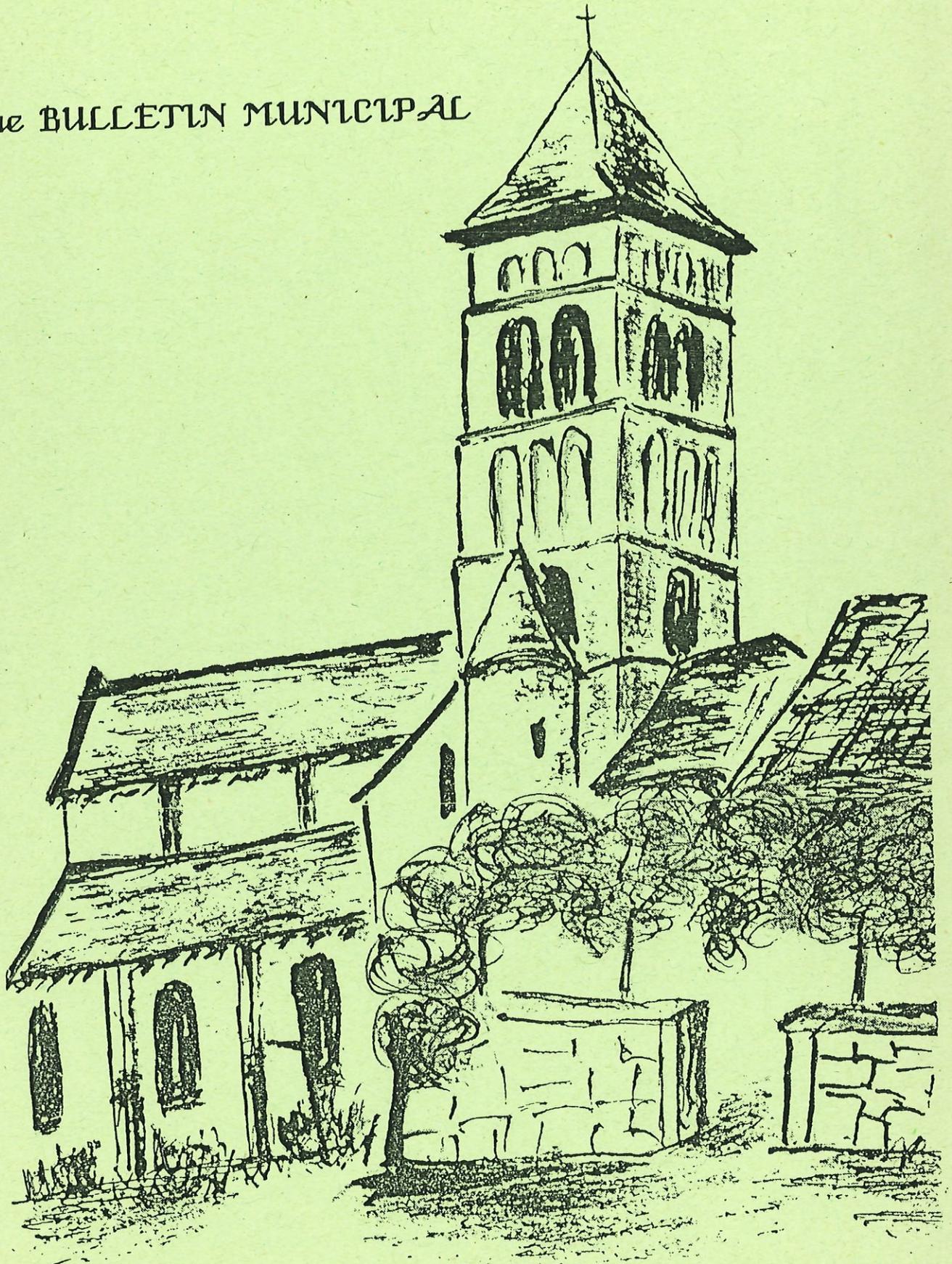


L I V E R N O N

8ème BULLETIN MUNICIPAL



S. L. Langen

EDITORIAL

Je m'adresse à vous pour écrire comme à l'accoutumée l'Editorial du 8ème Bulletin Municipal de notre Commune, au demeurant Chef lieu de Canton.

L'année dernière lorsque j'écrivais, à la même époque, la fin de la guerre froide annonçait avec la démocratisation des pays de l'Est un espoir de fait et de prospérité pour notre vieux continent qu'est l'Europe. Hélas, le spectre de la guerre ne s'est pas éloigné pour autant et le moyen Orient risque de s'embraser si les hommes ou les femmes de bonne volonté n'essaient pas de décider l'usurpateur Sadam Hussein de libérer les otages et d'évacuer le Koweït annexé voilà bientôt cinq mois. Le temps presse énormément, la date fatidique étant le 15 Janvier, et l'issue paraît incontrôlable.*

Etant l'an dernier, début novembre, en voyage avec mon épouse au Proche et Moyen Orient j'ai pu constater la rudesse du climat même en fin d'été dans le désert, la température atteignant parfois 50° à l'ombre, et lorsqu'on circule dans les déserts de ces pays la vie pour les Occidentaux est intenable sans adaptation préalable. C'est dire la souffrance que supporteraient nos soldats si un conflit s'engageait et j'espère que les diplomates se substitueront aux armes pour trouver un plan de paix et ainsi faire respecter l'état des droits des Peuples. Les propositions de paix de François Mitterrand à l'ONU englobant les problèmes Israélo-Palestiniens et Irako-Koweïtien devraient être une avance en ce sens.*

Revenons à Livernon, qui dans tout cela doit continuer à vivre et à évoluer? En 1988, je souhaitais que les élus du scrutin de 1989 soient de bons gestionnaires et que les décisions qui seraient prises ne soient pas incompatibles avec l'avenir du Chef lieu qui est je le rappelle en zone rurale et par là même défavorisé. Or certaines orientations du Syndicat à Vocations Multiples, c'est à dire le Groupement des 17 Communes du Canton "SIVM" m'inquiètent et si l'action intercommunale est une très bonne chose en soi, il ne faut pas que ce soit toujours la même commune qui en bénéficie, d'ailleurs à mon avis au détriment du Chef Lieu. En effet, notre Commune voisine et amie "Assier" et en parlant de celle ci je ne veux en aucun cas polémiquer, fait appel chaque fois qu'elle ambitionne un projet à l'effort intercommunal et cela lui est accordé assez facilement. D'un autre côté, lorsque je demande ce même effort intercommunal lors des réunions du Conseil Municipal de Livernon pour notre commune, par exemple pour les frais de fonctionnement du Centre de Secours des Pompiers, qui je le rappelle est devenu réalité depuis Juin et dont la majorité des sorties pour incendies ont été faites hors du Chef Lieu, les délégués cantonaux du SIVM nous refusent le bénéfice de l'action intercommunale.

Certains projets Livernonais, tels que équipements sportifs, halle de sports, ateliers relais en zone industrielle de Bélinac, projet créateur d'emplois, construction d'une nouvelle gendarmerie, etc... ne demandent pas mieux que de pouvoir bénéficier de cette politique d'intercommunalité.

* Nota : l'article a été écrit par E. Carrayrou fin Décembre 1990

En tout état de cause vous pouvez compter sur le militant que je suis pour proposer aux délégués du SIVM de la Commune de Livernon ainsi qu'à notre Conseiller Général la liste des investissements et projets qui devraient, s'ils étaient retenus augmenter la structure et les atouts de notre Chef Lieu pour le développement économique du Canton. Et que nul ne s'y méprenne, l'autonomie de notre Canton ne résistera pas, sans un Chef Lieu fort, c'est à dire LIVERNON.

Emile CARRAYROU

UN PEU D'HISTOIRE

LA RÉVOLUTION A LIVERNON

Un épisode marquant pour la Communauté.

Le Curé PRAT insermenté, n'étant plus au presbytère, celui-ci devait subir un pillage en règle dont voici les péripéties.

Pour comprendre cet acte il faut se rapporter à ce qui se passait à l'époque 1792-1793.

Voici ce qu'en dit L. St Marty dans son "Histoire du Quercy des origines à 1800" ;

Dévastations et pillages. Sur tous les points du département "des insurgents" venus des paroisses voisines et auxquels ne manquent pas de se joindre un certain nombre d'habitants du lieu, pillent et saccagent les maisons "de quelque apparence", abattent les pigeonniers

Je soussigné, maire de la Commune de Livernon instruit à mon lever que les portes de l'écurie et de la cave du citoyen Prat ci-devant curé de cette commune, aujourd'hui prêtre insermenté avaient été enfoncées pendant la nuit, qu'on avait brûlé sur la place du lieu certains meubles et qu'on pillait les autres je me suis de suite transporté devant la cave et l'écurie où j'ai trouvé une quinzaine de personnes femmes ou hommes qu'il a été difficile de discerner en ce moment les spectateurs des spoliateurs que j'ai cependant distingués : la femme de Laurent Maréchal qui emportait une porte d'armoire et le fils aîné de Bondat, Delpuex Biatrou et la femme de Jean Méjecase aîné qui se disposaient à prendre du foin auxquels j'ai ordonné de remettre ces effets en leur place après leur avoir vivement représenté la noirceur de leur action. Faisant ensuite la visite de ce qui restait dans la cave et dans l'écurie je n'y ai trouvé qu'une cuve, deux armoires sans portes ni corniches ni tablettes et fort fracassées et une petite quantité de foin et de paille et considérant que les portes de la cave et de l'écurie avaient été forcées, que les serrures avaient été enlevées ainsi que la barre de fer qui tenait la porte de l'écurie a été forcée considérant qu'il serait imprudent de laisser les effets en leur place et sur

le conseil des voisins qui ont représenté qu'on pourrait y mettre le feu et incendier tout le quartier j'ai consenti que la femme Laurent emportât la porte dudit armoire pour la représenter à la première réquisition et que les autres susnommés prissent le foin que je leur ai pesé savoir ; à l'aîné de Bondat : un quintal, au Delpuex Biatrou 30 livres, à la femme de Jean Méjecase 65 livres le tout pour être payé à qui de droit, le citoyen Pierre Larnaudie Gignoux étant venu sur ces entrefaites pour s'opposer au pillage je lui ai délivré deux quintaux trente trois livres de foin moitié paille et quatre vingt dix livres de paille aux mêmes conditions et en sa qualité d'officier de la garde nationale je l'ai requis de mander au commandant de se rendre à la maison commune pour entendre ma réquisition le commandant arrive, je l'ai requis d'assembler la garde pour faire une recherche exacte dans tous les bâtiments de la commune avec ordre d'enjoindre tous les citoyens de représenter les effets qu'ils auraient enlevés, de fouiller sérieusement partout et de noter particulièrement les gens qui auraient serré lesdits effets avec des intentions plus perverses, je l'ai requis de dresser un état de tous ces différents objets et de leur qualité et d'en rendre les spoliateurs dépositaires jusqu'à la réquisition qui leur serait faite de les représenter. Je lui ai donné copie du présent verbal et de la réquisition que j'ai couchés sur le registre et lu à la garde nationale assemblée sur la place sous les armes pour le tout être envoyé au district pour agir ensuite conformément à ce qu'il ordonnera.

Fait à la maison commune le 18 Avril 1793 an 2 de la République.

"Delpon, maire"

Aujourd'hui, 18 Avril 1793, l'an deux de la République sur la réquisition qui m'a été faite par le Citoyen Delpon, maire de la commune de Livernon à l'occasion du vol qui vient de se commettre dans les propriétés du citoyen Prat ci-devant curé de la paroisse, je soussigné Commandant de la garde civile accompagné du citoyen Pierre Larnaudie mon lieutenant de Jean-Louis Méjecase, Jean Pechmalbec, Denis Moysen cordonnier, d'Antoine Jean Gari, Jean Destruel, Louis Merle non signés pour le savoir de ce requis avons ainsi qu'il nous est ordonné par la réquisition faite recherche chez tous les particuliers en enjoignant à tous les citoyens de représenter les objets qu'ils avaient enlevés et fouillant partout avec attention j'ai noté de plus comme il est encore observé dans la réquisition., les citoyens qui ont voulu réceler par des intentions plus perverses des effets qu'il est avisé de prouver la découverte j'ai mis le nom de ces derniers entre deux parenthèses.

Voici donc le nom de ceux qui ont eu part à ce pillage. Je les ai tous inscrits ayant à notre tête le citoyen Estival Officier, M.P.L. soussigné avec moi.

1) (Laurent Pégourié) 2 portes d'armoire, 5 bouteilles, 1 mât, 2 paillassous, 1 escaufette, 1 quintal et demi de foin.

2) la femme de Trémoulet : 2 paillassous, 1 sac, 1 lecofrogne, 2 pots de chambre, 1 fourche de fer, 1 tramègue, 1 dessus de cabinet, 1 manche de pelle à feu et autres petites bagatelles.

- 3) Viguié. 1 quintal et demi de foin, 2 vieilles doubles, 1 table, 2 planches de lit, 3 éteri, 1 chandelier, 3 pots, 2 vieux sabots, 3 bouteilles et 2 astes.
- 4) Marguerite Lafon. 2 portes de cabinet et 1 corniche.
- 5) Raufet Rey, menuisier. 2 chaises, 1 table, 1 tiroir, 1 comporte, 3 bouteilles, 1 pot et 1 vergette de lit.
- 6) Guillaume Gardou, tant paille que foin 2 quintal et demi.
- 7) Jeanne Liauzun, 1 barrique.
- 8) Antoine Charles Pitau, 1 lit fermé, 5 socles, 1 comporte.
- 9) Pierre Méjecase, 1 barrique, 2 planches, 2 chaises et 1 paillasse.
- 10) Jean-Pierre Cassaigne, 1 quintal et demi de foin, 1 ponsou, 2 bouteilles et 1 comporte.
- 11) Marie Rouquié, 1 barrique, 4 bouteilles, 1 derrière de lit et 1 porte de placard.
- 12) (Jean Rouxet), 1 salière, 1 petite table, 3 bouteilles, 2 balais, 1 planche, 2 chaises, 2 quintal de foin et 1 barrique.
- 13) Jean Cazal, 1 cabinet, 1 paillassou, 2 bouteilles, 1 mat.
- 14) Rembaille, une barrique et une échelle.
- 15) La veuve Lafon, 3 bouteilles, 2 fioles, 1 quintal et demi de foin.
- 16) Pierre Bondat, 3 quintal de foin, 1 tiroir et 5 doubles.
- 17) La femme de ménage, 130 livres de foin.
- 18) Jeanne Rossignol, 1 chaise, 2 landiés, 1 bouteille et 1 tiroir.
- 19) Frelaine Gardou, 2 chaises et 3 vieux bréviaires.
- 20) Joseph Vieillescazes, 2 bouteilles.

Nous certifions que la recherche a été faite avec exactitude.

Ont signé Estival Officier M. Larnaudie.

Sur les trois heures de l'après midi du susdit jour le Commandant de la garde de concert avec le citoyen Estival officier municipal et Jean Gari notable qui l'avaient accompagné dans sa visite domiciliaire a fait assembler les citoyens dans l'église du dit lieu où j'ai été prié de me rendre en qualité de maire pour entendre la lecture publiquement faite de la déclaration des divers effets qui avaient été trouvés chez les différents particuliers afin de les mettre à même de juger mutuellement de l'exactitude de la déclaration laquelle nous a paru assez exacte puisque pas un des spoliateurs ni des témoins ne l'a contredite et considérant que nombre d'entre eux ne se sont portés à cette action que pour dérober ces effets aux flammes auxquelles ils paraissaient menacés et que d'autres ne l'avaient commise que comme entraînés par l'exemple et dans un moment d'égarement nous leur avons de nouveau représenté la noirceur du crime qu'ils venaient de commettre en les exhortant de ne plus y revenir et leur avons promis d'en écrire au district pour le prier de ne pas déployer contre eux toute la rigueur des lois. Nous avons rendu le commandant dépositaire de l'état des effets qu'il a

trouvés pour être représenté à la première réquisition de tout ci-dessus avons dressé ce second verbal pour être envoyé au district avec le précédent pour du tout être fait ce qu'il sera ordonné.

"Delpon Maire"

Pour la compréhension de l'inventaire et surtout pour ceux qui ne comprennent pas l'occitan et certaines déformations phoniques auxquelles il est sujet je me permets d'ajouter ce glossaire.

Pour certains mots prêtant à diverses interprétations, j'ai eu recours à mon camarade de captivité, l'Abbé Sylvain Toulze félibre majoral, le mieux placé pour répondre à ce genre de question. Qu'il en soit remercié.

- mat : maie à pétrir
- paillassou : récipient rond fait en paille de seigle dans lequel on mettait lever la pâte à pain avant la cuisson. Volume de une ourte.
- lecofogne: vient de lecafroia prononcé lecofogne : lèche-frites
- tramègue : pioche simple sans pic servant à débroussailler
- doubes : douves de tonneau
- comporte ou sémal : cuve de bois servant au transport de la vendange
- landiès : chenêts
- ponsou ou ponson : aiguille, poinçon
- astes : broches
- escaufette : chaufferette
- saucles prononcé socles : cerceaux , cercles de tonneau

Seul nous échappe le mot : ETERI. Si quelqu'un en connaît la signification qu'il veuille bien m'en faire part. Merci d'avance.

L'abondance du mot cabinet peut surprendre. Il ne faut pas oublier que nous prononçons le V comme le B et souvent le G comme le C. Dans le texte ci-dessus, il s'agit de gabinet en occitan c'est-à-dire d'un buffet.

Jean MAGNE

TRAVAUX REALISES EN 1990

- Fin des travaux à l'ancien Presbytère
- CR du Mas de la Biscle
- Bretelle accès cantine scolaire
- CR de Coursan
- Elagage des arbres du Foirail et du jardin public (avec des bénévoles du Conseil Municipal) pour l'évacuation du bois)
- Remise en état d'une salle de travail et transformation du garage en sanitaire aux écoles.

(2 vues de Livernon au début du siècle)

TRAVAUX PREVUS POUR 1991

- Travaux de remise en état du CD 653 "traverse de Livernon" et aménagement de la place de la Mairie. Les travaux après adjudication ont été confiés aux entreprises GREGORY - STAP et FRESCALINE

Toutes les personnes désireuses de prendre connaissance du projet peuvent venir consulter le dossier à la Mairie.



Le Lot Pittoresque
1253. - LIVERNON. - La Place et l'Église



Le Lot Pittoresque
1252. - LIVERNON. - Avenue du Champ-de-Foire

BUDGET PRIMITIF 1990

Section de fonctionnement (vue d'ensemble)

Articles	Dépenses	Budget primitif
60	Denrées et fournitures	65000
61	Frais de personnel	285930
62	Impôts et taxes	11700
63	Travaux et services extérieurs	98438
64	Participations et contingents	249907
65	Allocations - Subventions	8165
66	Frais de gestion générale	24000
67	Frais financiers	116621
83	Prélèvement pour dépenses d'investisse.	
	<u>Dépenses de fonctionnement</u>	961342
Articles	Recettes	Budget primitif
70	Produits de l'exploitation	99555
71	Produits domaniaux	39075
73	Recouvrement subventions	21600
74	Dotation globale de fonctionnement	343711
75	Impôts indirects	5480
77	Contributions directes	401921
82	Produits extérieurs	50000
	<u>Recettes de fonctionnement</u>	961342

Section d'investissement (vue d'ensemble)

Articles	Dépenses	Budget primitif
16	Remboursement d'emprunts	69704
18	Régl. de dettes long ou moyen terme	/
23	Travaux de bâtiment de génie civil	100000
26	Acquisition de titre et valeurs	39312
21	Acquisition matériel outillage	63000
	<u>Dépenses d'investissements</u>	272016
Articles	Dépenses	Budget primitif
11	Prélèvement sur recettes de fonction.	91481
14	Participation à des TX d'équipement	15000
25	Recouvrem. créance long et moyen terme	5535
16	Produits des emprunts	160000
	<u>Recettes d'investissements</u>	272016

LA VIE DE NOTRE COMMUNE EN 1990

ETAT CIVIL

- MARIAGES

Trois mariages ont été célébrés durant l'année passée :

. M. de GAILLANDE Hervé avec Melle THOMAS Anne le 7 Juillet

. M. FRAUD Thierry avec Melle VALLIER Valérie le 21 Juillet

. M. ADGIE Philippe avec Melle MAGNE Nicole le 6 Octobre

et également à GOURDON celui de M. LARROQUETTE Jean-Luc,
notre boulanger avec Melle VINCENT Annie.



- NAISSANCES

C'est avec plaisir que nous avons enregistré la naissance de :

. Clémence DELPY-REJAL le 27 Septembre.

D'autre part, nous avons appris les naissances
de :

. Delphine MAGNE, petite fille de M. et Mme
Roger MAGNE

. Benjamin BREIL, petit fils de M. et Mme
Robert MEJECAZE

. Arnaud INIGUEZ, petit fils de M. et Mme
ALphonse INIGUEZ et de M. et Mme Lucien
COLDEFY

. Anaïs FAUROUX, petite fille de M. et Mme
Yves NEVEUX.

. Arnaud LAFAGE, petit fils de M. et Mme
Claude LAFAGE.

. Félix PAULY, petit fils de M. et Mme André PAULY.

. Etienne MONTASTIER, petit fils de M. et Mme Joseph JOYEUX

Sincères félicitations aux parents et grands parents et meilleurs voeux de prospérité aux
bébés.



- DÉCÈS

Nous avons eu le regret d'enregistrer les décès de :

- . M. MOLENAC René le 28 Juin
- . Mme PINQUIE Juliette le 4 Août

Que les familles éprouvées par ces disparitions soient assurées de notre sympathie.

- NOUVEAUX HABITANTS

En 1990, nous avons eu le plaisir d'accueillir dans notre Commune :

- . M et Mme GONIN Alain, receveur des Postes
- . M. Jean-Louis DELAFARGE, gérant du restaurant "l'Auberge"
- . Met Mme ADGIE Philippe au Mas de Charles
- . M. DEFRANOUX Christian au Mas de Cardayre.

Nous souhaitons à toutes ces personnes une bonne adaptation à la vie locale et une longue vie dans notre Commune.



- PERMIS DE CONSTRUIRE

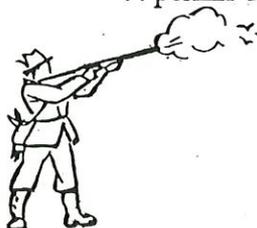
Huit permis de construire ont été déposés en Mairie en 1990 par :

- . M. FRAUD Thierry pour la construction de bâtiments d'élevages
- . M. CARRAYROU Emile pour la modification d'une façade
- . M. CAMBOU Henri pour la réfection d'une toiture
- . M. ISSALY Michel pour la construction d'un garage au Mas de Charles
- . Mme FRANCOUAL Sylvie pour la construction d'un logement et d'un bureau à la zone artisanale
- . M. BOUYSSOU Jean-Marc pour l'aménagement d'une maison à Bresquéjouis
- . M. NEVEUX Yves pour la construction d'un garage au Mas de Girbail
- . M. PINQUIE Yves pour la restauration d'une maison à Pécheret



- PERMIS DE CHASSE

44 permis de chasse ont été délivrés en 1990.



La formation des plus jeunes : l'école de tennis dans le cadre des contrats bleus n'a pu être assurée du fait des contraintes imposées par ceux-ci.

La motivation des adhérents : Ainsi, au cours des deux dernières assemblées générales pourtant annoncées tant par convocation personnelle que par voie de presse, les absences étaient de loin supérieures aux présences, ce qui malheureusement, empêche tout dialogue permettant de faire progresser le Club.

Malgré ce manque d'enthousiasme constaté par le bureau, nous proposons cependant aux enfants d'âge scolaire, premier et second cycle, une nouvelle expérience d'initiation au tennis à partir de Pâques jusqu'aux grandes vacances 1991, ceci naturellement en dehors des contrats bleus ! Pour tous renseignements s'adresser au 65.40.52.84 le soir après 19 heures. Un bilan sera établi à l'issue de cette expérience.

Nous ne voulons pas achever cet article sans remercier les Clubs de Reyrevignes et Assier qui ont contribué aux résultats obtenus et ceci dans un excellent esprit sportif et amical.

Bonne année à tous.

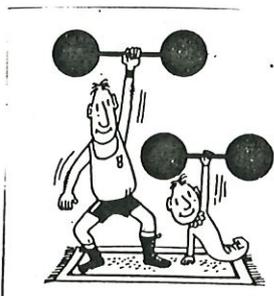
Le Bureau

Gymnastique

L'année "gymnastique" s'est déroulée dans une ambiance de travail et de détente, comme lors des années précédentes. Il faut cependant noter une irrégularité dans la participation aux séances du lundi ce qui a amené la décision de ne maintenir que la séance du mercredi à 20 H, à la salle des fêtes de Livernon.

Un grand nombre de participants entraîne une émulation indispensable à la pratique d'un sport de salle surtout, c'est pourquoi nous avons choisi, malgré nous, de supprimer une séance en espérant que les "fidèles" du lundi ne nous en tiendront pas rigueur !

Nous invitons celles et ceux qui sont tentés par la remise en forme, à venir nous rejoindre. La participation des adolescents est vivement souhaitée !



Pour se "recycler" et assurer qualité et renouvellement constant des séances, votre animatrice s'est inscrite à un stage payant organisé par la Fédération Française de Gymnastique Volontaire, au CREPS de Toulouse en Janvier et Avril.

L'année 1991 sera placée sous le signe de la nouveauté, du dynamisme et de la qualité du travail.

A tous bonne année !

Mireille NEVEUX

PÉTANQUE

La composition du bureau de la Pétanque Livernonaise est la suivante :

- Président d'honneur : M. VIGROUX Michel
- Président : M. BOURRE Robert
- Vice Président : M. DELMAS Jean-François
- Trésorier : M. LAFON Serge
- Trésorier adjoint : M. PAGES Denis
- Secrétaire : Mme DELMAS Marie-Claire
- Secrétaire adjointe : Mme VAYRAC Monique



La Pétanque Livernonaise a honoré sa place dans les activités sportives de la Commune. Forte de ses cinquante licenciés, la saison 89-90 a été riche en résultats, une dizaine de coupes ayant été remportées par nos fidèles représentants.

La future saison promet beaucoup, notre nombre de licenciés s'accroît en nombre et qualité.

Nous vous rappelons que des Tee shirts et casquettes au nom du Club sont en vente tout au long de l'année au siège "Café de la Paix", chez Jeanine.

La pétanque Livernonaise vous souhaite à tous une bonne et heureuse année.

Le Bureau

FOOT-BALL

Nous pouvons dire que le Football Club Reyrevignes-Livernon a réussi à passer le cap de l'année de transition que constituait pour lui la saison 89-90.



Jouer en division supérieure pour les deux premières équipes du Club n'était pas chose facile et le maintien à ce niveau s'est fait longtemps attendre. Si l'équipe 1 a fini 6° sur 12 de sa poule de promotion de Ligue, classement tout à fait honorable, l'équipe 2 s'est sauvée de justesse en s'octroyant la 8° place sur 10 en première série de district. Les équipes 3 et 4 quant-à-elles ont terminé respectivement 4° et 5° de leur poule.

La saison 90-91 s'annonce, pour l'instant, sous de meilleurs auspices puisqu'à la trêve nous pouvons annoncer un classement de 4° pour l'équipe 1, 4° pour l'équipe 2 et 5° pour l'équipe 3. Et comme beaucoup le savent déjà nous faisons tout notre possible pour saisir l'opportunité de monter en promotion d'honneur qui est offerte aux cinq premiers.

L'école de football continue son travail de formation auprès de plus de quatre vingt jeunes. De bons éléments commencent à sortir du lot, en particulier en Cadet, ce qui est très encourageant pour les éducateurs qui ne ménagent pas leur temps ; qu'ils en soient ici remerciés.

Puisque nous en sommes aux remerciements, le bureau du FCRL adresse les siens à l'ensemble de la population Livernonnaise pour sa générosité lors de la vente des calendriers et également aux commerçants et artisans de la commune qui aident le Club. En particulier pour cette saison 90-91, M. Raymond ALBAICETA a fourni gracieusement le plâtre pour le traçage de nos terrains, M. Emile CARRAYROU a offert un jeu de maillots et M. Daniel CLOUET a acheté un important lot de ballons indispensables à la pratique de notre sport.

Le bureau du FCRL vous présente ses meilleurs vœux pour l'année 1991 et espère vous trouver toujours aussi nombreux autour des terrains pour soutenir ses équipes.



Le bureau du F.C.R.L.



L'ASSOCIATION DES SECOURISTES

Au cours de l'été 90 nous avons participé à plusieurs manifestations locales :

- la fête de l'Aviation à l'aérodrome de Figeac-Livernon,
- "le jardin dans tous ses états" à Assier,
- le repas F.A.M.A.R. à Figeac.

Récemment une session de Brevet National de Secourisme s'est déroulée dans les locaux de la mairie de Livernon. Celle-ci a permis aux personnes, désireuses de connaître les gestes de premier secours, de se former. Ces cours ont été assurés par le moniteur Dominique GENDRAS à raison de deux soirées par semaine en Novembre et Décembre. Une dizaine de personnes ont suivi cette session, y compris les pompiers de Livernon. L'examen est prévu pour début janvier.

Bonne réussite à tous.

Roselyne BODI

COMMENT BIEN VIEILLIR

"Être malade à la maison quand on est vieux et souvent seul"

C'est le sujet que le Professeur ALBAREDE, médecin chef de gériatrie (personnes âgées) au Centre hospitalier de Toulouse est venu exposer à Figeac, le 22 Novembre 1990.

Un premier point très important :

Dans l'histoire de l'humanité au moyen âge jusqu'au XVI^e siècle, la durée de la vie était beaucoup plus courte (50 - 60 ans) que de nos jours (85 - 90 ans) et même dans certaines vallées des Andes (Amérique du Sud), ou du Caucase on vit jusqu'à 120 ans et plus.

Il faut considérer le vieillissement comme une victoire de l'homme sur la nature et pas comme une catastrophe.

A quoi correspond-t-il ?

- le vieillissement est d'abord biologique. Comme celui d'une plante ou d'un animal notre organisme vieillit. Cela tient à l'hérédité.

- le vieillissement tient ensuite aux événements de santé : il varie en fonction des maladies, des accidents, du travail plus ou moins pénible, de la pollution atmosphérique, mais surtout

- le vieillissement tient à l'utilisation de nos fonctions :

physiques d'abord : le travail des muscles. Les chercheurs japonais ont comparé la conséquence d'un alitement de 3 semaines sur un groupe de jeunes (20 ans) et d'un autre âgé de 70 ans. Il y a diminution de la masse musculaire de 5 à 10% à 20 ans et de 50% à 70 ans. Le cœur lui même s'atrophie.

Morale de l'histoire: si vous avez la grippe, restez couché le minimum de temps, levez vous le 2^e ou le 3^e jour.

Autre conséquence : n'hésitez pas à pratiquer du sport, marche, natation, vélo. Même à 65 ans on peut s'entraîner.

intellectuelles ensuite. Il faut faire marcher sa mémoire, lire, sortir, parler avec les gens, faire ses courses, écrire, revoir des livres de classe, jouer au scrabble ou aux cartes....Même à 75 ans on peut faire des progrès.

En résumé mal vieillir n'est pas inéluctable. L'important est de se sentir "en forme".

Bien sûr il faut savoir si son état de santé est bon et il faut donc :

- se faire suivre

- surveiller sa vue, son ouïe et se faire appareiller s'il y a lieu

- savoir que la même maladie chez un jeune ou un vieux ne se présente pas pareillement. Un exemple concret : une fièvre déclenche chez un jeune la soif et le malade compense, alors que la personne âgée perçoit mal cette soif. Morale, si vous avez 40° de fièvre, il faudra boire 2 ou 3 l de liquide par jour.

- attention aux chutes chez le vieillard. Outre la conséquence d'une fracture possible il y a une conséquence psychologique qui est la peur de retomber et vous risquez de vous confiner au lit et au fauteuil. Conséquence, 30% des personnes âgées, après une chute perdent leur autonomie.

C'est ici tout l'intérêt de la Télé Alarme qui peut éviter de rester cloué au sol plusieurs heures.

Essayons de conclure

Il faut d'abord essayer avec le concours de son médecin, de l'infirmière et d'une aide ménagère (ou employée de maison) de rester chez soi.

Attention ! N'attendons pas pour recourir à l'aide ménagère qu'il arrive un coup dur, il est important d'avoir quelqu'un avant qui connaisse son chez soi et qui vous connaisse. Bien entendu si la situation l'exige il faut accepter l'hospitalisation en souhaitant que ce soit pour une période la plus courte possible.

Et pour terminer, élevons le débat et écrivons avec le Dr Pierre GUILLET dans son livre "l'Aventure de l'âge", chez Hatier : "Vieillir ce n'est pas diminuer, c'est évoluer dans le temps. Savoir vieillir, c'est peut-être apprendre à porter autant d'attention au caractère éternel de l'être humain qu'à son caractère périssable".

Pierre DELMAS

LE CLUB DES AINES - "LES GAIS LURONS"

L'année 1990 se termine. Il nous est agréable de jeter un regard sur celle-ci. pour le Club en voici les principaux évènements :

- le 4 Février quine annuel à la salle des fêtes, très bonne collecte en objets ce qui nous a permis la confection de nombreux lots. Un grand merci à tous les généreux donateurs.

- le 7 mars, avait lieu l'Assemblée générale retraçant le bilan 1989, les projets pour l'année en cours. Tout cela débattu par une nombreuse assistance. La journée s'est terminée par un excellent repas à Grèzes servi par Mme Vayrac.

- le 30 mars, évasion d'un jour. Ce n'était pas au delà de l'Hexagone, mais chez nos proches voisins aveyronnais. Visite de Conques, repas au Neyrac pour 40 adhérents.

- le 19 Avril, nous fêtions le départ de Madame RIGAUT comme présidente et celui de Monsieur Eugène SENAC, trésorier. Ils nous ont quitté pour raison de santé après quatorze années de bons et loyaux services au Club et sont particulièrement méritants pour avoir fondé le Club et connu les difficultés de la mise en route d'un organisme. La succession est assurée par Madame BAZIRE, en qualité de présidente et Madame PERCOT comme trésorière à qui nous souhaitons une parfaite réussite dans leurs fonctions.



- Le 26 Avril, visite des caves du Château du Bayrou, avec un excellent repas à Sauveterre La Lémance. L'après-midi nous avons assisté à la confection du gâteau pastis, puis dernière visite pour les Etablissements Roucadil (Pruneaux d'Agen).

- le 6 juin, sortie d'une journée pour aller à Verdun- sur -Garonne et retour par Moissac pour goûter au charme d'une jolie petite ville et surtout pour admirer tout à loisir le portail de l'église si riche d'enseignement biblique et les merveilles de son cloître renommé.

- Le 2 Septembre, départ pour un voyage d'une semaine sur la Côte d'Azur. Voyage entrecoupé en cours de route par un petit déjeuner à Baraqueville et un déjeuner à St Gilles du Gard. Arrivée à Frejus vers 18H 30. Nous étions donc à notre port d'attache et c'est de là que nous sommes partis les jours suivants pour plusieurs visites : St Tropez, Port Grimaud, Bannes, les îles de Hérins, Nice avec son parc Phoenix , monde merveilleux de la nature, San Rémo, Toulon, Vallauris et bien d'autres lieux qu'il serait trop long d'énumérer ici. Après ce périple de deux mille cent kilomètres nous étions de retour le 9 au soir et nous ne nous sommes quittés qu'après avoir dégusté une bonne soupe au fromage à l'Auberge.

- le 2 octobre, désireux de varier nos sorties, une quarantaine de retraités se retrouvaient place de la halle pour la visite du cirque de Navacelles, une merveille géologique située entre les départements de l'Hérault et du Gard.

- le 21 Novembre, sortie stockfish à Bruéjous Aveyron et menu de choix pour soixante et onze convives.

Ainsi se sont terminées les festivités 1990, qui malheureusement ont été marquées par le sort certains décès étant intervenus au sein du Club . Il s'agit de

Jules MERLE à l'âge de 82 ans

René MOLENAC à l'âge de 87 ans

Juliette PINQUIE à l'âge de 69 ans

A ces familles éprouvées, le Club renouvelle ses condoléances les plus sincères et les plus amicales.

Le Bureau

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

Il y a un an déjà qu'elle existe ! Le croiriez vous ?

Son inauguration a eu lieu fin Janvier 1990 par la Municipalité et les responsables : Mme NEVEUX, Mme SOL et Mme VIGUIE, en présence d'une cinquantaine de personnes, dans une salle de la mairie.

Depuis cette date, une permanence a été assurée tous les mercredis de 15H à 18H. Plus de 2000 livres variés, neufs pour la plupart, sont disponibles gratuitement et peuvent satisfaire adultes et enfants.

Une visite de curiosité s'impose !

Les responsables vous souhaitent une bonne année et vous disent à bientôt !

Les responsables

ASSOCIATION PG - CATM

Que se passe t-il donc chez les anciens combattants du Canton ? Ils ont été pris cette année d'une frénésie d'activités, organisant un concours de belote en plus de la traditionnelle "quine" ainsi que deux voyages, l'un dans le Sud, l'autre dans le Nord. Mais au sujet des voyages lisons le récit de Gustave Garriges :

1^{er} voyage

Il est 5 heures, remue-ménage sur la place du village ; nous partons pour un voyage de deux jours en CERDAGNE.

Quelques retardataires. Nous mettons le cap ver notre destination.

8h 30, Villefranche-de-Lauragais, "traditionnelle pause "pipi" et petit déjeuner.

9h, autoroute, nous filons vers Limoux et bientôt grimpons sur cette magnifique route des Gorges de l'Aude, Capsir, Bolquere.

Quelques petits détours et nous voilà installés dans un cadre magnifique où nous attend un copieux repas ; distribution des chambres et départ pour le four solaire d'Odeillo qui reste un outil unique au monde en fournissant des températures records pouvant atteindre 3500°.

Visite de l'enclave espagnole de Llivia, un oubli lors de la préparation du traité des Pyrénées en 1659, très intéressant musée de la pharmacie ; arrêt à Mont Louis, village fortifié par Vauban.

Retour à Bolquère, un peu de détente avant le repas, puis un bon "sabrot" pour les amateurs. Très bonne soirée où nous dansons dans une folle ambiance sans oublier les jeux de cartes.

Dimanche 8 h, petit déjeuner, photo de famille.

Nous voici en Andorre la Vieille, temps libre où chacun en profite pour quelques achats souvenirs.

13h, excellent repas dans une magnifique salle, très bonne Paëlla.

Nous suivons les sommets enneigés vers le Pas de la Case où nous nous arrêtons pour faire quelques achats, sans oublier les bouteilles !!!

Sur la route du retour, arrêt à Hauterive pour le dîner et destination Livernon.

Remerciements à tous ceux qui ont contribué à la préparation de ces deux jours. Applaudissements à Georges VEZES à qui incombe l'idée de ce voyage, à vous le micro Georges.

Et maintenant, au tour des histoires et des chansons.

Tous les participants sont enchantés. Nous vous disons à la prochaine fois.

2° voyage

Depuis 1978 une amitié est née entre deux Associations d'Anciens Combattants. D'année en année un échange de famille a abouti à un jumelage officiel.

1990, c'était à notre tour de rendre visite aux Avesnois sous la Direction de notre Président Robert MEJECAZE et c'est ainsi que nous avons passé une semaine chez nos camarades d'Avesnes.

Programme très bien établi avec : la visite d'Eurotunnel, celle d'une usine de dentelle, un voyage dans les Ardennes, La Citadelle de Dinan et retours vers la vallée de la Meuse puis excursion vers la vallée de la Créquoise sans oublier les soirées "Méchoui" ou autres. En résumé une agréable semaine de détente et de contacts amicaux avec ces familles qui nous ont très bien accueillis.

1992, nous serons prêts à les recevoir à Livernon.

Après ces voyages, le 10 Novembre une délégation de C.A.T.M. s'est rendue à Paris pour la manifestation du Front-Uni des anciens d'Algérie.

Pour le début 91 une soirée photos est prévue courant Février et le banquet cantonal aura lieu le 7 Avril à Espagnac. Des activités multiples sont au programme afin de "muscler la caisse" car nous avons posé notre candidature pour que le congrès départemental ait lieu à LIVERNON en 1992.

Le bureau des C.A.T.M.

AÉROCLUB DE LIVERNON

Votre Aéro-Club... le connaissez vous bien ?

Avec plus de 30 membres l'Aéro-Club de Livernon arrive dans le peloton de tête des Associations locales ou de proximité.