



Le *Amil*

Le Mensuel d'Information
Lescarien

AGENDA
**Ça roule
pour les seniors** p. 10
N° 025 - Avril 2018



P.4 | AU QUOTIDIEN
Créer du lien :
L'Info des Lescariens



P.6-7 | DOSSIER
L'instant,
café associatif



P.11 | AGENDA
Les vacances à Lescar :
programme pour les 3-17 ans

Sommaire



P.4



P.5

AU QUOTIDIEN P.4-5

Créer du lien L'info des Lescariens

Manifestation Pas de Mystères de la Cité cette année

Environnement Changement climatique? Le vrai du faux

Association Le refuge de Saint-Jacques dans ses nouveaux locaux

Sport Les Parcours du cœur

Sport Un jeune lescarien de nouveau titré



P.6-7 DOSSIER

DOSSIER P.6-7 Créer du lien L'instant, café associatif



P.8



P.9

L'AGENDA P.8-10

Culture Auditions de guitare et de piano

Sport Sport temps libre

Social Ça roule pour les séniors

Enfance-Jeunesse Programme vacances pour les 3-17 ans

L'édito

Partager, échanger, vivre ensemble. En quelques mots, voici comment présenter le café associatif L'Instant, inauguré le 8 novembre dernier dans les locaux de l'Estanquet. Et pour en parler, qui mieux que Michel Delefosse, son président, à qui nous avons ouvert les pages du dossier du mois d'avril.

En préambule, zoom sur les médias tendances en matière d'information. Le service communication a le plaisir de vous présenter son nouvel atout pour communiquer: L'info des Lescariens! En lieu et place du 20h des Lescariens, ces pastilles vidéos d'une minute vont vous permettre de tout savoir sur Lescar. Si vous n'avez pas encore liké de vidéos, n'attendez plus! Rendez-vous sur notre page Facebook ou le site de la ville. Vous verrez, vous allez adorer.

Enfin, si vous ne devez retenir qu'une seule date ce mois-ci, ce sera le 29 avril. Ce matin-là, vous avez rendez-vous avec les Parcours du cœur!

Bonne lecture à tous.

Bien cordialement

Christian Laine

Maire de Lescar

Vice-Président de la communauté
d'agglomération Pau Béarn Pyrénées

Christian Laine



Directeur de la Publication Christian Laine

Responsable de la rédaction Arthur Meignen, Directeur Général des Services

Photographies Service Communication, Courte Échelle

Couverture © oneinchpunch - Adobestock.com

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 points

05 59 81 57 42



Site Internet www.lescar.fr

You Tube





◀ LES VACANCES À L'ESCALE

Sortie raquettes au col du Somport pour les usagers du Centre social l'Escale. Neige et soleil étaient au rendez-vous pour clôturer les vacances de février.



© Danièle Prat



SAISON CULTURELLE ▲

Démarrage de la seconde partie de la saison culturelle avec du Théâtre et un *Tango, virage poétique* de la Compagnie du Sûr-Saut.

SORTIE SÉNIORS ▶

52 usagers du Centre social l'Escale et du CCAS ont répondu présents à la sortie journée au Pays Basque.



TRAVAUX ▲

Malgré les intempéries, les travaux du futur cimetière paysager de La Teulère avancent petit à petit.





Information - Communication L'info des Lescariens

Vous avez une minute? Alors chaque lundi, ne manquez pas l'Info des Lescariens. Soixante secondes pour tout savoir en images sur un projet, un service, une actualité ou une association de la ville.

Lundi 5 avril a vu les débuts d'un nouveau support de communication pour la ville de Lescar.

Exit le 20h des Lescariens! Lescar s'est mis à la page en publiant chaque semaine une pastille d'information d'une minute privilégiant ainsi les nouveaux modes de consommation de vidéos, en particulier sur les réseaux sociaux.

LE PRINCIPE ?

Une minute pour tout savoir sur un service de la ville, découvrir une association, suivre

l'actualité, donner la parole aux Lescariens, présenter un projet ou promouvoir un événement.

Une minute punchy, flashy, avec des chiffres clés et quelques sous-titres.

En lieu et place du journal mensuel, nous vous proposons donc L'info des Lescariens. La première vidéo était consacrée au club Lescar ski. Le calendrier hivernal, l'ouverture des Jeux Olympiques et la création de leur section handiski, nous ont motivé à leur donner la primeur. Le lundi suivant, place aux rythmes scolaires. Actu oblige.

Depuis les sujets s'enchaînent: ateliers cuisine, propreté urbaine, découverte des hauteurs de Lescar, travaux du cimetière, Lescar Hand-ball, tribune politique... Et rien n'y échappe.

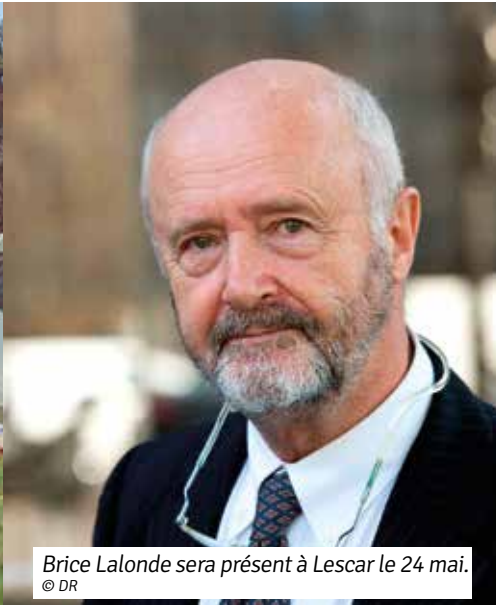
Ce nouveau support, plus réactif, nous permet de vous tenir informer de l'actualité de la ville. De votre côté, son format court et l'absence d'interviews vous permettent de les consulter où que vous soyez! Grâce à l'Info des Lescariens, Lescar continue de se démarquer, de créer le buzz et reste précurseur en matière de médias tendances.

Où trouver l'info ?

Pour ne rien manquer de l'actualité de la ville et visionner dès 20h, tous les lundis, la pastille de la semaine, suivez-nous sur la page Facebook Ville de Lescar. Pour les adeptes de Youtube, nous y sommes aussi! Enfin, le www.lescar.fr rassemble toute l'information de la ville: les derniers numéros de l'Info des Lescariens, les manifestations à venir, l'actualité chaude, les grands dossiers. Vous ne pouvez donc pas passer à côté de l'info!



Pas de Mystères de la Cité en 2018.
© Courte échelle



Brice Lalonde sera présent à Lescar le 24 mai.
© DR



Parcours du cœur 2018 : ouverture des inscriptions le 16 avril.

● MANIFESTATION PAS DE MYSTÈRES DE LA CITÉ CETTE ANNÉE

Le mois dernier, la rédaction du magazine vous présentait en détail le projet de rénovation de la Cité. Cet aménagement important nécessite des travaux relativement longs, estimés entre 9 et 12 mois. Aussi, en septembre 2018, la Cité sera en plein chantier de réhabilitation. Impossible donc d'y organiser la célèbre manifestation des Mystères de la Cité. Rendez-vous est donné aux adeptes dès septembre 2019.

En attendant le retour des saynètes fantastiques et du village médiéval, le service culture et patrimoine travaille sur une journée balade et découverte sur le site du Bilaà à l'occasion des Journées européennes du Patrimoine. À suivre.

● ENVIRONNEMENT CHANGEMENT CLIMATIQUE? LE VRAI DU FAUX

Actuellement coordonnateur exécutif de la conférence des nations unies sur le développement durable, président depuis janvier 2018 de l'association Équilibre des énergies, ambassadeur chargé des négociations internationales sur le changement climatique pour la France de 2007 à 2011 et ancien Ministre de l'environnement de 1988 à 1992, la ville de Lescar accueillera Brice Lalonde pour une conférence sur les conséquences écologiques et géopolitiques du changement climatique.

La notoriété du conférencier et son expertise feront de cette conférence un grand moment dans la compréhension de cet enjeu majeur pour notre avenir et celui de nos enfants Brice Lalonde sera présent le 24 mai 2018 à partir de 18H30 au CNPC (École Supérieure de Commerce du Sport Avenue Ampère à Lescar).

L'information qu'il nous donnera viendra conclure un cycle de trois conférences sur le thème du « changement climatique : Le vrai du faux ».

● ASSOCIATION

LE REFUGE DE SAINT-JACQUES DANS SES NOUVEAUX LOCAUX
Depuis le 9 avril, les membres de l'association Le refuge de Saint-Jacques ont investi leurs nouveaux locaux, rue Henri Rozier.

Les anciens bureaux du Centre Communal d'Action Social ont été réaménagés pour pouvoir accueillir les pèlerins dans les meilleures conditions possible : Création d'un bloc sanitaire avec WC, douches et lavabos, réalisation d'une petite cuisine, travaux de modification électriques, travaux de plomberie. Montant des travaux 17 506 € HT. La nouvelle adresse du refuge a été officiellement inaugurée par monsieur le maire le samedi 31 mars.

● SPORT

PARCOURS DU CŒUR
Quel que soit le temps annoncé, donc même en cas de pluie (raisonnable

bien sûr!) les équipes des services des sports de Lescar et Lons vous donnent rendez-vous dimanche 29 avril pour une matinée de sport solidaire.

À vélo, en courant ou en marchant ou même encore chaussés de vos rollers, profitez de cette matinée pour un réveil sportif et convivial à partager en famille ou entre amis. Si le mauvais temps est de la partie, un circuit unique, praticable par tous (vélos, rollers, marcheurs) vous sera proposé. Ouverture des inscriptions le 16 avril auprès du service des sports.

🏆 À l'honneur



SPORT UN JEUNE LESCARIEN DE NOUVEAU TITRÉ

Le club lescarien de Tir à l'arc a de nouveau brillé en championnat. Lors du championnat de France de tir à l'arc en salle à Vittel du 23 au 25 avril le jeune Iban Bariteaud est devenu pour la deuxième fois consécutive champion de France minime.



Créer du lien **L'Instant, café associatif**

L'Instant est un espace convivial dans lequel on vient prendre un verre pour partager, échanger, découvrir et vivre un instant ensemble. Ouvert à toutes et tous, de tous âges, L'Instant est également un lieu d'activités culturelles et de divertissement.

« L'Instant est un lieu de rencontre, de partage, d'échanges solidaires et créatifs. »

Michel Delefosse

UN PROJET DE LONGUE DATE

Le café associatif l'Instant n'a pas vu le jour en novembre dernier. Au contraire. Michel Delefosse, son président l'explique très bien. « C'est un projet de longue date. Voilà bien deux ans que nous cherchions un lieu pour développer notre association. Nous avons été séduits par l'Estanquet et avons donc entrepris des démarches auprès de la mairie. Cette dernière nous a confié la gestion et l'animation du lieu sous la forme d'une convention d'une durée de 3 ans. » Les associations qui profitaient déjà de ce lieu de rencontre continuent de s'y réunir et bénéficient maintenant des services mis en place. Michel Delefosse espère d'ailleurs travailler avec elles sur une programmation commune. L'objectif de ce café associatif est d'en faire un lieu chaleureux « où chacun peut apporter sa pierre » et où tout le monde trouve sa place. Toutes les idées d'ateliers, les propositions d'animations sont les bienvenues. »

Le nom, quant à lui, trouve son origine dans la volonté impérieuse d'encourager tout un chacun à profiter d'un moment que l'on s'accorde à soi. Quoi de mieux, pour un lieu où

l'on va s'arrêter pour un temps, discuter avec les habitués, savourer un thé ou un café, que de se nommer *L'Instant* ?

UNE PROGRAMMATION ÉCLECTIQUE

Chaque semaine, l'Instant propose des rendez-vous de tous styles.

Des ateliers-spectacles avec la comédienne Jacqueline Bellido autour de découvertes littéraires passionnantes. L'art du tricot autour d'un thé ou café gourmand. Des cours de chant.

Chaque mois, le 26 rue du Pont Louis accueille un artiste et ses œuvres. À cheval sur février et mars, vous avez pu y découvrir par exemple les peintures de Jean-Claude Couralis. Ce peut être également des rencontres avec des auteurs, des artistes. En février dernier, les adhérents du café ont pu faire connaissance avec Béatrice Horellou, croqueuse.

À moyen terme, l'équipe du café espère pouvoir également instaurer, des soirées jeux de société ainsi que des soirées débat autour



3 questions à...

Valérie Revel, Adjointe au Maire, en charge de la culture, du patrimoine et du tourisme

d'un thème d'actualité voire des soirées philo. Avec l'arrivée du printemps, les membres de l'association prévoient d'ouvrir en plus dès midi pour permettre à ceux qui en auraient envie de déjeuner en compagnie. En attendant, quelques dîners thématiques, souvent à l'initiative des adhérents, s'organisent sous forme d'auberge espagnole pour favoriser et développer le lien social.

Et puisque l'Instant est un café « il est bien sûr possible de consommer des boissons mais des boissons locales, artisanales et équitables tout en restant accessibles avec par exemple le café à un euro tout rond. » ajoute son président

EN PRATIQUE

La carte d'adhésion au café associatif est de 5 euros mais toutes les générosités sont les bienvenues.

Les activités payantes ne dépassent pas 15 € pour rester accessibles à tous.

Tous les artistes qui souhaitent présenter leurs œuvres sont les bienvenues en échange d'une soirée rencontre avec les adhérents.

Pourquoi avoir choisi d'encourager la création d'un café associatif?

Cela faisait plusieurs années que nous souhaitions faire vivre ce lieu de l'Estanquet. Nous y avons logé plusieurs associations où les membres pouvaient passer des moments ensemble. Lorsque l'équipe de *L'Instant* nous a présenté son projet nous avons été emballés car il correspondait à ce que nous avions imaginé, un lieu d'animation, de culture et de lien social.

Pensez-vous que la création de ce café puisse devenir le point de départ d'un lieu de rencontres pour tous les Lescariens?

Il existe d'autres lieux de rencontre pour les lescariens, mais celui-là se trouve en centre-ville, il est idéalement situé. Nous souhaitons que notre commune soit vivante, au travers différentes manifestations, organisées par la municipalité ou les associations, dans les domaines divers qu'ils soient sportifs, culturels, artistiques ou de loisirs. Le café associatif *L'Instant* favorise cette vie animée du cœur de notre Cité, où chaque citoyen peut participer aux divers ateliers et animations proposées ou venir tout simplement pour un moment de partage autour d'une collation.

Comment le nouveau café associatif *L'Instant* va-t-il s'inscrire dans l'offre culturelle de la commune?

Il s'agit d'une offre complémentaire à celle qui existe déjà. Il s'y passe et s'y passera beaucoup de choses, des soirées thématiques sur des sujets de société, des soirées littéraires, poétiques, musicales, des ateliers de chants, de diction, des expositions, etc. Les projets s'étofferont au fur et à mesure car l'objectif est bien que l'animation soit participative. C'est-à-dire que chaque association ou citoyen de notre commune peut proposer une idée, un projet et le mettre en œuvre dans ce lieu, en lien avec l'équipe qui de bénévoles à qui nous l'avons confié.



MARDI 3 ET JEUDI 5 AVRIL AUDITIONS DE GUITARE ET PIANO

Les élèves de l'école municipale de musique vous invitent à découvrir leur travail - et leur talent! - à l'occasion de mini-concerts organisés dans le cadre de la saison culturelle. Gratuit.

Plus d'infos > 05 59 81 57 36,
ecole.musique@lescar.fr.

DIMANCHE 1^{ER} AVRIL 14^E RANDONNÉE DU PRINTEMPS VTT ET PÉDESTRE

Organisée par le Lescar V Sprint, plaine du Liana. Inscriptions à partir de 8h, départ des parcours à 9h. 15 km VTT, marche et course: 5 €. 30 et 40 km VTT: 8 €. Ravitaillements, Café offert, Lavage vélos, VTT électrique accepté, Casque obligatoire pour le VTT, Certificat médical obligatoire pour les non licenciés. En partenariat avec l'association Vaincre la mucoviscidose.

Renseignements: 06 64 85 10 57.

LUNDI 2 AVRIL COURSE CYCLISTE EN CIRCUIT SUR ROUTE

Organisée par le Lescar V Sprint. De 15h à 17h, chemin de Beneharnum à Lescar.

Renseignements: 06 64 85 10 57.

MARDI 3 AVRIL AUDITIONS DES CLASSES DE GUITARE

Présentées par les élèves de l'École municipale de Musique. 19h30, place de l'Évêché, entrée gratuite.

Renseignements: 05 59 81 57 36,
ecole.musique@lescar.fr.

MERCREDI 4 AVRIL LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS

Débrouillards (PS et MS) Basket.
Explorateurs (GS et CP) Grand-Jeu, *Jeannot Hop le lapin*.

Aventuriers (CE1 et CE2) Initiation Pelote.
Globe-Trotters (CM1 à 6^e) Base-ball Game, Thèque.

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

MAISON DES JEUNES: ESPACE FOYER

Découverte du Kinball. Ce jeu se joue avec une grande balle (1,22 m) par trois équipes de quatre (16 places).

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

CUISINE EN FAMILLE

De 16h à 17h30, un atelier cuisine pour les enfants de 2 à 6 ans, accompagnés de leur(s) parents(s). Un temps de partage parent-enfant, une découverte ludique des aliments et une sensibilisation à la nutrition. Recette: *Lapin gourmand*. Attention, les places sont limitées.

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

AUDITIONS DES CLASSES DE PIANO, VIOLON, MUSIQUE DE CHAMBRE

Présentées par les élèves de l'École municipale de Musique. 18h30, place de l'Évêché, entrée gratuite.

Renseignements: 05 59 81 57 36,
ecole.musique@lescar.fr.

JEUDI 5 AVRIL AUDITIONS DE LA CLASSE DE PIANO

Présentées par les élèves de l'École municipale de Musique. 18h30, place de l'Évêché, entrée gratuite.

Renseignements: 05 59 81 57 36,
ecole.musique@lescar.fr.

SAMEDI 7 AVRIL ATELIERS D'ÉVEIL À L'ANGLAIS

De l'anglais, des comptines et de la bonne humeur! À partir de 3 ans.

Séance à 10h15 et 11h.

Renseignements: Médiathèque intercommunale de Lescar, 05 59 72 25 21.

DU LUNDI 9 AU VENDREDI 13 AVRIL STAGE DE CIRQUE PLURIDISCIPLINAIRE

Stage à l'école municipale de cirque Acrofolies, ouvert à tous.

Lundi 9: enfants nés en 2014, 2013 et 2012. 21/25 €.

Mardi 10 et mercredi 11: enfants nés en 2011, 2010, et 2009. 41/46 €.

Jeudi 12 et vendredi 13: enfants nés en 2008 et moins. 41/46 €.

De 10h à 12h et 14h à 16h. Accueil au chapiteau, plaine du Liana à partir de 9h30 et jusqu'à 16h30. Possibilité de rester sur place le midi, prévoir un pique-nique.

Licence obligatoire 6,70 €. Attention, places limitées.

Renseignements: 06 50 70 24 03.

SAMEDI 14 AVRIL THÉÂTRE: MAXIMILIEN, MON AMOUR

Par la compagnie But en blanc. 1794, la logeuse de Robespierre, tente d'arranger un mariage entre sa fille et l'homme le plus puissant de France.

La Charcuterie, 20h30. Tarif 10 € et 8 €.

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

MERCREDI 18 AVRIL COLLECTE DE SANG

Don possible de 18 à 70 ans révolus de 15h30 à 19h au Restaurant Municipal, rue du Taà. Garderie pour les enfants.

Renseignements: Sylviane Carpentier,
06 24 21 56 72.

TOUTE L'ANNÉE SPORT TEMPS LIBRE

Remise en forme, yoga, Fitness-Kids, marche nordique et tennis sont proposés chaque semaine. N'attendez plus pour vous remettre au sport !

Plus d'infos > 05 59 81 57 38,
sports@lescar.fr



DIMANCHE 22 AVRIL VIDE-GRENIERS

Organisé par l'Amicale des pêcheurs au Complexe Victor-Hugo de 9h à 18h.

Renseignements : 06 84 05 04 56

COURSE CYCLISTE UFOLEP DE L'ESCAR

Circuit de 2,1 km avec départ/arrivée au pied des remparts, chemin de Beneharnum. Ouvert aux 1^{re} - 2^e et 3^e catégories - Gsa et Gsb, à partir de 13h30, de 23 à 39 tours. Récompenses aux 5 premiers de chaque catégorie + primes.

Renseignements : Alain Renon,
06 13 44 57 19, vsbl64.blogspot.fr.

MERCREDI 25 AVRIL

LE MERCREDI AU CENTRE DE LOISIRS

Débrouillards (PS et MS) Bougeoir en pâte à sel.

Explorateurs (GS et CP) Arbre magique, Porte-clés magique.

Aventuriers (CE1 et CE2) Course d'orientation.

Globe-Trotters (CM1 à 6^e) Loto.

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

MAISON DES JEUNES : ESPACE FOYER

Découverte du Tchoukball, mélange de volley-ball et de handball. On marque des points sur un trampoline incliné qui permet le rebond du tir. (16 places).

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

CUISINE EN FAMILLE

De 16h à 17h30, un atelier cuisine pour les enfants de 2 à 6 ans, accompagnés de leur(s) parents(s). Un temps de partage parent-enfant, une découverte ludique des

aliments et une sensibilisation à la nutrition. Recette: *Lapin gourmand*. Attention, les places sont limitées.

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

ATELIER CUISINE : GLACES MAISON

Découvrir une nouvelle recette technique grâce au savoir-faire de professionnels locaux. De 18h à 21h, apprenez à réaliser vos glaces maison, sans sorbetière, avec l'avant-goût délicieux de l'été! Tarif: 23 €. Attention, les places sont limitées.

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

JEUDI 26 AVRIL

ÇA ROULE POUR LES SENIORS

Atelier de prévention et de sensibilisation aux risques autoroutiers pour les personnes âgées de 60 ans et plus, de 9h à 12h et de 14h à 17h. En partenariat avec l'auto-école Torrance 2G. Tarif 10 €. Sur inscription.

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

VENDREDI 27 AVRIL

SORTIE JOURNÉE DANS LES HAUTES-PYRÉNÉES

Le centre social l'Escale et le CCAS organisent une sortie journée :

Départ à 9h30, visite de la roseraie de Saint-Vincent (64), pique-nique ou restaurant (menu à 20 €), visite guidée des Grottes de Bétharram. Retour à 18h.

Inscriptions pour les lescariens du 3 au 20

À SUIVRE...

TOUS LES SAMEDIS

PERMANENCE DES ÉLUS

Rencontrez les élus de la commune, échangez sur des questions du quotidien, à l'Hôtel de ville, sans rendez-vous de 10h à 12h.

7 mars : F. Ferchichi et A. Vintras.

14 mars : JM. Baleix et MC. Fabre.

21 mars : M. Sauvanier et F. Castillon.

28 mars : M. Aguer et B. Giacalone.

Renseignements : 05 59 81 57 00.

TOUS LES LUNDIS

L'INFO DES LESCARIENS

Retrouvez chaque semaine, sur notre page Facebook, notre chaîne Youtube et sur notre site Internet, une vidéo d'une minute pour tout savoir sur un projet, un service ou un événement.

DU 4 AU 27 AVRIL

EXPOSITION :

MONTS ET MERVEILLES

À travers ses pastels figuratifs, Marie-Christine Coupillaud manifeste ce que la beauté de la Nature lui inspire.

Salle Mika Ilharreguy, du mardi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h.

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

DU 27 AVRIL AU 8 JUIN

ATELIERS FORM' BIEN-ÊTRE

Avec l'ASEPT, le Centre social l'Escale propose un cycle de 7 ateliers pour les plus de 55 ans qui souhaitent améliorer et maintenir leur qualité de vie. Exercices pratiques, temps d'information autour de la respiration, des bonnes



JEUDI 26 AVRIL ÇA ROULE POUR LES SENIORS

Pour prévenir d'éventuelles difficultés et continuer à conduire en toute sécurité, le centre social l'Escale organise des journées de sensibilisation à la sécurité routière pour les seniors. Théorie et pratique sont au programme.

Plus d'infos > Centre social l'Escale, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, escale@lescar.fr.

La Maison de l'Enfance

Le plein d'activités pour les enfants de 3 à 11 ans par groupe d'âge.

Débrouillards = Petite et Moyenne Sections

Explorateurs = Grande Section et CP

Aventuriers = CE1 et CE2

Globe-Trotters = CM1 à 6^e



avril, 18 €.

Inscriptions pour les non-lescaris du 13 au 20 avril, 36 €.

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

RÉUNION DE QUARTIER

Le maire et le conseil municipal vont à la rencontre des habitants du quartier Victor-Hugo. Salle activités de l'Escale, complexe Victor-Hugo à 20h.

Renseignements : 05 59 81 57 03.

SAMEDI 28 AVRIL

MOZART PAR L'OSSO

Concert de l'Orchestre Symphonique du Sud-Ouest à la Cathédrale de Lescar, 20h30. Tarifs : 12 € (8 € avec le Pass' Culture).

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

DIMANCHE 29 AVRIL

PARCOURS DU CŒUR

Départ depuis le pied des remparts.

De 8h à 12h - Parcours d'information.

De 9h à 9h45 - Bougez à vélo! 2 circuits organisés avec le Vélo Sport Béarnais Lescar et le Lons Vélo Club. 1 circuit VTT avec le Lescar V Sprint.

10h - Bougez en rollers! Un circuit pour les débutants et un pour les initiés et les confirmés.

De 9h30 à 9h45 - Bougez en marchant ou en courant! Un circuit 10,5 km avec Lescar Athlétisme et un circuit famille 6,5 km.

Inscriptions 2 €.

Renseignements : Service sport et loisirs, 05 59 81 57 38 ou sports@lescar.fr

À SUIVRE...

postures et de la souplesse pour améliorer son quotidien, gestion du stress, du sommeil, etc. Les vendredis de 9h30 à 11h au centre social. Gratuit, sur inscription. Attention, places limitées.

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

DU 23 AVRIL AU 25 JUIN

ATELIERS

NUTRITION SANTÉ SÉNIORS

Avec l'ASEPT, le Centre social l'Escale propose un cycle de 10 ateliers pour les plus de 55 ans. Pour s'informer sur l'impact de l'alimentation dans le « bien-vieillir », l'évolution des besoins nutritionnels, etc. Les lundis de 10h à 12h. Gratuit, sur inscription. Attention, les places sont limitées.

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

TOUS LES SAMEDIS

LA RANDONNÉE MÉDIÉVALE

Visite de la Cité à travers les remparts, les tours et les chemins menant à la Cathédrale Notre-Dame, étape incontournable sur les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle. Office de tourisme, place royale à 15h, durée 1h30. 6 € à partir de 12 ans, 4 € de 5 à 12 ans, gratuit pour les moins de 5 ans.

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

LUNDI 9 AVRIL

Débrouillards : Cuisine, Les petits lapins font du sport.

Explorateurs : L'œuf devient poussin, Love empreintes, Poule en main, Mon Lapinou.

Aventuriers : Fresque de Pâques à l'été, Sportez-vous bien.

Globe-Trotters : Concours de pêche, Cabane des Robinsons.

MARDI 10 AVRIL

Débrouillards : Médiathèque, Fleurs en relief.

Explorateurs : Fabrication de piñatas, Qu'y a-t-il sous l'œuf?, Jeux ludo-sportifs.

Aventuriers : Qui sera le meilleur pâtissier?, Vitrail en folie, Rallye photos.

Globe-Trotters : Fabrique ton Slime, Muffins cœur chocolat.

MERCREDI 11 AVRIL

Débrouillards et Explorateurs : Ferme de Bibane à Méraçq.

Aventuriers et Globe-Trotters : Rencontre inter-centres à Lons.

JEUDI 12 AVRIL

Débrouillards : Chenille prénom, Coucou cherche-moi!.

Explorateurs : Dessine-moi un cœur, Finition piñatas, Poule-renard-vipère.

Aventuriers : Fête du Sport.

Globe-Trotters : Fête du Sport.

VENDREDI 13 AVRIL

Débrouillards : *Le mystère de la piñata.*

Explorateurs : *Le mystère de la piñata*, Cookies et gâteau au chocolat.

Aventuriers : La fureur du Liana, Chasse au trésor.

Globe-Trotters : Jeux 2.0, Chasse au trésor.

LUNDI 16 AVRIL

Débrouillards: Arbre de Pâques, Poussin-œuf-lapin.

Explorateurs: Crée ta chenille, Fleurs à la manière de Takashi Murakami.

Aventuriers: Œufs et lapins, Les lièvres en balade dans la plaine.

Globe-Trotters: Muffins, Les lièvres en balade dans la plaine.

**MARDI 17 AVRIL**

Débrouillards: Croq'carottes (parcours de motricité), Panier de Pâques.

Explorateurs: Jeux avec les Aventuriers, Fleurs au plafond.

Aventuriers: Passerelle sportive avec les Explorateurs, Ciné'Pâques avec les Globe-Trotters.

Globe-Trotters: Arbre de Pâques, Ciné'Pâques (passerelle avec les Aventuriers).

MERCREDI 18 AVRIL

Débrouillards et Explorateurs: Piscine de Mourenx.

Aventuriers et Globe-Trotters: Robinson Cruséo.

JEUDI 19 AVRIL

Débrouillards: Activité sportive, Lapin Main.

Explorateurs: Pots en fleurs, Rencontre avec l'Accueil de Loisirs du Daran Art & Spectacle autour du Cirque.

Aventuriers: Œufs en ficelle avec les Globe-Trotters, Chasse aux œufs.

Globe-Trotters: Œufs en ficelle (passerelle avec les Aventuriers), Chasse au trésor dans la Cité avec les Francas.

VENDREDI 20 AVRIL

Débrouillards: Poule au nid (cuisine), À la recherche des œufs.

Explorateurs: Dansons sous la pluie, L'art en balade.

Aventuriers: Œufs gourmands, Parcours du ragondin.

Globe-Trotters: Land'Art, Parcours du ragondin.

MAISON DE L'ENFANCE

✉ Chemin du Liana

☎ Tél. 05 59 81 57 37

@ E-mail: enfance@lescar.fr

contact

**Centre social l'Escale**

Les activités créatives pour les enfants de 6 à 12 ans.

🌱 **Activités ouvertes aux parents**

Thème: Green attitude

LUNDI 9 AVRIL

9h30-11h30: Créa déco, création d'un carillon.

14h30-17h30: *Senor météo*, construction d'une station météorologique.

14h30-17h30: *L'Escale et l'île mystérieuse du Liana*, chasse au trésor, Plaine du Liana.

MARDI 10 AVRIL

9h30-11h30: *Cuisine veggie*, cuisine créative.

14h30-17h30: *Les p'tits ornithologues*, balade au lac d'Ayguelongue, observations des oiseaux.

14h30-17h30: *Créa jardin*, construction d'un hôtel à insectes pour les jardins partagés.

MERCREDI 11 AVRIL

9h30-11h30: *Insecte multicolore*, réalisation d'un insecte en 3D.

🌱 **14h30-17h30:** *Musique verte*, musique avec des éléments de la nature.

14h30-17h30: *Créa récup*, création d'un tablier de cuisine en jeans recyclés.

JEUDI 12 AVRIL

9h30-11h30: *Les savants fous*, expériences.

14h30-17h30: Rando VTT (à partir de 7 ans).

14h30-17h30: *Créa'vrac*, rangements pour bureau en boîte de céréales et rouleaux carton.

VENDREDI 13 AVRIL

🌱 **8h-18h:** Sortie journée Cani-rando. Randonnée pédestre en compagnie de chiens de traîneau. Prévoir tenue et chaussures adaptées, casquette et pique-nique.

LUNDI 16 AVRIL

9h30-11h30: *Upcycling*, cadre photo.

14h30-17h30: Création de jeux (toupies, etc.).

14h30-17h30: *Les cabanes de Nuage Dansant*, construction de Tipis, Bois du Liana.

MARDI 17 AVRIL

9h30-11h30: Création d'une tirelire.

🌱 **14h30-17h30:** *Cosmé bio*, réalisation de produits bien-être bio.

DU MARDI 17 AU JEUDI 19 AVRIL**STAGE GREEN ATTITUDE**

9h30-17h: Réalisation d'une fresque sur le recyclage du verre. Visite de la cueillette de l'Aragnon. Expériences sur le thème de l'eau. Visite de l'usine de production d'eau potable.

Prévoir pique-nique et tenue adaptée.

MERCREDI 18 AVRIL

9h30-11h30: Pêche, lac du Liana

14h30-17h30: Jeux dans le bois du Liana.

JEUDI 19 AVRIL

9h30-11h30: *Créa jardin*, Fabrication d'un épouvantail géant pour les jardins partagés.

14h30-17h30: Visite d'une usine de production d'eau potable.

VENDREDI 20 AVRIL

10h-17h: Mini Journée Éco'responsable. Défis et découvertes autour de l'environnement, au Lac des Carolins. Prévoir un pique-nique.

CENTRE SOCIAL L'ESCALE

✉ Rue Maurice Ravel

☎ Tél. 05 59 81 57 25

@ E-mail: escale@lescar.fr

contact

**La Maison des Jeunes**

Les activités sportives et ludiques pour les 12 - 17 ans.

**LUNDI 9 AVRIL**

Matin: Blind test, Lescar sport.

Midi: Repas au Liana.

Après-midi: Projet Intergénérationnel.

MARDI 10 AVRIL

Matin: Jeux dans les bois.

Midi: Repas au Liana.

Après-midi: Projet Intergénérationnel.

MERCREDI 11 AVRIL

Matin: Lescar sport, Cuisine.

Midi: Repas au Liana.

Après-midi: Run and Bike.

JEUDI 12 AVRIL

Matin: Partage ton raid sportif.

Midi: Repas au Liana.

Après-midi: Partage ton raid sportif.

Soirée: À vous de choisir de 19h à 22h.

VENDREDI 13 AVRIL

Sortie: Rafting à Bidarray. Départ à 10h, retour à 17h30. Prévoir un pique-nique.

MAISON DES JEUNES

✉ Rue Raoul Follereau

☎ Tél. 05 59 81 57 34

@ jeunesse@lescar.fr

contact



Absences passagères
Fatigue
Moral en berne?

Essayez la nouvelle pastille vidéo

L'INFO DES LESCARIENS



Une prise hebdomadaire tous les lundis à 20h
sur le site www.lescar.fr
et la page Facebook Ville de Lescar