

Le Petit Baudreichois

Edition n°20- Juin 2021

EDITO

Depuis Jeanne d'Albret en passant par Auriol-Centuelle de Béarn, et Jeanne Galan que sommes-nous devenus baudreichois de naissance ou de cœur ? Sommes-nous dignes de cet héritage du temps passé pour lequel, certains se sont battus avec courage ?

A l'heure du numérique, se questionner peut sembler légitime.

Dans ce numéro, nous constaterons que les arnaqueurs du web ont remplacé les bandits de grands chemins et une petite balade dans la saligue, vous aidera à mieux comprendre pourquoi la nature est placée sous protection.

La belle saison semblant s'installer doucement, il nous a paru opportun de rappeler les quelques règles de bon voisinage. C'est aussi le temps des pique-niques retrouvés : La Petdaride vous donnera quelques nouvelles idées.

Après l'effort, quel délice de se poser et d'admirer le paysage tout en partageant un petit repas convivial.

La vie sociale et culturelle reprend petit à petit ses aises.

Nous espérons tous nous retrouver bientôt pour partager des moments conviviaux lors de festivités, manifestations et activités associatives diverses au sein de notre village.

Toute l'équipe du petit baudreichois vous souhaite un très bel été 2021.

Info CCAS

Bilan des aides étudiantes :
En 2021 le CCAS a été heureux d'aider huit étudiants baudreichois en études supérieures.

La commune et la Direction Départementale de la Cohésion Sociale ont mis en place des « Ateliers jeunes » rémunérés : sont concernés les baudreichois(es) de 16 à 18 ans inclus
Dépôt des candidatures jusqu'au 18 juin 2021 au secrétariat de Mairie.

Promenons-nous dans les bois...

Pendant les différents confinements imposés, nous avons dû limiter nos sorties à un périmètre restreint. Les promenades se sont alors effectuées sur notre territoire communal.

Certains ont découvert ou redécouvert la petite balade du « sentier nature de la saligue » et nous avons été nombreux à nous y rencontrer.

Ce parcours à la portée de tous dure 45min. Il débute le long du Baniou, puis serpente à travers le bois de Baudreix et enfin arrive en bordure du Gave de Pau. On remonte ensuite au fil de l'eau pour revenir au départ.

La saligue est l'espace appelé le lit majeur du gave occupé lors de grandes crues.

Cette zone humide du gave se nomme saligue ou saligat dont la racine latine "salix" signifie saule. Richesse menacée du patrimoine rural, elle est classée « Espace naturel sensible » pour l'intérêt de sa faune, de sa flore et de sa biodiversité.

Durant cette balade, on découvre toute la richesse de cet écosystème : des platanes dont certains ont un port très original, des hêtres, de grands saules qui ont malheureusement souffert lors de la tempête de 2014, emportant les nids des hérons cendrés qui ne sont jamais plus revenus.

Grâce à cette zone humide, une végétation riche et variée se développe telles que Euphorbes, ail des ours, arbres à papillons, plantes médicinales mais aussi des espèces invasives comme la renouée du japon. Impossible de tous les citer mais, chacun d'eux apporte formes, couleurs ou bien encore odeurs différentes.

Grâce à l'application BirdNet téléchargeable sur votre mobile, vous pourrez découvrir grâce à leurs chants, la diversité des oiseaux que la saligue abrite : Grimpereau des jardins,



Platanus tentaculata !

Troglodytes mignon, Gobe mouche gris, Fauvette et encore bien d'autres espèces.

Véritable garde manger, la saligue abrite énormément d'insectes endémiques.

Autrefois, la saligue était un territoire très prisée par une race de lapins de garennes spécifique. Ils furent décimés par la myxomatose arrivée là par des lâchers sauvages de lapins d'élevage malades.

Pour préserver cette race, un espace a été organisé en réserve de chasse, le lapin de garenne a été réimplanté et vous pouvez à nouveau le rencontrer.

Afin de ne pas déranger les différentes espèces, la nature s'y ordonne librement, pourrissement des arbres morts par exemple et l'action de l'homme n'y est que

très peu requise.

Cette petite excursion en pleine nature peut se faire tout au long de l'année. Le décor change et évolue selon les saisons et offre des ambiances différentes.

En veillant à ce que rien ne tombe de vos poches, prenez le temps de suivre cet agréable sentier.

Sébastien Peyre ■



L'ail des ours

Association LUDOZEN

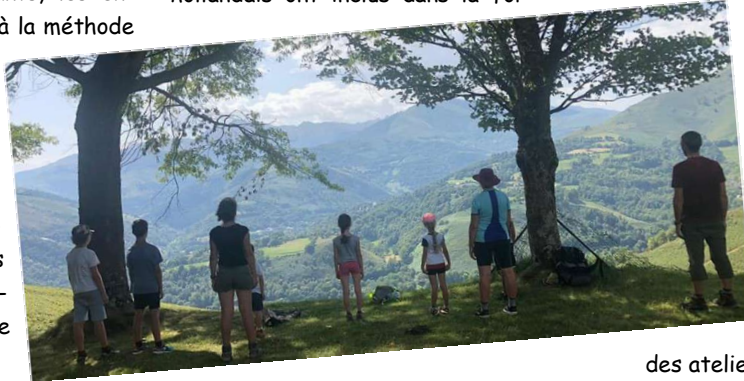
Depuis plusieurs années, Christelle Normand enseignante et ses collègues constatent la fragilisation du climat scolaire. Comment pouvons-nous demander aux enfants de se concentrer alors qu'on ne le leur a jamais appris ?

La découverte puis l'expérimentation des pratiques de l'attention en classe est une révélation pour les enseignants, les enfants et les parents. Formé à la méthode Eline Snel, LUDOZEN intervient dans les écoles ou auprès de particuliers afin d'aider enfants et adultes dans leur développement personnel, grâce à l'apprentissage de techniques basées sur les pratiques de l'attention (ou méditation laïque de pleine conscience).

Les enfants d'aujourd'hui sont parfois agités, dispersés, stressés. La méditation les aide à se comprendre, s'apaiser, se concentrer. Grâce aux pratiques de l'attention, l'enseignante

d'une classe de CM2 affirme que LudoZen a transformé sa classe. Quel plaisir de voir un ado réussir ses évaluations alors qu'il perdait tous ses moyens avant de nous rencontrer !

Les exemples sont nombreux et il n'est pas surprenant que le ministère de l'Éducation lance une expérimentation dans 400 écoles françaises. Précurseurs, les hollandais ont inclus dans la for-



mation de leurs enseignants les pratiques de l'attention.

Les activités de respiration, de mouvements et d'observation se déroulent dans le cadre d'une histoire : l'enfant ou

TEMOIGNAGE

« Qu'est-ce que je suis contente d'avoir trouvé une personne à l'écoute, dans l'échange, dans l'adaptation des particularités de mon fils...J'ai l'impression d'avoir trouvé une clé que je cherchais depuis longtemps. Mon fils se sent investi, motivé dans ce programme car vous le rendez acteur. Les pratiques que vous lui transmettez sont utilisables dans son quotidien et ça, c'est vraiment le top ! Merci de nous aider, merci de l'aider à mieux se connaître. »

l'adolescent apprend l'importance du souffle, l'aspect passager des émotions et des pensées en s'amusant. Il apprend à observer, à réguler ses émotions, à se découvrir.

L'association propose également des WE entre adultes ou parents/enfants. Ces séjours permettent un ressourcement, une amélioration des relations offrant des outils pour vivre mieux. LUDOZEN propose aussi d'autres activités comme

des ateliers philosophiques SEVE.

N'hésitez pas à visiter notre site internet: <https://ludozen64.wixsite.com/ludozen64>

contact : 06.61.67.10.74

Cédric Normand - le Président ■

Savoir vivre dehors

Avec ces journées ensoleillées, bon nombre d'entre nous vont en profiter pour jardiner et bricoler.

L'occasion de rappeler quelques règles de bon voisinage.

Les travaux de jardinage ou de bricolage susceptibles de porter atteinte à la santé et à la tranquillité (bruit) du voisinage sont autorisés uniquement : les jours ouvrables de 8h30 à 12h et de 13h30 à 19h, les dimanches et jours fériés de 10h à 12h.

ÉLIMINATION DES DÉCHETS

Pour limiter la pollution, pour les voisins et pour prévenir les risques d'incendie, brûler les déchets dans votre jardin vous expose à une amende allant jusqu'à 450€. Les déchets verts doivent être acheminer à la déchetterie, du lundi au samedi de 10h à 12h et de 15h à 19h (horaire d'été).

PLANTATIONS EN LIMITE DE PROPRIÉTÉ

Les haies, arbres et arbustes doivent être plantés à 50 cm minimum de la limite de propriété et ne doivent pas dépasser deux mètres de hauteur. Si la haie doit dépasser les deux mètres alors elle devra être implantée à deux mètres minimum de la limite de propriété. Les haies et arbres, bordant

les voies communales, devront être entretenus par les propriétaires. Sinon l'élagage pourra être exécuté d'office par la commune et aux frais des propriétaires, après mise en demeure. Une haie mal entretenue peut gêner la visibilité des piétons et des automobilistes.

DÉCHARGES SAUVAGES

Déposer des ordures, des gravats et autres déchets sur un lieu public ou privé sans autorisation est passible d'une amende pouvant aller jusqu'à 1500€, voire de poursuites.

NUISANCES SONORES

Les bruits sont gênants la nuit entre 22 h et 7h du matin et passibles d'amendes pour tapage nocturne, mais également dans la journée, lorsque les voisins sont souffrants ou astreints à des horaires de travail et de repos particuliers. Mieux vaut prévenir ses voisins pour le bruit qui risque de les déranger. Ceci est une affaire de savoir vivre ensemble.



Les bruits de comportement sont tous les bruits provoqués de jours comme de nuit, par exemple : cris, talons, chants, fête familiale, jeux d'enfants, musique, téléviseur, outils de bricolage, maintenance de piscine, pétard, pompe à chaleur, aboiements...

Notre qualité de vie dépend de la bonne volonté de chacun. L'observance de ces quelques règles permettra à tous les habitants de se sentir bien dans leur logement et dans leur environnement.

Annie Monrepos ■

Baudreix dans l'Histoire

Nous pouvons affirmer que Baudreix est un village ancien, puisque nous pouvons remonter en l'an 1070, date à laquelle Auriol-Centuelle de Béarn, Chevalier Seigneur du Comté de Clarac, fit don du village de Baudreix au monastère de St-Pé de Bigorre.

Baudreix, alors au cœur d'une terre d'alluvions fertiles, appartenait à l'archidiaconé appelé Bathbielle une vallée peuplée à l'époque ancienne.

En 1385, sous le règne de Gaston Foebus, le village comptait six feux, soit six maisons. Juste avant la forte crue du gave en 1772, on en dénombrait trente. De nos jours, on en décompte 250 environ.

Baudreix signifierait « Beau vallon ». Au cours des siècles, le village a traversé plusieurs tragédies. Voici celles qui ont marqué l'histoire de notre village.



L'église repeinte en mai 2021

En 1578, Jeanne d'Albret, fille d'Henri II de Navarre et de Marguerite d'Angoulême et mère d'Henry IV était une calviniste convaincue. Elle envoya ses soldats régler leur compte aux religieux catholiques membres de l'ordre des Recollets. Ils vivaient en paix à Baudreix dans leur monastère et refusaient de se convertir à la réforme protestante.

Ils furent sauvagement assassinés et leur monastère détruit par les flammes.

En 1772, une crue emporta une partie du village qui se situait plus près du gave.

La route Nay/Pau, l'actuelle rue de l'Estibette, fut coupée.

En 1850, le village se reconstruisit en hauteur grâce aux dons de Madame Jeanne Galan, grande bienfaitrice de la paroisse. Elle légua sa maison d'habitation (emplacement de l'actuel LTP), qui

servit d'école des filles et fut confiée en 1874 aux religieuses « Les servantes de Marie » d'Anglet.

Elle légua aussi une autre maison à l'emplacement actuel de l'immeuble Bur où les frères de Saint-Jean-Baptiste de la Salle dirigèrent l'école des garçons, ainsi qu'un terrain sur lequel elle fit ériger en 1859 par l'entrepreneur Lascourrège, une nouvelle église.

Les peintures et fresques murales furent réalisées par le peintre décorateur Benoît Lamarque, qui habita à Baudreix et y mourut en 1927.

Ces fresques murales que nous pouvons encore admirer aujourd'hui font de l'église Saint-Vincent de Baudreix un joyau de notre patrimoine, et confère à ce lieu chaleureux et accueillant chargé d'histoires baudreichoises, une simplicité élégante aux accents byzantins.

Marlène Bicien ■

Attention Arnaques

Nous sommes tous concernés. N'hésitez pas à parler de situations qui vous semblent inhabituelles. L'isolement étant un facteur d'insécurité, en adhérant à la vie locale et associative de votre commune, vous rencontrerez des personnes susceptibles de vous aider.

Vol au distributeur de billets

Ne laissez jamais votre code avec votre carte bancaire.

Récupérez vos tickets de retrait et d'achat. Méfiez-vous des inconnus vous proposant leur aide.

Agression

N'opposez aucune résistance, votre vie est plus précieuse que vos biens. Notez le signalement de votre agresseur et du véhicule et alertez la police au 17 ou 112.

Arnaques téléphoniques

En cas de vol ou perte, alertez votre opérateur avec le numéro d'identification de votre téléphone (code IMEI) qui suspendra votre ligne.

Notez votre code IMEI obtenu en tapant *#06# sur votre mobile.

Numéros surtaxés : à 10 chiffres commençant par 081 ou 082 ou 089, à 4 chiffres commençant par 1 ou 3, à 6 chiffres commençant par 118

Sollicitations suspectes par SMS ou par mail

«Pour prendre possession de votre colis, vous devez rappeler le numéro (089...)»

«Vous avez entrepris une démarche administrative : vous êtes invité à appeler le (089...)»

Au moindre doute, transférez le SMS au 33700 ou www.33700.fr

Protégez-vous du démarchage téléphonique, inscrivez-vous gratuitement sur bloctel.gouv.fr

Piratages, escroqueries en ligne :

- **L'arnaque aux faux supports techniques**

consiste à bloquer votre ordinateur pour vous pousser à contacter un support technique imitant Microsoft, Apple, Google vous demandant de payer un pseudo dépannage ou acheter un logiciel inutile.

- **L'hameçonnage** (phishing) vous incite à communiquer des données personnelles et bancaires par de faux messages officiels : administration

• Numéro d'urgence 112.
• Police Gendarmerie 17 - Pompiers 18 - SAMU 15
• Carte de crédit perdue ou volée 0 892 705 705
• Opposition chéquier 0 892 683 208.

fiscale, organismes officiels, banques, ne demandent jamais des coordonnées bancaires ou des informations personnelles par mail. Il ne faut donc pas y répondre.

- **Le rançongiciel** : ce logiciel malveillant bloque l'accès à votre ordinateur ou aux fichiers et réclame le paiement d'une rançon pour en obtenir à nouveau l'accès.

PHAROS (Plateforme d'Harmonisation, d'Analyse, de Recoupement et d'Orientation des Signalements) permet de signaler les contenus et comportements illicites d'internet.

Victime d'escroquerie ou de cyberattaque :

Déposez plainte à la police muni de : références du paiement, numéro de carte bleue, nom de l'interlocuteur, téléphone, copie des @, copie du relevé de compte bancaire où apparaît le débit.

Protégez votre ordinateur avec un logiciel antivirus, régulièrement mis à jour. Réalisez vos achats sur les sites de confiance (https).

N'ouvrez jamais un courriel dont la provenance est douteuse.

Michou Mirandou ■

BADMINTON

La section badminton reprendra ses activités le 20 septembre si tout va bien. Les horaires sont inchangés : lundi et vendredi 21h pour les majeurs uniquement.

Contact : mapieroussel64@hotmail.com

ATELIERS DE BAUDREIX

Les cours de guitares redémarrent le 14 juin 2021 pour s'arrêter le 3 juillet 2021. Ils reprendront à la rentrée de septembre. Contact : 06.25.74.11.08



Avec les interdictions de pratiques d'activités en salle ces derniers mois, l'organisation de l'association a été modifiée.

A ce jour, l'association ne propose donc pas de créneaux hebdomadaires à la salle du petit foyer mais nous nous retrouverons à partir de la rentrée 2021.



PIQUE-NIQUE
AVEC LES
RANDONNEURS
DE L'ÉPI

Pas de balades sans pique-nique pour terminer une bonne journée... Le mot pique-nique est composé de pique au sens de picorer et de nique « chose sans valeur ». Faire un pique-nique, c'est donc picorer des petites choses. Dès 1694, on trouve la locution «faire un repas à pique-nique», ce qui signifierait aujourd'hui «chacun apporte quelque chose à manger». La journée commence avec café/croissants avant le départ de la marche. Puis pendant que les uns marchent, l'intendance installe les tables avec une jolie nappe, chaises, verres et apéro. Au retour des randonneurs, les sacs s'ouvrent et tout le monde sort ce qu'il a préparé...



Saligat de Baudreix

Olives et pickles, chips guacamole, pâté maison, andouille, saucisson, jambon, chorizo, omelette, pissaladière, croque-monsieur, sandwich au thon (pain de mie/thon mixé mayo/tomate salade), cake salé, salade de pâtes (tomate/jambon/olives/poivron, maïs, œuf dur), rôti, fromages divers, et tartes maisons.

Le tout accompagné d'un bon pain frais et arrosé de vin rouge/rosé ou bière (à consommer avec modération). Pour finir un bon café chaud et le petit carré de chocolat qui va bien.

Le pique-nique est un grand moment de décontraction et de convivialité, où l'on apprend à se connaître et à tisser des liens. Adishatz.

Michou ■

RECETTE DE LA PETDARIDE

Recette du cake salé d'Anne Marie

(idéal pour manger sur l'herbe ou repas du soir avec une salade)

200gr farine, 1 sachet de levure, 3 œufs, 10cl d'huile olive et de lait chaud, sel poivre, fromage râpé.



Mélanger, et ajouter la garniture selon vos goûts et imagination : courgettes/chorizo, poireau/saumon, jambon/olives, thon/poivron, tomates séchées/féta/basilic,

Enfourner à 180°C pendant 40'.

Pour vérifier la cuisson enfoncer la lame d'un couteau, elle doit ressortir sèche.

Bon appétit.

Michou ■



Journal à parution tri-annuelle

lepetitbaudreichois@gmail.com

Commission Municipale : contact Communication : Mairie

Coordination : Marlène Bicien

Maquettiste : Diane Pierot Bossard

Equipe de rédaction : Robert Arteaga, Cédric Bazir,

Marlène Bicien, Francis Escalé, Michou Mirandou,

Annie Monrepos, Sébastien Peyre

ne
pas
jeter
sur
la
voie
publique