

# Klumpke Actualités



N°129 : juin 2013

**Respectons notre village - Ne pas jeter sur la voie publique**

# Informations Communales

## Sommaire du n° 129

### *Informations communales* (page 2)

Agenda  
Ulupia Agenda 21  
Inscriptions à l'école maternelle  
Consultations gynécologiques  
Don du Sang  
Les Maîtres du Pain à Ulupia  
Halte aux ordures sauvages !  
Echos CAF  
Interdiction de feu  
Info Préfecture  
Travaux à Ulupia  
Bulletin de la situation hydrologique

### *Le mois dernier ...* (page 8)

Vide-grenier  
Commémoration du 08 mai 1945  
Messe à la Chapelle Vilar Mila  
Théâtre  
Clint le Magicien  
Spectacle de l'école maternelle  
Expositions des œuvres des enfants des écoles

### *Infos Festives* (page 10)

Agneau catalan en fête  
Conférence  
Concert Y'a D'la voix  
Saint Jean  
Fête de la Saint Thomas

### *Informations associatives* (page 14)

Vivre et Lire à Ulupia  
Les Picotis  
Les Archers de Ulupia  
Bien Vivre à Ulupia  
Club canin des Apres  
Tae Kwon Do  
GV Bien Être

### *Le Petit Dico d'Aqui* (page 18)

Desgall

### *Recette de saison* (page 15)

Les Cerises, c'est beau et c'est bon

### *Informations pratiques* (page 20)

Pour ne rien oublier

## L'agenda

**Dimanche 2 juin** : Relai des Apres  
Fête de l'Agneau Catalan à Ulupia

**Lundi 3 juin** : don du sang de 16h à 20h à la salle Amade

**Samedi 8 juin** : Concours de Tir à l'Arc  
Conférence à la Bergerie à 17h

**Samedi 15 juin** : Journée Porte ouverte de BVL  
salle du Canigou à l'ÉAC  
Y'a d'la voix en concert à 21h à la salle Amade

**Dimanche 16 juin** : Fête des Pères

**Mardi 18 juin** : commémoration de l'appel du Général de Gaulle, rendez-vous à 11h30 au Monument aux Morts

**Vendredi 21 juin** : Été (enfin !!!)

**Dimanche 23 juin** : Saint Jean, rendez-vous à partir de 19h sur le parking de la salle Amade

**3, 5, 6 et 7 juillet** : Fêtes de la Saint Thomas

**Vendredi 5 juillet** : Vacances scolaires, après les cours

Ulupia Actualités, Le magazine mensuel de Ulupia

Edition : Commune de Ulupia - 13 Carrer de l'Aire - 66300 LLUPIA  
Représentant Légal : Roger Rigall,

Maire. Responsable de la Publication : Georges Payrou, Adjoint. Comité de Rédaction : Commission Communale de la Communication (Stéphanie Fernandez, Geneviève Maurette, Jacqueline Delpuech, Josette Vidal,

Georges Payrou) Associations de Ulupia, Murielle Meillant. Mise en page : Murielle Meillant. Photos :

Murielle Meillant, Georges Payrou, Associations de Ulupia.

Impression : Mairie de Ulupia - 13 carrer de l'Aire - 66300 LLUPIA.

Tirage : 950 exemplaires.

Distribution : Mairie de Ulupia.

Dépôt légal : juin 2013

ISSN : en cours

En attendant le second RDV du 14 juin pour commencer à élaborer le diagnostic des actions menées sur la commune, les membres de l'équipe projet « Agenda 21 pour Llupia » continuent à se former, à réfléchir au futur durable de notre commune.

Dernièrement, plusieurs d'entre eux, Georges Payrou, Roger Roca et Fabrice Tignères, ont participé à une réunion technique « Vers le zéro phyto dans nos villes » organisée par le Conseil Général.

**Les produits phytosanitaires, plus communément appelés pesticides sont présents partout dans l'environnement :** ils polluent l'eau, l'air, les sols et les organismes vivants, y compris l'être humain !

Ces pollutions sont principalement d'origine agricole, mais pas uniquement : les communes et les particuliers utilisent également des pesticides. Or lorsque ces substances sont employées en milieu urbain, elles sont massivement entraînées par la pluie vers les rivières.

Les pesticides, quels qu'ils soient, provoquent inévitablement de profondes modifications de l'environnement.

Ainsi les pesticides utilisés pour éliminer les ravageurs peuvent malheureusement causer des dégâts collatéraux très importants en tuant d'innombrables autres espèces. Or certaines d'entre elles sont bénéfiques : pollinisateurs (abeilles, papillons...); parasites et prédateurs de ravageurs (rapaces, hirondelles...) et bien d'autres espèces jouant un rôle clé dans la chaîne alimentaire.



Les pesticides étant conçus pour détruire des organismes vivants, les êtres humains peuvent être des cibles involontaires.

Les voies de contaminations sont multiples (inhalation, ingestion, contact avec la peau...) et les conséquences peuvent être importantes (cancers, problème de développement du fœtus, déficit immunitaire, ...)

L'homme, les animaux, les végétaux ont besoin de respirer, boire, se nourrir quotidiennement, autant d'occasion d'absorber des pesticides.

L'équipe projet de Llupia se pose donc la question « **Les pesticides sont-ils vraiment indispensables ?** »

Il existe des alternatives à leur utilisation :

Le paillage,

Le végétal : utilisation de plantes couvre-sol, prairies fleuries, de plantes plus adaptées à notre climat, ...

Le désherbage sans désherbant : manuel, thermique, vapeur, d'eau chaude...

Accepter les herbes « folles » à certains endroits : elles ne sont ni « sales » ni dangereuses !

Utiliser des alliés biologiques dont le plus connu est la coccinelle.

### Demain Llupia sans pesticides ?

Essayons, parce que nous n'avons pas le droit de prendre de risque pour notre propre santé et celle de nos enfants et parce que nous avons le devoir de léguer aux générations futures le meilleur environnement.

Llupia a mis le mouvement en marche puisque depuis quelques années déjà les produits phytosanitaires sont utilisés avec parcimonie et le désherbage thermique est utilisé dans le cœur du village.

Nous invitons les Llupianencs à faire de même.

Et si vous souhaitez nous faire part de vos pratiques écologiques (trucs et astuces), envoyez-nous un message à [mairie.llupia.agenda21@wanadoo.fr](mailto:mairie.llupia.agenda21@wanadoo.fr)



# Inscriptions à l'école maternelle

Pour les enfants nés en 2010 (petite section) ou nouvellement arrivés sur la commune, l'inscription se fait à la mairie avant le vendredi 21 juin.

Vous munir des documents suivants :

- livret de famille
- carnet de santé
- justificatif de domicile

Les parents dont les enfants sont nés en 2011 (toute petite section) sont invités à les inscrire aussi (constitution d'une liste d'attente).

L'école préviendra les familles fin juin si une section de tous-petits est ouverte à la prochaine rentrée.

Christophe SENDRA  
Directeur

# Consultations Gynécologiques

Consultation gynécologie préventive :

Lundi 17 juin 2013 de 14h à 16h.

Consultation prénatale :

Judi 13 juin 2013 de 9h à 12h (sur rendez-vous)

Par le Docteur Habiba COHAT, Gynécologue et Madame Laurence MARIS-MAS, Sage-femme.

Maison Sociale de Proximité  
19 Ave Nabona, 66300 THUIR  
Tél : 04.68.53.69.55

**N'oubliez pas lundi 3 juin  
entre 16h et 20h de faire un  
geste pour la vie en donnant  
votre sang à la salle Amade**

# Les Maîtres du Pain à Llupia

Il y a quelques mois les boulangers Henri Poch, Meilleur ouvrier de France, Emmanuel Castro, Eric et Philippe Lafont, Geoffray et Florent Devernay (La Boulangerie à Llupia) se sont rassemblés pour défendre la boulangerie artisanale et créer Les Maîtres du Pain dans l'esprit des Tôques Blanches.

Les Boulangers de Llupia ont également participé, lors de la Foire Expo de Perpignan, à l'élaboration d'un bras de Vénus de 66 mètres.



*Geoffray et Florent, les Maîtres du Pain de Llupia !*



*Elaboration du Bras de Vénus de 66 mètres !*

# Halte aux ordures sauvages !

**1500 euros d'amende pour un dépôt de déchets "sauvages"**

Irresponsables mais encore trop fréquents, ces dépôts sur la voie publique sont strictement interdits et passibles d'une amende allant jusqu'à 1 500 € (3 000 € en cas de récidive) voire, la confiscation du véhicule, lorsque celui-ci est utilisé pour le dépôt (articles L.131-13, R.632-1, R.644-2 et R.635-8 du code pénal)

**Nous vous rappelons que l'accès aux déchèteries de Thuir et de Trouillas est gratuit.**

**De même, en cas d'objets encombrants (intransportables en voiture) un service d'enlèvement à domicile, gratuit, est à votre disposition une fois par mois sur simple inscription en Mairie** (cf les dates en dernière page de ce magazine).



**Transmettre ses coordonnées téléphoniques et électroniques à la Caf : une démarche utile pour les allocataires !**

Connaître l'adresse mail et le numéro de téléphone des allocataires permet à la Caf d'accélérer le traitement de leur demande ou de les informer sur leurs droits.

Par internet sur [www.caf.fr](http://www.caf.fr), rubrique «Mon Compte» (accessible depuis la page d'accueil avec le numéro d'allocataire et le code confidentiel). Dans cette rubrique, l'allocataire peut compléter ou modifier ses coordonnées si celles-ci changent.

Par téléphone au 0 810 25 66 10 du lundi au vendredi de 9h à 16h (coût d'un appel local depuis un poste fixe), ou par courrier adressé à la Caf des PO ou dans un point d'accueil Caf.

# Interdiction de Feu

Arrêté préfectoral n°1459 relatif aux mesures de prévention des incendies de forêts et milieux naturel applicable sur le territoire des communes du département des Pyrénées-Orientales.

Art. 18 : (...) il est défendu à toute personne, (...) d'allumer du feu :

Pendant toute l'année par vent fort (>40km/h)

Pendant la période à risque du 1er juin au 30 septembre

Art. 19 : ces dispositions ne s'appliquent pas à l'emploi du feu dans les foyers aménagés attenants aux habitations, à leurs dépendances.

Art. 20 : (...) l'incinération des végétaux coupés doit se faire dans le respect des prescriptions énoncées à l'article 18.

En dehors de ces cas, l'incinération respectera les consignes suivantes :

- déclaration préalable en mairie,
- Mise à feu par temps calme
- Présence effective sur les lieux d'au moins 2 personnes dotées d'un moyen de téléphonie mobile
- Disposer à proximité d'une réserve d'eau suffisante et d'un moyen de lutte adapté pour la mise en œuvre de l'eau d'extinction
- Veiller à ce que les fumées ne soient pas rabattues sur une voie de circulation
- L'incinération doit débuter avant 10h. Il sera procédé à l'extinction complète des braises à l'eau avant d'abandonner le foyer.



**PRÉFECTURE DES PYRÉNÉES-ORIENTALES**

**A compter du 19 juin 2013**, les titres de séjour contiendront une puce d'identification comprenant les empreintes digitales des usagers qui seront recueillies par un capteur d'empreinte.

Ces opérations seront réalisées exclusivement en préfecture à Perpignan.

**En conséquence à la date du 12 juin 2013, les ressortissants étrangers ne pourront plus déposer leur dossier dans les mairies, et devront impérativement être dirigés vers la préfecture de Perpignan qui les accueillera à compter du 19 juin 2013.**

# Travaux à Llupia

## Création d'un réseau pluvial rue Salvador Dali

Création d'un réseau pluvial pour mettre fin à la mare aux canards qui apparaissait à chaque pluie, mais également réfection des trottoirs, permettant ainsi une circulation piétonne plus agréable, conformément aux engagements pris par la Municipalité dans le cadre de l'élaboration de son Agenda 21.

Ces travaux ont été rendus possible grâce à la participation de Perpignan Méditerranée Communauté d'Agglomération qui finance les 2/3 du réseau. La commune quant à elle prend en charge le tiers restant et la réfection des trottoirs. Gageons que les riverains de la rue Salvador Dali apprécieront le changement.



## Plateau Multisports à Llupia

Et voilà les travaux d'implantation du plateau multisports sont achevés.

A vous maintenant de l'utiliser !



## Nouveau !

Mise en place d'un panneau lumineux d'information en face du Bar Tabac pour ne plus rien rater de ce qu'il se passe à Llupia.



**Situation au 30 avril 2013**

**SYNTHÈSE**

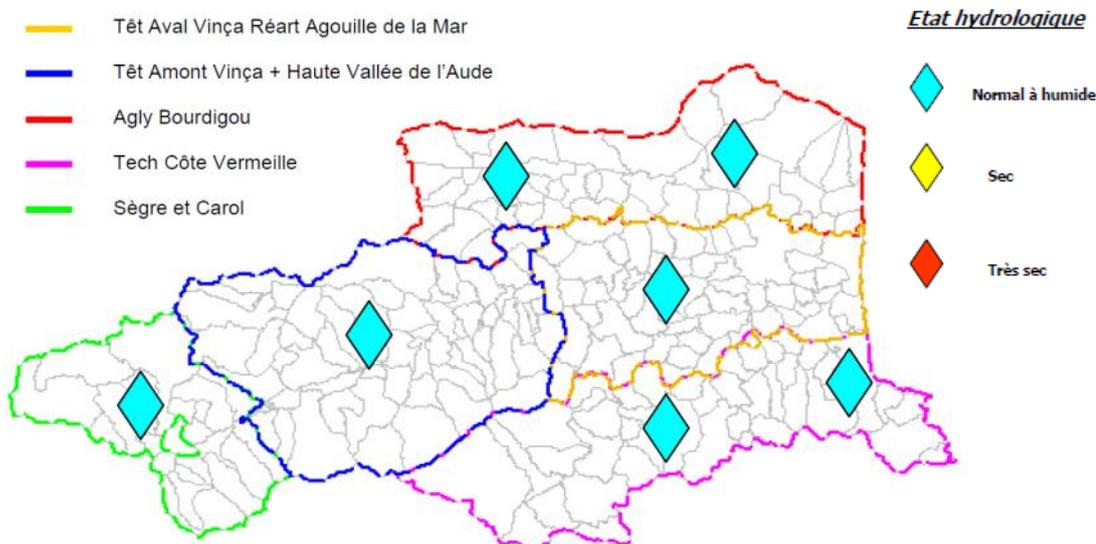
**Les précipitations du mois d'avril confirment des débits de cours d'eau en état hydrologique de normal à humide. Les nappes souterraines, quaternaire et pliocène, restent en situation de normale à favorable.**

**PLUVIOMETRIE**

Les secteurs de la plaine du Roussillon, du Vallespir et de la Cerdagne ont bénéficié d'une pluviométrie abondante pour ce mois d'avril. Plus de 60 mm ont été enregistrés pour les stations de Perpignan et de Sainte Léocadie et 120 mm pour celle de Serralongue.

Ainsi, pour ces trois stations, les hauteurs de précipitations cumulées se maintiennent au dessus de la moyenne inter-annuelle. La station nivôse du Canigou (Chalet des Cortalets) indique une hauteur de neige de 1,08 m au 30 avril.

**DEBITS DES RIVIERES**



Suite aux précipitations d'avril, les débits des cours d'eau pour tous les secteurs demeurent en état hydrologique de normal à humide, s'échelonnant entre la biennale (aval de l'Agly) et la vicennale humide (amont de la Têt, du Tech et bassin versant du Sègre).

**NIVEAU DES NAPPES**

En contexte de précipitations non négligeables, les niveaux piézométriques des aquifères quaternaires sont stables, ceux du Pliocène du multicouche du Roussillon sont caractérisés par des évolutions variables (en hausse, stable et en baisse) selon les secteurs et aquifères. La situation des aquifères quaternaires est stable comprise entre des situations normales à favorables. La situation des aquifères du Pliocène est stable ou en baisse, à un niveau de normal à favorable.

**REPLISSAGE DES RETENUES**

Les barrages de l'Agly et des Bouillouses ont commencé leur phase de remplissage au 1er avril. Les ouvrages devraient pouvoir assurer les besoins d'irrigation de la saison vu leur niveau actuel de remplissage.

# Le mois dernier ...



05 Mai : le vide-grenier de Llopia Animations



Commémoration du 08 mai 1945



17 mai : au théâtre ce soir avec la Rosroy Compagnie

09 mai : messe à la chapelle Vilar Mila



15 mai : Clint le Magicien, invité par Vivre et Lire à Lupia, a enchanté les petits et les grands



24 mai : le spectacle de l'école maternelle



27 et 28 mai : exposition des œuvres des enfants des écoles maternelle et élémentaire sur le thème de l'arbre





**GRANDE**

## Dimanche 2 JUIN

SALLE LOUIS AMADE

**ANIMATIONS TOUTE LA JOURNÉE**

8H - MARCHÉ DE PRODUCTEURS DE PAYS

9H30 - DÉGUSTATION DE SAUCISSE D'AGNEAU

**VENTE D'AGNEAU  
SUR PLACE AU DÉTAIL**

**BUVETTE**

AVEC LA PARTICIPATION DE :

**Couleurs  
du Monde**

**SPECTACLE  
Le Manège Enchanté**

**RÉSERVATION  
DES REPAS**

secrétariat mairie  
(au 04 68 53 50 51)  
ou bar-tabac  
"Les Arcades"

*Festives*

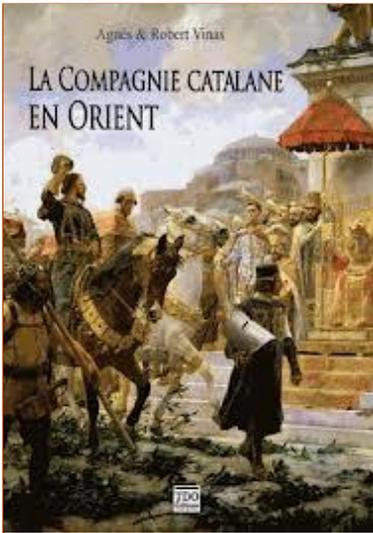
**TOMBOLA**

# GRANDE FÊTE DE L'AGNEAU CATALAN

ANIMÉ PAR  
BANDA LES CANAILLOUS 66



**MARCHÉ DE  
PRODUCTEURS DE PAYS**



## CONFÉRENCE

### LA COMPAGNIE CATALANE EN ORIENT

**SAMEDI 08 JUN 2013, 17h, SALLE DE LA BERGERIE**

En 1303, des mercenaires catalans et aragonais embarquent à Messine pour porter secours à l'Empereur byzantin menacé par les Turcs. Huit ans plus tard, après bien des vicissitudes et des massacres, ces aventuriers conquièrent Athènes et créent un duché qui durera quatre vingt ans.

C'est cette épopée, pleine de fureur, que nous racontera Monsieur Robert Vinas, historien catalan, qui a décortiqué les écrits de Roger de Flor et de Ramon Muntaner.

A la fin de la conférence, un apéritif vous sera offert.

15.06.2013  
T Concert  
LLUPIA

**Samedi  
15 JUIN**

21H - SALLE LOUIS AMADE

**BUYETTE**

**MOTEUR !**

**CHORALE  
Y'A D'LA VOIX**

2013  
23.06.2013  
Feux de la Saint Jean  
LLUPIA

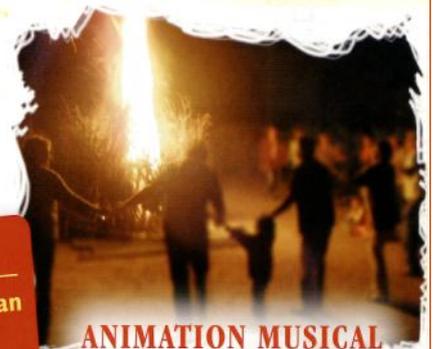
**Dimanche  
23 JUIN**

PARKING SALLE LOUIS AMADE

**BUYETTE**

DÉFILÉ AVEC LA FLAMME DE LA SAINT-JEAN

**GRILLADE**  
bouquet de la Saint-Jean  
**OFFERTS**



**ANIMATION MUSICAL**

AVEC LA PARTICIPATION DES :

**Marchands et  
créateurs  
d'Aqui**

Tapenade - Confitures - Miel - Plats  
Couture - Naissance - Bonbons - Gâteaux - Colliers - Patisseries - Boissons - Produits de la mer - Produits de la ferme - Produits de la forêt - Produits de la montagne - Produits de la campagne - Produits de la ville - Produits de la mer - Produits de la ferme - Produits de la forêt - Produits de la montagne - Produits de la campagne - Produits de la ville

**Marché Nocturne  
Artisanal**

à partir de 19h



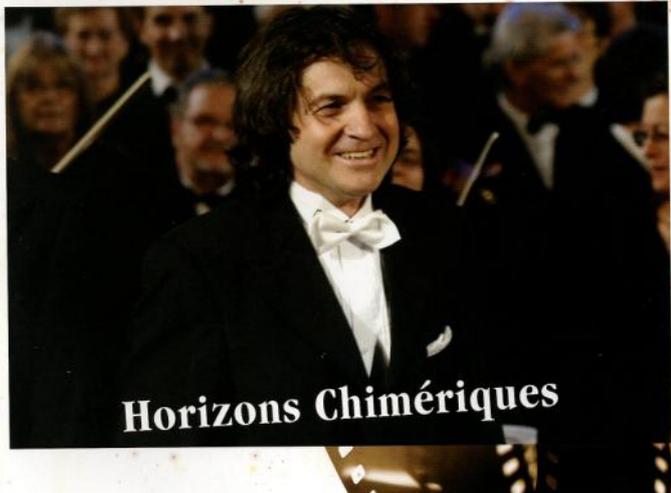
# Fête de la Saint Thomas

3.07.2013  
Concert  
★  
LLUPIA

**Mercredi  
3 JUILLET**

Espace Associatif et Culturel

**Barock Orchestra**  
SOUS LA DIRECTION DE  
**Daniel TOSI**

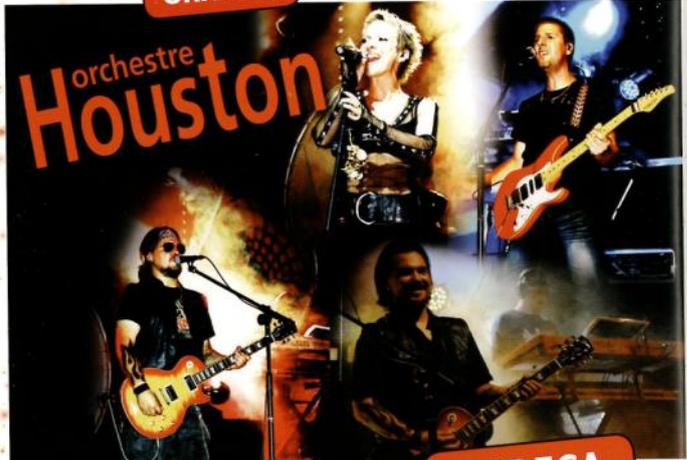
**Horizons Chimériques**

5.07.2013  
Fête de la  
Concert  
Bal  
LLUPIA

**Vendredi  
5 JUILLET**

PARKING SALLE LOUIS AMADE

**GRATUIT**



**orchestre  
Houston**

**BODEGA**



# Fête de la Saint Thomas

6.07.2013  
Fête de la  
Concert  
Bal  
LLUPIA

**Samedi  
6 JUILLET**

**BUVETTE**

18H30 - CONCERT DE VARIÉTÉ **GRATUIT**  
20H - REPAS SUR RÉSERVATION  
22H - GRAND BAL **GRATUIT**




**RÉSERVATION DES REPAS**  
secrétariat mairie  
(au 04 68 53 50 59)  
ou bar-tabac "Les Arcades"

23.06.2013  
7.07.2013  
Sardane  
★  
LLUPIA

**Dimanche  
7 JUILLET**

10H30 - MESSE AVEC COBLA  
12H - SARDANE PLACE DEL CASTEL  
13H - APÉRITIF OFFERT PAR LA MUNICIPALITÉ  
cour EAC (espace associatif et culturel)




**Novel GERMANOR**

# Informations Associatives



Le **mercredi 15 mai**, Salle Amade, a eu lieu un après-midi festif, pour les enfants, avec le magicien Clint, organisé par l'association « vivre et lire à Llupia ».

Ce fut un beau spectacle, apprécié par tous. Des enfants sont montés sur l'estrade, et le magicien les a fait participer à ses tours de magie.

Il est fort regrettable qu'il y ait eu si peu de participation.

Un goûter a clôturé, l'après-midi, les enfants et parents sont partis ravis.

Le **samedi 8 juin à 17h**, salle de la Bergerie aura lieu une conférence de Robert Vinas sur la « compagnie catalane en Orient ». Le livre est à la bibliothèque, vous pouvez l'emprunter.

Un apéritif sera offert à la fin de la conférence.

Venez nombreux.

## A lire ce mois-ci, les choix de Pascale

Ce que je peux te dire d'elles de Anne Icart

Un coup de téléphone, une nuit. Blanche apprend que sa fille, Violette,

vient d'accoucher d'un petit garçon, Gabriel. C'est le premier garçon dans cette famille de femmes. C'est l'occasion pour Blanche de faire le point sur sa vie et raconter son histoire à sa fille. Il y a d'abord Anna, la grand-mère, qui a élevé seule ses trois petites-filles,

Angèle, Justine et Babé. Elles fera de ces trois filles des femmes fortes et inséparables. Angèle, tout d'abord qui devient journaliste, puis Justine qui lance sa ligne de haute couture à Toulouse. Enfin Babé, la plus fragile, qui veut se marier et avoir des enfants. C'est un roman très touchant que nous offre Anne Icart. A travers le destin de ces trois femmes, elles balaye aussi les années 60 et 70, qui ont vu la condition des femmes évoluer, dans le travail ou la vie privée. Ces femmes sans hommes qui construisent des vies pleines, entre le travail, les amours, et pour Angèle, sa fille Blanche.

Un roman plein de charme, très juste et très tendre pour ces femmes.



Le Silence de Jean-Guy Soumy  
Alexandre, mathématicien américain célèbre, vient de se suicider. Sa femme, Jessica, n'arrive pas à comprendre son geste, d'autant plus qu'Alexandre n'a laissé aucune explication. Elle commence à chercher dans le bureau de son mari et ce qu'elle va trouver remet en question toutes ses certitudes. Car son mari n'a cessé de lui mentir. Sur ses origines, sur son enfance. Il était en fait un petit enfant juif, d'origine allemande, réfugié en Belgique avec sa famille. Quand ses parents ont été arrêtés sous ses yeux, il a décidé de mentir, car le mensonge était alors une question de vie ou de mort. Mais après ? Pourquoi avoir continué à mentir, à sa femme à ses enfants, à ses collègues de l'université ? Jessica partira sur ses traces en France, afin de reconstituer son parcours et de comprendre pourquoi son mari lui avait caché son histoire. Roman sur la solitude, celle d'Alexandre, enfermé dans son mensonge et dans son passé, celle de sa femme, celle aussi de son fils cadet, enfermé dans l'autisme, mais aussi roman sur le pardon et sur l'acceptation.



Luke et Jon de Robert Williams

Luke, 13 ans, vient de perdre sa mère dans un accident de la route. Son père, enfermé dans son chagrin, perd pied et ils sont tous les deux obligés de quitter leur maison. Ils emménagent dans la ville voisine, dans une maison quasiment en ruine. Luke peint pour surmonter sa peine et son père fabrique des jouets en bois. Luke fait alors la connaissance de Jon, adolescent de son âge, un garçon étrange qui vient lui rendre visite tous les jours. Les deux garçons se lient d'amitié, et Luke découvrira les conditions de vie terribles de Jon. Plusieurs sentiments et émotions traversent ce roman : la culpabilité de Luke quant au décès de sa mère, la solitude de Jon, le geste du père de Luke envers Jon. J'ai beaucoup aimé ce livre. C'est un éloge à la vie malgré tout. Les trois personnages de ce roman sont très attachants. C'est une histoire simple avec des personnages simples mais qui se dépassent pour les autres. Bref, un vrai coup de cœur !



# Picotis

Après avoir préparé avec le plus grand soin le cadeau de la fête des mamans, nous avons profité d'une rare journée ensoleillée en ce mois d' avril pour faire notre première sortie.

Nos picotins ont pu voir un veau, des moutons.....

Après un goûter champêtre, que les petits ont simplement apprécié, nous pensons déjà aux futures sorties prévues si le temps nous le permet



# Les Archers de Ulupia

Les Archers de Ulupia  
ont le plaisir de vous inviter aux :  
- Concours Jeunes du Samedi 08/06/13  
- Fédéral du Dimanche 09/06/13

Sportivement , Les Archers de Ulupia

# Bien Vivre à Ulupia

Nous vous rappelons nos prochaines et nombreuses manifestations

**LOTO :** LE LOTO DU MOIS DE JUIN AURA LIEU LE 6 JUIN  
Moment bien sympathique, ambiance calme et tranquille se terminant par un goûter – un grand merci à nos 4 responsables.

## **LES RANDONNEES en Juin 2013**

Promenade organisée et entourée par nos 4 responsables (grand merci à eux pour leur activité continue tout au long de cette année) dans des sites variées, campagne – montagne – bord de mer.

### **Le 2 juin 2013 - BELESTA**

Distance sans les détours 8. Km – durée 2h30 – dénivelé 150 m

Au départ de Ulupia → Millas → col de la bataille, Bélesta. Se garer sur le parking du terrain de boule/camping – circuit facile

Autour de Bélesta, les bornes frontières, le puits à glace.

### **Le 16 Juin 2013- LEUCATE**

Au départ de Ulupia → Sigean par la N9 - avant Fitou prendre la D627 → Leucate Village – se garer à la cave coopérative des vignerons 7km – 2 h 15 – promenade entre vignes et marais

**JOURNEE PORTES OUVERTES 15 juin 2013** salle du Canigou  
10h/18h – présentation des réalisations des ateliers BVL  
Suivi d'un apéritif

**CONCOURS DE PETANQUE, le 23 JUIN 2013** - au terrain de pétanque de Ulupia, suivi d'un déjeuner salle Joan Cayrol – participation 8 €. **OUVERT A TOUS LES ADHERENTS. MERCI DE VOUS INSCRIRE LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE**

Pour tous renseignements et inscriptions GABY TOIX  
04.68.53.06.59 –

**LA FETE BVL repas convivial le 29 Juin 2013** pour finir la saison

Animation assurée par Monsieur et Mme Lépineux Gérard.  
A 12 h Salle Louis Amade – participation 20 € - **n'oubliez pas de vous inscrire**

**EXPOSITION DES ARTS CREATIFS BVL Pour la SAINT THOMAS les 5/6/7 juillet** salle de la bergerie 14h/18h =  
Vernissage le 6 juillet à 18 h

Fin Juin, pour notre association, c'est la fin des activités, jusqu'au mois de septembre. . Cette année, passée avec tous nos adhérents, a été agréable, chacun a trouvé, en fonction de ses envies une occupation, nous espérons vous retrouver tous la saison prochaine.

**TRES IMPORTANT: La prochaine Assemblée Générale de l'association BVL se tiendra le samedi 19 Octobre.** A noter, dès maintenant, sur vos agendas

**POUR LES NON ADHERENTS :** Venez nous voir très nombreux, ce sera l'occasion pour tous ceux qui ne sont pas encore adhérents de découvrir notre association et de trouver la (ou les) activités qui vous conviennent le mieux!!!  
Et n'oubliez pas,

**AMITIE CONVIVIALITE RESPECT, c'est notre devise,**

l'équipe BVL

## Club Canin

## De l'Aspre

**Samedi 27 et Dimanche 28 Avril** le club Canin de l'Aspre participait au concours Canin de RING à MONTESQUIEU des Albères.

Tous nos participants se sont bien classés dans toutes les épreuves Bravo à nos 9 concurrents. Souhaitons de continuer sur ces performances.



# Tae Kwon Do

Le club a participé l'open de Colomiers en catégorie minimes cadets : Carla GRIVER médaille d'or en cadet, Alex Pitard : médaille d'argent en cadet, Traillou Lorianne et Morgane Martin : belle médaille de bronze en minimes.

Le **1er juin** les plus petits vont participer à la compétition de St. Estève : le trophée Marc Fuentes.

Au mois de juillet grand stage du **8 au 13 juillet** avec maître KANG SeungSik à Baho.

L'Assemblée Générale du club a eu lieu le mercredi **29 mai** à la salle la Bergerie.

Et enfin au mois de juin le club participera à la semaine organisée par la fédération française de Tae Kwon Do pour venir essayer gratuitement notre discipline pendant une semaine, pour plus d'information contactez Jean-Jacques GRIVER au 0698185556.



# G.V. Bien Etre

Chers adhérents,

Nous entamons la dernière ligne droite avant les vacances d'été et nous vous informons, qu'avant de nous séparer nous tiendrons **notre assemblée générale le jeudi 20 juin prochain**. Nous vous y attendons nombreux.

Par ailleurs, nous avons prévu, le **jeudi 13 juin prochain**, une journée complète sur la magnifique Ile de Sainte Lucie située à quelques kilomètres de Port la Nouvelle dans l'Aude.

Cet espace transformé en réserve naturelle régionale par le Conservatoire du Littoral et la Région Languedoc Roussillon est un hymne à la faune et la flore méditerranéenne et mérite une visite.

Retenez bien ces deux dates importantes sur votre agenda.

A bientôt !



## Le petit dico d'aquí

### Desgall (prononcer : « desgail »)

Exemple : « *On s'est couché sans ranger. CÉ matin, en arrivant dans le salon, je te dis pas le desgall !* »

Le mot *desgall* est utilisé par les Roussillonnais, toute générations confondues, y compris les collégiens.

A l'origine, comme d'habitude, il y a le mot catalan *desgall*, qui signifie *gaspillage*.

Dans son acception moderne, lorsqu'il est utilisé au détour d'une phrase en français d'ici, le *desgall* a vu son sens glisser vers le *désastre*, la *catastrophe* ou, tout au moins, vers le *bazar*, le *désordre*.

Remarquez, pour *mettre le desgall*, il faut en général gaspiller de l'énergie et du temps. Au moment où on crée le *désordre*, on ne s'aperçoit de rien, on est dans le feu de l'action, on est trop tendu vers un autre but, qui peut être de travailler, s'amuser, voire s'enivrer. Mais mine de rien, pour mettre le souk, il faut se dépenser !

De plus, le calme revenu, un labeur conséquent sera nécessaire pour ranger, nettoyer et remettre de l'ordre dans tout ça. Il y a bien, doublement, *gaspillage* d'huile de coude.

Et oui, les hommes sont ainsi faits : quand un groupe ou une foule se trouvent pris de liesses ou de colère, ils détruisent volontairement ce qu'ils économisent le reste du temps. En psychologie, ça s'appelle une *catharsis* ; en histoire, une *révolution*. Depuis toujours, nos sociétés passent leur temps à créer le *desgall* ou à le réparer. Le chaos, ça occupe.

Retrouver le « *petit dico d'aquí* » de Gérard Jacquet tous les matins sur France Bleu Roussillon (101.6 FM)

# Recette de saison

## Les Cerises, C'est Beau et C'est Bon

Le temps des cerises ne dure pas longtemps, mais la popularité de ce fruit rouge, qui « signe » littéralement le printemps, est considérable.

A juste titre d'ailleurs : outre les vertus « médicinales » des queues de cerises - elles sont bien connues pour leurs propriétés diurétiques - ces fruits sont gorgés de bonnes choses : 15 à 20 mg de vitamine C pour 100 g de fruits, vitamine P pour la protection des capillaires sanguins, provitamine A et vitamines B et C...



Enfin, les cerises sont riches en sels minéraux et particulièrement en potassium, qui leur confère des propriétés diurétiques et anti-crampes. Elles renferment également du calcium, du fer, du phosphore, du magnésium et du manganèse.

Attention toutefois si vous suivez un régime hypocalorique, car les cerises contiennent aussi... entre 14% et 16% de sucre. C'est même le fruit rouge le plus riche en glucides. Et bien qu'elles soient assez pauvres en fibres (1,7 g aux 100g), leur chair peut être plus ou moins bien tolérée par les intestins fragiles.

Alors même s'il est vrai que « les cerises se mangent sans faim », il vaut mieux les mastiquer correctement.

Vous pouvez aussi les consommer en salades de fruits, en faire des compotes, des tartes, des clafoutis ou des confitures. Quant aux queues séchées, elles s'utilisent également en infusion.

### Recette chinoise de thé à la cerise

- 1 c. à soupe de confiture de cerises (sans sucre)
- 2 c. à thé de jus de citron ou de lime
- 1 c. à thé de miel ou de sirop d'agave
- 1 tasse d'eau (250 ml)

Placer la confiture de cerises, le jus de citron dans une théière, faire bouillir l'eau et verser sur ensuite dans la théière. Laisser infuser 4 à 5 minutes et édulcorer avec le miel ou sirop d'agave.

### Recette Cupcake Choco Cherry



#### INGRÉDIENTS (pour une quinzaine de muffins)

- 1 pot de yaourt nature (fait maison pour moi bien sûr!)
- 2 pots de sucre en poudre
- 3 pots de farine
- 1 sachet de levure chimique 1 cac de bicarbonate alimentaire (rayon sel)
- 3 œufs
- 1/2 pot d'huile
- 1 pot de lait
- 200 gr de chocolat pâtissier
- 4 cerises par cupcake

#### GLACAGE

- 20 cl de crème liquide entière très froide
- 250 de cerises
- 2 feuilles de gélatine

#### PRÉPARATION

Préchauffer le four th. 180°C.

Dans un saladier, déposer le yaourt puis rincer le pot et l'utiliser comme verre doseur pour la suite des ingrédients. Ajouter successivement dans le saladier le sucre, la farine, les œufs, l'huile, la lait et le bicarbonate. Bien mélanger entre chaque ingrédient jusqu'à obtention d'une pâte lisse et onctueuse.

Ajouter le chocolat fondu dans la pâte et bien mélanger pour obtenir un appareil lisse et homogène.

Dans un moule à muffins ou dans des caissettes en silicone répartir la pâte et ajouter 4 cerises dénoyautées.

Enfourner pour 10 à 15 minutes.

#### Pendant ce temps préparer le glaçage.

Dénoyauter les cerises et les passer au mixeur.

Faire ramollir la gélatine dans de l'eau froide.

Mettre la purée de cerises à chauffer dans une casserole.

Retirer du feu, essorer la gélatine et la dissoudre dedans.

Laisser refroidir.

Battre la crème en chantilly et y incorporer la purée de cerises.

Recouvrir les cupcakes de cette crème, placer au réfrigérateur pour que ça durcisse puis déguster

# Informations Pratiques

Vieille amitié ne craint pas la rouille

## Horaires bus :

### CTPM

Tél : 04.68.61.01.13 [www.ctpmperpignan.com](http://www.ctpmperpignan.com)

**Ligne 26 :** Llupia > Ponteilla > Canohes >  
Toulouges

changement à Canohès : ligne 15 en direction  
de Perpignan

**Ligne 27 :** Llupia > Ponteilla > Nyls > Pollestres  
> Centre Commercial Porte d'Espagne >  
Perpignan



disponible en Mairie

## Transports Scolaires

Se référer aux horaires indiqués sur la  
carte d'abonnement

## Permanences de l'Assistante Sociale

Mme VIAL

Se tient à votre disposition à  
la Maison Sociale du Département à Thuir  
04.68.53.69.55

## « Chenil Services » (Fourrière) :

Si vous avez perdu votre animal favori ou si vous avez  
rencontré un animal errant, dangereux n'hésitez pas à  
téléphoner à la Mairie, la Gendarmerie ou les Pompiers.  
Nous nous chargeons de prévenir les services de la  
fourrière.

## Permanences de la Mission Locale Jeunes

Sur Rendez-vous en téléphonant au  
04 68 53 19 26

## Horaires d'ouverture du secrétariat de la Mairie

Lundi, Mardi, Mercredi et Vendredi :

9h30 - 12h et 13h30 - 17h

Jeudi : 9h30 - 17h NON STOP

M. le Maire, Madame et Messieurs les Adjointes reçoivent  
sur rendez-vous : L'objet du RDV sera demandé.

Tél. : 04.68.53.50.59

Fax : 04.68.53.57.66

Courriel : [mairie.llupia@wanadoo.fr](mailto:mairie.llupia@wanadoo.fr)

Site Internet : <http://www.mairie-llupia.fr>

## Horaires d'ouverture de la bibliothèque

Mercredi de 14h à 18h

Vendredi de 17h à 19h

Samedi de 10h à 12h

La bibliothèque est fermée du 14 juillet au  
15 août et pendant les fêtes de fin d'année.

04.68.53.54.67

Courriel : [bibliotheque.llupia@wanadoo.fr](mailto:bibliotheque.llupia@wanadoo.fr)

## Portage des Repas

La Municipalité de Llupia assure le portage des repas à  
domicile pour les personnes qui en ont besoin.

Pour 6.90 € vous aurez :

l'entrée, le plat principal et le dessert du repas de midi  
et du soir; sans oublier le pain.

Choisissez vos jours .... et on s'occupe du reste !!!

Pour tous renseignements complémentaires :

04.68.53.50.59

## Ramassage des objets encombrants

(monstres)

Le **mardi 11 juin 2013**, inscription avant Le  
**vendredi 7 juin 2013** midi

Lors de votre inscription déclarez bien tous les objets que  
vous déposerez sur le trottoir devant chez vous.  
Les objets non déclarés ne seront pas ramassés.

Recevoir sans donner fait tourner l'amitié