

Le Petit Braslois

Votre gazette municipale

Mai-Juin 2026

Bien vivre à Brasles...



MAIRIE DE BRASLES



Le mot du Maire

Chers habitants,

Les récentes élections municipales viennent de s'achever et je tiens à vous remercier chaleureusement pour votre participation et votre engagement dans la vie de notre commune.

C'est avec enthousiasme et responsabilité que nous poursuivons nos projets pour améliorer notre cadre de vie, renforcer les services municipaux et soutenir la vie associative et culturelle qui fait la richesse de notre commune.

Ce livret a été conçu pour vous accompagner, vous informer au quotidien: vous y trouverez toutes les informations pratiques, les contacts essentiels ainsi que les initiatives et événements qui animent la commune.

Au nom de toute l'équipe municipale, je vous souhaite une très bonne lecture.

Le Maire,
Jérôme LAPOINTE

Sommaire

Présentation de l'équipe municipale.....	page 3
Actualités.....	page 4
La vie au village.....	page 5
Santé.....	page 6
Médiathèque/Jeux.....	page 7
Infos utiles.....	page 8



Bien vivre...

L'équipe municipale

Présentation



Jérôme LAPOINTE
Maire



Sawsen
CLEMENT-
JEBBARI
1ère Adjointe



Loïc DOBRISKI
2ème Adjoint



Marie-Rose
MERCIER
3ème Adjointe



Laurent COUVREUR
4ème Adjoint



Clarisse PERTOIS
Conseillère déléguée aux
finances



Joël BROCHOT
Conseiller délégué
aux travaux



Yvonne DROUX
Conseillère municipale



Daniel COMPANT
Conseiller municipal



Magali PERROY
Conseillère municipale



Long NGUYEN
Conseiller municipal



Carèle DEBARGUE
Conseillère municipale



Laurent RENAULT
Conseiller municipal



Marion GOULMY
Conseillère municipale



Claude LAVIER
Conseiller municipal



Claire MICHEL
Conseillère municipale



Ludovic Vernoine
Conseiller municipal



Caroline VASSAUX
Conseillère municipale



Didier BIRRER
Conseiller municipal



Bien vivre...

Actualités

Quelques travaux dans la commune...

Le mur des sanitaires de l'Espace Eyssartier a été totalement repeint afin d'y accueillir un futur projet...



avant



après

L'espace Eyssartier accueille le trail Jules Verne: quand le sport rime avec solidarité

Organisée par l'association sportive du lycée le 21 mars dernier, cette course a réuni 300 coureurs déterminés à allier dépassement de soi et engagement collectif. Résultat? 3200 € récoltés pour financer les déplacements des lycéens lors des compétitions sportives scolaires.

Une initiative porteuse de sens

L'idée est née d'une volonté simple: permettre à tous les élèves de participer aux épreuves sportives, quelles que soient les contraintes financières. Grâce à l'énergie des participants, des professeurs et des bénévoles, le trail Jules Verne a transformé cette ambition en réalité. Chaque foulée, chaque effort, a contribué à offrir de nouvelles opportunités aux jeunes athlètes du lycée.



Félicitations à Nathan BUSATO, jeune braslois gagnant du trail !

Saluons cette mobilisation où tous ont partagé la même fierté de soutenir une cause commune!

CÉRÉMONIE DU 8 MAI - Rendez-vous Place de la Mairie à 11h30



Le 8 mai 1945 marque la fin de la Seconde Guerre Mondiale en Europe. Ce jour-là, l'Allemagne nazie capitule, mettant un terme à des années de violence, de privations et de deuil. Partout en France, et jusque dans nos villages, ce fut un immense soulagement mêlé d'émotion: celui de retrouver la paix, mais aussi celui de se souvenir de celles et ceux qui ne sont pas revenus. Le 8 mai est ainsi à la fois une victoire et une mémoire, une célébration et un recueillement.

Aujourd'hui encore, cette date résonne avec une triste actualité. Les tensions et les conflits qui se déroulent au Moyen-Orient nous rappellent que la paix n'est jamais acquise. Face à ces bouleversements, le souvenir du 8 mai 1945 nous invite à ne jamais céder à la fatalité, mais au contraire à croire en la capacité des nations à trouver des chemins de paix.

Notre commune, comme tant d'autres en France, a été marquée par la guerre mais aussi, par les élans de solidarité et de courage. Les noms inscrits sur notre monument aux morts en attestent. Ils incarnent des vies, des histoires, et un héritage commun que nous avons la responsabilité d'honorer et de transmettre.

Commémorer le 8 mai, c'est faire vivre une mémoire collective, transmettre aux plus jeunes le sens de l'engagement et de la liberté, et réaffirmer notre attachement à la paix.

Dans un monde incertain, ces moments nous rassemblent et nous rappellent que même à l'échelle d'un village, nous sommes les gardiens d'une histoire et les acteurs d'un avenir à construire ensemble.



Le verre de l'amitié sera servi à l'issue de la cérémonie.





Bien vivre...

La vie au village

La convivialité au coeur du village



samedi 2 mai et dimanche 3 mai

sur la place du village



rendez-vous le 29 mai pour la fête des voisins !

à l'initiative des quartiers



dimanche 7 juin

à l'espace Eyssartier

renseignements et inscription en mairie



dimanche 14 juin

à l'espace Eyssartier

renseignements et inscription en mairie

Mardi 9 juin: le CCAS organise un repas convivial payant pour les + de 65 ans, à l'espace culturel. Animation assurée par une troupe de French Cancan. Inscription en mairie auprès de Catherine.

Scolarité: les dates importantes à retenir...



- Votre enfant est né en 2023 et il va faire sa rentrée en septembre prochain ? Pour effectuer la démarche d'inscription scolaire, vous êtes invité à passer en mairie pour retirer un dossier auprès du secrétariat.
- Les dossiers périscolaires des enfants déjà scolarisés à l'école doivent être rendus aux permanences suivantes : le vendredi 29 mai de 16h30 à 19h30 ; le samedi 30 mai de 10h à 12h ou le lundi 1er juin de 16h30 à 19h30. Tout dossier incomplet ou rendu hors délai sera rejeté.



Bien vivre...

Santé

Alimentation et activités physiques: et si on (re)partait du bon pied?

La pyramide alimentaire : un bon repère pour l'équilibre alimentaire



Installer une routine d'activité physique doit se faire de manière progressive et réfléchi. Le corps, peu sollicité après une période de sédentarité, présente une baisse des capacités cardiovasculaires, musculaires et de la mobilité articulaire. Il est donc essentiel de commencer par des efforts modérés, comme la marche rapide ou le vélo doux, afin de réactiver le système cardiorespiratoire sans le brusquer.

Sur le plan physiologique, les muscles ont besoin de temps pour se réadapter à l'effort : une sollicitation trop intense peut entraîner douleurs ou blessures. De même, les tendons et articulations, moins habitués aux contraintes mécaniques, nécessitent une montée en charge graduelle. La régularité prime sur l'intensité : mieux vaut pratiquer 2 à 3 fois par semaine à faible intensité qu'une séance trop exigeante.

L'hydratation, le sommeil et l'échauffement sont des éléments incontournables à ne pas négliger pour favoriser la récupération et limiter les risques. Il est également important d'être à l'écoute de ses sensations, notamment la fatigue ou les douleurs inhabituelles.

Enfin, retrouver du plaisir dans la pratique est la clé de la réussite. Choisir une activité agréable, varier les exercices et se fixer des objectifs réalistes permettent de maintenir la motivation sur le long terme. La progression doit être vécue comme un chemin, pas une contrainte.

½ légumes, ¼ féculents, ¼ viande (ou poisson ou œuf)

dans mon assiette

Je cuisine pour toute la famille et j'adapte la taille de la portion à l'enfant et à l'adulte (femme et homme)



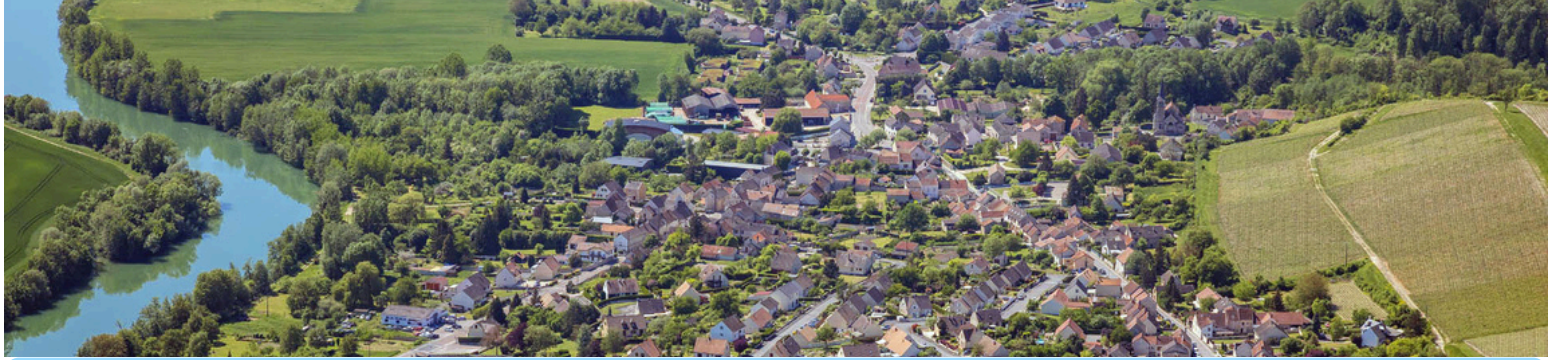
Une petite course à pied ? Un petit programme sur le QR Code suivant:



6 exercices par jour pour garder la forme

- Chaque jour pour retrouver ou conserver la forme :
- ❖ échauffez-vous (5mn)
 - ❖ faites un maximum de répétitions de chaque exercice pendant 30 secondes,
 - ❖ après un temps de récupération de 10 secondes, passez à l'exercice suivant

<p>Sautillements</p> <p>30s</p>	<p>Récupération</p> <p>10s</p>	<p>Chaise</p> <p>Maintenir la position</p> <p>30s</p>
<p>Pompes sur un mur</p> <p>30s</p>	<p>Récupération</p> <p>10s</p>	<p>Abdos</p> <p>30s</p>
<p>Flexions</p> <p>30s</p>	<p>Récupération</p> <p>10s</p>	<p>Course sur place genoux hauts</p> <p>30s</p>



Bien vivre...

Médiathèque /Jeux

Un souffle nouveau pour votre bibliothèque municipale

NOUVEAUX HORAIRES

LA BIBLIOTHÈQUE FERME SA PORTE DÉFINITIVEMENT LES SAMEDIS POUR MIEUX VOUS RECEVOIR...

**les mercredis de
14h30 à 19h30**

A COMPTER DU MERCREDI 29 AVRIL

fermée pendant les vacances scolaires

Dans le cadre de l'amélioration de nos services, la bibliothèque est heureuse de vous annoncer que désormais, deux conseillères municipales seront dédiées à votre accueil et votre accompagnement.



Clarisse Pertois



Carèle Debargue



MOTS MELES

Z	Q	U	A	N	T	I	Q	U	E	L	M	N	O
A	S	T	R	O	N	O	M	I	E	P	X	Y	Z
T	R	O	U	N	O	I	R	E	K	J	H	G	F
E	L	E	C	T	R	O	N	S	A	B	C	D	E
S	P	E	C	T	R	E	U	V	W	X	Y	Z	A
G	A	L	A	X	I	E	T	R	S	Q	P	O	N
R	A	Y	O	N	N	E	M	E	N	T	L	K	J
A	T	O	M	E	S	I	H	G	F	D	S	A	Q
V	I	T	E	S	S	E	D	E	L	U	M	I	E
C	O	N	S	T	E	L	L	A	T	I	O	N	S
H	Y	D	R	O	G	E	N	E	B	N	M	Q	W
P	H	Y	S	I	Q	U	E	R	T	Y	U	I	O
M	A	G	N	E	T	I	S	M	E	P	L	K	J
E	N	E	R	G	I	E	Z	X	C	V	B	N	M

QUANTIQUE
ASTRONOMIE
TROU NOIR
ELECTRON
SPECTRE
GALAXIE
RAYONNEMENT

ATOME
VITESSE
CONSTELLATION
HYDROGENE
PHYSIQUE
MAGNETISME
ENERGIE



Bien vivre...

Infos utiles

	ACCUEIL PHYSIQUE	ACCUEIL TÉLÉPHONIQUE
LUNDI	de 8h30 à 12h00	de 8h30 à 12h00
MARDI	FERMÉ	de 8h30 à 12h00
MERCREDI	de 8h30 à 12h00	de 8h30 à 12h00
JEUDI	FERMÉ	de 8h30 à 12h00
VENDREDI	de 8h30 à 12h00	de 8h30 à 12h00

Mairie de Brasles

Téléphone : 03.23.69.03.06 / E-mail : contact@brasles.fr - Site internet : www.brasles.fr -

Facebook : Commune de Brasles

PANNEAU POCKET



Toute l'actualité de la commune de Brasles, en temps réel sur votre smartphone ou votre tablette. Application gratuite à télécharger.



Pour la sécurité de tous, la commune a mis en place le dispositif "Participation Citoyenne", pour plus d'informations : l'adresse mail suivante: participationcitoyenne@brasles.fr est à votre disposition.



Les oiseaux chantent, le soleil revient... et les tondeuses reprennent du service ! Pour garder une bonne entente entre voisins, merci de respecter les horaires prévus par arrêté préfectoral.



- Du lundi au samedi de 09h00 à 12h et de 14h00 à 19h00
- Les dimanches et jours fériés de 10h à 12h



**Pour rappel.. le seul feu autorisé : celui du barbecue !
Nous vous rappelons qu'il est interdit de brûler vos déchets.**