



BADMINTON

L'heure de la reprise a sonné au badminton. Pour cette nouvelle saison, le club sera très heureux de vous accueillir et de vous

prodiguer tous les conseils nécessaires à sa pratique.

Découvrez ce sport sympa et facile d'accès, en passant le **lundi à partir de 20h30** à la salle Handisport (essai gratuit). Ainsi vous pourrez évaluer cette activité ludique (prêt de raquette ponctuel).

La cotisation annuelle est de 10.00€ pour tous de 17 ans à 77 ans ou plus ! Certificat médical et attestation de responsabilité civile à fournir lors de l'inscription.

Contacts : Annie 06 84 10 83 12 bernard.monrepos0630@orange.fr
Marie-Pierre 06 70 33 72 57 marierou64@hotmail.fr

LE JARDIN DES MOTS

Continuant sa route sur Baudreix depuis maintenant 1 an, cet espace d'écriture vous invite à vous amuser avec les mots au gré de votre fantaisie. D'exercices simples à d'autres plus fantaisistes, votre créativité vous étonnera !

Rien ne sert de se mettre entre parenthèse, ... il faut écrire un point c'est tout !...

Alors venez essayer !.....

Renseignements et inscriptions au **06 14 35 65 30**

Atelier d'écriture : 1 fois par mois en semaine

Site : <https://lejardindesmots.jimdo.com>

BAUDREIX ANIMATION

VIDE GRENIER à la salle des fêtes de Baudreix le **3 Décembre 2017**

Informations et inscriptions au : **06 83 28 02 31**

ASSOCIATION PARENTS D'ÉLÈVES

baudreix.ape@laposte.net



Déguise toi et Viens fêter Halloween !
Salle des Fêtes de Baudreix
Mardi 31 octobre 2017
15h30 - 19h30

Entrée : 2 € par enfant
5 € maximum par famille

Inscription : 06 03 47 77 18
ou ape.baudreix@laposte.net



Maquillage, Photo, Atelier Créatif

Lecture de Contes - Goûter
Défilé à faire peur dans les rues et maisons de Baudreix

« Des Bonbons ou un Sort ! »



La tradition veut que le roi Henri IV, soucieux du bien-être de ses moindres sujets, ait maintes fois répété :
« Je veux que chaque laboureur de mon royaume puisse mettre la poule au pot le dimanche ».

RECETTE DE LA PETDARIDE

Poule au pot de « Nouste Henric »

Recette pour 6 personnes

La farce : Hacher le foie, le cœur, le gésier de la poule, 300g de jambon cru, 3 gousses d'ail, du persil. Ajouter 150g de mie de pain trempée dans du lait, 2 œufs entiers, une pincée de noix de muscade, 3 cl d'Armagnac, sel, poivre. Bien mélanger.

Saler et poivrer l'intérieur d'une vieille poule d'environ 3 kg et garnir d'une partie de la farce. Coudre soigneusement et brider. Faire blanchir les premières feuilles vertes d'un chou et former 6 petits pâtés avec le reste de farce.

Cuisson : Mettre la poule dans une grande marmite avec un morceau de jambon. Couvrir d'eau froide, porter à ébullition et écumer. Ajouter un bouquet garni, du gros sel de Salies et quelques grains de poivre blanc. Après 30' de cuisson, ajouter 2 oignons cloutés de 4 clous de girofle, 500g de carottes, 500g de navets, 1 kg de poireaux et le cœur du chou coupé en 4, laisser cuire... le temps qu'il faut suivant l'âge de la poule mais au moins 1h de plus à petit bouillon puis ajouter 1kg de pommes de terre et les petits choux farcis et faire cuire encore 30'.

En même temps préparez :

1° le **riz au gras** : faire cuire le riz rond dans un 1/2l de bouillon pris sur le dessus avec le gras, rajouter du bouillon jusqu'à ce que le riz soit cuit. Il doit être crémeux. Ajouter sel, poivre et muscade.

2° la **sauce blanche** : coupez des champignons blancs en morceaux, les faire revenir dans du beurre avec une échalote et faire une béchamel avec le bouillon.

3° réaliser une **sauce tomate**.

Puis faire cuire du vermicelle cheveux d'ange dans le reste de bouillon.



Service : le bouillon au vermicelle est servi en premier. Puis la poule avec tous les légumes autour, le riz, la sauce blanche, la sauce tomate, de la moutarde à l'ancienne, des cornichons et du gros sel.

Accompagner d'un Madiran bien corsé.

Michou ■



LA GASCONNE

Si on vous dit qu'elle est svelte, de taille moyenne, d'un corps assez arrondi, drapée d'un noir brillant, vive, fière et élégante, sportive, intelligente, rustique et précoce, qu'elle aime la liberté, qu'elle est appréciée depuis les gaulois mais surtout depuis Henri IV...

Non on ne vous parle pas des béarnaises mais de La Gasconne. Oui, de la Poule Gasconne, la race prônée pour sa chair blanche et fine, par Nouste Henric pour faire la poule au Pot.

Dans les années 50 avec l'industrialisation de l'aviculture, la poule gasconne, s'accommodant mal de l'élevage intensif, est abandonnée au profit des races hybrides plus productives. Menacée d'extinction, elle ne doit sa présence aujourd'hui qu'à une poignée d'irréductibles qui conservent quelques spécimens. Aujourd'hui la race tend à se développer.

Comment la choisir ?

Vieille bien sûr, celle qui a l'âge de la réforme quand elle pond moins d'œufs. Car en pleine forme notre gasconne pond jusqu'à 200 œufs par an.

Et si, en l'ouvrant, elle a des œufs en formation, c'est donc bien une vieille poule et on mélange ces œufs à la farce.

Michou Mirandou et Jean Charles Roussel ■

Journal à parution tri-annuelle
contact : lepetitbaudreichoisis@gmail.com
Commission Municipale : contact Communication : Mairie
Coordination : Marlène Bicien
Maquette et mise en page : Diane Pierot Bossard
Equipe de rédaction : Marlène Bicien, Patrick Bonilla, Francis Escalé, Marie-France Grison, Michou Mirandou, Jean-Charles Roussel

ne jeter pas votre poubelle



EDITO

C'est sous le signe des diverses activités baudreichoises et la concrétisation de projets communaux que nous avons décidé d'ouvrir ce numéro de rentrée.

Vivre à Baudreix, sous bien des aspects, pourrait être un privilège. Dynamique, la commune s'est enrichie en 2017, de nouvelles associations : « les cavaliers de la belote » et le café associatif « Le Méli Mélo » qui va ouvrir ses portes en début d'année 2018.

Une « APE » active pour l'école, football, badminton, yoga, Tai-chi (太极拳), marche et spéléo pour le sport, cours de guitare, de percussions pour la musique, association de pêche pour les passionnés, atelier d'écriture, association du 3ème âge, tout cela est à votre disposition à moins de 5 mn de chez vous et il y en a pour tous les goûts et tous les âges.

Une boîte à livre a même vu le jour à Baudreix. N'hésitez pas à venir piocher un livre ou deux et à en déposer.

La rénovation de l'école avance et sera bientôt prête à recevoir tout nos bambins et leurs professeurs.

En attendant, enrichir votre quotidien en devenant « Observateur de la nature » ça vous tente ? Utile, éducatif et ludique, lancez vous dans cette nouvelle aventure... Bonne lecture à tous.

Marlène BICIEN

Le mot du Maire

Chers baudreichoisis, chères baudreichoises,

La rentrée scolaire est toujours un moment important d'abord pour les enfants puis pour les familles, les enseignants et les services municipaux.

Mon équipe et moi-même travaillons, pour que les écoliers retrouvent le chemin de l'école de Baudreix dans de bonnes conditions.

Le niveau de confort des bâtiments mis à disposition des élèves et de l'équipe enseignante étant une priorité pour la municipalité, l'école fait actuellement l'objet d'une réfection complète de ses locaux.

Des salles de classe équipées d'ordinateurs

Pour permettre, la rénovation des salles de classe, assurer la sécurité des enfants et le bon fonctionnement des cours, la salle du conseil municipal a été mise à disposition de la classe des CE2, CM1, CM2. Une première

phase de travaux qui concerne le clos et le couvert se termine actuellement, avec mise en place de panneaux solaires. Nous entamons la 2ème phase avec les travaux d'isolation, d'électricité, de chauffage... Toutes les salles de classe seront équipées d'ordinateurs et de tableaux interactifs.

La fin des travaux est prévue en Avril 2018. Le coût des travaux s'élève à 670 000€ TTC. Nous nous sommes mobilisés afin d'obtenir le maximum de subventions autorisées par la loi, soit 80 %.

Concernant les temps d'activités périscolaires, le décret laissant le choix aux collectivités de poursuivre ou non la réforme des rythmes scolaires engagée dans les écoles est paru au Journal Officiel le 28 juin 2017.

Mme Laffargue, en charge du suivi de ce dossier, avait à cette date, terminé l'organisation pour l'année scolaire 2017, 2018. Il nous a paru inconcevable de mettre un terme à nos engagements



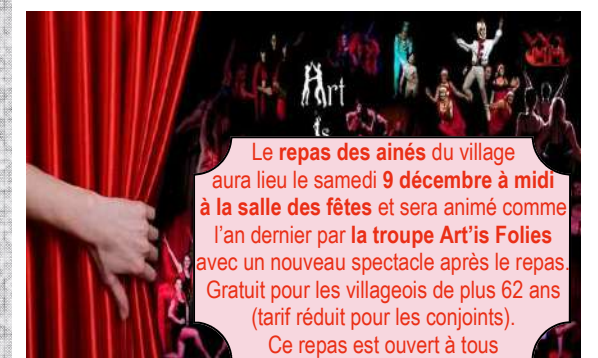
sans que cela ait été abordé en conseil d'école. Car le retour à la semaine de 4 jours impliquant l'arrêt définitif des activités TAP au sein de l'école demande une réelle concertation avec les enseignants, les parents et la commune. Nous n'avons pas souhaité que de telles décisions soit prises sans réel consensus.

Enfin, la programmation de la mise aux normes des locaux associatifs s'est poursuivie durant l'été avec la rénovation de la « salle du comité » par nos agents municipaux. Depuis la rentrée, elle accueille les guitaristes des «Ateliers de Baudreix » et le café associatif « Le Méli Mélo » s'y installera prochainement pour notre plus grand plaisir à tous. Souhaitons lui le succès qu'il mérite ! Très chaleureusement,

Francis ESCALE, votre maire ■



Vif succès lors du vide grenier organisé par le CCAS en septembre



Le repas des aînés du village aura lieu le samedi 9 décembre à midi à la salle des fêtes et sera animé comme l'an dernier par la troupe Art'is Folies avec un nouveau spectacle après le repas. Gratuit pour les villageois de plus de 62 ans (tarif réduit pour les conjoints). Ce repas est ouvert à tous

Observateurs de la nature

Citoyen passionné de nature, observateur de faune et de flore, vous pouvez aider le monde scientifique et faire avancer la recherche sur la biodiversité.

Que vous soyez novices, naturalistes débutants ou expérimentés, publics scolaires... vous devenez des "vigies de la nature" en collectant des données dans votre jardin, sur votre balcon ou lors de vos balades. Cette méthode est baptisée "sciences participatives" et plusieurs logiciels permettent d'y collaborer. Ces programmes offrent ainsi à la société civile l'opportunité de contribuer à un recueil de données scientifiques indispensables à la conservation de la biodiversité et pouvant apporter des réponses face aux changements globaux (urbanisation, changement climatique...). Ces nouvelles connaissances acquises permettent de mieux comprendre le fonctionnement du vivant et de mettre en place des mesures

de gestion environnementale plus pertinentes et plus durables. Ces programmes sont éducatifs, ludiques, relaxants et vous permettent d'évoluer dans vos connaissances sur la nature.

Devenez des « vigies de la nature »

Mon petit conseil, si vous souhaitez commencer cet hiver, téléchargez l'application BIRDLAB sur votre smartphone ou votre tablette et lancez-vous. C'est un jeu gratuit, de sciences participatives ayant pour but l'observation des oiseaux présents sur les mangeoires en hiver.

Vous apprenez ainsi à reconnaître les 24 espèces d'oiseaux les plus courantes grâce à un quizz d'entraînement, des fiches descriptives enrichissent vos connaissances. Les données récoltées sont transmises au Muséum National d'Histoire Naturelle et aident concrètement les scientifiques de Vigie-Nature dans l'étude comportementale des oiseaux. Chaque année, la synthèse des observations réalisées par



tous est diffusée aux participants. Si vous utilisez un ordinateur connectez-vous sur le site de l'observatoire participatif www.oiseauxdesjardins.fr qui est une réalisation de la Ligue de Protection des Oiseaux et du Muséum. Pour utiliser personnellement tous ces outils, je suis convaincu que vous y prendrez goût et que vous persévèrerez sur des programmes plus audacieux où d'autres thèmes proposés par Vigie-nature.

Vous pouvez également rejoindre des associations qui ont le même objectif éducatif, comme l'association « Évasion Pyrénéenne » basée à BAUDREIX.

Jean-Charles Roussel ■

La santé vient en bougeant

La sédentarité et la réduction de l'activité physique font peser des risques sur notre santé. Quel que soit notre âge, une activité physique régulière, si possible quotidienne, est bénéfique.

Or nous nous déplaçons principalement en voiture et nous passons plus de temps assis devant des écrans. La technologie met au point des équipements qui sollicitent moins nos capacités physiques. Ces évolutions sont certes appréciables mais elles créent, si l'on n'y prend pas garde, de nouveaux déséquilibres qui peuvent, à long terme, être préjudiciables pour la santé.

- Au niveau mondial, un adulte sur quatre manque d'exercice, plus de 80% des adolescents n'ont pas une activité physique suffisante.
- La sédentarité et l'inactivité physique sont à l'origine de 1,9 millions de décès dans le monde par an.

De nombreuses études démontrent que la pratique d'une activité physique régulière a de nombreux impacts positifs, notamment :

- réduire le risque d'apparition et d'aggravation de nombreuses pathologies chroniques
- améliorer la santé mentale en réduisant le stress, l'anxiété et la dépression
- limiter la perte d'autonomie et le risque de chute chez la personne âgée.

C'est pourquoi, l'activité physique figure dans différents plans nationaux, notamment le **Programme National Nutrition Santé (PNNS)** dont l'un des axes stratégiques vise le développement de l'activité physique et la limitation de la sédentarité.



Il est à noter également que depuis la loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé, le médecin traitant peut prescrire, depuis cette année, une activité physique pour des patients atteints d'une affection de longue durée.

L'activité physique correspond à tous les mouvements de notre corps produits par la contraction des muscles augmentant ainsi la dépense d'énergie. Elle comprend tous les mouvements de la vie quotidienne, effectués lors du temps de travail, à la maison ou lors des loisirs.

La marche est l'activité physique de base, praticable par un très grand nombre de personnes, à tout âge et partout. Mais l'activité physique c'est aussi faire du vélo, jouer avec les enfants, jardiner, bricoler... et bien sûr faire du sport.

En profitant de chaque occasion de la vie quotidienne pour devenir actif, nous pouvons, de manière simple, atteindre la quantité d'activité physique recommandée par le PNNS pour protéger notre santé : **l'équivalent de 30 minutes de marche rapide chaque jour pour les adultes et 1 heure pour les enfants et les adolescents**, et ce quel que soit nos disponibilités, notre motivation, notre âge ou notre condition physique.

Alors, qu'attendons-nous pour être acteurs de notre santé ?

Pour en savoir plus : <http://www.mangerbouger.fr/PNNS/>

Patrick Bonilla ■

Ouvert à tous
L'association CAP Santé
Pays de Nay a établi un programme
d'activité physique + activité bien-être :
« En Marche pour Ta Santé ».
L'association est parrainée par l'Agence
Régionale de Santé et le Centre National
pour le Développement du Sport.
Rendez vous au lac de Baudreix
tous les 1er dimanche du mois
www.capsante-paysdenay.fr

Quoi de neuf à Baudreix !

Ca y est !! C'est parti... la boîte à livres est installée, juste à côté de l'aire de jeux en contre bas de la mairie.

BOÎTE À LIVRES : MODE D'EMPLOI

LES BOÎTES À LIVRES,
C'EST TOUT SIMPLE ET C'EST GRATUIT !

Prenez un livre et emportez-le chez vous
ou au bord du lac.



Les livres déposés doivent être en bon état. N'oubliez pas que les livres sont à disposition de tous, dans un lieu public. N'y déposez pas des ouvrages réservés à un public averti.

tout c'est cadeau pour l'esprit ». Résistante aux intempéries, elle mérite votre respect. Nous lui souhaitons une longue vie et de nombreux usagers lecteurs.

M. Bicien ■

Elle a été réalisée par Christophe, notre «artisan» communal. Un grand merci à lui.

Cette boîte à livres facilitera le partage de savoir et de divertissement en contribuant à la bonne santé du lien social. Le livre est ainsi présent au cœur même de l'espace public.

Comme l'écrivait Marie Pichon dans le précédent numéro :

« Les boîtes à livres, c'est cadeau pour la porte monnaie et sur-



DES NOUVELLES DU CAFE ASSOCIATIF ET CULTUREL DE BAUDREIX : Le Méli-Mélo

Le comité de pilotage compte à ce jour 6 membres et poursuit son travail avec sérieux et détermination pour la mise en place du projet.

Sous le couvert d'une association officielle Loi 1901, la commune prête gracieusement le local des Assos (face à la salle de sports) ainsi, le café nommé le Méli Mélo verra le jour au 1^{er} semestre 2018.

Nous rappelons qu'il s'agit, à travers ce lieu que nous espérons très convivial, de créer du lien social intergénérationnel dans le cadre communal mais aussi intercommunal, en s'appuyant le plus possible sur des partenaires locaux, la bonne humeur étant de tous les échanges. Nous accueillons toutes idées de manifestations ou d'animations, pouvant être intégrées dans une

programmation et nous restons ouvert à toutes nouvelles candidatures pour une participation active au Comité de Pilotage.

Tous dons de matériels comme chaises, tables, rideaux, petit matériel de cuisine ou autres, nous permettant de bien débiter seront les bienvenus...

N'hésitez pas à nous contacter
au 06.14.35.65.30 ou

melimelobaudreix64@gmail.com

A VOS CRAYONS !

Proposez nous vos créations
de logo pour le café,
une surprise attend
le gagnant.



Le collectif ■

Nos compagnons de maison

En France 1 foyer sur 2 possède un animal de compagnie. Mais quelle est la différence entre Animal Domestique (AD) et Animal de compagnie (AC) ?

Le premier est par définition « domestiqué », on peut l'élever et le mettre à la vente. En droit, le statut de l'animal domestique est encadré. Il est avant tout un animal vivant au voisinage de l'homme dans le cadre d'une relation de proximité régulière, d'où le terme de « domestication ». Par exemple, moineau, mouche, araignée, souris sont des espèces commensales car voisines de l'homme... Il sert aussi de nourriture (vache, mouton...) ou pour des travaux (animaux de trait).

La domestication comporte : l'apprivoisement ou la maintenance en captivité. En droit français, l'AD découle d'un groupe ayant des caractéristiques stables et génétiquement hérissables suivant ainsi le Code de l'Environnement qui l'oppose aux espèces NON DOMESTIQUES (animaux sauvages). La naissance en captivité n'est pas un critère de domestication.

Les animaux d'élevage eux, sont des biens -immeubles par destination (agriculture-industrie).

L'animal de compagnie (AC) est un animal « domestiqué et apprivoisé » : ce sont des animaux de la maison (chiens-chats-lapins) qui peuvent être objets d'élevages. Pour le code pénal, il reste une « chose » (droit des biens-meubles) sur lequel est exercé un droit de propriété.

Responsabilité et devoir de protection

Entretenir un lien affectif particulier avec un AC entraîne un droit de responsabilité et un devoir de protection.

Les animaux reconnus « domestiques » en France sont sur une liste où apparaît également l'autorisation ou non de la possession d'animaux exotiques (Ministère de l'Ecologie et du Développement durable). Une autre liste existe : « les Nouveaux Animaux de Compagnie », qui est actualisée régulièrement en fonction de l'avancée du droit et de la défense des animaux (consultation internet liste NAC).



Vers 2013, les sociétés de protection animale montent au créneau et on considère depuis 2015 les

animaux comme des êtres vivants doués de sensibilité restant soumis au régime des biens. Les mauvais traitements (actes de cruauté) sont donc punis et l'intérêt supérieur de l'animal est retenu dans certaines conditions.

Il doit être gardé, si possible marqué (tatouage, puce, collier signant une appartenance) et la divagation est interdite.

Mais qu'en est-il de l'errance (chats, chiens dans les campagnes et villages) ?

Le critère pertinent le plus reconnu est l'absence de gardien/maitre. D'où une différence entre divagation : avec maitre, et errance : sans maitre. L'errance ouvre la possibilité pour une mairie de conduire l'animal à la SPA (code rural).

Tous animaux égarés livrés à leur instinct, tombent sous le coup du paiement des dégâts qu'ils provoquent, par les propriétaires. Selon, vétérinaires et SPA, castration ou stérilisation, restent les seuls moyens pour éviter la prolifération des chats et donc leur errance.

La suite au prochain numéro...

Marie France Grison

