



Octobre 2025 - NUMÉRO 8



C'est bon à savoir ! **GENOUILLAC**

RENCONTRES SANTÉ : BIEN VIEILLIR

Un cycle d'ateliers « P'Art à chute » gratuits, destinés aux personnes de plus de 60 ans, sur inscription, propose de comprendre, prévenir et savoir faire face à l'évolution de nos sens ; le but étant de préserver un bon équilibre et réduire le risque de chute chez les seniors en les encourageant à être acteurs de leur santé sensorielle via une approche culturelle et artistique innovante et conviviale.

Accompagnés d'un professionnel de la prévention, de la santé et d'un artiste, les participants expérimenteront de manière ludique les effets de l'âge sur leur équilibre et découvriront le fonctionnement de l'audition, de la vue, du mouvement et du goût.

Première séance, le jeudi 23 octobre de 14h à 16h30 à la salle des fêtes. Elle aura pour thème "*A l'écoute de mon équilibre*" et abordera en musique les troubles et pertes auditives liées à l'âge.

Organisé par la Mutualité Française Nouvelle-Aquitaine, l'association Marche Pro Santé avec le soutien de la conférence des financeurs de la Creuse.

EN OCTOBRE À L'ÉCOLE

Vendredi 3 octobre les élèves de CE et CM iront à la Fête des sciences au village des sciences à la Bibliothèque de Guéret pour participer à des ateliers sur les thèmes "Les intelligences".

Ils découvriront cette année les acteurs locaux en lien avec la thématique pour des animations de médiation.

La semaine du goût du 13 au 17 octobre
Les élèves et leurs professeurs vont découvrir et préparer des "Recettes du monde" afin de permettre aux enfants de découvrir de nouvelles saveurs et d'en apprendre davantage sur les cultures culinaires du monde entier.

Ils pourront partager cette diversité gastronomique lors de la dégustation avec les parents le vendredi 17 après la classe.



VENDREDI 3 OCTOBRE
19h - Mairie
Salle du Conseil

Ordre du jour disponible
sur le panneau d'affichage
extérieur de la Mairie

France services



Journées France services
du 6 au 18 octobre 2025

France services de GENOUILLAC
1 place de l'église – 23350 – Genouillac
Téléphone : 05.45.29.55.88
Mail : genouillac@france-services.gouv.fr

Les services publics proches de vous, proches de chez vous.



À Genouillac, je suis accompagné pour effectuer mes démarches administratives en ligne.



Permanence France Renov
14 octobre
14h - 16h

Prenez rendez-vous auprès d'un chargé de clientèle de la Poste.

France services



LES INFOS DES ASSOCIATIONS

La Troupe Infernale

Lors de l'Assemblée Générale du 5 septembre, l'ensemble du bureau a été reconduit à l'unanimité.

A noter dans vos agendas, le spectacle 2026 se déroulera les 21, 22 et 28 mars.

AAPPMA La Truite Genouillacoise

L'A.A.P.P.M.A. « La truite Genouillacoise » compte à ce jour 48 adhérents toutes cartes confondues (81 en 2022!!!).

Début octobre, nous procéderons à l'alevinage de 2000 truitelles d'automne dans notre rivière et nos ruisseaux, si nous avons suffisamment d'eau et si le pisciculteur est en mesure de nous les fournir.

FOCUS SUR ... LE CLUB DE GYM

Le Club de Gym vous accueille, avec ses 35 adhérents, le lundi pour un cours de zumba avec un animateur UFOLEP à 19h45 et le mercredi, un cours de fitness à 20h à la salle des fêtes.

Au menu du lundi, la zumba : une activité physique très dynamique qui mélange la danse rythmée chorégraphiée et la musique latine, comme la salsa. C'est une façon originale de se dépenser tout en s'amusant.

Le mercredi, le club vous propose du fitness : diverses activités physiques visant à améliorer la condition physique, la santé et le bien-être général :

- Le cardio : step (coordination)
- Le renforcement musculaire (abdos, fessiers, gainage, etc.)

Creuse Avenir 2005

Nous comptons, à ce jour, 97 licenciés dont une équipe sénior masculine, une équipe féminine, une équipe foot loisir et une petite mais active école de foot.

Nous sommes toujours à la recherche de nouvelles joueuses et joueurs, de jeunes, de moins jeunes. Vous pouvez vous inscrire jusqu'au début 2026.

La priorité du club se situe particulièrement dans le recrutement d'un ou d'une arbitre, jeune ou sénior(e) qui serait formé(e) à nos frais par le District de Football de La Creuse, une session devant avoir lieu très prochainement.

- Le pound : entraînement en groupe qui mélange cardio, renforcement musculaire, yoga et pilates, le tout sur de la musique énergique. L'originalité vient de l'utilisation de baguettes légèrement lestées pour frapper au rythme, ce qui donne l'impression de jouer dans un groupe de rock plutôt que de faire du sport.
- Swiss ball : gros ballon gonflable utilisé en fitness pour le renforcement musculaire, le gainage, les abdos, les fessiers et le dos. Il favorise l'équilibre et la stabilité, améliore la posture en sollicitant les muscles profonds.

- Le stretching (étirements)

Rejoignez- nous !

AGENDA OCTOBRE 2025

GENOUILLAC

Organisé par l'ACCA de Genouillac

Samedi 4 octobre 2025

Salle des fêtes à partir de 19h30

Repas Dansant

Animé par
l'orchestre
**Quentin
LAROCHÉ**

MENU :
Méli-mélo d'entrées
Mini jambonneau et ses
accompagnements
Trio de fromages
Glace
Café
TARIFS :
Adulte 20 euros
enfant (-12ans) 12 euros

Inscriptions avant le 29 septembre

07.60.13.33.93

IPNS
Ne pas jeter sur la voie publique

GENOUILLAC EN FÊTE

**CONCERT
GOSPEL**

ÉGLISE
DE
GENOUILLAC

5 OCTOBRE
2025
16H

10€

AVEC LE COEUR DE GOSPEL
DE MONTLUÇON

RENSEIGNEMENTS AU 05.55.80.67.80

**JOURNÉES
ENTRAÎNEMENT
MOTO**

DEUX ROUES
CREUSOISES

18 & 19
OCTOBRE 2025

GENOUILLAC

45€ LES 2 JOURS
25€ LA JOURNÉE

ENTRÉE GRATUITE

8H30 - 17H

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

RESTAURATION
SUR PLACE

**Genouillac
médiathèque
Maurice Teinturier**

**BRICOLAGE
D'HALLOWEEN**

**LE MERCREDI 29 OCTOBRE
DE 14H30 À 16H30**

GRATUIT

Inscriptions et renseignements au 05.55.80.35.21
mediatheque@genouillac-23.fr

Recevez C'est bon à savoir ! par mail en contactant communication@genouillac-23.fr