

Commerçants du mois : Valérie Lambert, thérapeute Reiki



Je suis Valérie Lambert, thérapeute Reiki et soins énergétiques, installée à Caissargues. J'accompagne toute

personne désireuse de se retrouver. Toutes celles qui ont leur petite voix intérieure qui leur murmure qu'il est temps de se réveiller / de s'éveiller.

Dans notre société actuelle, il est parfois difficile de ralentir le rythme effréné du "métro, boulot, dodo". On pense aux autres, beaucoup et très peu à nous-mêmes.

Il est pourtant primordial de se ressourcer, de se retrouver, pour pouvoir avancer sereinement sur le chemin de la vie. Et je suis là pour vous y aider. Le but du déve-

loppelement personnel et des soins énergétiques est de s'affranchir de ses blessures, ses rancœurs, de pardonner, à autrui comme à soi-même ! Devenir une version LIBRE de nous-mêmes et VIVRE enfin notre vie en pleine conscience.

Je propose 3 types de soins : des soins énergétiques Reiki, de la lithothérapie et des soins sonores.

Je propose également des formations d'initiation au Reiki comportant 4 niveaux.

Renseignements au 06 10 85 05 25 ou info@lumieredame.com

Entreprises, commerçants, cet espace de communication gratuit est à vous !

Informations, en mairie, au 04 66 38 11 58, poste 7.



Ramassage des encombrants est le mercredi 9 octobre au matin. Pour programmer la collecte, contactez le 0800 420 420 ou monservicedechets.fr.

vont être installées d'ici la fin de l'année pour permettre aux habitants de déposer leurs sacs 24h/24h, 7j/7h et améliorer la propreté.

La collecte du recyclage (sacs ou bacs jaunes) se fera toujours le mercredi matin. Retrouvez toutes les infos sur le site internet monservicedechets.fr.

La distribution semestrielle de **sacs jaunes** aura lieu le vendredi 11 et le samedi 12 octobre, salle Mireille (accès parking mairie) de 8h à 12h30 et de 14h à 18h.

Les permanences à la mairie

- Tous les mardis, 9h-12h, les assistantes sociales sur RV au 04 66 02 80 33;
- Le Pimm's Bus, aide aux démarches en ligne, sans rendez-vous le mercredi de 13h30 à 16h30 - Parking mairie.

**Changement dans la collecte des ordures ménagères**

A compter du 1er octobre 2024, il n'y aura qu'un ramassage hebdomadaire des ordures ménagères soit le vendredi matin uniquement (sortir vos poubelles le jeudi soir). Cependant, du 1er juin au 30 septembre, un jour de collecte supplémentaire sera rajouté : le lundi matin. Dans le centre du village, 3 colonnes d'apports volontaires pour les ordures ménagères

Bienvenue !

A **Fanny Lombard Coiffure** - 246 rue Souleïado - 04 30 08 51
27 - Fannylombardcoiffure@gmail.com

Aurélie Collins, cabinet de graphothérapie - 30 rue Alphonse Daudet - 07 75 75 00 28 - aurelie.collins@graphotherapeute-gard.fr

Fenestrou Infos

Octobre 2024

**Les « news » de la communes**

- Vide-greniers
- Tournoi des fous
- Collecte de sang
- Comédie musicale
- Théâtre
- Loto
- Concert
- After work
- Marché africain
- Commerçant du mois
- Permanences
- Encombrants
- Sacs jaunes
- Collecte sacs noirs
- Bienvenue !

Fenestrou n°160
Octobre 2024**Responsables publication**

Olivier Fabregoul
Nathalie Puel
Commission relecture
Carole Domec
Marjorie Sauvant

Dimanche 6 octobre

- Le Caissargues Chess Club vous propose 2 tournois homologués d'échec - Salle Fernand Bedos, de 10h à 18h30 : le Trophée Caïssa, réservé aux femmes et en même temps, le Tournoi des fous en 7 rondes, 15mn3s - Inscriptions obligatoires à caissargues-chessclub@gmail.com - Séniors 20€ et jeunes 10€ - Buvette et petite restauration sur place.
- Grand loto organisé par Amitié Loisirs - Salle Aldébaran, à 15h30 - 2 cartons pleins (250€) 12 quines + 1 quine enfant, une consolante, une tombola - Buvette et pâtisseries maison.
- Vide-greniers mensuel de l'Aficion caissarguaise, en Zone Euro 2000 - Horaires : 6h pour les exposants et 8h pour le public.

Vendredi 11 octobre

La Cie de théâtre Jimini jouera "Vive bouchon" à la salle Aldébaran (centre St-Exupéry), salle fraîchement rénovée (nouveau matériel de sonorisation et d'éclairage et nouveaux rideaux) - Comédie de Jean Dell et Gérald Sibleyras, mise en scène par Patrice Rocour - Tout public - Tarif : 10€ (gratuit pour les moins de 10 ans) - Réservations fortement conseillées au 06 80 90 96 06.

Samedi 12 octobre

- Dans le cadre d'Octobre rose (soutien à la recherche médicale pour la guérison du cancer du sein), l'AGV (Gym Volontaire) propose, en matinée, de participer à des cours - La participation financière sera reversée entièrement à la Ligue contre le cancer - Une tombola sera également proposée à cette occasion - Centre Saint-Exupéry, 1er étage.

- Toujours dans le cadre d'Octobre rose, Caissarg'toncoeur organise une rencontre de chorales (Cantilène de Bellegarde et Que Notes de Générac) à 18h30, salle Aldébaran au centre Saint-Exupéry - Entrée 10€, buvette à l'entracte - Les bénéfices seront au profit de la Ligue contre le cancer.

Dimanche 13 octobre

Grand loto proposé par le Comité des Fêtes - Salle F. Bedos à 15h - Au programme, 10 quines de 80€ et une quine enfant et 3 cartons pleins, un de 200€, un de 300€ et 1 soirée cabaret pour 2 avec dîner - Tombola, buvette et restauration rapide.

Lundi 14 octobre

Venez soutenir Octobre rose, en participant à une marche de 5 kms, organisée par Amitié Loisirs - Ouverte à tous - Départ à l'école Mirman - Collation offerte à l'issue - Participation 2€ (prévoir un vêtement ou accessoire rose).

Mardi 15 octobre

Première collecte de sang de la rentrée, organisée par l'Amicale des Donneurs de Sang Bénévoles de Caissargues - De 14h à 19h, salle F. Bedos - Prenez rendez-vous en ligne : <https://dondesang.efs.sante.fr/trouver-une-collecte/021.1145.P30027/sang/30-04-2024> - Soyez nombreux à venir ! Vous munir de votre carte d'identité.

Jeudi 17 octobre

Dans le cadre d'Octobre rose, Amitié Loisirs vous propose un goûter comédie musicale de boulevard, intitulé « Panique chez Monique » avec interaction du public ! Rires et détente avec Marie Wanda et Didier Rubio - Intrigues et quiproquos loufoques, enjolivés de chansons populaires remodulées ! A 15h, salle Aldébaran - 15€ / adhérents, 18€ / non-adhérents - Réservations au 04 66 67 31 62 ou amitiesetloisirs@wanadoo.fr.

Samedi 19 octobre

Invitation de la Bande des Sales Mômes, nouvelle association caissarguaise, à inaugurer son espace coworking, lieu incontournable et convivial pour les indépendants et télétravailleurs - 11 Avenue de la Laune - 18h- 22h.

Samedi 26 et dimanche 27 octobre

Se Canta invite Jean d'Argile pour son petit marché d'arts africains soutenir directement des activités humanitaires au Mali. - Salle du Labadou, de 10h à 18h - Entrée gratuite.



Sous l'égide du club **Amitié Loisirs**, 2 ateliers (à l'ancienne mairie) :

- Atelier mensuel du samedi d'astronomie de Nathalie Garcia Escudero : Pluton en verseau, le samedi 12/10 de 15h à 17h ainsi que les lundis des semaines paires, de 19h à 20h pour

les messages de la Lune. Participation aux séances 10€, adhésion annuelle au club 20€ - Réservations au 06 20 05 59 27.

- Ateliers de **sophrologie** créative avec Christelle Roche, tous les mardis à 10h et tous les jeudis à 17h, salle Véga (centre St-Exupéry) - 06 58 84 86 23.

