



Le **Amil**

Le Mensuel d'Information
Lescarien

SAISON CULTURELLE
**Tonos et airs de cour
à la Cathédrale** p. 8

N° 031 - Novembre 2018



P.4 | AU QUOTIDIEN

Mémo tri : pour un tri sélectif
réussi



P.6-7 | DOSSIER

Investir pour économiser



P.10 | AGENDA

Du sport avec l'école
Victor-Hugo

Sommaire



AU QUOTIDIEN P.4-5

- Agglomération** Mémo tri : pour un tri sélectif réussi
- Solidarité** Repas des aînés
- Créer du lien** Évolution de la permanence des élus
- Actualité** Terrain synthétique : un risque «peu préoccupant»
- Téléthon** Appel à initiatives
- Festivités** Gala de Noël
- Initiative** Conseil Municipal des Enfants



DOSSIER P.6-7 Préparer l'avenir Investir pour économiser



L'AGENDA P.8-10

- Prévention** Inscription aux ateliers Bien-être adulte
- Santé** Cap sur la prévention
- Sport** Le Trail de Victor-Hugo
- Théâtre** La valse du hasard

L'édito

Pari gagné pour le service Culture et patrimoine à l'origine de l'organisation d'Un dimanche au Bilaà. Car proposer une alternative à la grande manifestation des Mystères de la cité n'était pas évident. Pourtant, cette journée de découverte du patrimoine Lescarien sous fond d'ambiance 1900 fut une véritable réussite. 3 000 personnes étaient présentes ce 16 septembre. Un nouveau rendez-vous à inscrire dans les agendas ? Qui sait ? En attendant, les Mystères de la cité 2019 s'organiseront dans une cité entièrement rénovée et resplendissante.



Une partie de l'équipe municipale lors de la rétrocession du dernier lac de Laroin exploité par les Dragages Daniel.

L'actu de ce mois de novembre est orientée économies. Mais pas n'importe quelles économies ! Des économies issues de dépenses. Vous nous direz alors, «mais comment cela est-il possible ?». Et bien, notamment grâce à des rénovations et des travaux stratégiquement sélectionnés. Allez, on vous dit tout page 6 et 7 du dossier.

Bonne lecture à tous.

Bien cordialement
Christian Laine
 Maire de Lescar
 Vice-Président de la communauté
 d'agglomération Pau Béarn Pyrénées

Directeur de la publication Christian Laine
Responsable de la rédaction Arthur Meignen, Directeur Général des Services
Photographies Service Communication, Courte Échelle
Couverture L'Ensemble de la Grande Chapelle © David Blazquez
Conception graphique Service Communication
Impression Martin Impressions
 Avenue Denis Papin - 64140 Lons - 05 59 32 31 59

Hôtel de Ville Allée du Bois d'Ariste
 05 59 81 57 00
Services techniques Chemin des 3 ponts
 05 59 81 57 42

Site Internet www.lescar.fr
You Tube



TRAVAUX

Aménagement du Boulevard de l'Europe : une mise en sécurité très attendue.



Photos © Maitié Menendez

SPORT

Marche, cours et roule. La 9^e édition du rendez-vous sportif et solidaire organisé en partenariat avec la ville de Lons a rassemblé de nombreux sportifs et familles.



CULTURE : UN DIMANCHE AU BILAÀ

Un dimanche au Bilaà : la manifestation organisée dans le cadre des Journées européennes du patrimoine a rassemblé près de 3 000 personnes. Une belle réussite pour cette première édition !

SOLIDARITÉ

Les seniors du Centre social l'Escale ont pu profiter de la venue du Truck de l'autonomie Soliha pour s'informer sur les moyens de contrer la perte d'autonomie et sur les risques d'accidents domestiques.



Agglomération Mémo tri : pour un tri sélectif réussi

Le 15 novembre est la journée mondiale du recyclage. Le Mil de ce mois-ci est donc l'occasion de rappeler quelques petits gestes simples pour trier plus et mieux. Un tri réussi se résume en huit gestes simples.

Encombrants végétaux : pensez broyage solidaire

Vous venez d'élaguer vos haies ou vos arbres ? Faites broyer les branches à domicile par une association d'insertion.

Le broyage solidaire s'adresse aux personnes de plus de 70 ans, aux bénéficiaires des minima sociaux et aux personnes en situation de handicap. L'opération de broyage des branches est réalisée à domicile, sur rendez-vous par Béarn Solidarité Croix Rouge Insertion au 05 59 84 21 80.

1 - LES EMBALLAGES ET PAPIERS

Depuis le 1er janvier 2016, absolument tous les emballages se trient et vont au bac jaune (sauf les emballages en verre, qui doivent être rapportés à une borne à verre). Il en va de même pour tous les papiers.

2 - LES EMBALLAGES EN VERRE

Tous les emballages en verre se trient et se recyclent à l'infini dans les bornes à verres. On parle ici des seules bouteilles, pots et bocaux. La vaisselle brisée par exemple, se met à la poubelle à ordures ménagères.

3 - LES DÉCHETS DE CUISINE ET DU JARDIN

Ne jetez plus vos déchets de cuisine et de jardin aux ordures ménagères, valorisez-les ! Le compostage et le broyage-paillage chez soi sont encouragés. Toutefois, vous pouvez aussi déposer vos déchets de cuisine et de jardin dans le bac marron ou en déchetterie pour qu'ils soient valorisés.

4 - LES ENCOMBRANTS

Les dépôts d'encombrants (canapé, matelas, bidet...) sauvages sont interdits, sous peine d'amende. Apportez-les en déchetterie, soit par vos propres moyens, soit en ayant recours à un professionnel.

5 - TEXTILES USAGÉS

Vêtements, chaussures, petite maroquinerie et linge de maison non utilisés... rapportez-les dans l'une des 117 bornes de collecte du Relais de l'agglomération. Un geste utile pour l'environnement et l'emploi solidaire.

6 - DÉCHETS DE SOINS DE SANTÉ

Aiguilles, seringues, perfusions... doivent être jetées dans une boîte à DASRI (Déchets d'Activité de Soins à Risques Infectieux). Cette boîte gratuite s'obtient en pharmacie. Une fois pleine, elle doit être portée en déchetterie. Vos médicaments périmés doivent être rapportés en pharmacie car elles disposent d'une filière de traitement approprié.

7 - LES DÉCHETS MÉNAGERS ÉLECTRONIQUES ET ÉLECTRIQUES

Vous pouvez les rapporter chez le vendeur, les déposer à la recyclerie Emmaüs ou en déchetterie.

8 - LES PRODUITS SPÉCIAUX

Autres huiles peintures et produits toxiques : rapportez-les dans le magasin où vous les avez achetés ou en déchetterie.



Repas des aînés : un temps de partage et de festivité.



Le terrain synthétique de Lescar est conçu sans billes de caoutchouc. © Glorieux Photographie



Les écoles artistiques joueront La petite fille aux allumettes. © noregt - adobestock.com

● TÉLÉTHON

APPEL À INITIATIVES

Chères associations, si vous avez prévu d'organiser une action spécifique en faveur du Téléthon, faites-vous connaître ! Les services de la mairie recensent les animations prévues à l'occasion de cette 33^e édition.

Du côté de la municipalité, tous les bénéfices du gala de Noël des écoles artistiques seront reversés à l'AFM.

● INITIATIVE

CONSEIL MUNICIPAL DES ENFANTS

La commission Environnement et citoyenneté du Conseil Municipal des Enfants a décidé de sensibiliser les élèves des établissements de la ville sur le tri sélectif.

Les enfants vont donc profiter de l'installation des nouvelles corbeilles dites Vigipirate dans les écoles pour communiquer. Des autocollants, rappelant quel type de déchets a sa place dans quelle poubelle, vont bientôt fleurir.

● SOLIDARITÉ

REPAS DES AÎNÉS

Comme chaque année le Centre Communal d'Action Sociale organise un repas convivial des aînés pour célébrer la nouvelle année. Afin d'organiser

au mieux ce temps d'échange et de festivité, les services du CCAS ont d'ores et déjà lancé les invitations. Les usagers qui n'auraient pas reçu, mi-novembre, leur invitation, sont priés de se faire connaître auprès du CCAS.

Les personnes âgées de plus de 80 ans, conviées à partager ce moment chaleureux mais qui ne pourraient venir au repas, peuvent aussi opter pour un colis gourmand composé d'un foie gras, d'un plat de fête et d'une douceur.

● CRÉER DU LIEN

PERMANENCE DES ÉLUS

Depuis le 1^{er} octobre vous pouvez rencontrer les élus de la commune en prenant rendez-vous avec le secrétariat particulier.

À l'occasion de cette rencontre, vous pourrez échanger sur le quotidien, débattre d'un point particulier ou dialoguer sur les projets de la commune.

Renseignements : 05 59 81 57 04.

● ACTUALITÉ

TERRAINS SYNTHÉTIQUES: UN RISQUE « PEU PRÉOCCUPANT »

La note de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail, rendue publique le 18 septembre, indique que

les sportifs et les enfants utilisateurs de terrain synthétique sont exposés à un risque sanitaire négligeable.

À Lescar, aucune inquiétude à avoir. En effet, le terrain synthétique a été choisi pour sa technicité sans bille de caoutchouc; matériau à l'origine des inquiétudes. Le terrain de la commune est composé d'une sous-couche amortissante en mousse recyclée, recouverte d'un gazon synthétique cours (3,5 cm). Il est lesté d'une fine couche de silice invisible puisque bloquée en bas des brins.

● FESTIVITÉS

GALA DE NOËL

Tous les deux ans, les écoles artistiques municipales de danse, cirque et musique s'associent pour offrir un grand spectacle de Noël dont les recettes sont intégralement reversées au Téléthon.

Cette année, le choix s'est porté sur le célèbre conte d'Hans Christian Andersen « La petite fille aux allumettes » qui interpelle les consciences à l'heure où l'opulence et la profusion nous font parfois oublier ceux qui n'ont pas la même chance que nous.

Les artistes des trois écoles vous attendent nombreux le 9 décembre pour venir les applaudir sur la scène du complexe Victor-Hugo.



Complexe de Pelote Paul Arnautou : Remplacement de l'ancien éclairage par un système à led plus économique.

Préparer l'avenir Investir pour économiser

Investir, oui. Mais pas n'importe comment ! Aujourd'hui, les investissements doivent être responsables, performants et en adéquation avec les évolutions technologiques. Jamais à la traîne, Lescar en a déjà fait une priorité.

UN OBJECTIF À LONG TERME

Après une étude de consommation menée de 2013 à 2016 par le Syndicat d'Énergie des Pyrénées Atlantiques, différentes actions et travaux d'économie d'énergie ont été entrepris afin de maîtriser les dépenses d'énergie. Une baisse de 5 % de celles-ci a très vite été constatée et cela malgré une augmentation relativement importante du prix de l'énergie. Les actions menées depuis 2016, et dont nous commençons à voir les résultats comme pour le Bilaà, devraient permettre de continuer sur cette maîtrise voire même une baisse de nos consommations.

Tous travaux sur le bâti (construction ou rénovation) intègrent systématiquement une réflexion sur la maîtrise de l'énergie (LED systématique, régulation ou programmation de chauffage, détection de présence pour éclairage, chaudière à condensation, blocage des températures des pièces etc.).

ÉQUIPEMENTS SPORTIFS ET BÂTIMENTS MUNICIPAUX

Chaque année, la période estivale est l'occasion de travaux de rénovation et d'amélioration des équipements sportifs. Toujours

dans un souci d'économie à moyen et court terme, sites et installations sont repensés pour être toujours aussi efficaces, au service des Lescariens mais à moindre coût. Cette année, la priorité a été donnée au Complexe de Pelote Paul Arnautou. En effet, l'éclairage du trinquet et du mur à gauche du complexe Désiré-Garrain a été remplacé.

L'ancien éclairage était composé d'ampoules à iode et de plusieurs des projecteurs, très gourmands en consommation électrique. Les projecteurs à LED nouvellement installés sont donnés pour consommer moins de 50 % d'électricité et ils ont une durée de vie trois fois supérieure.

Il faut savoir que le trinquet est équipé de 25 projecteurs ; quant au mur à gauche, ce ne sont pas moins de 33 projecteurs qui ont été renouvelés.

Le coût de l'installation s'élève à 37664 €, soit 13792 € pour le trinquet et 23872 € pour le mur à gauche. Les deux installations ont été homologuées pour les Championnats de France. L'isolation des 500 m² de combles de la gendarmerie sera remplacée par une laine de roche soufflée: coût travaux 10000 € TTC.

« Les économies ne peuvent se faire qu'en modifiant les installations, qu'en changeant le matériel et en bénéficiant des évolutions technologiques, ce qui nécessite d'investir. »

Joël Gratacos

Premier adjoint au Maire



L'installation d'un système de chauffage-climatisation à l'Hôtel de Ville a permis de diminuer le coût par deux.



Légende.



2 questions à...

Joël Gratcos premier adjoint au Maire, en charge du personnel et des travaux.

Investir pour économiser. Voilà une stratégie peu courante dans le monde des collectivités. Pourquoi avoir fait ce choix ?

Je ne crois pas que cette stratégie soit peu courante aujourd'hui. Tout gestionnaire de collectivité responsable est aujourd'hui dans la recherche de diminution des coûts de fonctionnement, et quelquefois, la prise de conscience et les changements de comportements ne suffisent pas, les économies ne peuvent se faire qu'en modifiant les installations, qu'en changeant le matériel et en bénéficiant des évolutions technologiques, ce qui nécessite d'investir. Je vais faire le parallèle avec le domaine familial; on peut prendre conscience que d'éteindre les lumières dans une pièce inoccupée, c'est très bien, mais remplacer des ampoules à incandescence ou halogènes par des leds est encore mieux. Lorsque l'on remplace le revêtement d'un trottoir en stabilisé ou en bi ou tri couche par de l'enrobé, on diminue les coûts d'entretien par 10, lorsque l'on remplace les éclairages halogènes d'une salle de sport par de l'éclairage led, on diminue la consommation électrique par 5 ou 6. Lorsque l'on remplace le système de chauffage d'un bâtiment par un système de chauffage-climatisation, donc plus confortable, que l'on diminue le coût par 2, ce qui génère 20 000 € d'économie par an et qui est amorti en 5 ans, alors oui, on investit pour économiser.

Comme expliqué dans le dossier, de nombreux travaux ont été effectués à l'hôtel de ville dans un objectif d'économies financières et d'énergie. Comment s'explique la nécessité de ces interventions? Des mal façons, des erreurs lors de la construction?

Bien sûr, et tout le monde le sait, lorsque l'on construit, il y a toujours des erreurs ou des mal façons, mais non, on ne peut pas parler en ces termes pour ce bâtiment. Il faut tout de même remettre les choses dans leur contexte. Lorsque le bâtiment qui accueille aujourd'hui l'hôtel de ville a été reconstruit et étendu, il avait été pensé pour être une salle de convivialité. Nous avons modifié sa destination alors que tout le gros œuvre et une partie du second œuvre étaient terminés, dans l'objectif d'économiser les 5 ou 6 millions qu'il aurait fallu pour reconstruire une mairie en plus de ce bâtiment. Les travaux qui ont été menés dans l'actuel Hôtel de Ville, comme je le disais plus haut, ont eu pour objectif, d'une part d'améliorer les conditions de travail des agents de la collectivité tout en divisant par le 2 le coût en termes d'énergie; l'investissement effectué sera amorti en 5 ans. Il faut savoir évoluer avec les technologies, c'est ce que nous faisons lorsque cela génère des économies de fonctionnement.

Les menuiseries extérieures de la maternelle du Laoü ont été remplacées par du double vitrage. Un investissement de 100 000 €.

La Maison Cité est équipée d'une chaufferie granulés bois et d'un système de récupération des eaux pluviales pour les toilettes.

L'HÔTEL DE VILLE DU BILAA

En 2016, le chauffage électrique de l'hôtel de ville a été changé au profit d'une pompe à chaleur. L'éclairage du rez-de-jardin a également été revu. Une installation LED a été privilégiée. Ces travaux d'une valeur de 130 000 € ont permis de passer d'une consommation d'environ 60 000 € à 25 000 € par an.

Cette année, il a été décidé de renouveler la pompe à chaleur du rez-de-jardin par une pompe à chaleur plus performante. Les consommations devraient s'améliorer encore d'environ 15 %.

À NOTER: Avec son nouveau fournisseur d'énergie, la mairie est passée à 100 % « Énergie verte » pour l'ensemble des consommations électriques des infrastructures communales.



JUSQU'AU 2 NOVEMBRE INSCRIPTIONS AUX ATELIERS BIEN-ÊTRE ADULTES

Le Centre social l'Escale propose des ateliers Savoir et prévenir pour apprendre à entretenir son capital santé afin de maintenir la qualité de vie dans son quotidien. C'est possible et il n'est jamais trop tard même pour s'inscrire ! À venir, ateliers Form'équilibre, Bien vieillir et mémoire.

Plus d'infos > Centre social l'Escale,
rue Ravel, 05 59 81 57 25,
escale@lescar.fr

SAMEDI 3 NOVEMBRE

FOOTBALL : FC LESCAR vs BASSIN D'ARCACHON

Rencontre au Stade municipal à 19h.

Renseignements : 06 12 19 51 37.

CONCERT : TONOS ET AIRS DE COUR DANS LA FRANCE DE LOUIS XIII

Concert de l'Ensemble de la Grande Chapelle, co-organisé avec le Musée national et domaine du Château de Pau. Mécène, collectionneur, Gaston d'Orléans se passionne pour la musique espagnole et les compositions profanes (tonos humanos).

Cathédrale 20h30. Tarif unique 12 €.

Renseignements : Office de Tourisme,
05 59 81 15 98.

SAM. 3 ET DIM. 4 NOVEMBRE

STAGE ART ET MÉDITATION

Le « Vivant en Soi » avec Flora Le Guillou. 65 € le stage (adhésion à L'Instant incluse). De 10h à 16h au Café associatif l'Instant.

Renseignements : 06 80 60 09 00.

LUNDI 5 NOVEMBRE

L'INFO DES LESCARIENS

Une nouvelle pastille d'informations pour rester connecter à l'actualité de la ville à retrouver sur la chaîne YouTube et sur le site www.lescar.fr à partir de 20h.

MERCREDI 7 NOVEMBRE

LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS

Débrouillards (PS et MS) Hérissons en pâte à sel, Food Art.

Explorateurs (GS et CP) 5 ans : M. Gland et

Mme Coccinelle, Théâtre, Chant, Danse (préparation d'un spectacle).

6 ans : Ballade et cueillette dans les bois, Théâtre, Chant, Danse (préparation d'un spectacle).

Aventuriers (CE1 et CE2) : Wild Blind-Test, Multisports.

Globe-Trotters (CM1 à 6^e) Création en pâte fimo, Potager, La fureur de l'automne.

Renseignements : Maison de l'Enfance,
05 59 81 57 37, enfance@lescar.fr.

MAISON DES JEUNES : ESPACE FOYER

Boule lyonnaise (16 places).

Renseignement : Maison des jeunes,
05 59 81 57 34, jeunesse@lescar.fr.

VENDREDI 9 NOVEMBRE

RÉUNION D'INFORMATION À LESCARSKI

Lescarski est une association qui propose la pratique du ski, snowboard, télémark et handiski en loisirs. Nous accueillons les enfants à partir de 7 ans, les adolescents et adultes de tous niveaux. Nous sortons les samedis avec un départ le matin et un l'après-midi. Venez vous renseigner de 18h à 20h. Vous voulez devenir encadrant bénévole, contactez-nous.

Renseignement : contact@lescar-ski.org,
www.lescar-ski.org.

CONFÉRENCE-SPECTACLE : WHAT ABOUT MONEY

Avec César Polisson. Tour à tour camelot, mauvais conférencier, professeur émérite, prédicateur, consultant vaseux, totalement imprévisible et incontrôlable, César

Polisson est un clown poétique d'une rare finesse. Café associatif l'Instant à 20h30.

Renseignements : 06 80 60 09 00.

SPECTACLE : INCROYABLES DESTINS

Par l'Association Histoire et Patrimoine d'Aussevielle à la Salle des Fêtes à 20h30. Il s'agit d'un récit à la mémoire de deux musiciens, Lucien Durosoir et Maurice Maréchal, soldats dans les tranchées.

Les récitants sont accompagnés par le quatuor Christéma et la pianiste Nathalie Biarnès.

Renseignements : Service culture et patrimoine, 05 59 81 57 10.

SAMEDI 10 NOVEMBRE

INSCRIPTIONS LESCARSKI

De 9h à 12h et de 14h30 à 17h30. Un certificat médical est obligatoire pour les nouveaux adhérents. Lescarski 2 chemin de la Teulère.

Renseignement : contact@lescar-ski.org,
www.lescar-ski.org.

CONFÉRENCES AUTOUR DE LA GRANDE GUERRE

À 16h, Jean Levrero, de l'association Histoire et Légendes, propose une visite-conférence sur les objets témoins de la Grande Guerre.

À 18h, Léa Duranteau, en partenariat avec l'association de la Chapelle Mémorial de l'Aviation, interviendra sur l'école d'aviation du Pont Long durant la première guerre mondiale.

Au Musée, Place de l'Évêché.

Renseignements : Service culture et patrimoine, 05 59 81 57 10.

MARDI 13 NOVEMBRE CAP SUR LA PRÉVENTION

Dans le cadre des ateliers développés à destination des familles, le centre social l'Escale organise une après-midi d'information sur les causes des accidents de la vie courante. L'occasion d'échanger avec un professionnel et d'apprendre les gestes pour prévenir.

Plus d'infos > Centre social l'Escale, rue Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr



DIMANCHE 11 NOVEMBRE COMMÉMORATION DE L'ARMISTICE DE 1918

Cérémonie du 100^e anniversaire de l'Armistice au monument aux Morts et suivie d'un apéritif à la salle des fêtes.

Renseignements: Cabinet du Maire, 05 59 81 57 03, secretariatparticulier@lescar.fr.

MARDI 13 NOVEMBRE RÉUNION D'INFORMATION SUR LES ACCIDENTS DOMESTIQUES

Le Centre social l'Escale, propose un temps d'informations et d'échanges pour aborder les causes des accidents de la vie courante dont les enfants et les personnes âgées sont les plus touchées, et transmettre des conseils pratiques pour se protéger.

Réunion animée par Georges Lidon.

De 14h à 17h à la salle des fêtes de Lescar, allée des prés. Entrée libre.

Renseignements: Centre social l'Escale, rue Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

MERCREDI 14 NOVEMBRE LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS Débrouillards (PS et MS) Pôle Sport (4 pôles), Feuille de loup!

Explorateurs (GS et CP) 5 ans: Fleur d'automne et champignon, Multi-activités.

6 ans: Carte d'automne, Couture, Parcours de motricité, Choisis ton activité!

Aventuriers (CE1 et CE2): Trivial Nature, Jeux de détente (molkky, pétanque, etc.).

Globe-Trotters (CM1 à 6^e) À la saveur de l'automne, sablés colorés, Photophores, Potager.

Renseignements: Maison de l'Enfance, 05 59 81 57 37, enfance@lescar.fr.

MAISON DES JEUNES: ESPACE FOYER Kin-Ball (12 places).

Renseignements: Maison des jeunes, 05 59 81 57 34, jeunesse@lescar.fr.

ATELIERS D'ÉVEIL À L'ANGLAIS

De l'anglais, des comptines, des albums et de la bonne humeur! Pour une familiarisation en douceur à la langue anglaise. Séance à 16h15 et 17h à partir de 3 ans. Sur inscription. Gratuit.

Renseignements: Médiathèque intercommunale, 05 59 75 25 21.

JEUDI 15 NOVEMBRE ATELIER CUISINE PÂTISSERIE: LES MACARONS

Une fois par mois, le Centre social l'Escale vous propose de découvrir une recette technique grâce au savoir-faire de professionnels locaux.

De 18h à 21h, venez expérimenter la réalisation des macarons avec Nathalie, experte de ces gourmandises. D'origine italienne, ce petit gâteau a fait le tour du monde et son succès est incomparable. C'est une recette un peu technique mais il faut essayer car le résultat récompense tous les efforts! Tarif: 15 €. Attention, les places sont limitées.

Renseignements: Centre social l'Escale, rue Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

VENDREDI 16 NOVEMBRE MATINÉE « ATELIERS JEUX » PARENTS-ENFANTS

En collaboration avec la médiathèque intercommunale de Lescar. Enfants de 20

À SUIVRE...

TOUS LES SAMEDIS LESCAR MÉDIÉVALE

Visite de la Cité à travers les remparts, le musée gallo-romain, la tour prison et la Cathédrale avec sa mystérieuse mosaïque du « petit chasseur maure ». À l'Office de Tourisme à 15h. Durée: 1h30. Tarifs: 6 € à partir de 12 ans, 4 € enfants de 5 à 12 ans, gratuit pour les moins de 5 ans.

Renseignements: Office de Tourisme 05 59 81 15 98.

DU 5 AU 11 NOVEMBRE EXPOSITION: FRANÇAIS ENCORE UN EFFORT

L'UNC de Lescar présentera une exposition d'affiches entoilées et Olivier Bourgoïn, collectionneur, des objets spécifiques de la Grande Guerre.

Au Musée, Place de l'Évêché, le lundi 5 novembre à partir de 14h et jusqu'au dimanche 11 de 10h à 12h et de 14h à 18h.

Renseignements: Service culture et patrimoine, 05 59 81 57 10.

DU 8 NOVEMBRE AU 20 DÉCEMBRE ATELIER BIEN-VIEILLIR

Le Centre social l'Escale, en partenariat avec l'ASEPT, propose un cycle de 7 ateliers pour les plus de 55 ans. Entre conseils pratiques, contenus scientifiques et échanges, ces ateliers sont abordés dans un esprit de convivialité autour de thématiques variées: l'alimentation, le sommeil, la santé



DIMANCHE 18 NOVEMBRE **DU SPORT AVEC L'ÉCOLE** **VICTOR-HUGO**

Le trail organisé par l'association de parents d'élèves de l'école Victor-Hugo s'inscrit maintenant comme un rendez-vous incontournable. Pour cette nouvelle édition, toute l'équipe de Lescar Récré compte sur les sportifs et surtout les familles pour venir partager un moment de sport convivial !

Plus d'infos > 06 33 41 53 11,
06 82 84 28 02, lescarrecre@gmail.com.

à 36 mois. Venez passer un temps de jeux avec votre enfant à la médiathèque de Lescar de 10h à 11h. Inscriptions avant le 14 novembre.

Renseignement : RAPAM, 05 59 81 57 33.

SAMEDI 17 NOVEMBRE **COLLECTE DE SANG**

Restaurant Municipal de 7h30 à 11h, rue du Taà. Don possible de 18 à 70 ans révolus. Une garderie pour les enfants est organisée par les bénévoles de l'Association à chaque collecte.

Renseignements : Sylviane Carpentier,
06 24 21 56 72.

PAUSE LECTURE NATURE

À partir de 3 ans. Médiathèque intercommunale de Lescar à 10h30, sur inscription.

Renseignements : 05 59 72 25 21.

FOOTBALL : FC LESCAR **vs MARMANDE 47 FC 2**

Rencontre au Stade municipal à 19h.

Renseignements : 06 12 19 51 37.

DIMANCHE 18 NOVEMBRE 2018 **TRAIL DE L'ÉCOLE VICTOR-HUGO**

Organisé par Lescar Récré, association des parents d'élèves du groupe scolaire Victor Hugo.

- 9h45 départ des marcheurs sur le parcours de 11 km (7 €), ouvert à tous.

- 10h départ des coureurs et marcheurs sur le parcours 7 km (6 €), marche ouverte à tous, course dès 14 ans.

- 10h20 départ des coureurs sur le parcours 11 km (7 €), dès 16 ans.

- 11h40 départ de la course de 3 km (3 €) dès 11 ans.

- 12h05 départ des courses 500 m de 3 à 6 ans et 900 m de 7 à 10 ans. Départ et arrivée au plateau sportif Jacques Monod, en bas des remparts à Lescar. Buvette et restauration sur place.

Inscription sur www.pyreneeschrono.fr.

Renseignement : lescarrecre@gmail.com,
06 33 41 53 11 ou 06 82 84 28 02.

LUNDI 19 NOVEMBRE **L'INFO DES LESCARIENS**

Une nouvelle pastille d'informations pour rester connecter à l'actualité de la ville à retrouver sur la chaîne YouTube et sur le site www.lescar.fr à partir de 20h.

MERCREDI 21 NOVEMBRE **LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS**

Débrouillards (PS et MS): Land Art, *Le petit scientifique*.

Explorateurs (GS et CP) 5 ans: Mobiles renard, Jeu de piste.

6 ans: Décoration théâtre, cadre photo en bois, Jeu de piste.

Aventuriers (CE1 et CE2): Land Art géant, Initiation à la pelote basque.

Globe-Trotters (CM1 à 6^e) Herbarier d'automne, Potager, Récup'lustres.

Renseignements : Maison de l'Enfance,
05 59 81 57 37, enfance@lescar.fr.

MAISON DES JEUNES: ESPACE FOYER **Bubble Soccer (16 places).**

Renseignement : Maison des jeunes,
05 59 81 57 34, jeunesse@lescar.fr.

À SUIVRE...

bucco-dentaire, les médicaments, la prévention du risque d'ostéoporose, le vieillissement réussi, etc.

Les séances se déroulent les jeudis, de 9h à 12h au centre social.

Cycle gratuit, sur inscription.

Attention, les places sont limitées.

Renseignements : Centre social l'Escale, 3 rue M Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

DU 9 NOVEMBRE AU 8 FÉVRIER **ATELIER FORM'ÉQUILIBRE**

Le Centre social l'Escale, en partenariat avec l'ASEPT, propose un cycle de 12 ateliers pour les plus de 55 ans. Entre conseils pratiques, contenus scientifiques et échanges, ces ateliers sont abordés dans un esprit de convivialité. Venez pratiquer des activités physiques adaptées pour découvrir les postures clés et offrir le renforcement musculaire nécessaire au maintien de votre forme.

Les séances se déroulent les vendredis, de 10h30 à 12h au centre social.

Cycle gratuit, sur inscription.

Attention, les places sont limitées.

Renseignements : Centre social l'Escale, 3 rue M Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

DU 12 NOVEMBRE AU 28 JANVIER **ATELIER MÉMOIRE**

Le Centre social l'Escale, en partenariat avec l'ASEPT, propose un cycle

SAMEDI 24 NOVEMBRE**THÉÂTRE :****LA VALSE DU HASARD**

Prix du meilleur spectacle au festival amateur de Lescar 2018. Depuis 450 millions d'années, un Ange prisonnier entre quatre murs décide du sort de ses venants; accidentés, suicidaires, soldats, à travers un Jeu dont le but est d'accéder à cent points. Si l'on gagne, le jardin de l'Eden. Si l'on perd, le Pandémonium. Avec Daniel Crantz dans le rôle de l'ange. Corinne Crantz dans le rôle de la femme.

Plus d'infos > 06 82 95 26 60,
06 09 90 12 23.

**SAMEDI 24 NOVEMBRE****THÉÂTRE : LA VALSE DU HASARD**

Pièce de Victor Haïm, Prix du meilleur spectacle au Festival de Théâtre Amateur de Lescar en 2018, avec Daniel et Corinne Crantz.

La Charcuterie à 20h30. Tarifs: 10 €, 8 €

Renseignements: 06 82 95 26 60,
06 09 90 12 23.

SAM. 24 ET DIM. 25 NOVEMBRE**STAGE ART ET MÉDITATION**

Le « Vivant en Soi » avec Flora Le Guillou. 65 € le stage (adhésion à L'Instant incluse). De 10h à 16h au Café associatif l'Instant.

Renseignements: 06 80 60 09 00.

MAR. 27 ET MER. 28 NOVEMBRE**JOURNÉE DE SENSIBILISATION :****ÇA ROULE POUR LES SENIORS**

Avec l'âge, les conducteurs deviennent plus prudents. Pour autant, une longue expérience de conduite ne dispense de s'interroger sur ses capacités pour prévenir d'éventuelles difficultés et continuer à conduire en toute sécurité.

Le Centre social l'Escale, en partenariat avec l'auto-école Torrance 2G organise une journée de sensibilisation théorique et pratique. Le mardi, venez tester vos connaissances en matière de Code de la route et de sécurité routière, et bénéficiez des conseils avisés d'un professionnel sur votre conduite. Le mercredi matin, le groupe se réunit pour un bilan. Tarif: 10 €, sur inscription. Attention, places limitées.

Renseignements: Centre social l'Escale, rue Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

MERCREDI 28 NOVEMBRE**LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS**

Débrouillards (PS et MS): M. et Mme Patate, *Le petit scientifique*.

Explorateurs (GS et CP) 5 ans: Boules de Noël, Chaussettes de Noël.

6 ans: Boules de Noël, Peinture sur fenêtre sur le thème de Noël.

Aventuriers (CE1 et CE2) Land Art Expo (œuvres individuelles), Rallye nature.

Globe-Trotters (CM1 à 6^e) Cadr'à frimousses, potager, Trivial nature.

Renseignements: Maison de l'Enfance,
05 59 81 57 37, enfance@lescar.fr.

MAISON DES JEUNES : ESPACE FOYER

Dans le cadre d'une rencontre avec le comité départemental handisport et le centre ARIMOC, la Maison des Jeunes propose une découverte du tir à l'arc (12 places).

Renseignement: Maison des jeunes,
05 59 81 57 34, jeunesse@lescar.fr.

VENDREDI 30 NOVEMBRE**SOIRÉE CONTES AU COMPTOIR**

Avec Blanche Bottura à 20h30. Blanche, de la Compagnie La Luciole explore, creuse et cisèle l'art du conte depuis plus de 20 ans. Sur son chemin elle a bénéficié de l'éclairage et des conseils de quelques « grands » du conte, dont Didier Kowarski, Bruno de la Salle, Caherine Zarcate, Henri Gougoud. Elle sera accompagnée au saxophone par Jean-Marc Moullet.

Pour adultes et enfants à partir de 10 ans. Participation libre. Café associatif l'Instant.

Renseignements: 06 80 60 09 00.

À SUIVRE...

de 10 ateliers pour les plus de 55 ans. Améliorez les petits trous de mémoire qui viennent perturber le quotidien, redécouvrez vos ressources grâce à des exercices ludiques et réguliers: stratégies de mémorisations, conseils pratiques pour la vie courante, etc.

Les séances se déroulent les lundis de 9h30 à 11h30 au centre social.

Cycle gratuit, sur inscription.

Attention, les places sont limitées.

Renseignements: Centre social l'Escale, 3 rue M Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

DU 12 AU 30 NOVEMBRE**INSCRIPTION :****SORTIE JOURNÉE DANS LE BÉARN**

Le Centre social l'Escale et le CCAS organisent une sortie journée le vendredi 7 décembre. Départ 9h30, parking Jacques Monod.

Le matin: visite guidée de l'église de l'hôpital de Sainte Blaise.

Le midi: pique-nique ou restaurant à l'auberge du Lausset (menu à 22 €).

L'après-midi: visite guidée du musée du sel et des traditions béarnaises.

Retour 18h. Attention, places limitées.

Inscriptions Lescar, du 12/11 au 30/11.

Tarif: 16 €

Inscriptions Extérieurs, du 26/11 au 30/11. Tarif: 32 €

Renseignements: Centre social l'Escale 05 59 81 57 25, CCAS 05 59 81 57 27.



Commémoration 1918 - 2018

Centenaire de l'armistice de la première guerre mondiale
Exposition | Spectacle | Conférences

du 5 au 11 novembre
Programme à retrouver sur www.lescar.fr