

l'infoVille

MAGAZINE D'INFORMATION MUNICIPALE



BELLE ET
HEUREUSE
ANNÉE
2026



VILLE
DE
LESPINASSE



www.ville-lespinasse.fr



Application mobile
«Lespinasse»



Sommaire

ÉDITO	Page 3
RETOUR SUR	Page 4
ACTUALITÉS	Page 5 - 6
URBANISME DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE	Page 7

PETITE ENFANCE ENFANCE JEUNESSE	Page 8
CCAS SOCIAL	Page 9
CULTURE	Page 10 - 11
VIE ASSOCIATIVE	Page 12 - 15



Édito

Chères Lespinassoises, chers Lespinassois,

Pour cette nouvelle année qui arrive, je tiens à vous adresser, au nom de l'ensemble de l'équipe municipale, nos vœux les plus chaleureux. Que cette année vous apporte santé, sérénité et réussite dans vos projets personnels et professionnels. Puissions-nous continuer ensemble à faire vivre notre commune dans un esprit de solidarité, de dynamisme et d'ouverture.

Cette année sera marquée par un moment important pour notre commune : les élections municipales des 15 et 22 mars prochains. Ce rendez-vous démocratique permet à chacune et chacun de participer à l'avenir de Lespinasse. J'invite toutes les personnes qui ne l'auraient pas encore fait à vérifier ou mettre à jour leur inscription sur les listes électorales. L'augmentation du nombre d'habitants conduit à l'ouverture d'un troisième bureau de vote, afin d'améliorer l'accueil des électeurs et de faciliter le déroulement du scrutin. Ainsi, les trois bureaux seront regroupés cette année à l'Espace Canal des 2 Mers. Vous trouverez dans ce bulletin toutes les informations nécessaires, et nous veillerons à ce que chaque électeur soit clairement informé de son bureau de rattachement.

Nous n'en oubliions pas notre vie locale avec l'essor du collectif de citoyens récemment constitué « ENSEMBLE » que la municipalité est heureuse de soutenir. Ce groupe d'habitants engagés proposera, de manière régulière, des actions conviviales, participatives ou solidaires, ouvertes à toutes et tous. Vous trouverez dans ce numéro les premiers ateliers qui seront proposés. Leur démarche contribue à renforcer le lien social, à encourager les initiatives locales et à créer de nouveaux espaces de rencontre et de partage au sein de notre commune. Nous saluons leur énergie et leur envie de faire vivre des projets porteurs de sens.

Enfin, permettez-moi de partager avec vous une décision importante. Après de nombreuses années consacrées au service de notre commune, j'ai choisi, avec émotion et un profond sens du devoir accompli, de ne pas être candidat à ma succession lors des prochaines élections municipales.

Je forme des vœux sincères de réussite pour la ou les listes qui se présenteront devant vous et leur souhaite, avec respect et confiance, de poursuivre l'action engagée au service de notre commune, dans l'intérêt de toutes les Lespinassoises et de tous les Lespinassois.

Que cette nouvelle année soit l'occasion de continuer à construire ensemble une commune vivante, accueillante et tournée vers l'avenir.

Très belle année 2026 à chacune et à chacun.



**Alain ALENCON,
Maire de Lespinasse**

COLLECTE DES DÉCHETS

• **BAC JAUNE (EMBALLAGES) :**

Secteur 1 : 13 et 27 janvier / 10 et 24 octobre
Secteur 2 : 6 et 20 janvier / 3 et 17 octobre

• **BAC ROUGE (ORDURES MÉNAGÈRES) :**

Secteur 1 et Secteur 2 : tous les mercredis

• **DÉCHETS VERTS :**

6 collectes gratuites au printemps et à l'automne dans un bac de 240 litres.

• **ENCOMBRANTS :**

Sur Rendez-vous uniquement.

Inscription sur le site de Toulouse Métropole et par téléphone.

Pour tous renseignements, merci de contacter
Toulouse Métropole au 0 800 201 440.

PHARMACIES DE GARDE

JANVIER

01/01	CEPET	15 AVENUE DES CHAETS	05 61 74 04 57
04/01	BRUGUIERES	43 AVENUE DE TOULOUSE	05 61 82 20 19
11/01	AUCAMVILLE	125 ROUTE DE FRONTON	05 61 37 03 30
18/01	BOULOC	3 CHEMIN DE LA PEGOU	05 61 82 04 15
25/01	FENOUILLET	778 RUE JEAN JAURÈS	05 61 70 06 63

FÉVRIER

27/04	GAGNAC-SUR-GARONNE	14 PLACE DE LA RÉPUBLIQUE	05 61 35 92 88
01/05	CASTELGINEST	3 RUE DE L' EGLISE	05 61 70 16 15
04/05	SAINT-ALBAN	66BIS ROUTE DE FRONTON	05 61 70 03 89
08/05	CASTELGINEST	25 ROUTE DE PECHBONNEU	05 62 75 27 15

L'actualité de la ville et vos démarches

sur www.ville-lespinasse.fr

et sur l'Application mobile «Lespinasse»



Si vous ne recevez pas l'Infoville, merci de nous le signaler:
communication@ville-lespinasse.fr

L'Infoville. Mairie de Lespinasse.
Magazine bimestriel d'information municipale.
N° 268 - janvier / février 2026.
Directeur de la publication : Alain ALENCON
Responsable de l'édition : Stéphanie GEFFRAY
Conception et Mise en page : Julien CARRARO
Administration : Hôtel de Ville, Place de l'Occitanie, 31150 LESPINASSE - 05.61.35.41.66 -
accueil@ville-lespinasse.fr.
Impression : IMPRIMERIE EVOLUPRINT - Tirage : 1950 ex.
Photographie : Ville de Lespinasse / Pixabay / Adobe Stock / Freepik / Unsplash/SNCF

ÉTAT CIVIL

NAISSANCES

28/09	Nahyan BENSAHA
01/10	Jade ANSELLEM

DÉCÈS

16/10	André MOYEN
-------	-------------

REPAS DES ASSOCIATIONS

Samedi 4 octobre dernier, M. Alain Alençon, Maire de la commune, et son équipe municipale ont réuni associations locales et agents communaux pour une soirée placée sous le signe de la convivialité et de la reconnaissance.



En ouverture de la soirée qui a réuni près de 200 convives, M. le Maire a salué le rôle indispensable des bénévoles du monde associatif (sport, culture, enfance, solidarité...) et a souligné l'importance du lien social qu'ils tissent au quotidien. Mme Sandrine Floureas, conseillère départementale, et M. Jean-Louis Pouydebat, adjoint à la vie associative, ont également rendu hommage à l'engagement et à la générosité de tous.

Cette soirée fut également l'occasion pour la municipalité de récompenser plusieurs bénévoles par le trophée des associations : Henri Fredo (Don du Sang), Patrick Pujol (Association Bouliste Lespinassaise), Mathieu Gargedennec (Comité Festif), Ludovic Carrière (Football Club Canal Nord), Sandrine Therlot (Gym Musculation Lespinassaise), Joceline Wesseling (Petit Train Garonnais), Gisèle Rodrigo (Bon Vieux Temps), Sophie Béthencourt (Section Canine), Olivier Torres (Tennis Club Lespinassais), Olivier Chappuis (Association du Personnel Communal) et Béatrice Teixeira (O'Café Bonheur). La soirée s'est poursuivie dans la bonne humeur avec le groupe « Bubble Gum », qui a animé la piste de danse sur les tubes des années 60 et 70, offrant à chacun un moment de partage et de joie.

COMMÉMORATION DU 11 NOVEMBRE 1918

Le mardi 11 novembre 2025, la commune de Lespinasse a célébré le 107^e anniversaire de l'Armistice du 11 novembre 1918.

La cérémonie s'est déroulée en présence de Mme Sandrine Floureas, Conseillère départementale de la Haute-Garonne, des élus municipaux, des porte-drapeaux, de représentants de la FNACA, ainsi que de la Police municipale et de nombreux bénévoles issus du tissu associatif local.



À l'issue des dépôts de gerbes, M. Jean-Louis Pouydebat, Adjoint au Maire en charge des festivités, a procédé à l'appel aux morts. Les enfants du groupe scolaire Marcel-Pagnol ont ensuite offert une émouvante interprétation de la Marseillaise, reprise en chœur par la centaine de Lespinassais présents, avant de laisser la parole à M. Alain ALENÇON, Maire de Lespinasse, et Madame Anne-Lise COHEN, Adjointe au Maire, pour les discours officiels.

HALLOWEEN À LA MÉDIATHÈQUE

La médiathèque municipale a célébré Halloween avec le spectacle **BABALOWEEN**, un moment poétique en ombres chinoises qui a captivé les familles.

Après la représentation, les enfants ont participé à un atelier de création de marionnettes, puis ont présenté une petite scène avec leurs réalisations.

Un bel après-midi de partage, de création et de découverte, aussi bien pour les enfants que pour les parents présents.



CÉRÉMONIE DES VOEUX DE LA MUNICIPALITÉ

Vendredi 9 janvier 2026 | 19h | Espace Canal des 2 Mers

Rejoignez-nous pour une soirée conviviale où nous aurons l'opportunité de faire une rétrospective de l'année 2025.

2026

ENFANCE ET JEUNESSE |

Participez à l'aventure scoute : places encore ouvertes pour les 8-13 ans



Cette année, le groupe Scouts et Guides de France Nord - Toulouse a la capacité d'accueillir encore quelques jeunes de 8 à 13 ans, prêts à découvrir le scoutisme et vivre de belles aventures :

Activités au plus près de la nature, jeux de piste et chasses au trésor, constructions en bois, cuisine au feu de bois, veillées, nuits sous la tente, initiatives citoyennes et locales, camp d'été...

Vous habitez Lespinasse et votre enfant pourrait être intéressé ? Il peut venir rencontrer les jeunes déjà présents et partager avec eux des moments de rire, amitié, partage, entraide.

Pour plus de renseignements, vous pouvez appeler Sandrine au **06 11 28 39 35** ou envoyer un mail à communication.nordtoulouse@gmail.com.



Groupe Nord Toulouse

06 79 60 82 26

SGDFnordtoulouse

g.sgdf.fenouillet@gmail.com

Le groupe Nord Toulouse, rouvert en 2014 à Fenouillet, compte aujourd'hui plus de 90 adhérents répartis en cinq unités (6 à 21 ans) et encadrés par 19 chefs. Les activités se déroulent tous les 15 jours le samedi après-midi et en week-end campé tous les deux mois, dans les locaux de Fenouillet et Saint-Jory selon les tranches d'âge.

ENVIRONNEMENT | Une nouvelle prime pour changer son appareil de chauffage au bois

Vous résidez dans l'une des 37 communes de Toulouse Métropole et votre système de chauffage au bois commence à dater ? La Métropole vous accompagne dans le remplacement de votre ancien équipement par un appareil performant et écologique.

QUI EST CONCERNÉ ?

Propriétaires occupants, propriétaires bailleurs et locataires peuvent bénéficier de cette aide, à condition de remplacer un appareil ancien (poêle, insert ou foyer fermé installé avant 2005) ou une cheminée à foyer ouvert par un équipement neuf labellisé Flamme Verte 7 étoiles ou équivalent.

QUEL MONTANT ?

L'aide s'élève à 1 200€ pour tous, sans condition de ressources. Elle est majorée de 500€ en cas de remplacement d'une cheminée à foyer ouvert et peut être bonifiée de 1 000€ supplémentaires pour les foyers aux revenus modestes, soit jusqu'à 2 700€ au total.

Une belle opportunité pour allier confort, économies d'énergie et respect de l'environnement !



Et si vous remplacez votre ancien appareil de chauffage au bois ?



Votre demande à effectuer avant les travaux sur > demarches.metropole.toulouse.fr

Qualité de l'Air
On respire !

Au cœur de votre quotidien
toulouse métropole

ENFANCE | Les Nuits de la lecture

Pour ouvrir cette nouvelle année qui s'annonce riche en événements, Lespinasse accueillera La Nuit de la Lecture, placée cette fois sous le thème « VILLES ET CAMPAGNES ».

L'événement se tiendra le vendredi 23 janvier 2026 dès 19h, au sein du Groupe scolaire Marcel Pagnol, de la Médiathèque et du Pôle Enfance.

Grâce à l'engagement des enfants, des parents, des bibliothécaires, des enseignants et des animateurs, cette édition de la Nuit de la Lecture promet un moment chaleureux et fédérateur.

Ville et campagne, longtemps perçues comme opposées, ont inspiré la littérature dans tous ses genres, la ville reflétant enjeux sociaux et imagination, la campagne symbolisant authenticité et lien à la nature. Aujourd'hui, les questions écologiques redéfinissent leur relation, explorée par les auteurs contemporains.

Ensemble, vous serez invités à explorer des textes aux univers multiples issus du passé ou du présent. Une soirée idéale pour vivre et partager la richesse des récits, des histoires et des légendes qui composent tous nos patrimoines.



www.nuitsdelaleecture.fr/

JEUNESSE | Le CLAS de Lespinasse recherche de nouveaux bénévoles !

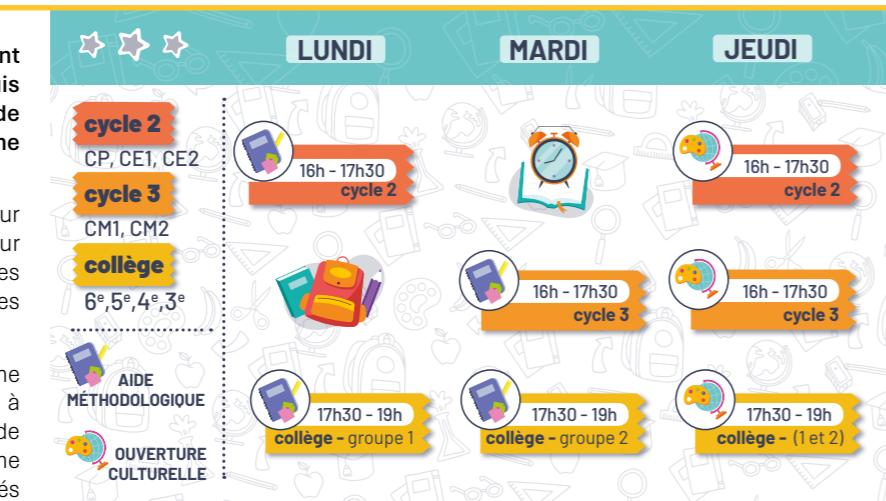
Le CLAS (contrat local d'accompagnement à la scolarité) de Lespinasse a repris depuis le 3 novembre. Porté par le pôle jeunesse de Lespinasse, il accompagne cette année une trentaine d'enfants âgés de 6 à 14 ans.

Ce dispositif, soutenu par la CAF, a pour objectif d'offrir aux jeunes un soutien dans leur scolarité, en complément de l'école. Les jeunes sont répartis entre trois groupes : deux pour les enfants du primaire et un pour les collégiens.

Chaque semaine, les enfants participent à une séance d'aide méthodologique, consacrée à l'apprentissage de méthodes de travail, à l'aide aux devoirs et à l'organisation personnelle; et une séance d'ouverture culturelle autour d'activités artistiques. Cette année, les primaires profiteront d'ateliers cirque et hip hop et les collégiens d'ateliers rap, langage et théâtre. Pour continuer à proposer un accompagnement de qualité, le CLAS cherche des bénévoles afin de rejoindre Jacky, Sylvie ou Philippe qui s'investissent déjà auprès des jeunes !

Une disponibilité d'1h30, une ou deux fois par semaine, suffit pour accompagner les enfants et partager avec eux écoute, conseils et encouragements.

Pour toute information complémentaire, les personnes intéressées peuvent se rapprocher du Pôle Jeunesse.



pole.jeunesse-lespinasse@dso.ifac.asso.fr

05 61 09 79 22

CCAS | une après-midi de prévention dédiée aux séniors

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Lespinasse a organisé, jeudi 16 octobre, une après-midi de prévention dédiée aux seniors, placée sous le signe de la convivialité, de l'information et du partage. Le succès était au rendez-vous : 47 participants ont répondu présents, dont plusieurs venus des communes voisines pour profiter de ce moment d'échange et de sensibilisation.

Pensé pour répondre aux besoins des aînés et de leurs proches, l'événement proposait différents espaces d'information et d'animation autour de thématiques essentielles : sécurité routière, mobilité, prévention santé, accès aux droits, sans oublier les dispositifs à destination des aidants familiaux.

Tout l'après-midi, les participants ont pu découvrir des espaces d'exposition animés par le CCAS, la Police municipale et plusieurs partenaires engagés. Des ateliers de prévention routière, étaient également à disposition des participants afin de rappeler les bons réflexes et d'échanger autour des mobilités adaptées au vieillissement.

De nombreux organismes et partenaires ont également contribué au succès de cette rencontre : Tisséo, l'association pour la sécurité routière, la Maison des solidarités d'Aucamville (équipe personnes âgées/personnes handicapées), la Plateforme des Aidants 31, l'AGIRC-ARRCO, ainsi que l'Association Familiale Intercantonale. Leur expertise a permis d'offrir aux visiteurs des conseils personnalisés et des informations précieuses pour faciliter le quotidien, préserver l'autonomie et accompagner les parcours de vie.



La Ville et le CCAS remercient chaleureusement l'ensemble des partenaires, bénévoles et participants qui ont contribué à cette réussite.

SOLIDARITÉ | Le CCAS se mobilise contre les violences faites aux femmes

La commune de Lespinasse et son Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) renforcent leur mobilisation contre les violences faites aux femmes et les violences intrafamiliales en signant une convention de partenariat avec le Groupement de gendarmerie départementale de la Haute-Garonne.

Ce dispositif, élaboré dans le cadre des politiques nationales et locales de prévention, vise à assurer une mise à l'abri immédiate et sécurisée pour les victimes ne pouvant regagner leur domicile.

Ce partenariat permet :

- **d'assurer une protection** immédiate des personnes en danger ;
- **d'offrir une solution d'hébergement** temporaire sans délai ;
- **de renforcer la coopération** entre la gendarmerie et le CCAS au bénéfice des victimes
- **d'accompagner** les familles dans leurs démarches essentielles.

VOUS ÊTES CONCERNÉ(E) OU TÉMOIN D'UNE SITUATION DE VIOLENCE ? N'ATTENDEZ PAS.

Le CCAS de Lespinasse est un lieu d'écoute, de soutien et d'accompagnement. Si vous êtes victime ou témoin de violences conjugales ou intra-familiales, vous pouvez vous rapprocher du CCAS: une équipe dédiée est à votre disposition pour vous informer, vous orienter et vous aider à trouver une solution en toute confidentialité.

DES CHIFFRES POUR PRENDRE CONSCIENCE

EN FRANCE

Ces statistiques permettent d'avoir une estimation minimum de l'ampleur des violences que les femmes et les filles subissent, mais elles sont à considérer à titre indicatif car elles ne tiennent pas compte des faits non dénoncés.

96 FEMMES
ONT ÉTÉ TUÉES
par leur conjoint ou ex-conjoint en 2023

SOURCE 1

270 000 FEMMES
âgées de 18 à 74 ans ont été victimes de violences physiques et/ou sexuelles de la part de leur conjoint ou ex-conjoint en 2021. SOURCE 3

Environ 230 000 FEMMES
de 18 ans et plus en ont été victimes de viol, tentatives de viol et/ou agressions sexuelles en 2022. SOURCE 1

SOURCE 1

9 ENFANTS
ONT ÉTÉ TUÉS
dans le cadre de violences au sein du couple en 2023

SOURCE 1

1 FEMME SUR 3
DÉCLARE AVOIR SUBI
du harcèlement moral et sexuel au travail en 2021

SOURCE 3

6 %
DES FEMMES VICTIMES DE VIO
tentatives de viol et/ou agressions sexuelles déclarent avoir porté plainte en 2022.

SOURCE 1

SOURCES : 1 - Ministère de l'Intérieur • 2 - IPSOS
• 3 - Enquête GENÈSE (réalisée par le SSMSI : Service statistique ministériel de la sécurité intérieure)

05 34 27 21 68

ccas@ville-lespinasse.fr

THÉÂTRE - TROIS



THÉÂTRE - TOUT LE MONDE PEUT SE TROMPER



AGENDA DES SORTIES 25 / 26



ÉVÈNEMENT



NUIT DE LA LECTURE

VENDREDI 23 JANVIER

19h - Rendez-vous au Pôle Enfance

Gratuit et ouvert à tous - Renseignement au 05 62 79 64 02

Enfants et parents seront de nouveau invités à se réunir autour du LIVRE et ses déclinaisons dans les locaux du Groupe scolaire, de la Médiathèque et du Pôle Enfance. Pour sa 10^{ème} édition, La Nuit de la Lecture aura pour thème «Villes et campagnes» et notamment les différentes visions des relations entre elles, source d'inspiration de nombreuses œuvres.



ÉVÈNEMENT



DÎNER SPECTACLE avec la compagnie DÉLICES D'AMOUR

SAMEDI 31 JANVIER

19h - Espace Canal des 2 Mers

PRÉVENTE UNIQUEMENT - Réservations en Mairie ou sur la billetterie

TARIF LESPINASSOIS

Adulte : **35€**

enfant (5 - 12 ans) : **15€**

TARIF EXTÉRIEURS

Adulte : **40€**

enfant (5 - 12 ans) : **18€**

Ouvrez grand vos yeux ! Vous voilà au pays des songes et des souvenirs. C'est avec finesse et poésie que ressurgiront les couleurs de l'enfance, chimères, fantasmes et douce nostalgie. Plongez dans cet univers irréel et onirique, avec la tendresse des clowns, les couleurs de Venise ou du Paris d'Antan, mais également quelques mauvais rêves...



RENCONTRE PARENTALITÉ



SOIRÉE DE L'ORIENTATION

JEUDI 12 FÉVRIER

18h30 - Pôle Jeunesse

Gratuit et ouvert à tous - Renseignement au 05 61 09 79 22

L'équipe du Pôle Jeunesse propose aux jeunes et à leurs familles d'aborder la question de l'orientation sans stress.

Ce temps permettra de découvrir les métiers, les filières et les carrières qui s'offrent à eux mais également de trouver des réponses aux questions qu'ils se posent sur leur avenir professionnel.



ATELIER PARENTALITÉ



ATELIER PARENTS SUR LES ÉMOTIONS

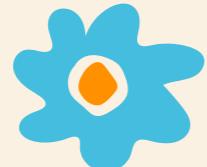
MERCREDI 18 FÉVRIER

19h - Pôle Enfance

Gratuit et ouvert à tous - Renseignement au 06 28 23 12 92

Enfants et parents seront de nouveau invités à se réunir autour du LIVRE et ses déclinaisons dans les locaux du Groupe scolaire, de la Médiathèque et du Pôle Enfance. Pour sa 10^{ème} édition, La Nuit de la Lecture aura pour thème «Villes et campagnes» et notamment les différentes visions des relations entre elles, source d'inspiration de nombreuses œuvres.

FAIRE ENSEMBLE



Vous propose gratuitement

DES ATELIERS



Impression 3D

tous les mercredis de 19h à 20h30 animé par Alain HERZOG, ingénieur à la retraite et également spécialiste en robotique et en codage. De la conception à la réalisation, la technologie 3D ouvre des horizons sans limites. Quels que soient l'âge ou les compétences des utilisateurs, cet atelier vous permettra de découvrir cet outil d'innovation et de concrétiser des projets en trois dimensions.



Salle mutualisée du Centre Culturel de Lespinasse

Initiation à l'espagnol : tous les lundis de 14h30 à 15h45 (sauf pendant les vacances scolaires) proposé par Carmen BILHERAN. Possibilité de créer des groupes de niveaux.



Généalogie, un mardi sur deux de 14h à 15h30 avec Joëlle Duchêne, titulaire de deux diplômes d'université en généalogie familiale. Un peu de théorie, beaucoup de pratique ! Faire son arbre généalogique pour soi, ses enfants comme cadeau d'anniversaire, de mariage... L'arbre d'un personnage historique, retrouver des cousins potentiels, retracer l'histoire de sa maison familiale... Tout un programme !

Inscription ateliers

Marina BAUGUIL
06.78.86.78.18
collectif.ensemble.31150@gmail.com



APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Samedi 17 janvier 2026 de 15h à 18h au Centre de Loisirs



Informations

Patrick THIRION
05.34.27.21.74
patrick.thirion@ville-lespinasse.fr

RECHERCHE MARCHEURS OCCASIONNELS



Vous aimez vous promener mais vous n'avez pas toujours quelqu'un avec qui partager ces moments ? Un petit groupe de marche conviviale est en train de se créer, et nous recherchons des personnes intéressées pour marcher ensemble de temps en temps, sans contrainte. Que vous souhaitez faire de courtes balades ou des marches un peu plus longues, l'objectif est simplement de bouger, de prendre l'air et de passer un bon moment en bonne compagnie.



Informations

Patrick THIRION
05.34.27.21.74
patrick.thirion@ville-lespinasse.fr

ÉCOLE XIN DAO |

Le vendredi 29 novembre, 26 participantes, pour la plupart novices, se sont retrouvées au Centre Culturel de Lespinasse pour un atelier de self-défense féminine. Dans le cadre de la Journée de lutte contre les violences faites aux femmes, Michel Tournerie, 6^e dan de kung-fu, professeur de l'École Xindao, animait pour la 4^e fois cet atelier.

2 h, c'est peu pour aborder la multitude de situations que l'on peut rencontrer dans la rue. La pratique des arts martiaux nécessite du temps pour développer force, souplesse, coordination et surtout l'état d'esprit qui permettront de se défendre efficacement en situation réelle. Le but de ce genre d'atelier est donc d'aborder la question de la self-défense, de commencer à développer cet état d'esprit et d'initier l'acquisition de quelques bons réflexes afin de mettre en échec un assaillant. « Se protéger d'un coup de poing ou d'une gifle » et « se dégager de diverses saisies » étaient les thèmes de cette année.

En self-défense, il n'y a pas de recette miracle. Au-delà de l'aspect purement technique, c'est surtout une affaire d'état d'esprit pour ne pas laisser le stress vous paralyser. Et pour cela, la mise en situation par l'enseignant et l'intention que les pratiquantes mettront dans l'entraînement sont primordiales, témoigne le professeur de l'École de kung-fu de Lespinasse. Pratiquer les arts martiaux, c'est se préparer pour un moment qu'on espère ne jamais voir arriver !



La self-défense est un volet essentiel de la pratique du kung-fu Binh Dinh. Mais ce n'est qu'une partie de l'entraînement. Le renforcement musculaire, le développement de la condition physique et de la souplesse, l'apprentissage des enchaînements techniques, le combat pieds-poings, la lutte, le travail des armes traditionnelles... Le kung-fu a de multiples facettes qui en font un art martial complet et efficace. L'École Xin Dao accueille les nouveaux élèves tout au long de l'année. Et si seule la self-défense vous intéresse, celle-ci continuera d'être à l'honneur à Lespinasse avec la venue d'un expert national, Dan Bertrand, pour un grand stage co-animé avec Michel Tournerie, toute la journée du 1er mars 2025, à l'Espace Canal des 2 Mers.

Pour vous inscrire au stage de Mars ou pour faire un cours d'essai gratuit de kung-fu, n'hésitez pas à contacter l'école XIN DAO.

06 15 70 16 92

@ xindao31@gmail.com

www.xindao-kungfu.com

DON DU SANG | Partagez votre pouvoir, donnez votre sang !

DON DE SANG
EN 1H
Jouez Sainc
3 VIES
et VOUS ?
qu'attendez-vous ?



Pour prendre
rendez-vous,
flashez le QR code



En France, 10 000 dons de sang sont nécessaires chaque jour pour soigner les patients.

Pour la troisième fois à Lespinasse depuis une dizaine d'années, l'association pour le don du sang Fenouillet / Gagnac-sur-Garonne / Lespinasse organise une grande collecte qui aura lieu :

LE JEUDI 5 FÉVRIER
À 14H,
À LA SALLE DES FÊTES
DE FENOUILLET

PETIT TRAIN GARONNAIS

Le Petit Train Garonnais a organisé son Assemblée Générale le 22 novembre dernier.

Le bureau est inchangé pour l'année à venir. Le Président reste M. Patrick Galiegue, la secrétaire Mme Joceline Wesseling et le trésorier M. Pierre Crouzy.

Le bilan moral de l'association est positif et de nombreux travaux d'aménagement sont encore au programme pour cet hiver 2025-2026.

N'hésitez pas à venir faire un tour au parc pour observer les améliorations ! Le calendrier des ouvertures de la saison 2026 débute dès la mi-avril sous réserve de bonnes conditions météorologiques.

 apel31150@gmail.com

 Facebook.com/APEL

Ô CAFÉ BON'HEUR



L'association Ô Café Bon'heur propose des ateliers créatifs tous les mercredis de 14h30 à 16h30 (hors vacances scolaires), au Centre Culturel de Lespinasse.

L'adhésion annuelle est de 20 €, mais le premier atelier est gratuit afin que chacun puisse découvrir l'ambiance du groupe et voir s'il s'y sent bien.

Les ateliers sont organisés en fonction des envies des adhérents et, lorsque cela est possible, autour de thématiques de saison. Coloriage, jeux de société, décopatch et diverses petites créations manuelles rythment ces moments conviviaux et bienveillants.

Rejoignez l'association pour partager un moment de créativité et de détente !

 o.cafebonheur@gmail.com

LESPINASSE LOISIRS |



Le dimanche 8 février 2026, l'Association Lespinasse organise comme tous les ans les Puces des Couturières et du Loisir Créatif à l'Espace Canal des 2 Mers à LESPINASSE.

Cet événement est ouvert à tous et toutes et il vous permettra de trouver des matériaux (neufs et d'occasion) couture, tricot, crochet et autres loisirs autour du fil et des loisirs créatifs :

- **Tarif exposant :** 10€ la 1ère table, 6€ la table supplémentaire.
- **Date limite d'inscription :** jeudi 29 janvier 2026
- **Entrée gratuite** pour les visiteurs

Vous souhaitez être exposant ? Envoyer un mail pour obtenir le dossier d'inscription à lespinasseloisirs@gmail.com ou vous pouvez appeler au 06 85 77 61 96 (à partir de 19h).



06 85 77 61 96 | 06 27 52 76 09



lespinasseloisirs@gmail.com

FOOTBALL CLUB CANAL NORD (FCCN) |



Entre progression sportive, épopee en Coupe de France et convivialité, le FC Canton Nord connaît un début de saison riche en satisfactions. Retour sur les temps forts d'un club en pleine structuration, qui conjugue ambition sportive et esprit familial.

Sur le plan sportif, un point marquant de ce début de saison est la structuration du club, qui a franchi un palier en matière de qualité d'enseignement. Les jeunes joueurs progressent dans un environnement propice à leur épanouissement.

Travail, lien entre les générations, cohésion de groupe, respect et plaisir sont les maîtres mots de la formation du FCCN, assurée par des éducateurs de plus en plus qualifiés.

De plus, les licenciés bénéficient d'infrastructures de qualité à Lespinasse et à Saint-Jory, sans oublier le gymnase de cette dernière commune pour

parfaire quelques compétences en futsal lorsque la météo devient capricieuse. Les résultats sont globalement au rendez-vous, avec trois équipes au niveau régional.

Autre motif de satisfaction : l'inoubliable aventure de l'équipe seniors féminines en Coupe de France, qui a embelli ce début de saison. Un véritable engouement s'est créé au fil des tours pour l'équipe féminine du FCCN. Après avoir passé trois tours, notamment dans le Gers (Fleurance) et l'Aude (Carcassonne), sans être favorites, l'aventure s'est arrêtée sur le terrain d'honneur de Lespinasse contre le FC Mende par le plus petit des scores, juste avant l'entrée des équipes de niveau national. Le club et la Ville félicitent les joueuses pour les joies qu'elles ont procurées à l'ensemble du club.

Sur le plan extra-sportif, le FCCN organise son loto annuel sur la commune de Lespinasse, dans la salle du Canal des 2 Mers, le samedi 7 mars 2025. C'est l'occasion pour les licenciés et les amoureux du loto de se retrouver dans une ambiance festive et chaleureuse, le temps d'une soirée.



06 83 22 38 27



fccanalnord@gmail.com



<https://www.fccanalnord.fr/>

ASSOCIATION BOULISTE LESPINASSOISE (ABL) |



Le club de pétanque de Lespinasse (ABL) vous invite à son grand loto le samedi 24 janvier 2026 à 21h00 à la salle des fêtes.

Une soirée conviviale en perspective, avec de nombreux lots de valeur à remporter et des moments de partage pour tous.

Lors de l'assemblée générale du 15 novembre 2025, qui a rassemblé de nombreux adhérents dans une ambiance amicale, le bureau sortant a été réélu à l'unanimité, poursuivant ainsi son engagement au service du club et de ses membres.

L'ABL vous souhaite de très bonnes fêtes de fin d'année.



07 88 37 23 49



abl.lespinasse@gmail.com



<https://abl310.wixsite.com/abl-lespinasse>

ASSOCIATION POUR LES ENFANTS DE LESPINASSE (APEL) |

Près de 200 personnes ont participé à la fête d'Halloween du 2 novembre, un vrai succès rendu possible grâce à vous, et toujours grâce à la Mairie, engagée auprès des enfants de Lespinasse.

L'APEL vous donne rendez-vous le 13 décembre lors de la journée de Noël de la ville : venez découvrir nos prochaines actions et profiter de nos douceurs sucrées maison.

Nous serons aussi présents à la galerie de Fenouillet durant le mois de décembre pour récolter des fonds en proposant des emballages cadeaux chez Cultura.

N'hésitez pas à venir nous rencontrer, et gardez un œil sur 2025 : une surprise vous attend le 25 janvier, et les plus petits seront enchantés par le spectacle « Au bain Zoé ! » le 7 février. Parents, grands-parents et habitants, vous pouvez nous rejoindre, même ponctuellement : chaque aide compte pour offrir de beaux moments aux familles.



apel31150@gmail.com



Facebook.com/APEL

BON VIEUX TEMPS (BVT)



Les membres du bureau vous convient à l'assemblée générale de l'association qui aura lieu le

le jeudi 8 janvier 2026 à 14h00 à l'Espace Canal des 2 Mers.

La présidente et le bureau du Bon Vieux Temps vous souhaitent de bonnes fêtes.



05 61 35 49 01 | 06 75 34 91 18

SAISON CULTURELLE 25/26



REPAS SPECTACLE

RÉMINISCENCE

avec la compagnie **Délices d'amour**

SAMEDI 31 JANVIER
19H - ESPACE CANAL DES 2 MERS



**PRÉVENTE UNIQUEMENT EN MAIRIE
OU SUR LA BILLETTERIE **FESTIK****



VILLE DE
LESPINASSE