n'ai pour l'instant malheureusement aucune bonne nouvelle à vous annoncer. A la Mairie, nous réfléchissons pour migrer vers une solution satellitaire.

Malgré ces contraintes, l'ensemble du personnel communal et les élus auront permis par leur travail et leur investissement d'assurer un service des plus efficace.

Au secrétariat, Christelle et Véronique assure un accueil de qualité pour traiter au plus vite vos demandes, les dossiers de la Mairie sont instruits en temps et en heure.

Jérôme et Angelo interviennent de façon pertinente, et, l'investissement dans un engin de chantier a permis de renforcer leur compétence. Jacky PONSOT en charge des travaux suit les chantiers de la Commune, ainsi cette année nous aurons pu réaliser les travaux de l'Eglise du

vieux village porte et toit, rénover le monument aux morts, remplacer les fenêtres des bâtiments communaux...

2018 verra le démarrage des travaux d'agrandissement et de rénovation énergétique de notre école. Oui, enfin, après plusieurs années d'attente, les travaux sous la compétence de la communauté de communes ALPES D'AZUR démarreront en juillet 2018.

D'autres projets sont en cours d'étude et ont d'ores et déjà été adopté sur leur principe par le conseil municipal. Le conseil municipal des enfants, qui s'est tenu au mois de novembre, est venu compléter une liste déjà importante...

Je souhaite par ces mots, remercier une fois de plus les équipes de toutes les associations qui s'investissent tout au long de l'année pour animer notre village et tiens à leur assurer, une fois de plus, le plein soutien de toute l'équipe municipale.

Dans l'attente de vous voir nombreux, lors des vœux de la nouvelle année qui auront lieu le Dimanche 21 Janvier 2018 au Pierrefeutin, je vous souhaite d'excellentes fêtes de fin d'année.

Meilleurs vœux à toutes et à tous
Paix Bonheur et Santé
Belvisi

Le Maire
Marc BELVISI

---oo§oo---

Je tiens en mon nom, ainsi qu'en celui de toute mon équipe municipale, souhaiter la bienvenue à toutes les nouvelles familles qui se sont installées dans la commune.

Le point de vue des Conseillers

LES TRAVAUX

Bonjour à toutes et à tous,

2017 s'achève et comme chaque année, je vous fais part des travaux qui ont été réalisés sur la Commune, souvent ce sont des ouvrages de moindre importance mais qui ont tout autant leurs utilités.

Grâce à la dotation cantonale, nous avons pu remplacer les ouvertures du Pierrefeutin et de la mairie dans un premier temps et en décembre la salle de réunion et la salle artisanale.

La porte de l'église Saint Sébastien à fait peau neuve. Refaite à l'identique, cette porte attendait depuis...une vingtaine d'année dans l'atelier de M. Téléphore CASTEL. En effet, commandée à l'époque par la mairie qui avait fourni le bois à M. Place associé à M. Castel, l'ouvrage avait été commencé. Toute l'équipe municipale remercie M. Place et M. Castel, qui ont fait don de leur travail à la commune.



Vous aurez pu apercevoir l'engin flambant neuf acquis il y a quelques mois qui servira pour le déneigement et d'autres travaux de tranchée et nettoyage de route. Pour ce faire nos deux employés ainsi que notre Maire et moi-même avons passé l'examen de conduite d'engin de 1^{ère} catégorie sur notre commune. Nous avons la chance d'avoir en la personne d'Angelo un conducteur aguerri, ayant travaillé de longues années dans ce domaine.

Les travaux du toit de l'église ont été exécutés par l'entreprise « les toitures du Soleil » en cette fin d'année.



Les projets plus importants avancent doucement mais sûrement. Pour conclure, je vous souhaite à toutes et tous de belles et bonnes fêtes de fin d'année.



Votre serviteur Jacky PONSOT
Conseiller Municipal en charge des travaux

Ecole des Ecureuils

Pour la troisième année consécutive c'est sous la houlette de la directrice de l'Ecole Amélie BOUDIER que s'est fait la rentrée des classes 2017-2018. Cette année pas moins de 33 enfants sont accueillis par l'équipe enseignante. La classe multi niveaux des petits de Blandine LIEVREMONT assisté d'Inès NERICI est constituée de 12 élèves.



Après de nombreuses péripéties, le projet de réaménagement de l'école semble enfin se dessiner. En effet, la CCAA a mandaté le cabinet d'architecture NICOLETTI. Un bureau d'étude est déjà venu sur place afin de faire tous les relevés nécessaires pour l'élaboration d'un diagnostic complet.

Le projet retenu pour notre école s'articulera autour du bois, avec notamment un système révolutionnaire de chaudière qui limite au maximum la déperdition de chaleur.

Si tout se passe bien, les travaux débiteront à l'été 2018.

Le nouveau Conseil des Enfants à été élu, je vous propose de lire le compte rendu de la première réunion.

Conseil Municipal des Enfants Lundi 6 novembre 2017 16h30

Présents :

Léa BERNARD, élue

Nathan COIFFARD, élu

Sydney ROBBE, élue

Faustine BOUDIER, élue

M le Maire, Marc BELVISI

Mme son adjointe, Véronique COBALEDA

Mme la correspondante presse, Marie PONSOT
Mme la directrice de l'école, Amélie BOUDIER

Excusé :
Evan BONNIER, élu

Ordre du jour :

-Bilan des projets réalisés en 2016-2017
-Projets et souhaits pour 2017-2018

-Bilan des projets réalisés en 2016-2017 :

L'activité Yoga a été mise en place d'avril à juin durant les activités NAP de la Maison des Enfants à la fréquence d'une séance par semaine.

Le projet de nettoyage de la commune a pris forme avec une matinée « nettoyons la nature » durant le temps scolaire pour toute l'école, fin septembre.

Le concours d'art a été reporté au printemps 2018 bien que le projet soit déjà bien avancé pour permettre de profiter d'une douce soirée.

Mme PONSOT demande s'il est possible d'envisager l'appel d'un élu pour préciser l'événement et donner toutes les informations au moment venu.

Les enfants se prépareront à donner cet appel très formateur.

-Projets et souhaits pour 2017-2018 :

Les enfants souhaiteraient bénéficier d'un créneau d'ouverture de la bibliothèque à un moment de sortie de l'école pour y avoir plus facilement accès, c'est-à-dire à 16h30.

Nous nous accordons pour une ouverture le mardi, moment propice grâce au mercredi libéré.

M le Maire propose aux enfants de réfléchir à un abonnement à un magazine qu'ils affectionnent particulièrement. Il revient également sur le rôle mobilisateur auprès des parents afin de faire d'avantage vivre cet espace bibliothèque qui tend à s'agrandir et à s'animer avec un espace d'échange prévu en 2018.

Ensuite, la culture laisse la place au sport et au souhait d'organiser un cross. M le Maire intervient, en effet, une personne de la commune, M LEMEUNIER organisera un trail en septembre 2018 et il serait judicieux de lui demander une boucle spéciale pour les enfants à cette occasion. Nous prendrons contact avec ce monsieur.

Mme PONSOT nous indique qu'une initiative de ce genre aura lieu très prochainement à Revest Les Roches.

Il s'agit après de mettre en avant l'envie d'avoir un espace de jeux plus important, type jardin d'enfants avec deux espaces définis, un pour les plus jeunes et un autre pour les plus grands.

Cette demande sera prochainement à l'étude.

Dans le même propos, un terrain multisports est également à l'étude avec sur les abords le fameux terrain de minigolf souhaité par les enfants.

Les enfants souhaiteraient pouvoir venir en vélo à l'école et ainsi emprunter une piste cyclable et utiliser un parc à vélos pour sécuriser leur propriété. Le maire propose aux enfants qu'ils fassent une enquête quantitative des personnes intéressées même si la mise en place d'une piste cyclable n'est pas faisable sur la route du village à cause de son étroitesse, il est envisageable de construire un parc à vélos.

Les enfants prennent maintenant la parole sur les activités extrascolaires qu'ils souhaiteraient trouver tout près de chez-eux.

Mme COBALEDA précise qu'une fois le terrain et les infrastructures nécessaires mises en places, il sera tout à fait envisageable d'y proposer des activités.

L'activité d'art pourrait être insérée dans la journée du centre de loisir le mercredi, reste à savoir si les enfants intéressés seraient susceptibles de s'y inscrire. Dans le même sens, le centre de loisir bénéficie maintenant d'un minibus une fois par mois pour permettre des petits déplacements et proposer plusieurs activités.

Avant de clôturer la séance, le maire et son adjointe s'accordent à proposer aux enfants de participer à la commémoration du 11 novembre à 11h30 au monument aux morts du vieux village. Mme COBALEDA propose également que les anciens élus partis au collège y participent. La séance est levée à 17h30.

A PIERREFEU, le 8 novembre.

Véronique COBALEDA
Conseillère Municipale

Les festivités sur la commune

Et voilà nous sommes déjà en fin d'année... Il est temps de faire le bilan des toutes les manifestations qui se sont déroulées sur notre commune.

Cette année, la fête patronale de la Saint Nicolas s'est ouverte le vendredi 7 juillet en collaboration avec l'ADPE « Les Noisettes ». En effet, à l'issue de la kermesse de l'école, les spectateurs se sont retrouvés autour d'un barbecue géant ! Nous avons eu droit à une démonstration de Zumba faite par le groupe Gilettois et nos danseuses Pierrefeutines.

Les 8 et 9 juillet se sont tenu les aubades traditionnelles, concours de boules, bal, apéritif d'honneur et repas au cours duquel tous les Pierrefeutins et élus présents, se sont régalés de raviolis.

Le 15 juillet le rendez vous était sur la place du Vieux village pour le désormais traditionnel « repas des voisins », ou les convives ont partagés les mets qu'ils avaient préparés.

Le week-end suivant a été sportif ! Ester'on Oaï d'abord avec son tournoi de balle au tambourin remporté par Steven, Marc, Christophe et Florence ! Bravo PIERREFEU !!



Le lendemain c'est l'Association Sportive de Pierrefeu qui nous a fait vivre de bons moments avec la course de carrioles et les fameux pans bagnats de l'équipe de Rosette.

Le 29 juillet rebelote !!! On mange encore ... Cette fois c'est soupe au pistou au vieux village, préparée et servie par Ester'on Oaï et Pierrefeu Nature et Vie.



Le 30 juillet, la 1ere soirée estivale du Conseil Départemental a eu lieu sous la halle. »Les Anonymes« nous ont raconté nos racines en chansons...

Le 5 août, les Pierrefeutins et estivants ont pu assister à un Ciné-Concert avec la projection du film « L'homme D'Arán », organisé par l'association Pierrefeu Nature et Vie, sous la houlette de Christian PASUELLO. S'en est suivi un concert de PALOMAR TRIO (mandoline électrique, tuba et batterie percussion), le tout agrémenté par les Pizzas de Jean-Marc BARALE.



Le 7 août, la 2^{ème} soirée Estivale du Conseil Départemental, en présence de Mme Anne-Marie DUMONT, Vice Présidente du Conseil Départemental en charge de la culture, venue applaudir le formidable Trio DEPETRIS.



La traditionnelle MACARONADE et son fameux concours de gâteaux, remporté par Stéphanie LANTERI, a eu lieu le 14 août, cette belle manifestation organisée par le comité des fêtes a connu un beau succès !



En hommage à Gilbert FARAUT, cycliste qui organisait la course de la Pentecôte sur la commune il y a plus de 20 ans, l'Association Magnan Bornala Cycliste a organisé l'arrivée et la remise de récompenses d'une course cycliste sous la halle le 27 août.

Ce même jour, nous avons aussi rendez vous en nocturne avec les « Jazz men » du groupe « Cats Combo » sur la place du Vieux Village.

Le 2 septembre Ester'on Oaï et son habituel baleti des Oliviers nous a régalié de sonorités occitanes et reggae, encore une belle soirée.

Le 18 octobre le cirque « Angelo » a donné une représentation sous la halle, nos petites têtes blondes ont apprécié les divers numéros, notamment les acrobates.

Le 4 novembre, l'ADPE des noisettes nous a bien fait peur !!! Le village grouillait de petits monstres avides de bonbons.

Enfin, le 18 novembre dégustation du beaujolais nouveau avec l'équipe d' Ester'on Oaï.

Encore une année bien remplie s'est écoulée, merci aux différentes associations qui s'investissent afin de faire « bouleguer » notre village.

Rendez-vous l'année prochaine ! Mes meilleurs vœux de santé et Bonheur à tous.

Jackie PIAZZA
Conseillère Municipale

Du côté des associations et des animations

Comité des Fêtes, des arts, et des sports de PIERREFEU

Chères Pierrefeutines, chers Pierrefeutins,

Toute l'équipe du Comité des fêtes, des arts et des sports vous remercie pour votre mobilisation et implication à l'occasion de nos diverses actions.

Pour le Carnaval au cours duquel nous avons offert les confettis aux petits Pierrefeutins, puis lors du Festin de la St Nicolas où nous avons partagé avec vous tous tellement de bons moments de joie et de traditions avec son barbecue géant en compagnie de l'ADPE des Noisettes, durant les Aubades finissant à la tombée de la nuit, le concours de boules, le bal du samedi soir et enfin l'apéritif offert par la Municipalité suivi du repas le dimanche. Mais aussi la Macaronnade du 15 août et son délicieux concours de desserts dans le cadre cosy du village.

Bref, nous vous donnons rendez-vous l'année prochaine pour autant, voire plus de joie, bonne humeur, solidarité, traditions, ambiances chaleureuses et conviviales.
Encore merci à vous tous.

**" E AVANTI PEIRAFUEC ! VIVA!
Toute l'équipe du Comité des FÊTES**





Le JODO
un art
martial
mais pas
seulement

ISHI KA DOJO 2016/2017

Une année de coopération

Notre petite équipe reste petite mais persévérante. Cette année nous avons travaillé sur le thème « **Ji Ta Kio E** » ce qui veut dire «**Prosperité mutuelle**» que nous avons mis en pratique au cours de nombreux échanges.

Les groupes de PIERREFEU et ROQUESTERON s'entraînent régulièrement ensemble et nous participons à des regroupements trimestriels avec les clubs de Cannes et Nice. Nombre de jodokas de ces équipes sont venus à Pierrefeu en juin 2017 pour une initiation au lancer de shuriken pilotée par Jonas qui a suscité l'intérêt général tandis que l'après-midi était consacrée au kenjutsu sous l'égide de Jean-Claude Hamel, professeur fédéral. Une nouvelle rencontre est prévue en juin 2017.

Nous avons participé à plusieurs stages en France et l'été dernier, 4 d'entre nous ont suivi un stage européen qui s'est déroulé à TIRRENIA, proche de PISE. A cette occasion, Jonas a présenté et réussi son 4ème kyu et Michel son 3ème kyu.

Tandis que certains finissent d'apprendre les premières bases du jodô, d'autres en travaillent les katas et ont commencé l'étude d'armes parallèles telles que le kenjutsu (pratiqué avec 2 kens), le tanjojutsu (tanjo -bâton court- et ken), et pour Jacky et moi, le kusarigama jutsu (faucille et ken). Cette année nous avons aussi programmé un sympathique rituel : un repas partagé à chaque saison qui nous réunit dans une agréable convivialité gastronomique.

Mais trêve de mots, passons aux illustrations...



Echange inter groupes au terrain de tennis – Ken jutsu

Brian et Jacky
« s'éclatent » au
lancer de
shuriken



Jonas démontre un lancer de shuriken



Démonstration de Jutte jutsu



Le salut traditionnel au terrain de tennis



Jonas et moi pendant l'exécution d' « Hoso Michi »



Jonas et Jacky exécutent
« Tsuba Wari »



Au stage Européen de TIRRENIA, en ITALIE, les jodokas « font la tour de Pise » pour la photo de groupe



Merci aux lecteurs de leur attention et

Très Belle et Bonne Année 2018 à toutes et tous.

La présidente, Marie PONSOT



L'ADPE

L'Association des Parents d'Elèves de Pierrefeu « Les Noisettes »

Notre association s'investit tout au long de l'année pour permettre aux enfants scolarisés dans notre école des Ecureuils de bénéficier de moments magiques...

La tournée des maisons à Halloween, une rencontre unique avec le Père Noël et sa hotte pleine de cadeaux en fin d'année, la chasse aux œufs à Pâques, ou encore la kermesse.

Un nouveau bureau a été élu en début d'année scolaire avec toujours à sa tête Mme Stéphanie LANTERI (Présidente), Mme Véronique AVENIA (Vice Présidente), Mme Angeline HANSEN (Trésorière).



Nous tenons à remercier l'association sportive de Pierrefeu pour leur donation, celle-ci nous a permis d'organiser le spectacle de Noël, pour lequel nous avons eu le plaisir d'avoir tous les enfants de l'école, mais aussi de nombreux habitants de notre beau village. Nous remercions également Monsieur le Maire et son Conseil Municipal, pour son soutien concernant cet événement et son implication envers les enfants, notamment concernant les cadeaux offerts pour Noël, ainsi que Mme Amélie BOUDIER, directrice de l'école des Ecureuils.

Nous tenons plus particulièrement à remercier les Pierrefeutins, qui comme chaque année contribuent à ce que cela soit possible, en commandant plantes et chocolats.

Nous espérons vous voir encore plus nombreux aux prochains événements organisés pour les enfants de l'école.

Toute l'équipe de l'ADPE les Noisettes

Vous souhaitez d'excellentes fêtes de fin d'année et plein d'étoiles dans les yeux des enfants



LE PIERRESTERON CLUB INTER AGES



Nous tenons à remercier tous les adhérents du Club, toujours présents lors de nos diverses rencontres. Durant cette année 2017, nous avons organisé nos traditionnelles réunions autour de bons repas afin de passer un moment amical et convivial comme lors de notre Pique-nique à La Roque en Provence, ou encore nos soirées Pan Bagnat, soirées « Autour du Monde »...par Génération Mouvements. L'équipe d'Alain ROL a remporté le challenge.



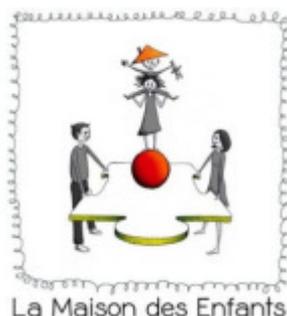
Également, nous nous retrouvons tous les Samedis au Pierrefeutin entre jeux de cartes et jeux de boules.... Toutefois, nous appelons la population Pierrefeutine, petits et grands, à nous rejoindre, pour mettre en place de nouvelles activités.

Ces moments nous permettent de nous retrouver afin de laisser les soucis quotidiens de côté le temps d'un instant, puis surtout d'échanger entre voisins dans la bonne humeur.

Toute l'équipe du Club Inter-Age vous souhaite de très joyeuses fêtes de fin d'année, du bonheur, de la joie et surtout une bonne santé. A l'an qué ven !

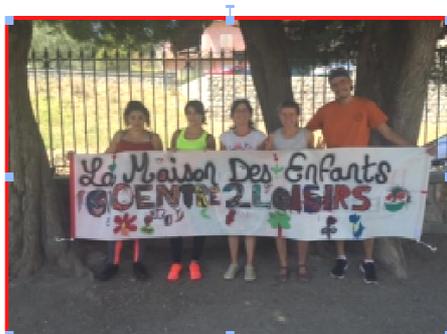
Marie-Rose MIQUELIS et son équipe

La Maison des Enfants



L'association « La Maison des Enfants » située à ROQUESTERON a en charge les activités péri scolaires sur la commune de PIERREFEU : les accueils du matin et soir, la restauration du midi. L'association gère également le centre de loisirs intercommunal du Mercredi, et a accueilli cette année une quinzaine d'enfants âgés de 3 à 11 ans de PIERREFEY et ROQUESTERON.

Cet été, du 10 juillet au 4 août, le centre de loisirs intercommunal a ouvert ses portes (à PIERREFEU cette année, pour cause de travaux dans l'école de ROQUESTERON). Une vingtaine d'enfants de 3 à 15 ans ont participé, le thème était « Pierrefeu Plage » : sable et pataugeoires ont été installés dans la cour du centre, au grand bonheur des enfants, avec diverses activités basées sur le plaisir du jeu collectif, la créativité et le « bien être ensemble » dans les rires et le partage. Les activités principales : le camping, une sortie à Valberg, des activités inter-centres avec l'Arife (PUGET THENIERS), L'épi (GUILLAUMES) et l'Ascept (TOUET SUR VAR), sans oublier le festival « Scène de Cirque » à PUGET THENIERS.



Nous remercions les maires de PIERREFEU et des communes voisines ainsi que la Communauté de Communes des Alpes d'Azur pour le travail en partenariat et le soutien, et pour les subventions attribuées. Nous remercions l'association Cultur'Pour tous de Rennes pour son engagement, l'entreprise MIQUELIS de PIERREFEU qui a rendu service gratuitement en nous aidant à transporter la tonne de sable dans la cour du centre, Yann MAURIN (Garage Renault à Puget-Théniers) pour son bénévolat lors de l'installation du centre, ainsi que nos partenaires : le Centre équestre de ROQUESTERON, Paint ball à PIERLAS, la société TDM à CUEBRIS. Un grand merci aussi aux bénévoles de l'association pour leur investissement sans lesquels l'association ne vivrait pas. C'est grâce à l'implication de chacun, bénéficiaires, parents, élus, membres de l'association, partenaires... que les actions menées par l'association pourront se poursuivre voire se développer.

Siège social : 15 bd SALVAGO 06910 ROQUESTERON **Tel :** 04.93.02.68.49

Courriel : lamaisondesenfants06910@gmail.com **Site :** www.lamaisondesenfants06910.fr



Yoga à Pierrefeu

Association Force Santé Bien Etre en Yoga en Estéron
(FSBE ESTERON)

Et si on respirait ?

On respire, oui, la plupart du temps de façon inconsciente et réflexe... Heureusement !

Notre respiration est même, sans que l'on y prenne garde, le reflet de notre état d'être : elle peut être l'expression d'une pathologie, physique ou mentale, ou tout simplement s'accorder avec nos émotions (colère, anxiété, stress, etc.). Sa fonction première est de réaliser notre remplissage pulmonaire et sa vidange ; en travaillant sur le souffle, nous amenons plus d'énergie à nos cellules, car nous développons nos capacités respiratoires.

La respiration est la clé de voûte de toutes les formes de Yoga : elle a une importance particulière. Le premier acte en Yoga est de porter attention, de mettre notre conscience sur cette respiration : *se regarder et s'écouter respirer, comme s'il y avait une vibration en nous*. Dans les séances, nous la coordonnons avec le mouvement, et surtout nous la gardons et la ralentissons dans la tenue des postures. Grâce à cette coordination, nous nous rassemblons et retrouvons notre unité.

Tout notre travail se porte sur l'augmentation de notre capacité respiratoire, le ralentissement de notre respiration : en un mot aller vers sa *maîtrise*. Cette maîtrise va nous permettre, de plus, de canaliser nos émotions, diminuer le stress, faire face aux difficultés quotidiennes par un contrôle du corps et du mental : *ralentir notre respiration, c'est ralentir nos mouvements, notre rythme de vie, et ralentir l'agitation du mental*. Certains exercices sur le souffle (que l'on appelle les « pranayamas ») nous amènent à avoir les respirations les plus longues et les plus profondes possibles (avec un bénéfice global sur notre santé). Naturellement, il n'y a pas de « niveaux », pas de « performances », les uns par rapport aux autres ou par rapport à soi-même : dans cette pratique, chacun va évoluer selon ses capacités personnelles et se situer « sur le chemin ». Mais de plus la respiration donne vraiment vie aux postures ; elle nous permet d'appriivoiser notre corps et de l'amener gentiment à la pratique du Yoga.

Savez-vous que ?

Dans la tradition indienne, on estime que lorsque nous venons au monde, un capital d'un certain nombre de respirations nous est donné. « Ralentir » notre souffle nous permettrait donc de vivre plus longtemps car on épuiserait plus lentement cette réserve !

Et notre pratique ?

Elle conjugue plusieurs formes de Yoga et s'inscrit dans l'enseignement du yogi Babakar Khane (*). Se situant dans la continuité de deux grands maîtres de Yoga (Srî Yukteswar et Yogananda) qui insistèrent sur l'unité des différentes traditions spirituelles, Babakar Khane a réalisé au cours des années une synthèse de 3 grandes formes de Yoga :

- Le *Hata Yoga*, qui met l'accent d'avantage sur la détente et la souplesse ;
- Le *Yoga Egyptien*, qui sculpte le corps, rééduque l'appareil locomoteur et favorise la concentration dans l'activité ;
- Le *Kung-Fu* et le *Ch'i Kong*, qui visent plus particulièrement au contrôle de l'énergie.

Tout cela se rassemble et se fond en une voie d'union, de paix, de fraternité et d'universalité.

(*) Notre enseignante, Manon, a été formée à l'Institut International de Yoga, qui est son Ecole.

Manon LEMAIRE

A l'aurore de sa 10^{ème} année de baletis, de concerts et carnivals, l'équipe d'ESTER'on'ÒAI remercie tous les acteurs de nos rendez-vous : un GRAND MERCI de nous apporter tous vos sourires qui éclairent nos soirées, tous vos soutiens qui nous motivent à recommencer depuis 10 années.

Ainsi, en vous annonçant une année 2018 pleine de belles surprises, à débiter par une nouvelle 'cançoneta' a venir... nous vous souhaitons un bon bout d'an e a l'an que ven !

Très Strofas per aqui (PEIRAFUEC 2)

«Tres strofas per un foudrça bèu luec
 O m'agrada de viure la nouòstra vida
 Dins lòu pichòt villatge de peirafuec,
 Alhà, dou costat d'Ouccitània orientala...

Chez nous la rime n'est pas riche, Mais après tout : on s'en fiche...

Pervist qu'un picament es aqui, Per encara mountar l'alhòli !!!

Lo premièr serà per si òliviés
 De vert e d'argent nos enluminan,
 Lòu ventoulet li bolèga per milièr
 En travès lei ribas o jogan nos enfans

Chez nous la rime n'est pas riche, Mais après tout : on s'en fiche...

Pervist qu'un picament es aqui, Per encara mountar l'alhòli !!!

Lou dusièmamen es per si peire,
 Per aqueli que soventan lou passat,
 O se ten San José e seus fraire,
 Sus la blancour, entalham « Amistat »

Chez nous la rime n'est pas riche, Mais après tout : on s'en fiche...

Pervist qu'un picament es aqui, Per encara mountar l'alhòli !!!

La tresena, aquela per accabar,
 Serà a la banda de la TchapaKaz,
 Que sian toujiou prest a bolègar,
 Dòu Païs Nissart fin tant qu'à La Paz

Chez nous la rime n'est pas riche, Mais après tout : on s'en fiche...

Pervist qu'un picament es aqui, Per encara mountar l'alhòli !!!

Per nosautrei la rima n'es pas ric, Mas fina finalament : s'en bati....

Pourvu que le battement soit ici, Pour encore monter l'aïoli !!!

(Raféu – 2008)

« ... la conscience d'un village, dès qu'elle éclot, doit comme une plante trouver son soleil, ses héritages sur cette terre, les rayons fécondants de l'Occitanie. »

(Félix-Marcel CASTAN)





POEMS COMPOSED BY THE HAPPY GROUP
OF ENGLISH STUDENTS
Which Countries do they describe?



Fish and Chips
Beetles Hits
Elizabeth
Cricket bat
Football
Fans
By Jill



In Scotland
The Haggis
Is a good food for
Scottish but not
French !
By Nanou



Glens, Loch Ness
Great Britain
Edinburgh
Celtic Harp
Scotland

Good Cooking
Cycling Races
Pink Bikini
Cote d'Azur
Baguettes
Kiss
By Michael



Eat Shortbread
Visit Perth
Climb Ben Nevis
Haggis, neeps
Bapipes

Old Country of
Legend
Spectacular
Irish stew
Whisky
Cliffs
By Dany

Cork, Dublin
and Belfast
You will
enjoy to visit
Irish Towns
By Bruno



Green,
Shamrock
Irish Stew, Sing
Ireland's Cal
Celtic Cross,
Rugby, Harp
By Suzie



Ghosts, Castles
Loch Ness Song
Widness, Landscapes
Edinburg, Scotland
Queen
By Martine



Lochs,
Mountains,
Green forests
Grey and sky
clouds
Life is good !
Here or there
By Inès



Here are Jacques and
Annie
Here is part of the
Happy Group Song
written by Annie.
we are french, we are
students shakespear's
language,
we are french, we are
students
we com to learn
.. .



They come a long way for the class on Wednesday.
Alain who tells such tales of this amazing, obedient snails, and
Georgette so sweet and neat a Lady so kind and petite who will sure
to be here in under a year with her perfectly repaired feet !



Scotch, Whisky, Edinburgh
Hiland Mountains, Tartan Plaid
Haggis, Kilt
By Michel and Martine

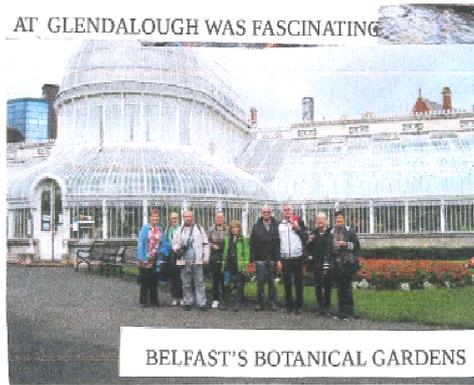
Kilts, Haggis
Livingston
Cloutie Dimplings
Old Castles
Cloudy, Rain
By Rosette



ENGLISH GROUP 2017 VISIT TO IRELAND



AT GLENDALOUGH WAS FASCINATING



BELFAST'S BOTANICAL GARDENS



THE RUGGED COASTLINE,

WITH A WIND THAT NEARLY BLEW US AWAY



THIS 6TH CENTURY CELTIC CHRISTIAN CHURCH



DUBLIN'S TEMPLE BAR, THE GUINNESS



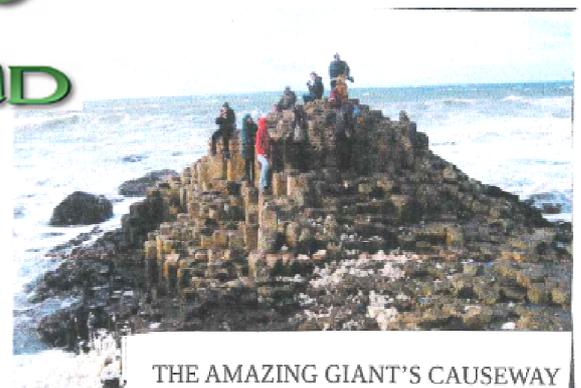
WE LOVED THE MISTY MOORS



IRELAND



WE DANCED AND SANG TO THE IRISH PUB MUSIC



THE AMAZING GIANT'S CAUSEWAY

L'association sportive de Pierrefeu



La course de carrioles 2017

C'est sous un beau soleil et la chaleur que s'est déroulée la course de carrioles 2017, le 23 Juillet dernier, avec ses 45 participants prêts à en démordre sur la piste, et elle a connu son beau succès habituel.

Tout le monde, à l'heure de midi, a pu profiter des délicieux pans-bagnats confectionnés comme toutes les années par les dames « de l'A.S.A. de PIERREFEU ».

La journée, qui s'est terminée par une très belle remise des prix et le traditionnel punch, a donc été un régal pour tous !!

Mais d'ores et déjà, nous vous invitons pour l'édition 2018, qui aura un caractère particulier, puisque nous célébrons les 40 ans de la course de carrioles de PIERREFEU. A cette occasion, à côté des carrioles « modernes » d'aujourd'hui, nous voudrions voir ressortir ou renaître les anciennes carrioles des débuts, tonneaux, baignoires, avions ou petits trains...

Dans tous les cas, la Course de carrioles 2018, ne manquera pas la tradition et la Fête sera sans doute belle et pleine d'humour. Avis aux amateurs !!!

La secrétaire de l'A.S.A Pierrefeu
Martine ARBAUD



MEDIATHEQUE A PIERREFEU



Je suis Edith LUCCHETTI, mariée, 47 ans, demeurant à Pierrefeu depuis février 2014. J'ai été secrétaire dans l'Education Nationale et suis actuellement bénévole active depuis plus de 5 ans au sein de la Croix-Rouge à Carros.

Ayant à cœur de faire revivre la bibliothèque municipale de notre beau village, je souhaite m'investir afin de pouvoir proposer à tous les Pierrefeutins/Pierrefeutines un accès hebdomadaire à une nouvelle médiathèque réaménagée et réactualisée de nouveaux ouvrages & livres divers et variés. Des activités complémentaires (coin café, activités créatives diverses, soirée « conteur », animations, après-midi détente mandalas, etc...) pourraient être proposées faisant de cet endroit un lieu privilégié de culture, d'échange, de partage, de convivialité et de rencontre pour « les petits et les grands ».

Toutes vos idées et suggestions sont les bienvenues pour enrichir et améliorer cette médiathèque au fil du temps. A titre personnel, je mettrai mes compétences, ma disponibilité et ma motivation à assurer cette fonction au mieux au sein de la commune.

Merci de votre intérêt et à très bientôt !



Edith LUCCHETTI

Les Recettes de Jackie

Tourte aux pommes/poires



Les ingrédients :

- Pour la Pâte :

500 g de farine
200 g de beurre
1 pincée de sel
3 cuillères à soupe de sucre

- Pour la garniture :

4 ou 5 pommes (rainette pour son côté acidulé)
4 ou 5 poires (Louise Bonne)
100 g de raisins secs (trempés dans du rhum)
30 g de Pignon de Pin
1 sachet de sucre vanillé
Sucre (selon votre goût)
1 jaune d'œuf

Faire la pâte et laisser reposer...

Faire revenir les pommes et les poires épluchées dans un peu de beurre avec le sucre vanillé et 2 cuillères à soupe de sucre.

Séparer la pâte en deux boules identiques, l'étaler la 1^{ère} pâte et la mettre dans une plaque qui va au four. (Papier sulfurisé)

Déposer votre mélange pommes, poires, raisins trempés et les pignons.

Recouvrir de la 2^{ème} pâte, pincer les deux pâtes ensemble et badigeonner le dessus avec un jaune d'œuf.

Piquer la pâte du dessus. Mettre au four à 240° jusqu'à ce que la préparation soit dorée.



Bonne dégustation !!!

Jackie PIAZZA
Conseillère Municipale

Pierrefeu d'Autrefois

LES RIMATAS

Les gens de PIERREFEU portaient un sobriquet ; c'étaient des 'RIMATAS'.

Il en était ainsi dans les autres villages. J'en citerai quelques uns.

A TOUDON, c'étaient les ' MANGE TRUFFIGUE' (La truffe, en patois, c'est le nom de la pomme de terre ; belle promotion pour cette solanaceei)

A COURSEGOULES, par delà le Cheiron, c'étaient des 'STRIPE PAN' (Ecrase pain) ; Ce terroir était riche en blé. A BOUYON, c'étaient les 'Limaciers'. Au BROC, c'étaient les 'CAMBES BRUTES' ; Les gens avaient les jambes sales parce qu'ils piochaient la terre, pieds nus, le pantalon relevé jusqu'au genou. A GATTIERES, c'étaient les 'chats', à cause, probablement, du nom italien 'GATTO' de ces animaux parfois charmants, parfois féroces. A VENCE, les ' BRULE BON DIEU' ; Pourquoi doux Jésus ? Ce pays a les plus beaux oratoires et les plus belles chapelles de notre région. Quelle exaction perdue dans le dernier millénaire a-telle marqué ces braves vençois ?

Mais revenons a nos 'RIMATAS'.

Quand, dans la cuisine, ca 'rime', ca se sent. C'est qu'il manque d'huile, et que ca attache dans l'ustensile.

Il est certain qu'à PIERREFEU on aimait tenir la queue de la poêle.

Les belles morues salées, épaisses de trois doigts, achetées chez : tante BABELLI qui tenait un magasin de 'comestibles' en bas, sur la route de GILETTE, passaient par la friture après avoir trempé pendant deux jours dans un grand seau d'eau renouvelée deux fois dans la journée.

Ma mère découpait des morceaux carrés de la grosseur d'une main, et les faisait rôtir dans la poêle. Quand sa 'rimait', elle ajoutait une rayette d'huile (un filet d'huile).

Avec une sauce tomate aux aromates du pays, c'était un plat délicieux, préféré à la morue bouillie même accompagnés d'un bon aïoli.

Pour les aromates ou les bonnes herbes, il suffisait de passer la porte et grimper sur le rocher le plus proche ; là, on trouvait le thym, le pebre d'ae, la sauge, le fenouil, le romarin et même le persil au ras des murs en ruines.

Ma mère préparait aussi des omelettes joufflues avec quelques tranches de 'VENTRESQUE'(petit salé roulé) rissolées à la poêle ; et les gâteaux de pommes de terre (frites coupées en tranches noyées d'œufs battus) ; sans compter tous les restes mis a réchauffer, surtout pour le repas du soir, afin de gagner un peu de temps en rentrant de la campagne (choux, gratin de courges, gratin d'herbette, boudin au riz)

Toutes ces poêlées demandaient de l'huile. A PIERREFEU, on est économe de nature ; c'est ainsi dans les pays pauvres, c'est l'économie de prévoyance ; on s'assure pour le lendemain.

L'huile pour le moment, ne manquait pas ; la grosse jarre cent litres était presque pleine, sous la cage d'escalier à côté du tonneau de vinaigre.

Mais la prochaine récolte d'olives, et même parfois celle d'après, pourraient être mauvaises ou médiocres, à cause du caprice de cet arbre qu'est l'olivier et des dangers qu'il court : le froid, les maladies parfois longues causées par les insectes ou les champignons.

Il faut dire que ces oliviers, plantés depuis des siècles sur le bord des 'faisses' étroites soutenues par une multitude de murettes en pierres sèches, ne trouvaient pas partout un sol assez riche pour une bonne production. Un labour assez superficiel légumineuses (fèves, pois-chiche), ou un sainfoin, mais sans apport chimique, ni de fumier (trop rare et réservé aux légumes à l'arrosage). L'olivier subissait une bonne taille une fois tous les deux ans, et c'est ce qui le régénérait. Sur les rejets, les fruits étaient plus gros et abondants.

Il est dommage qu'à l'époque, on n'ait pas su donner à cet arbre des formes plus ramassées, bien aérées dans le milieu, avec des tailles plus sévère. La récolte aurait été supérieure en quantité et en qualité. Tandis que ces énormes oliviers, tout en en hauteur et trop branchus, étaient la cause de risques pour le gaulage des olives et l'entretien de l'arbre.

Mon père, lors de la taille d'un olivier au Planet, se blessa sérieusement au genou, avec une petite hachette, et du rester plusieurs semaines sans travailler aux champs. Il ne pouvait même pas s'occuper à la cordonnerie.

Le cordonnier travaille, en grosse partie, sur ses genoux, en se servant du tire-pied, cette courroie en cuir qui fixe la chaussure à réparer ou à faire en neuf.

Capricieux ou non, les oliviers étaient la seule ressource de PIERREFEU, à l'époque. Il fallait les soigner du mieux possible pour remplir la jarre d'huile et faire rentrer quelque argent avec la vente des olives.

N'est pas 'RIMATAS' qui veut !

Il ne faut être pauvre, économe, aimer la friture... être Pierrefeutins, par définition.

Raoul ROUBIN

LES RIMATAS CHAPITRE EXTRAIT DE LA ROCHE DES HEURES

INFORMATIONS UTILES

Suivez toutes les informations ainsi que les Conseils Municipaux de la Commune sur notre site internet www.pierrefeu-06.fr

VOISINS VIGILANTS

- **Quartier du Coulet-Gare** : M^{me} Christiane CASTEL et suppléant M. Jacky PONSOT
- **Quartier du Scordiglaus**: M. Fernand ARBAUD et suppléante M^{me} Véronique COBALEDA
- **Quartier du Planet** : Mme Jill OATES et suppléante M^{me} Anne-Marie LAVENE
- **Quartier du Vieux Village** : M^{me} Anne-Marie BELVISI et suppléante M^{me} Irma PLACE
- **Quartier des Hautes Vignes** : M. Jean-Michel LANTERI et suppléant M. Alain ROL
- **Quartier des Mortissons** : M. Jérôme CALIPPE et M. Raymond MARCONI
- **Quartier de Végautier** : M. Alain CLERGERIE et suppléante M^{me} Tania LOGVINENKO



ADRESSES UTILES

LA MAIRIE :

Secrétariat ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.

Tel : 04.93.08.58.18 Fax : 04.93.08.51.29 –Mail : mairiedepierrefeu@wanadoo.fr

www.pierrefeu-06.fr

ASSISTANTE MATERNELLE :

Mme Sabine ARBAUD

04.93.22.03.54 Ou 06.50.30.57.23

SERVICE D'AIDE A LA PERSONNE :

ADMR 04.97.11.87.11

Mme Françoise BRULIN

06.66.77.54.42

Mme Patricia COTTA

04.93.08.97.93 ou 06.74.71.93.09

SANTE :

- INFIRMIERE Nadia AELTERMAN (Vallée de l'ESTERON)
Contact : 04.93.08.55.84
- KINESITHEPEUTE (ROQUESTERON)
Mme VALENCIA 06.25.88.28.93
- ORTHOPHONISTE (ROQUESTERON)
Mme Patricia MALQUARTI 06.59.95.52.31
- DOCTEUR SINGEORZAN (ROQUESTERON) DOCTEUR GARDIN(GILETTE)
04.93.08.57.18 / 06.70.47.01.38 06.70.47.01.38

COIFFEURS A DOMICILE :

MELANIE

06.69.42.38.67

VERONIQUE

06.66.99.81.09

TRANSPORT :

Transport BOUTIN contact : 06.73.98.90.07

transportsboutin@orange.fr

DEMENAGEMENT :

Les Spécialistes du Déménagement - Christophe MIQUELIS contact : 04.93.55.60.21

TAXI :

Delphine ARBAUD PIERREFEU contact : 06.89.44.51.42

PRODUCTEURS :

- Gaec du Cailletier Aoc Huile et Pâte D'olives
Sylvain ARBAUD le Cailletier –Contact : 04.93.22.03.54
- Olives Salées et Huile D'olive
Eric Et Patrice VITALE Le Planet : 04.93.08.52.52

BOIS ET JARDIN :

VITALE élagage contact : 04.93.08.52.52

BATIMENT ET TRAVAUX PUBLICS :

- ESTERON CONSTRUCTION MIQUELIS contact : 04.97.02.12.48
- PLATRES PONSOT contact : 04.97.02.12.16

ELECTRICITE :

Electricité Générale - Christian BOIVIN : 06.11.76.44.12

AMELIORATION DE L'HABITAT

Fenêtre, volets, porte etc.....

Steven AVENIA contact : 06.61.86.47.81

INGENIEUR CONSEIL ET ARTISANAT CHAUFFAGE SOLAIRE ET BOIS

Serge LEONARD contact: 06.67.71.30.09

contact@sergeleonard.com

sergeleonard.com

RAMONAGE DES CONDUITS DE FUMEE, GRANULES, FIOUL, GAZ

Entretien, nettoyage de tous types de foyers (poêle à bois, poêle à granulés, cheminées, inserts, chaudières, etc....)

Le Ramoneur des Vallées contact : 06.62.92.94.92

GARAGE :

Stéphane BLANC –contact : 04.93.08.52.98

CHAMBRES ET TABLE D'HOTES :

LA MAISON AUX OLIVIERS 360 Route Des Mortissons

Contact : 04.97.02.12.81 www.maison-aux-oliviers.com

PIZZERIA :

Jean Marc BARALE –Pizzas à Emporter et Organisation de Buffets- Le Mardi

Contact : 06.87.59.42.19

FABRICATION CHARCUTERIE :

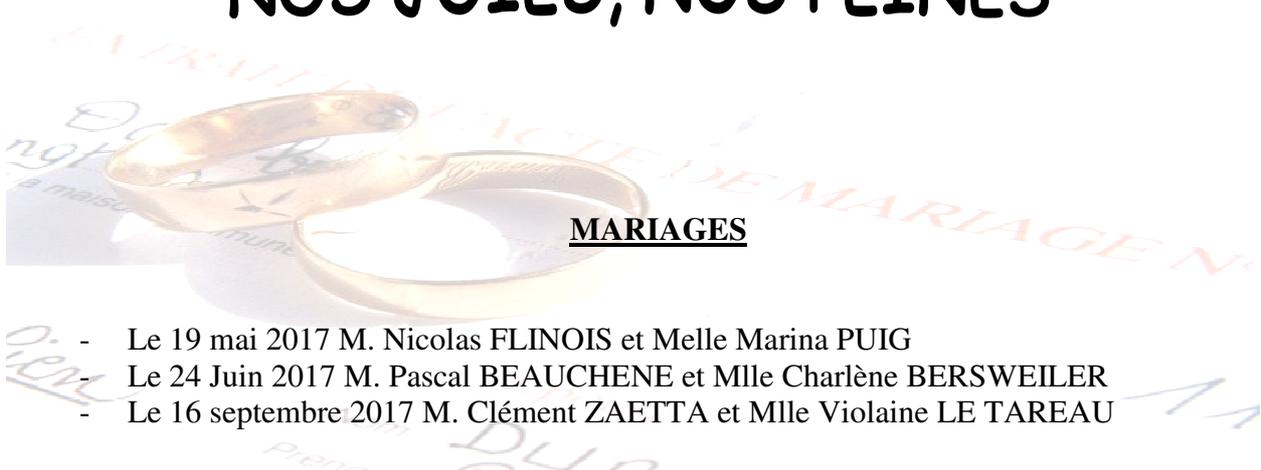
« Charcuterie GABRIEL » Christelle PONS contact : 04.92.08.99.54

MANDATAIRE IMMOBILIER AU SEIN DU GROUPE I@D France

Biens à la vente sur la vallée mais également sur le littoral et l'arrière pays du 06

Contactez Jean CIRILLO 06.89.11.66.94 ou jean.cirillo@iadfrance.fr

NOS JOIES, NOS PEINES



MARIAGES

- Le 19 mai 2017 M. Nicolas FLINOIS et Melle Marina PUIG
- Le 24 Juin 2017 M. Pascal BEAUCHENE et Mlle Charlène BERSWEILER
- Le 16 septembre 2017 M. Clément ZAETTA et Mlle Violaine LE TAREAU

Se sont unis pour le meilleur et pour le pire...

NAISSANCES

- Neythan HUDON, né le 7 février 2017, fils de Michaël HUDON et Nancy DORSON
- Louis PELISSON, né le 28 avril 2017, fils de Pascal PELISSON et Géraldine ROSSIER
- Nils PASERO, né le 30 avril 2017, fils de William PASERO et Manon DOMENGE
- Manon ABTOUCHE, née le 24 juin 2017, fille de Philippe ABTOUCHE et Gaëlle LAMBERT
- Thibault FLINOIS, né le 6 novembre 2017, fils de Nicolas FLINOIS et Marina PUIG
- Louis TOUATI, né le 9 novembre 2017, fils de Stéphane MACCIONE et Marion TOUATI

Félicitations aux parents et bienvenue aux petits bouts !

DECES

- Mme Marcelle NOBLE ep MAIFFRET le 11 janvier 2017
- Mme Hélène GORDON ep BORTOLOZZI le vendredi 21 juillet 2017

Acceptez nos sincères condoléances pour adoucir cette difficile épreuve et sachez que nos pensées vous accompagnent.





NOTES :