

VÉDAZINE

BIEN VIVRE À SAINT-JEAN-DE-VÉDAS

FESTIN DE RUE

FESTIVAL DES ARTS
DE LA RUE

09-10 & 11
SEPT. 2022

SAINT-JEAN-DE-VÉDAS



LES ARTS DE LA RUE SONT DE RETOUR

*Saint-Jean-de-Védas
en fête !*





RD 613 route de Montpellier (à côté de station TOTAL Beyssac)
34430 Saint Jean de Védas - Tél. : 04 67 13 84 93
E-mail : uexpress.saintjeandevedas@systeme-u.fr
f U Express ST JEAN DE VEDAS

VOTRE SUPERMARCHÉ DE PROXIMITÉ : LE PRIX, LE CHOIX, LA QUALITÉ... LE SERVICE EN PLUS !
Des rayons traditionnels pour mieux vous servir.



*"Nouveau
et pratique"
nous vous
livrons chez vous*



Horaires d'ouverture
8h30 - 20h00 du lundi au samedi
9h00 - 12h30 le dimanche



POMPES FUNÈBRES ALIAGA

- Chambres funéraires
- Magasin d'articles funéraires
- Marbrerie
- Caveaux



**A votre disposition
24h/24 - 7j/7**

Tél.: 04 67 60 01 30

Chemin de l'Hérande (rond-point de Rieucoulon)
34430 Saint Jean de Védas
secretariat.alvedas@gmail.com
www.apfaliaga.com

Hab. 22.34.0264.

4 | TOUT EN IMAGES

7 | TOUT SUR LA VILLE

*Actus de
Saint-Jean-de-Védas*

13 | PORTRAIT

Corinne Pochard

14 | DOSSIER

*Outils de démocratie
locale r*

19 | TOUT SUR LES ASSOS

Actus associatives

23 | TOUT LE MONDE SORT

26 | TOUT SAVOIR

29 | TRIBUNE LIBRE

30 | Q/R



Chères Védasiennes, Chers Védasiens,

Après avoir passé des vacances ensoleillées et je l'espère, reposantes, voici la rentrée de septembre qui s'ouvre à nous et apporte avec elle son lot de nouveautés et d'espoirs.

Une rentrée en réalité multiple puisqu'elle est à la fois scolaire, culturelle, associative mais aussi citoyenne et démocratique.

La **rentrée scolaire** est marquée par les travaux réalisés dans nos écoles durant l'été pour améliorer le quotidien de nos enfants. C'est le cas aux Escholiers, qui ont été profondément rénovés et disposent désormais d'une meilleure isolation, garantie d'une neutralité énergétique pour 20 ans. Une démarche pionnière pour une sobriété désormais primordiale.

Les cours de récréation d'Alain Cabrol et de René Cassin ont fait peau neuve pour se transformer en véritable « oasis » de végétalisation et de fraîcheur. Un projet salubre dans le contexte climatique que nous connaissons et qui sera poursuivi dans l'ensemble de nos groupes scolaires les étés suivants.

La **rentrée** est également **culturelle et associative**, avec le retour des arts de rue et un Festin de Pierre qui cède la place à son digne et ambitieux successeur : le Festin de Rue. Gloire à lui ! S'ouvrira ensuite une saison au Chai du Terral qui promet une nouvelle fois d'être remarquable.

Le Forum des Associations est un autre rendez-vous incontournable de cette rentrée. Il porte la promesse de nouvelles rencontres, d'échanges et d'activités épanouissantes pour le corps et l'esprit.

La **rentrée** sera enfin **citoyenne et démocratique**. En plus de la poursuite des travaux du Conseil des Sages et du renouvellement partiel du Conseil Municipal des Enfants, des réunions publiques vont être organisées dans chaque quartier pour venir directement à votre rencontre et poursuivre le dialogue. Une grande réunion sera spécialement consacrée aux Halles Védasiennes.

Ces échanges indispensables auront comme « corollaire numérique » une plateforme de participation citoyenne. Une nouvelle invitation au débat et à la co-construction pour améliorer notre quotidien partagé.

Belle(s) rentrée(s) à toutes et à tous !

Votre Maire, François RIO





MOBILITÉ

45 nouveaux racks à vélo

Nouveau coup de pouce aux mobilités douces : 45 racks à vélo ont fait leur apparition depuis juillet. Sécurisés pour les vélos électriques, ils se trouvent principalement aux abords des écoles et des équipements publics qui n'en étaient pas encore dotés.



DES AÎNÉS EN VOYAGE

Sous le soleil du Lubéron

Plus de 220 seniors de Saint-Jean-de-Védas ont découvert en juin le Lubéron, pays du melon et de la lavande, pour le grand retour du « voyage des aînés ». Celui-ci n'avait pu avoir lieu en 2020 et en 2021 à cause de la crise sanitaire. Trois groupes ont fait le voyage en Provence les 13, 15 et 17 juin, accompagnés du maire et d'élus. Les seniors ont visité la Mine de Bruoux à Gargas, ses falaises en ocre et son dédale de galeries, puis partagé un déjeuner au restaurant avant d'arpenter la cité de l'Isle-sur-la-Sorgue, « la Venise comtadine » du Vaucluse. Prochain rendez-vous avec les aînés : un repas en décembre.

**Contact : service Festivités, 04 67 07 83 02
et festivites@saintjeandevedas.fr**

FESTIF

Les Esti'Védas ont fait le plein

Les quatre soirées des premières « Esti'Védas » ont animé le Parc de la Peyrière les 28 et 29 juillet et 12 et 19 août. Ce nouveau rendez-vous épicurien planifié par l'agence événementielle ALC Events a permis de déguster des vins de producteurs locaux et de bons produits du terroir, de rencontrer des artisans créateurs, de partager le plaisir de concerts... Un bilan sera fait pour évaluer cette première édition des Esti'Védas.



EN SÉCURITÉ

Feux tricolores avenue de Librilla

Après des travaux de plus de deux mois, le carrefour à feux tricolores est entré en service avenue de Librilla. Objectif : fluidifier la circulation et sécuriser le parcours des piétons et des cyclistes.





STREET ART

Des couleurs sur les murs

Une grande fresque du duo d'artistes Sanckøblack, créée en juillet, orne désormais l'angle des rues de l'Église et de la Calade. Commandée par la ville, l'œuvre s'étale sur une façade de 6 mètres par 9. Au-delà, la ville mène tout un projet de parcours de street art, qui sera un vrai musée pour tous à ciel ouvert. Une deuxième œuvre sera réalisée avant la fin de l'année par l'artiste Jonnystyle. Deux nouvelles fresques sont prévues chaque année, c'est pourquoi la Ville invite les artistes de Saint-Jean-de-Védas et de la région à faire de nouvelles propositions, qui seront sélectionnées par un jury d'élus, d'agents et de Védasiens.

Contact : secretariat@saintjeandevedas.com



CONCERTS D'ÉTÉ

Chansons au Parc de la Peyrière

Gratuits, festifs et en plein air : les concerts d'été au Parc de la Peyrière ont cartonné ! Le 7 juillet, plus de 200 personnes ont vibré aux sons du trio vocal féminin Zumkotcha. Même succès pour les chansons décalées de Papypop le 4 août.



FEU D'ARTIFICE

Mise au point concernant le 14 juillet

Au nom de la Ville, le maire et le conseil municipal vous présentent leurs excuses à propos du feu d'artifice qui n'a pas pu se dérouler comme convenu. Selon le prestataire, un problème technique est survenu lors du tir du feu entraînant des retombées incandescentes. Ces retombées ont sectionné un toron de fil empêchant la mise à feu de certaines pièces d'artifices et notamment le bouquet final.

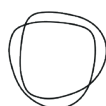
La Ville comprend votre déception et renouvelle ses excuses à toutes les personnes ayant assistées au feu d'artifice du 14 juillet.

Mezzo #Forté



SAINT JEAN DE VÉDAS, L'ART DE VIVRE À LA MÉDITERRANÉENNE

Avec une architecture sophistiquée, la résidence Mezzo Forté propose des appartements du 2 au 4 pièces. Tous les logements bénéficient de confortables loggias ou terrasses donnant sur le parc de la Peyrière ou sur le cœur d'îlot à l'entrée de résidence.



TDS PROMOTION

T/ 04 67 20 05 05 | tds-promotion.com





CINQ RÉUNIONS DE QUARTIER

Venez nombreux ! Cinq réunions de quartier vont offrir un mois de concertation avec les Védasiens et Védasiennes entre le 22 septembre et le 20 octobre.

Détails et cartographie dans le dossier central, page 17.

CONSEIL DE RENTRÉE

La rentrée du conseil municipal se fera le **mardi 27 septembre** à 18h30 à la Salle des Granges. L'ordre du jour sera mis sur le site web de la Ville entre le 14 et le 21 septembre. Ouverte au public, la séance est aussi retransmise en direct sur Facebook Live.

À L'HEURE CIVIQUE

S'inscrire à « L'Heure Civique védasienne » permet de participer à une action organisée de solidarité près de chez soi. Présentation de l'action solidaire lancée en mai - une première en Occitanie - le 19 septembre à 19h,

En ligne sur saintjeandevedas.lheurecivique.fr/

FEU CLIGNOTANT RUE DES JASSES

Un feu sécurise l'accès piétons entre la clinique Saint-Jean et le pôle de consultations. Mais les automobilistes laissant souvent passer les piétons même sans priorité, cela congestionne le rond-point à proximité. **Un feu clignotant sera expérimenté et sera pérennisé** s'il fluidifie le trafic sans gêner la sécurité.



LES ESCHOLIERS FIN PRÊTS

Menée dans des délais serrés, la rénovation de l'école selon la démarche EnergieSprong s'est achevée début septembre. Le bâtiment a été isolé, doté de nouvelles menuiseries et coiffé de panneaux photovoltaïques, pour un confort optimal des élèves et enseignants



DES COURS « OASIS » À L'ÉCOLE

Les cours de récréation des écoles Alain Cabrol et René Cassin se transforment en îlots de fraîcheur. Après les travaux de réseaux VRD, la plantation des végétaux interviendra à l'automne car « à la Sainte-Catherine, tout prend racine ! »

TRAVAUX RUE FON DE L'HOSPITAL

Le chantier, lancé au 4e trimestre, finira de sécuriser le chemin du collège jusqu'au futur centre de jeunesse. Des plateaux traversants limiteront la vitesse. Des trottoirs élargis profiteront notamment aux personnes à mobilité réduite.

LA LIGNE 5 SE PRÉSENTE

Une réunion publique informera le 3/4 octobre (date à confirmer) sur la future 5e ligne de tramway Clapiers-Lavérune, dont la mise en service est prévue en 2025. L'occasion d'échanger sur les aménagements et les travaux qui doivent impacter deux ans la route de Lavérune.

Infos :

<https://tram5-montpellier3m.fr/>

La « Semaine Bleue » change le regard sur les aînés

Lors de la « Semaine Bleue » début octobre, le CCAS et ses partenaires associatifs organisent des animations pour valoriser les liens entre les générations.



Site web national de la
Semaine Bleue
<https://semaine-bleue.org/>

Créée il y a déjà plus de 70 ans, la Semaine Bleue, semaine nationale des retraités et des personnes âgées organisée du 3 au 9 octobre, veut mettre en valeur la place des aînés dans la société. Le Centre communal d'action sociale (CCAS) de Saint-Jean-de-Védas se mobilise lui aussi et va mener une vague d'actions avec ses partenaires. Selon le CCAS, ces journées luttent contre l'isolement social et relationnel des aînés avec des activités physiques, culturelles ou créatives, et font la promotion des liens entre les générations. Elles aident à porter un autre regard sur le vieillissement au fil d'activités réunissant jeunes et vieux.

YOGA OU KARAOKÉ ?

Cette nouvelle édition - la première dans la commune depuis la crise sanitaire - verra de nombreuses manifestations se dérouler en lien avec des associations de Saint-Jean-de-Védas. Parmi celles déjà au programme : des activités sportives et culturelles dans la salle des Granges, mais aussi yoga et marche dans la garrigue le lundi 3 octobre. Le mardi verra des animations dans l'amphithéâtre de la maison de retraite Sudalia. Le mercredi, ce sera karaoké et un atelier photo ouvert aux personnes âgées comme à leurs enfants ou petits-enfants. L'idée est de « décaler » le regard avec des portraits de jeunes dans des tenues de seniors et vice versa, portraits qui

seront exposés dans les deux maisons de retraite de la ville, Sudalia et Les Senioriales. Cette journée mobilisera aussi les enfants du Centre de loisirs et du Centre jeunesse.

SOLIDARITÉS

La Semaine Bleue est aussi l'occasion de susciter de nouvelles solidarités intergénérationnelles, en toute proximité. Des relations qui pourront avoir lieu en musique dans la soirée du jeudi 6 octobre, avec le spectacle « Boops Sisters », duo clownesque musical de la compagnie montpelliéraine Popcorn. Il promet un moment un peu rock 'n' roll, déjanté et burlesque, qui réveillera sans doute les souvenirs dansants des anciens en épatant les plus jeunes.

MAGIQUE DANS L'UNIVERS D'HARRY POTTER

Énigmes et défis à résoudre, codes à trouver... L'escape game « La disparition du vif d'or », inspiré d'Harry Potter, a fait le plein début juillet. Chaque jour pendant une semaine, une soixantaine d'enfants, parents et grands-parents, par groupes de 4 ou 5, se sont laissé transporter une demi-heure dans l'univers du jeune héros orphelin aux pouvoirs magiques. La salle préparée dans l'école Louise Michel était remplie de références donnant des indices, avec de petites pièces aux passages secrets vers des salles cachées et une scénographie magnifique. But ultime : trouver la clé pour ouvrir un coffre et surtout bien s'amuser. Défi réussi.



ACCUEIL VACANCES RAFRAÎCHISSANTES

En juillet, l'Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH) avait choisi les îles comme thème de vacances et le mini-parc aquatique du Cap d'Agde, Captain Jako, a fait rêver les maternelles. Au Parc des Dinosaurés à Mèze, les petits des classes élémentaires ont croisé des dinosaures en taille réelle et fouillé pour découvrir des ossements. Ils se sont amusés en virée au parc de loisirs Teraventure de Saint-Christol. Le plus pour se rafraîchir : un petit plouf à la plage de Palavas-Les-Flots les mardis matin pour les plus petits, le jeudi pour les grands. Vu les retours des enfants (56 maternelles et 56 élémentaires) et de leurs parents, le mois de juillet sera passé trop vite !



SAVOIR-FAIRE DAVID RATEAU, AGENT MÉTALLIER PASSIONNÉ

Pour réaliser le portail de l'école René Cassin, ou refaire de A à Z la porte de l'école maternelle les Escholiers, il faut du métier. C'est encore mieux fait s'il y a de la passion. C'est toute la philosophie de David Rateau, agent municipal. Ce Védasien, ancien carrossier, a été engagé comme métallier il y a un an. « Lorsque je réalise un portail, je fais tout, de la maquette papier jusqu'à la peinture et la pose », résume ce passionné de travail manuel. C'est lui aussi qui dégrappe et répare les serrures, change les barilletts et les grooms de tous les bâtiments publics de la ville. Unique dans sa discipline, il se régale « surtout lorsque je crée pour ma commune », confie-t-il.



Profitez de la prime de
500€
de la Métropole pour l'achat
d'un vélo électrique



Vélo électrique
VTT, Route, Gravel
Urbain, Cargo, Junior



Actuellement le vélo
électrique assemblé
en France avec moteur
central et batterie 400Wh
1399€ au lieu de 1499€

C'est la rentrée, c'est le moment de faire du vélo.

mondvelomontpellier.fr

30 rue Pierre et Marie Curie
ZAC du Rieucoulon - Saint Jean de Védas





























CENTRAKOR

bien plus que de la déco !



décoration | art de la table | loisirs | cadeaux

Ouvert du lundi au samedi 9h30 - 19h00
ZAC Deves de la Condamine (face à Leroy Merlin) - 34430 SAINT JEAN DE VEDAS
Tél. : 04 67 47 09 84 - Fax : 04 67 64 93 28
www.centrakor.com

VÉHICULES ▼	AU 1 ^{er} JUILLET 2022	AU 1 ^{er} JANVIER 2023	AU 1 ^{er} JANVIER 2024	AU 1 ^{er} JANVIER 2025	AU 1 ^{er} JUILLET 2026	AU 1 ^{er} JANVIER 2028
	Périmètre ZFE Initial - 1 ^{ère} phase <i>Castelnau-Le-Lez, Clapiers, Grabels, Jacou, Juvignac, Lattes, Le Crès, Montpellier, Pérols, Saint Jean de Védas, Villeneuve-lès-Maguelone</i>				Périmètre ZFE - 2 ^e phase <i>Étendu à toute la métropole</i>	
VOITURE PARTICULIÈRE 	5 4 3 2 1 	4 3 2 1 	3 2 1 	2 1 	2 1 	1 
2/3 ROUES MOTORISÉS 	4 3 2 1 	4 3 2 1 	3 2 1 	2 1 	2 1 	1 
VÉHICULE UTILITAIRE LÉGER 	4 3 2 1 	3 2 1 	2 1 	2 1 	2 1 	1 
POIDS LOURDS 	4 3 2 1 	3 2 1 	2 1 	1 	1 	1 

QUALITÉ DE L'AIR LES NOUVELLES RÈGLES DE LA ZFE

Depuis le 1er juillet s'appliquent les règles de la Zone à Faibles Émissions (ZFE) instaurée par la Métropole sur 11 communes du cœur du territoire - dont **Saint-Jean-de-Védas et Montpellier** -, zone qui s'étendra aux 31 communes au 1er juillet 2026. Dispositif national obligatoire, la ZFE limite la circulation des plus polluants véhicules à moteur, particuliers et professionnels. Obligatoire sur chaque pare-brise, la vignette Crit'Air classe les véhicules de 1 à 5. Les Crit'Air 5 (voitures antérieures à 1997) ne pourront plus rouler en ZFE à partir de janvier 2023, les Crit'Air 4 à partir de début 2024 et les Crit'Air 3 de début 2025. Des dérogations existent notamment pour les petits rouleurs. Des axes routiers dérogatoires sont mis en place. Des **contrôles « pédagogiques »** sont mis en place en 2022, avant le début des sanctions et amendes en 2023.

Informations : www.montpellier3m.fr. **Vignette Crit'Air à commander sur www.certificat-air.gouv.fr**

HABITAT DURABLE COUP DE POUCE AUX TRAVAUX DE RÉNOVATION

Propriétaire (occupant ou bailleur), vous souhaitez rénover votre logement, améliorer son confort thermique ou l'adapter à la perte d'autonomie ou au handicap ? La Métropole de Montpellier propose un **accompagnement gratuit** depuis l'étude du projet jusqu'au paiement des subventions, sous certaines conditions. Les travaux doivent être réalisés par des professionnels du bâtiment et avoir le label « Reconnu garant de l'environnement » (RGE) pour le volet énergétique. L'opérateur Urbanis examinera la situation, l'éligibilité aux aides - dont une prime à la rénovation énergétique de 1 300 € de la Métropole - et conseillera sur l'optimisation technique.

Contact : **Urbanis au 04 67 64 70 72 du lundi au vendredi de 9h à 12h (ou sur rendez-vous).**



SORTIE D'AUTOMNE FÊTE DE LA COURGE

Dimanche 16 octobre, le Parc de la Peyrière se transformera en **jardin collectif pour la Fête de la Courge et des Fruits d'Automne**. Des milliers de visiteurs rencontreront les producteurs de cucurbitacées et produits du terroir présents. L'événement annuel attire pour ses animations familiales, avec des ateliers « zéro déchet », de création de photophores, de lampions à partir de citrouilles, de mini-jardin, des lectures de conte et des ateliers déco autour de la courge. Au menu aussi : buvette et restauration autour de produits du terroir.

FAITES LA DIFFERENCE AVEC *Almeras Frères* SAINT-JEAN-DE-VEDAS

PEUGEOT
ENTRETIEN - REPARATION - CARROSSERIE
VENTE DE VEHICULES NEUFS ET
D'OCCASION



04 67 420 220 - PEUGEOT@ALMERAS.COM 04 67 42 57 35 - PORSCHE@ALMERAS.COM

SPECIALISTE PORSCHE

DEPUIS PLUS DE 50 ANS

ENTRETIEN - REPARATION - RESTAURATION
VENTE DE VEHICULES D'OCCASION
RECHERCHE PERSONNALISEE DEPOTVENTE

3 RUE ST EXUPERY - ROUTE DE SETE - ZI LA LAUZE - 34430 ST JEAN DE VEDAS



140 Rue Alexander Fléming
34 430 ST JEAN DE VÉDAS
04 67 07 00 60

HORAIRE : du lundi au vendredi:
9h00-12h00 et 14h00-18h30
Samedi : 9h00-12h00 et 13h00-17h00



**CONTROLE
TECHNIQUE**
SAINT JEAN DE VÉDAS

04 67 070 060

www.dekra-montpellier.fr

adages
humainement engagée

vous proposent leurs services :

- Espaces verts
- Mécanique automobile
- Nettoyage de locaux ...

SAPORTA ENTREPRISE humainement engagée	E.S.A.T. PEYREFICADE humainement engagée	E.S.A.T. DE SAPORTA humainement engagée
Domaine de Saporta 34970 Lattes 04.67.92.12.15 saporta@adages.net	133 route de la gare 34750 Villeneuve-lès-Maguelones 04.67.69.41.09 peyreficade@adages.net	Domaine de Saporta 34970 Lattes 04.67.92.12.15 saporta@adages.net



ixina.fr



ixina oui à vos rêves

Oui À vos rêves de cuisine

ixina Saint Jean de Vedas
04 34 08 07 06 Present a la foire de
Montpellier . Hall B3 - Stand: B11



Corinne Pochard livre dans son autobiographie sa longue lutte avec sa bipolarité. Une maladie souvent taboue, dont souffre près de 1,6 millions de personnes en France.

LA NUIT DU CHAOS

Une Védasienne bipolaire raconte son enfer et sa rédemption

Des émotions d'une intensité démesurée, passant de la tristesse à l'euphorie extrême. Cette bipolarité, longtemps considérée comme de la dépression, Corinne Pochard la vit depuis 25 longues années. La « Nuit du chaos », celle où tout a commencé à 26 ans, raconte un parcours douloureux dû à des troubles de l'humeur qui ont mis sa vie entre parenthèses. Ces troubles l'ont empêchée dans sa vie sociale, professionnelle et même familiale, jusqu'à ne plus pouvoir s'habiller ni s'occuper de ses enfants. Une maladie sévère où elle s'est mise en danger, a connu les hospitalisations d'office dont elle ne voyait pas la fin.

TABOU

Le livre raconte aussi son cheminement vers la rédemption. « J'ai voulu écrire ce livre parce que la bipolarité fait peur, est taboue au même titre que la folie, confie la Védasienne d'adoption, arrivée il y a un

an de Fontainebleau. Si l'on n'en guérit pas, on peut la gérer au fil du temps, aidé d'un psychiatre, et la stabiliser avec un traitement. » Diagnostiquée 10 ans après ses premières crises, Corinne, qui a aujourd'hui 50 ans, est stabilisée depuis douze ans. « Il a fallu un passage à l'acte pour arriver à déceler la maladie réelle. » Avec la psychanalyse, l'acharnement bienveillant des médecins de l'hôpital de Corbeil-Essonnes, Corinne a réussi à panser ses blessures, soigner son corps, sortir du déni et se traiter.

ESPOIR

En témoignant, elle pense à tous ceux souffrant de troubles bipolaires, soit près de 1,6 millions de personnes en France. Elle veut aussi donner de l'espoir, montrer que revenir à une vie normale est possible. « Au fond du gouffre, j'aurais aimé que quelqu'un me dise qu'on peut retrouver la lumière au bout du tunnel. » Dans ce livre paru en mai, son fils aîné

Enzo témoigne de ses peurs et de sa fierté de voir sa mère rebondir. « Je ne l'ai pas vu pendant quatre ans pour le protéger », confie l'ancienne professeur de danse pendant vingt ans, qui danse encore pour se faire plaisir. Elle pratique aussi la marche, la course à pied et la natation, pour se sentir toujours mieux dans son corps comme dans sa tête.



La nuit du chaos, Corinne Pochard.

Éditions Spinelle,
122 p, 12 euros.

Conseil Municipal des Enfants...



« Je suis très fier de vous. Je vous ai trouvé impliqués et sages durant cette année de mandat. J'espère que vous pourrez accompagner les autres enfants qui souhaitent se présenter et leur transmettre ce que vous avez appris »

A lancé le maire François Rio aux jeunes élus du Conseil Municipal des Enfants (CME) lors d'une rencontre fin juin. Il s'agissait de dessiner avec les enfants le bilan de la première année du CME et de clôturer l'année autour d'un buffet réunissant les enfants et leurs parents, les agents et les élus dont Claire Maurin, adjointe à la Démocratie locale. Pour décrire leur année, les enfants ont choisi des mots pleins de sens : « **projet, joie, mairie, solidarité** », mais aussi « **élection, République, partage, droit, devoirs, conseil, travail, découverte** ». Ces citoyens de demain ont aussi interrogé le maire sur les projets de la commune, et il a évoqué en retour les futurs Centre Jeunesse, gymnase, cours végétalisées des écoles, maison de la nature, et le projet des halles marchandes au terminus du tramway...

...premiers pas pour découvrir la vie publique



Le Conseil Municipal des Enfants réunit une assemblée de 24 jeunes élus issus des classes de CM1 et CM2 de Saint-Jean-de-Védas.

PARTAGE D'EXPÉRIENCES

Les membres du Conseil Municipal des Enfants ont aussi fait la rencontre de la deuxième assemblée de démocratie locale, le Conseil des Sages, installé également en 2021 à Saint-Jean-de-Védas. Paritaire, il rassemble douze seniors de plus de soixante ans, retraités, intéressés par la chose publique, aux côtés du maire et de l'élue déléguée à la Démocratie. Pour le maire François Rio, ces deux assemblées permettent d'avoir un regard différent sur les projets : « Avoir un CME dans sa ville, cela permet aux enfants de participer activement à la vie du village, d'être dans une démarche citoyenne et d'être porteur de projets. »

Ce partage lors des réunions en assemblées ou commissions se poursuit d'ailleurs de retour en famille comme sur les bancs de l'école : « Avec chaque commission de travail, certains professeurs nous permettaient de nous exprimer en classe sur les activités que nous faisons au sein du CME », ont noté les enfants dans leur bilan. Ils ont présenté en classe, mais aussi parfois à l'ensemble des élèves de leur école, le projet solidaire mené au printemps.



DÉCOUVRIR L'ACTION PUBLIQUE

Créé par délibération municipale en juin 2021, le Conseil Municipal des Enfants réunit une assemblée de 24 jeunes élus issus des classes de CM1 et CM2 de Saint-Jean-de-Védas. Elle se réunit les samedis matin une fois par mois, hors vacances. Grâce au CME, les enfants font un apprentissage de la citoyenneté adapté à leur âge, et se familiarisent avec les processus démocratiques, en particulier avec le rôle et le fonctionnement d'une mairie. En cette année électorale, le Conseil Municipal des Enfants a aussi eu l'opportunité d'utiliser le dispositif Confkids « Enfants 2022 », une plateforme de vote pour enfants et adolescents qui proposait un scrutin présidentiel en ligne, anonyme et sécurisé.

En outre, les enfants ont assisté aux cérémonies qui ponctuent l'année et racontent l'Histoire, telles celles du 11-novembre qui commémore l'armistice de 1918, et du 8 mai qui rappelle la fin de la Seconde Guerre mondiale en Europe. Les enfants ont aussi participé en mai à la moins solennelle Fête de la Nature, durant laquelle ils ont proposé des activités pour les enfants et inauguré les cabanes en bois du parc du Terral avec l'équipe municipale. Lors de la Fête de la Saint-Jean le 24 juin, cinq volontaires du Conseil Municipal des Enfants ont lu des passages de l'histoire locale, à l'instar de deux membres du Conseil des Sages.



EXPÉRIENCE DE LA SOLIDARITÉ

La solidarité était le thème principal choisi comme fil rouge par le Conseil Municipal des Enfants pour sa première année. C'est ainsi que les jeunes conseillers ont mis en place une collecte de matériels scolaires avec l'association védasienne Espoir pour un Enfant, qui soutient la scolarisation d'enfants en Afrique. Lors de cette action, les enfants ont pu bénéficier de l'expertise des membres du Conseil des Sages et échanger avec eux sur leurs projets. Autre action : les plus grands ont bénéficié en mai de la formation aux « gestes qui sauvent » (cf. détail en encadré).

DES CARTABLES POUR LES ENFANTS D'AFRIQUE

Un projet solidaire a uni le Conseil Municipal des Enfants et le Conseil des Sages, afin de soutenir la scolarisation des enfants les plus défavorisés. Après avoir collecté en mai cartables, stylos et crayons au sein de toutes les écoles de Saint-Jean-de-Védas, les membres du Conseil Municipal des Enfants les ont triés avec le Conseil des Sages. Ils ont livré samedi 11 juin à l'association Espoir pour un Enfant les fournitures scolaires qui aideront des élèves du Bénin, du Congo et de Madagascar.

UTILES, LES GESTES QUI SAUVENT

Le 25 mai, les élus de CM2 du Conseil Municipal des Enfants ont reçu une formation sur ces « gestes qui sauvent », dispensée par l'assistant de prévention de la commune. Les enfants ont pu apprendre de manière conviviale et ludique des techniques de secourisme, comme la position latérale de sécurité, le massage cardiaque, l'utilisation du défibrillateur... Une telle formation, acquise dès le plus jeune âge, accroît les chances de sauver des vies.

NOUVELLE ÉLECTION, NOUVELLES ACTIONS

Le mandat des conseillers du Conseil Municipal des Enfants est de deux ans, et l'assemblée est renouvelée pour moitié chaque année, selon le règlement approuvé en juin 2021. Les jeunes élus qui étaient en CM2 en 2021-2022 entrent en 6^e et il faut élire de nouveaux conseillers. Les candidatures des élèves de CM1 sont donc vivement souhaitées. La deuxième quinzaine de septembre sera le moment de l'élaboration des « professions de foi » des jeunes candidats (qui auront eu l'autorisation écrite des parents). L'élection aura lieu le jeudi 6 octobre dans chaque classe de CM1 présentant des candidats. Les commissions définies selon les souhaits des jeunes élus pourront porter sur l'environnement, l'aménagement de la ville, la santé, la sécurité, etc. Les projets du Conseil Municipal des Enfants lors de l'année scolaire 2022-2023 devraient s'articuler autour d'un grand enjeu, l'environnement, en lien avec les projets de la Maison de la Nature. Des sorties et des visites seront organisées sur ce thème. D'autres orientations portent sur la mutualisation d'idées et de travaux avec le Conseil des Sages et le partenariat avec des associations du village.

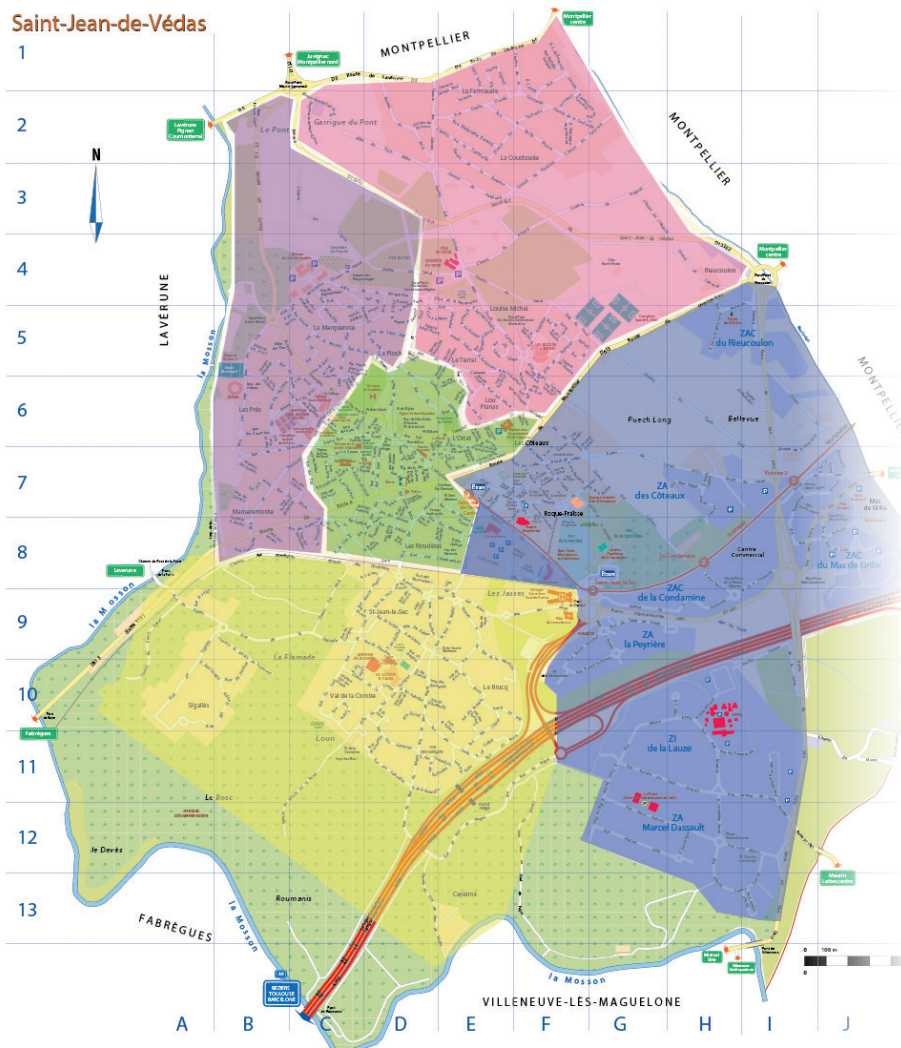


Les projets du Conseil Municipal des Enfants lors de l'année scolaire 2022-2023 devraient s'articuler autour d'un grand enjeu, l'environnement, en lien avec les projets de la Maison de la Nature.

Des réunions de quartiers pour dialoguer

Lors de la « Semaine Bleue » début octobre, le CCAS et ses partenaires associatifs organisent des animations pour valoriser les liens entre les générations.

À partir du 22 septembre et durant tout le mois d'octobre, la ville organise une série de cinq réunions publiques avec les Védasiens et Védasiennes, au plus près des habitants, quartier par quartier. Pour que chacun s'y retrouve et participe à la bonne réunion, voici ci-contre le planning détaillé des rendez-vous, complété de la carte de Saint-Jean-de-Védas découpée par quartiers (avec code couleur pour se repérer facilement).



À QUELLE DATE SE TIENDRA LA RÉUNION DE VOTRE QUARTIER ?

Quartier 5 (en violet)

Périmètre : Mameromonte, Les Près, Marquerose, Agniel, collège, tennis et arènes.

Réunion jeudi 22 septembre, salle des Granges à 18h30.

Quartier 2 (en bleu) :

Périmètre : Roque Fraisse (côté piscine et côté gendarmerie), d'Ormesson, Les Coteaux, zone industrielle La Lauze, Marcel Dassault, Mas de Grille.

Réunion mercredi 5 octobre à la salle polyvalente de l'école Jean d'Ormesson à 18h30.

Quartier 1 (en vert)

Périmètre : vieux village, mairie, Roudères, Ortet et médiathèque.

Réunion mardi 11 octobre dans la salle des Granges à 18h30.

Quartier 3 (en jaune)

Périmètre : Cassin, Sigaliès, val de la combe, Saint-Jean-le-Sec, Le Brucq, Cayenne, Mas de Magret.

Réunion mercredi 19 octobre à la salle polyvalente de l'école Alain Cabrol, à 18h30.

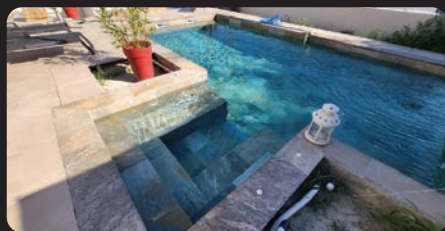
Quartier 4 (en rose)

Périmètre : Lou Planas, Le Terral, La Coustaude, La Fermaude et Louise Michel.

Réunion jeudi 20 octobre au Chai du Terral à 18h30.

SANCHEZ CARRELAGE

SOL
SALLE DE BAIN
PISCINE
HAMMAM
JACUZZI



06 27 86 26 13- ss.carrelage34@gmail.com
34430 Saint-Jean-de-Védas

Védasien, carreleur depuis plus de 20 ans, je viens de créer ma société dans le village dans lequel j'ai grandi, Saint-Jean-de-Védas !
N'hésitez pas à me contacter et aller voir mes prestations sur Instagram.



Clinique le Castelet



CENTRE DE RÉÉDUCATION FONCTIONNELLE
SOINS DE SUITE SPÉCIALISÉS
DANS L'APPAREIL LOCOMOTEUR

18, rue Georges Clémenceau
34431 Saint Jean de Védas
04 67 07 89 89 - www.crf-le-castelet.fr



VOTRE PLATEFORME DE E-COMMERCE Clé en Mains !



Vos produits et services visibles sur des milliers de smartphones et tablettes

Gestion simple et intuitive

Interface personnalisée

Webdesign, hébergement
et sécurisation des données



Adaptée aux nouvelles
habitudes de consommation !



Vos produits et services affichés sur votre site
et sur les réseaux sociaux automatiquement

à partir de 68€/mois



Groupe BUCEREP - Tél: 05 61 21 15 72 - contact@bucerep.com -
www.bucerep.com - 54 bis, rue Alsace-Lorraine 31000 TOULOUSE



AIKIKAN DOJO

Aïkido, l'art martial pacifiste

L'association védasienne Aïkikan dojo initie petits et grands à un art martial japonais qui relie le corps à l'esprit et promeut l'harmonie et le respect. Découverte avec Guy Carrière de l'Aïkikan dojo.

Sans violence et sans compétition : l'aïkido a été fondé au Japon par Morihei Ueshiba dans la première moitié du XXe siècle. Guy Carrière, 6e dan, le pratique avec passion depuis cinquante ans et l'enseigne à Saint-Jean-de-Védas au sein de l'Aïkikan dojo, qu'il a créé en 1991. La méthode enseignée, Takemusu Aiki, correspond à la version la plus authentique de cet art martial où s'enchaînent les projections, les immobilisations et le travail à mains nues ou avec des armes en bois, tels bâton ou sabre.

LE RESPECT AVANT TOUT

« L'aïkidoka se construit dans la pratique avec l'autre : tantôt il attaque, tantôt il subit les coups, qui ne sont pas portés mais simulés. Il s'agit de se défendre en utilisant la force de l'adversaire pour stopper son offensive sans forcément lui faire mal », explique Guy Carrière. Respect de soi, d'autrui, mais aussi de l'étiquette : le pratiquant revêt des chaussures spéciales pour entrer sur le tatami et salue le mur d'honneur ! À l'Aïkikan dojo, les cours sont mixtes et adaptés à tous les âges, dès six ans. Guy Carrière est d'ailleurs intervenu dans les écoles de Saint-Jean-de-Védas pour initier les enfants. L'association propose aussi des stages et prépare les sportifs aux grades Dan et à l'enseignement.

MULTIPLES VERTUS

Quel que soit le niveau, la pratique de l'aïkido améliore l'équilibre, la posture, et favorise la respiration, apportant détente et bien-être. Elle permet

aussi de prendre conscience de son corps et d'avoir confiance en soi. « En aïkido, chuter n'est pas tomber mais se relever », souligne Guy Carrière. Sans oublier la dimension spirituelle : « aïkido » ne signifie-t-il pas « la voie de l'harmonie », celle qui allie le corps et l'esprit ?

Envie d'essayer l'aïkido ?

L'Aïkikan dojo propose des cours au gymnase de la Combe les mercredi après-midi et samedi matin pour les enfants, ainsi que les mardi et vendredi soir et samedi matin pour les adultes.

Renseignements :
04 67 69 29 29
et www.aikikan.net

TOUT SUR LES ASSOS

ASCL

C'est la rentrée, inscrivez-vous !

Les activités de l'Association Sport Culture et Loisirs (ASCL) reprennent pour les adultes le 5 septembre, et les cours pour enfants le 12, avec un cours d'essai les mercredi 14 et samedi 17. Vous pouvez vous inscrire à la Maison des associations du lundi au jeudi, de 9h à 12h et de 14h à 17h, ou bien le vendredi de 9h à 12h. Une permanence exceptionnelle sera assurée du 9 au 30 septembre, le vendredi après-midi et les samedis 10 et 17, au matin.

Prix de l'adhésion familiale : 30 € pour les Védasiens, plus le tarif annuel de l'activité choisie parmi 70 propositions. Infos : ascl-stjevededas@orange.fr



TENNIS CLUB

Rendez-vous sur les courts

Il n'est pas trop tard pour adhérer au tennis-club et profiter de ses installations (9 courts et un club house). Les entraînements débutent la semaine du 12 au 17 septembre. Les jeunes de l'école de tennis bénéficient de deux séances d'essai en septembre.

Cotisation annuelle :

de 70 à 174 € en loisirs, de 256 à 315 € pour l'école, et de 300 à 404 € en version entraînement.

Contact : tc.stjeandevadas@wanadoo.fr

OBLIQUES

Le plein de découvertes

Après avoir clôturé la saison par un voyage en Bourgogne, l'association Obliques redémarre sur les chapeaux de roues en proposant une journée à Pont-St-Esprit le 11 septembre, la découverte de l'exposition « Paysages de Corot à Sima » au musée de Lodève le 4 octobre, puis la visite théâtralisée de Béziers et de l'Abbaye de Valmagne le 16 octobre.

L'adhésion (22 € par foyer) est possible jusqu'au 31 octobre, couvre l'année scolaire (coût des sorties en sus).

Mail : association.obliques@gmail.com

ARTS MARTIAUX

Le dojo est à la fête

À l'initiative de la ville, les sept associations védasiennes d'arts martiaux proposent une journée conviviale samedi 17 septembre au dojo du gymnase de la Combe. L'occasion rêvée de découvrir leurs diverses activités : karaté, sambo, bozendo, taï chi chuan et qi gong, judo, aikido et self défense. Le programme est dense : ateliers d'initiation de 10h30 à 11h45, démonstrations collectives sur le thème « réagir à une frappe » à midi, puis apéritif offert par la mairie. À 14h, les stands ouvrent pour échanger avec le public, avant de nouveaux ateliers de 16h à 17h45 suivis d'un show de démonstrations collectives à 18h et d'un apéritif de clôture.

Rencontre gratuite, buvette et petite restauration sur place. Contact : p.latapie@saintjeandevadas.fr





ART C.H.A.I

Histoire de l'art et peinture au Chai du Terral

La galerie du Chai du Terral Art C.H.A.I fait sa rentrée le 15 septembre avec deux cours : l'un dédié à l'histoire de l'art (170 €), l'autre à la peinture toutes techniques (360 €). Ces ateliers sont accessibles à tous, débutants compris.

Salle des Arts au Chai du Terral. En savoir plus : Florence Bourgeot. Tél. 06 50 65 10 48, mël : florence.bourgeot@hotmail.fr

ÉCOLOGIE

Nettoyer la planète

Le World Cleanup Day est de retour en septembre ! Saint-Jean-de-Védas s'engage elle aussi pour une planète sans déchet ! C'est l'occasion de se retrouver et d'agir pour une même cause : lutter contre les déchets sauvages sur le terrain, munis de gants et d'un sac.

Plus d'infos sur www.worldcleanupday.fr

Lieu de RDV
Parking Kiabi

Quand
vendredi 16 septembre à 12:00

Organisateur
Kiabi St Jean de Védas
(Najoua SHOULI)
Email: n.shouli@kiabi.com
Tél: 0467473050

Accès enfants



À BICYCLETTE

Rando Cyclo La Marquerose

Tous en selle le 2 octobre ! L'association Cyclo Tourisme védasien organise sa randonnée annuelle, La Marquerose, ouverte à tous les cyclotouristes. Au menu : trois parcours possibles de 51 km, 70 km et 92 km, avec des dénivelés respectifs de 460 m, 840 m et 1050 mètres. Du ravitaillement et des rafraîchissements pour tous sont prévus.

Inscription sur place et départ du Terral, de 8h à 10h. Contact : Alain Clamouse. Tél. : 06 48 30 46 42, mël : cyclotourisme-vedasien@ffvelo.fr, www.cyclotourisme-vedasien.fr



KEROZEN ET GAZOLINE

Stage de cirque à Toussaint



Pratiquer la jonglerie, l'équilibre, l'acrobatie, les « aériens » comme le trapèze et la corde lisse, mais aussi la comédie. Pendant les vacances de la Toussaint, l'association Kerozen et Gazoline propose aux enfants de 3 à 10 ans de découvrir les arts du cirque dans des salles équipées. Une découverte ludique et très pédagogique avec cette école d'initiation aux arts du cirque créée en 2003, qui est aussi une compagnie de spectacles vivants.

Du 24 au 28 octobre et du 31 octobre au 4 novembre. Chemin de l'Hérande, quartier Rieucoulon à Saint-Jean-de-Védas. Tél. : 04 67 13 28 91. Mël : kerozen.gazoline@yahoo.fr

FESTIN DE RUE

FESTIVAL DES ARTS
DE LA RUE

09-10 & 11
SEPT. 2022

SAINT-JEAN-DE-VÉDAS

« Festin de Rue » fait une entrée en fanfare

Pendant trois jours en septembre, Saint-Jean-de-Védas va vivre à nouveau au rythme de l'unique festival d'arts de la rue de la métropole de Montpellier, parmi les plus importants d'Occitanie.

Bonne nouvelle : les arts de la rue reprennent leurs quartiers à Saint-Jean-de-Védas en septembre. Annulé en 2020 pour cause de pandémie, réduit à un « P'tit Festin » en 2021, le festival Festin de Pierres se mue en Festin de Rue et mettra les bouchées doubles les 9, 10 et 11 septembre, pour régaler petits et grands avec une foison de spectacles d'arts de la rue, gratuits et en plein air.

DE NOUVEAUX LIEUX

Théâtre, danse, cirque, musique, pyrotechnies, déambulations, spectacles pour enfants... Il y en aura toujours pour tous les goûts. Mais la 16e édition de l'incontournable festival védasien a fait peau neuve. En guise de mise en bouche, « Les échappées de Festin » avaient déjà animé Saint-Jean-de-Védas à trois reprises, en avril, mai et

juin. Le festival de septembre passe lui de deux à trois jours. Au programme : pas moins de 24 compagnies offrant 46 représentations gratuites. Pour la première fois, Festin de Rue va également se déployer sur de nouveaux sites comme les arènes ou les alentours de la mairie. Les commerces étendront leurs terrasses et la ville se mettra aux couleurs des festivités.

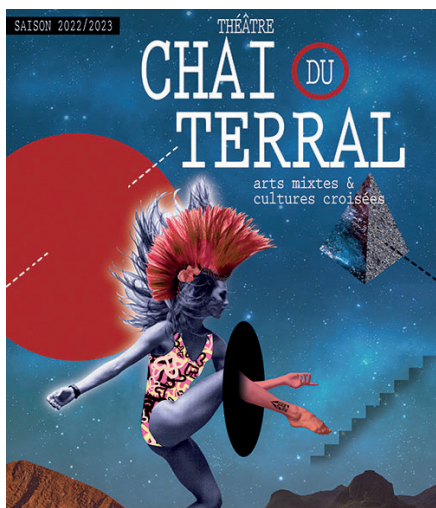
SUCCÈS CROISSANT

« Festin de Rue ne cesse de monter en puissance, assure Benoît Sabatier, responsable du pôle culture. L'événement a accueilli entre 20 000 et 25 000 spectateurs en 2019 et mobilise aujourd'hui 100 bénévoles et 50 agents municipaux. Il est financé par 64 mécènes et partenaires au lieu de 40 à sa création. La Ville a la volonté d'augmenter encore son rayonnement. »

TEMPS FORTS

En ouverture le vendredi 9 septembre, la compagnie 26 000 couverts proposera en soirée un mélodrame forain de plein air autour de « Véro 1ère, reine d'Angleterre ». Samedi soir, 40 bénévoles et artistes en costumes inspirés des cinq continents vont accompagner la transhumance insolite de la compagnie Oposito : des éléphants articulés, escortés d'une escadrille de phénix métalliques, traverseront la ville au son des cornemuses et des tambours. En clôture, le dimanche à 22 heures, la compagnie EliXir mettra en scène le dragon dans des prouesses acrobatiques lumineuses





SPECTACLES

Découvrir la saison du Chai du Terral

La prochaine saison artistique du Chai du Terral invite à la curiosité, la réjouissance, la réflexion et la découverte. Le programme varié plaira à tous : musiques de Thomas Faccini, Piers Faccini, Thomas de Pourquery, Chapelier fou, Leïla Martial, cirque déjanté des compagnies La Main s'affaire et La Sensitive, danse d'inspiration hip hop avec la compagnie Virgule et le groupe Noces. Se produiront aussi la Compagnie du Détour, l'Individu, Blabla Production, le Clan des songes, Renards Effet-mer, Audrey Vernon et le Hijinx théâtre... Temps forts : l'invitation au voyage du W.A.W.W festival en avril, et les contes des Passeurs d'Histoires en mai. Le Chai dédie aussi deux mois - décembre et mars - à son jeune public.

L'équipe invite à découvrir la programmation autour d'une collation le 29 septembre à 20h au Chai du Terral. <https://chaiduterral.com/>



SPECTACLES

Salade de bruits au Chai

Pour sa rentrée, la galerie du Chai du Terral accueille le street artiste ADEC avec l'exposition « Salade de bruits », de grands tableaux autour de la musique - son thème récurrent -, du voyage et de la migration. Le plasticien brosse une galerie de pantins bricolés, évoluant en saynètes vivantes et colorées dans un drôle de théâtre urbain. Tout au long de l'exposition, ADEC animera des ateliers pour les enfants de l'école municipale d'arts plastiques.

Du 23 septembre au 28 novembre, Galerie Francis Porras au Chai du Terral. Vernissage le 4 octobre à 19h. Visite gratuite pendant les horaires d'ouverture du théâtre.

CONCERTS

Secret Place, 25 ans de rock

La salle de concert védasienne a fêté son quart de siècle. Spécialisée dans la diffusion des musiques rock, elle programme 100 à 120 concerts par an, dont 40 à 50 à prix libre, et fait une place de choix à la scène locale. Elle produit des albums sous le label Be Fast, développe des actions solidaires comme « Les Rockeurs ont du cœur » au profit des enfants du Secours populaire, ou « Metal Help Fest » pour l'ARC (recherche contre le cancer). Secret Place a aussi ouvert son food truck pour faire découvrir les spécialités locales aux groupes et aux spectateurs.

Informations : www.toutafond.com,
www.facebook.com/secretplacetaf



LITTÉRATURE JEUNESSE

Beau succès pour « Partir en Livre »

Lectures de contes et de poésie, grands jeux de société et spectacle musical pour les tout petits, concert du groupe Zumkotcha, plus les saveurs des Antilles pour le plaisir des sens.... La deuxième édition védasienne de l'événement « Partir en Livre », dédié au livre jeunesse, a attiré environ 250 enfants et parents le 22 juin. Le Parc de la Peyrière a servi d'écrin à cette journée festive à laquelle participait la librairie Néo et deux illustratrices invitées, Nathalie Trovato et Marie Boisson. Elles ont animé des ateliers sur la création de livres, les collages, la technique d'animation Stop motion, qui ont fait le bonheur des petits comme des grands.



THEATRE

Les hommes de la présidente

Le théâtre comique védasien La Chocolaterie fait sa rentrée avec un spectacle bourré d'humour et tout public. Il raconte les déboires d'Hélène Pinson, présidente aux affaires écologiques, héroïne des temps modernes qui s'est mis en tête de sauver les animaux de la planète. Nous sommes à Paris, dans les années 1990. Chevalier solitaire dans un monde cruel et impitoyable, la présidente est traquée par un tueur qui multiplie les lettres de menace. Son seul espoir : les agents Saint-Clair et Follet et le sergent Plasso, une équipe de choc.

Du 24 septembre au 26 novembre, tous les vendredis et samedis à 21h15. Tél. : 06 46 92 99 18. <http://lachocolaterie.org>

MUSIQUE

Apprendre la musique arabo-andalouse

Pour sa rentrée 2022, l'école municipale de musique ouvre un nouvel atelier de musique arabo-andalouse. Ce genre musical savant, qui remonte au XI^e siècle, est un métissage entre la musique arabe d'Orient, la musique berbère et celle de l'Espagne d'avant la conquête arabe. Cette musique d'ensemble, jouée au darbouka, violon, oud..., rejoint donc cette année les ateliers jazz et musiques actuelles, ensembles à cordes et chorale de l'école municipale qui s'est entourée de très bons professeurs pour développer ces pratiques. Il reste des places pour les ateliers clarinette, trompette, trombone, violoncelle, alto, flûte traversière et chant.



École municipale de musique, Domaine du Terral. Tél. : 04 67 07 92 14

ALIMENTATION

Mieux manger avec Marie



Comportement alimentaire et interdictions

Pour démarrer la rentrée du bon pied, j'avais envie de partager avec vous un point essentiel en alimentation : les interdictions alimentaires.

Nous ne parlerons pas ici d'évictions obligatoires liées à des problèmes de santé mais simplement des interdictions que l'on peut soi-même se poser.

« Maintenant, c'est fini, je ne toucherai plus au chocolat ! »

Avez vous remarqué qu'il suffit de ce style d'injonction pour développer une envie insatiable pour l'aliment en question ?

En effet, la privation entraîne l'envie, la frustration et parfois mène aux compulsions alimentaires.

Il n'est pas rare d'entendre en consultation : « Si je commence une tablette de chocolat je la termine, c'est plus fort que moi ! ». Ce phénomène est très souvent corrélé avec un comportement alimentaire qui alterne restriction (par exemple avec le chocolat ici) et excès par « anticipation du manque » à venir.

Vous appréciez particulièrement un aliment ? La clé est de vous faire plaisir régulièrement (même parfois tous les jours) avec une quantité raisonnable de celui-ci. Si vous savez que tous les jours vous pourrez déguster 2 carrés de votre chocolat préféré vous n'aurez, à priori, pas besoin de manger la tablette.

Bien entendu le côté quotidien ne peut pas s'appliquer à tous les aliments mais il est important pour réussir à rester dans le plaisir, de garder en tête qu'en alimentation TOUT est autorisé.



LE CHOUCAS DES TOURS

Jolis zoiseaux dans le Parc du Terral

DE BEAUX YEUX BLEUS QUI LE DISTINGUENT FACILEMENT !

Non, ce n'est pas un corbeau. Pas une corneille non plus. C'est un choucas des tours, un des plus petits corvidés de notre région. De la taille d'un pigeon, il est facilement reconnaissable grâce à ses yeux bleus et sa calotte grise.

Grâce à son cri, il est facile de le différencier : il ne croasse pas mais émet un « kiak » très sonore. Très sociable, il dort avec ses congénères en affectionnant les bâtiments anciens.

Mais ce qui le caractérise le plus reste son intelligence : il est en effet capable d'utiliser des feuilles ou des tiges comme outil pour déloger des insectes !



Le jeu du mois

2			9					5
			4	7			2	9
		9			3			
						7	3	
8		3		4		5		1
	6	5						
			5			1		
5	7			8	6			
4					1			3



Vous êtes artiste peintre ou
photographe amateur?

EXPOSEZ VOTRE TRAVAIL EN MAIRIE

Tous les deux mois, le Maire met à disposition un mur de son bureau pour des expositions artistiques éphémères à la vue de 250 visiteurs mensuels. Une initiative qui permet aux artistes de gagner en visibilité et aux personnes se rendant dans l'administration de s'ouvrir à toutes sortes de courants artistiques.

**CANDIDATEZ PAR MAIL À
SECRETARIAT@SAINTJEANVEDAS.FR**

OPPOSITION

Groupe Vision Védasienne : Luc Robin, Henri Fontvieille, Marie-Laurie Oms, Arlette Vessiot

Saint Jean proprement

Un problème récurrent de propreté a envahi toutes les communes de la Métropole depuis des années. Des particuliers et une association ramassent assez régulièrement, mais en aucun cas cela ne doit devenir un palliatif aux manquements des administrations et à la négligence de certains. La sensibilisation, le rappel de la loi, la verbalisation au besoin, doivent faire évoluer les mauvaises habitudes : les montants sont dissuasifs si on les applique. Du mobilier urbain de collecte est indispensable partout sur la commune et en plus grand nombre, y compris pour les déjections des animaux domestiques.

Les zones d'habitats précaires, surtout celle de la Condamine qui depuis des années dérive lentement mais sûrement vers un bidonville sans que rien ne soit entrepris, doivent cesser.

Rejoignez-nous sur notre blog
« visionvedasienne.com »

Gérard Théol, pour tous les Védasiens

Texte non parvenu

Vincent Boisseau

En 2 ans 4 démissions dont une adjointe et retrait brutal des délégations de la 1ère adjointe. Cet été la presse bien informée nous annonce déjà une rentrée mouvementée, confirmation d'une incompétence managériale et de l'absence de pilote dans l'avion.

Emmanuelle Mysona, rêver Saint-Jean

Un vol, du gaspillage d'argent public et le scandale des frais de représentation versés indûment au Maire et utilisés pour payer ses caleçons, chaussettes et repas ne sont-ils que la partie émergée de l'iceberg ?

Paul Liberator De Boisgelin

La majorité, empêtrée dans les discordes, est incapable de mettre en œuvre ses propres projets, se contente péniblement de réaliser ceux de l'ancienne municipalité, à grand renfort de communication bruyante.

GROUPE MAJORITAIRE

Le groupe majoritaire espère que vous avez passé de bonnes vacances.

Pas de trêve estivale pour les élus majoritaires pendant cet été 2022.

L'été aura été marqué par de nombreux travaux sur les différents sites communaux, nous vous laissons les découvrir dans ce numéro, et par le lancement de la première édition des Esti'Védas dans le parc de la Peyrière.

Suite à la fin des restrictions liées au Covid, nous sommes heureux de pouvoir reprendre une vie démocratique normale.

Comme nous nous y étions engagés pendant la campagne municipale, nous mettons les échanges avec tous les Védasiens au centre de nos priorités. C'est dans ce sens que nous allons organiser entre mi-septembre et fin octobre :

-5 réunions de quartiers, pour se rencontrer au plus près de chez vous.

-Une réunion publique début octobre sur la ligne 5 du Tram.

-La rentrée du Conseil des Sages et du Conseil Municipal des enfants avec la mise en place des projets en lien avec l'environnement.

Ce contact avec les Védasiens, nous souhaitons qu'il soit intergénérationnel. En effet à tous âges, nous pouvons avoir des avis pour la construction et la vie de notre commune.

Nous vous donnons rendez-vous lors des grands moments festifs de cette rentrée :

-Festin de rue du 9 au 11 septembre.

-Présentation saison culturelle du Chai le 29 septembre.

-La Fête de la Courge le 16 Octobre.

Bonne rentrée à toutes et tous

Le groupe Majoritaire
Ecrivons ensemble l'avenir

QUESTIONS / REPONSES

Dans chaque numéro du Védazine,
l'équipe municipale répond à vos questions.

NUMÉROS UTILES

Accueil de la mairie **04 67 07 83 00**
Secrétariat du maire et des élus
04 67 07 83 01

Police municipale **04 67 47 47 33**

Chai du Terral **04 67 82 02 34**
Ecole de musique **04 67 85 65 52**
Ecole d'arts plastiques
04 67 85 65 52

Médiathèque Jules Verne
04 67 15 47 57

Maison des associations
04 67 82 36 20

Centre communal d'action sociale
(CCAS) **04 67 07 83 04**

Centre jeunesse **04 99 52 78 75**
Accueil de loisirs associé à l'école
(ALAE) **04 67 50 28 16**
Accueil de loisirs sans hébergement
(ALSH) **04 99 52 20 22**
Service des affaires scolaires
04 67 07 83 16

Maison de la petite enfance
04 67 27 78 02

Relais petite enfance
04 67 42 76 88

Lieu d'accueil enfants-parents
04 67 42 76 88

Services techniques **04 67 42 77 16**
Urbanisme **04 99 54 98 60**
Point Propreté (déchetterie)
04 67 07 34 25

Montpellier Méditerranée Métropole
04 67 13 60 00

Q. Pourquoi les travaux de Librilla ont-ils eu lieu la nuit ?
Tous les riverains ne partent pas en vacances !

Marie



R. Afin d'améliorer la qualité de vie des Védasiennes et des Védasiens, nous estimons qu'il est indispensable de moderniser et d'améliorer les infrastructures sur la commune, et notamment sur les principaux axes routiers.

Néanmoins, nous reconnaissons que la réalisation de ces travaux implique des interventions conséquentes et répond à des obligations précises qui peuvent occasionner des nuisances pour les riverains.

Parmi elles, nous souhaitons attirer votre attention sur l'impossibilité de réaliser tout ou partie de ces travaux en journée, en raison des flux de circulation mais aussi des contraintes liées à la période estivale et caniculaire qui empêche les ouvriers de travailler à certaines heures.

Christophe Van Leynseele
Adjoint à l'Aménagement du Territoire

Q. Mon voisin a un terrain non entretenu à proximité d'une pinède, cela m'inquiète un peu par rapport aux nombreux incendies qu'il y a eu cet été, que pouvez-vous faire ?

Samuel



R. Le Code Forestier (article L 134-6) oblige les propriétaires situés en zone exposée

et à moins de 200 mètres des bois et forêts à débroussailler et à maintenir en état débroussaillé conformément aux prescriptions suivantes le cas échéant :

Cas N°1 : Aux abords des constructions, chantiers, travaux et installations de toute nature sur un rayon de 50m ainsi que sur 5m de part et d'autre des voies privées y donnant accès,

Cas N°2 : La totalité de votre terrain si celui-ci se trouve dans la zone urbaine (zone U) du PLU (plan local d'urbanisme),

Cas N°3 : La totalité de votre terrain si celui-ci fait partie d'un lotissement, d'une AFU (association foncière urbaine) ou d'une ZAC (zone d'aménagement concertée),

Cas N°4 : La totalité des terrains ainsi qu'une bande de 50m de profondeur autour si ce sont des terrains de camping ou de stationnement de caravanes.

Dans tous les cas, les déchets de coupes doivent être éliminés ou évacués du terrain.

Lorsqu'un propriétaire ne respecte pas ces obligations, une mise en demeure lui est envoyée par les services municipaux et en cas de non-respect de la réglementation, une amende administrative de 30€ par m² et une amende pénale allant de 135€ à 1500€ peuvent être requises. Des travaux seront également exécutés d'office aux frais du propriétaire après mise en demeure.

Vous protéger étant une de nos priorités et prenant les risques d'incendies très au sérieux, nous rappelons chaque propriétaire à ses obligations par courrier en fin d'année.

Richard Plautin
Adjoint à la sécurité

SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



@VilledeSaintJeandeVedas

Suivez toute l'actualité de la ville,
obtenez des informations pratiques et soyez
informé(e) de tous les événements locaux !



POMPES FUNÈBRES NAZON

04 67 100 100

Disponible 24h/24 - 7 jours/7

OBSÈQUES avec INHUMATION ou CRÉMATION



Présentes à vos côtés et à votre écoute, depuis trois générations, les Pompes Funèbres NAZON vous accompagnent pour organiser vos obsèques avec inhumation ou crémation, dans le respect et la dignité. Une équipe impliquée vous accueille et vous conseille au magasin, dans le choix des articles funéraires, en marbrerie...etc, à votre disposition.

ACCÈS TOUTES CHAMBRES FUNÉRAIRES

1(bis), Rue Fon de l'Hospital - 34430 SAINT JEAN DE VEDAS
Magasin : 04 67 68 49 45
pompesfunebres.nazon@orange.fr

GANG ☺ F KIDS

Lunettes
de Créateur à prix
très très doux



ACUITIS SAINT-JEAN-DE-VÉDAS
13 Rue Robert Schuman
04 67 99 50 90

ACUITIS MONTPELLIER
15 rue Maguelone
04 30 96 93 40

ACUITIS.COM

Acuitis 
Maison d'Optique et d'Audition