

Le Journal d'ici

Un journal par et pour les gens d'ici !



La petite voix :

Un auteur qui se livre, c'est un peu comme un canard qui se confie.

- Auteur inconnu

Mur d'expression

LE CINÉMA À MASSAT

- PAR DENIS LEBLON

Édito

Bonne année 2025 !

Cette année, en guise d'édito, nous avons envie de parler de ce qui nous rassemble. Vivre ensemble, dans nos vallées comme partout ailleurs, c'est aussi apprendre « à être » tous ensemble, malgré nos différences. La diversité, loin d'être un obstacle, est une force pour construire un monde plus juste et plus harmonieux... Mais nous ne vous apprenons rien ! Nous vous encourageons à prendre soin de votre entourage, à être attentifs à ceux qui en ont besoin, à faire preuve de bienveillance et à répandre un peu de positif autour de vous. Dans un monde où tout va très vite, un petit geste ou un mot gentil fait la différence ! Cultivons la gratitude, cette capacité à apprécier ce que nous avons et ceux qui nous entourent.

Pour le prochain numéro, nous préparons un spécial jeunes et c'est à vous, jeunes de notre communauté, que nous lançons un appel à articles ! Partagez vos idées, vos rêves, vos préoccupations et vos projets. Ce journal est le nôtre, il reflète ce qui se passe autour de nous et ce qui nous touche. Ensemble, continuons à le faire vivre en y apportant contributions, réflexions et petites folies.

Alors, que cette nouvelle année soit pleine de rencontres, de projets et de solidarité.

À vos plumes ! Si vous souhaitez participer au numéro spécial jeunes, envoyez-nous vos textes à lejournaldici@yahoo.com avant le 1er mars 2025. Nous avons hâte de lire vos contributions et de partager vos idées avec tous !

À bientôt,
L'équipe du journal d'ici

Depuis 1994, le circuit itinérant Ariège Images proposait quatre séances mensuelles de cinéma à Massat. Cependant, après la période Covid, qui a entraîné une baisse de la fréquentation, la direction de l'Estive, maître d'œuvre du circuit itinérant, a réduit le nombre de séances à deux par mois.

Depuis le printemps dernier, un collectif d'habitues des séances de cinéma du vendredi soir s'est mobilisé et lutte pour un retour à quatre séances mensuelles. Cette initiative a été soutenue par un courrier solidaire, signé conjointement par les maires de Biert, Bousсенac, Massat et Le Port.

Face à notre détermination, la direction de l'Estive, ferme dans son refus, a opposé des arguments que nous jugeons injustifiés : villages trop éloignés, salle inadaptée, faible fréquentation, manque de coopération des mairies...

Nous avons alors contacté notre député, le Conseil départemental et le Conseil régional.

Seule Madame la Présidente du Conseil départemental a répondu, nous conseillant de patienter en attendant l'ouverture du futur cinéma à Saint-Girons, prévue pour 2026.

Malgré ces refus et cette inertie, le collectif Ciné Massat poursuivra son action pour obtenir le retour des quatre séances mensuelles. Nous sommes d'autant plus motivés que plusieurs animations ont prouvé qu'il existe un fort potentiel de spectateurs dans la vallée : une centaine de personnes pour la séance en plein air, le ciné-concert sous la halle, et 85 spectateurs pour le film *L'Histoire de Souleymane*, suivi d'un débat animé par la Ligue des droits de l'homme.

Se mobiliser pour redynamiser le cinéma à Massat, c'est aussi, quelque part, se battre pour maintenir la culture en milieu rural. En attendant, notre assiduité aux deux séances actuelles, les premiers et derniers vendredis du mois, ne pourra que contribuer à sanctuariser le cinéma à Massat.

Échange et rencontre

DES NOUVELLES DE LA MÉDIATHÈQUE

- PAR LAURE GÉRARD

La médiathèque de Massat a proposé, le mercredi 4 décembre dernier, un spectacle pour la petite enfance *Mamie Louise et les animaux de la forêt enneigée* par la Cie Etincelles. Cette programmation s'est d'abord faite en partenariat avec le LAEP (Lieu d'Accueil Enfants-Parents) et la nouvelle s'est ensuite propagée dans tout le Couserans ! C'est ainsi que nous avons pu accueillir une trentaine d'enfants entre 0 et 5 ans accompagnés de leurs parents ou de leurs assistantes maternelles.

Petits et grands ont écouté avec beaucoup d'attention l'histoire proposée par Tina Pflug avec ses magnifiques marionnettes et son décor enchanté.



Un moment chaleureux, de partage et de rencontres puisque les enfants et leurs accompagnants ont pu profiter de l'espace aménagé du LAEP pour jouer et discuter.

À vos agendas ! Le vendredi 24 janvier, la médiathèque vous proposera une Nuit de la lecture placée sous le signe du patrimoine. Au menu, des lectures pour les enfants, un blind test sur le thème des reprises, de la grignote partagée et enfin la pièce *Les fourberies de Scapin* de Molière joué en solo par Piero Greco.

BOL D'HIVER POTIMARRON, CHAMPIGNONS ET ŒUF POCHÉ

- PAR IVELYNE DUMONT

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- Potimarron (1 kg à 1,5 kg)
- 4 œufs frais
- 500 g de champignons
- 60 g de noisettes torréfiées
- 4 gousses d'ail
- Vinaigre blanc
- Huile d'olive
- Persil frais
- Sel, poivre



Préparation :

1. Épluchez la courge et coupez-la en cubes. Épluchez l'ail et coupez les gousses en deux. Faites cuire le tout à la vapeur pendant 20 à 25 minutes, ou jusqu'à ce que la courge soit bien tendre.
2. Préchauffez le four à 150°C et étalez les noisettes en une seule couche sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Enfournez et faites cuire pendant 10 à 15 minutes. (N'hésitez pas à profiter de la chaleur de votre four pour faire une plus grande quantité de noisettes torréfiées, c'est un régal au goûter !)
3. Pendant ce temps, faites chauffer une grande casserole d'eau avec 1 c. à soupe de vinaigre blanc.
4. Quand l'eau bout, formez un tourbillon avec une cuillère en bois et versez le premier œuf que vous aurez préalablement cassé dans un petit ramequin, au centre du tourbillon. Faites-le cuire dans l'eau frémissante pendant 2 à 3 minutes.
5. Répétez l'opération pour chaque œuf.
6. Émincez les champignons et hachez grossièrement les noisettes.
7. Faites chauffer une poêle sur feu moyen-vif avec un filet d'huile d'olive, et faites-y revenir les champignons jusqu'à ce qu'ils soient bien grillés et fondants, soit environ 5 minutes.
8. Ajoutez les noisettes hachées et faites revenir le tout pendant 2 minutes supplémentaires.
9. Une fois la courge cuite, disposez les cubes dans le bol d'un blender et arrosez d'un filet d'huile d'olive. Salez, poivrez et mixez le tout.
10. Dressez les assiettes creuses ou les bols. Disposez la purée, les champignons et les noisettes, puis déposez les œufs pochés. Poivrez et parsemez de quelques feuilles de persil frais. Dégustez !

ARACROQ - Une association des personnes actrices du circuit court de la vallée de l'Arac : productrices – éleveuses – transformatrices – distributrices – consommatrices

- PAR YVES DANIEL POUR ARACROQ

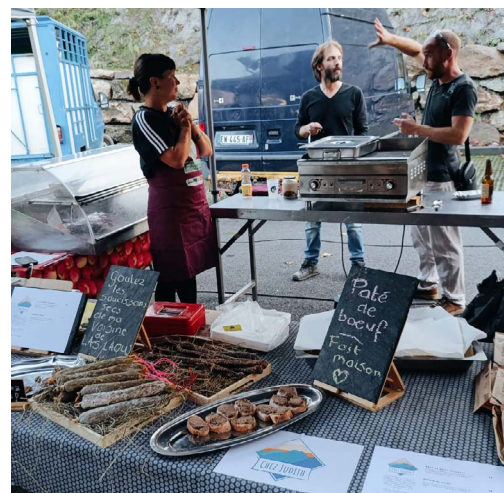
L'association Aracroq est née du désir de producteurs, éleveurs, transformateurs citoyens concernés et engagés dans une volonté de lien et de valorisation de la production issue de la terre de la vallée de l'Arac. À ce jour, 90 personnes dans 70 structures économiques sont concernées. L'engagement courageux de ces acteurs, dans un cadre politique et économique peu favorable, est une richesse essentielle pour la vallée.

Cette association a pour but la promotion du circuit court alimentaire sur la vallée de l'Arac, notamment par la création d'un réseau solide, solidaire et éthique entre producteurs, éleveurs, transformateurs, distributeurs, en circuit court et consommateurs, permanents ou saisonniers sur la vallée d'Arac – Aleu, Biert, Bousсенac, Le Port, Massat, Soulan - soutenant ainsi le développement d'une relocalisation de la production agricole, sa transformation et sa commercialisation.

Elle s'inscrit à la suite d'autres initiatives collectives antérieures :

- la création du Jardin des 7 vallées il y a 31 ans,
- les foires de printemps et d'automne de 2014 jusqu'au COVID avec des interruptions, en tout entre 8 et 10 fois,
- Cousserans en transition en 2018/2019,
- l'étude-action de l'INRAE sur l'évolution juste des paysages face au changement climatique dans le cadre du programme européen « just scape », débouchant sur le film *Demain, la vallée*, un film qui ne laisse pas indifférent, questionne et incite au débat, et un manifeste adressé aux élus et aux citoyens,
- des conclusions de l'étude faite par les étudiants de l'UFR Temps et Territoires de l'université de Lyon sur la production et la consommation dans la Vallée de l'Arac à la demande du collectif pour la souveraineté alimentaire de la vallée de l'Arac en 2022 et 2023.

Ces deux études proposaient, entre autres, de changer notre manière de consommer. Plus il y aura de personnes à acheter localement, plus le revenu de ceux qui se sont lancés dans le circuit court sera assuré. Cela pourrait encourager d'autres à se lancer, permettant de promouvoir ainsi des pratiques vertueuses écologiquement et socialement. Consommer est un acte politique. Même en milieu rural, loin de la grande distribution où les habitants prennent au sérieux les enjeux liés à



l'alimentation, consommer local n'est pas une évidence, alors que c'est un maillon clé dans la co-construction de l'agriculture et des paysages de demain.

En mai 2024, nous avons créé un annuaire des producteurs éleveurs transformateurs diffuseurs de produits locaux en circuit court de la vallée de l'Arac. Il est toujours mis à jour et il rassemble 90 personnes et 70 structures économiques qui nourrissent ce rêve de vivre et travailler au pays en valorisant la production locale.

Le 1er novembre 2024, nous avons organisé un premier marché-forum. La mairie de Massat a mis à notre disposition la grande halle du nouveau marché et la salle des fêtes. La mairie de Biert a financé une partie de la com et son maire Gilbert est même sorti armé de son pot de colle pour placarder partout les affiches ! Nous nous sommes partagés le territoire pour honorer chaque boîte aux lettres et coller les affiches réalisées par Anaïs, du Paradis Païen.

Plus de 200 habitants sont venus rencontrer les 33 acteurs du circuit court. Connaître physiquement, découvrir et partager la réalité des agriculteurs et transformateurs rend



différent l'acte d'achat. Il prend une autre valeur. Il est habité d'une autre énergie, d'un autre sens.

L'ambiance était joyeuse, conviviale. Des musiciens de la vallée se sont réunis au centre de la halle et ont accompagné les visiteurs pour un moment hors du temps. Certains sont venus avec pommes et châtaignes pour les cuisiner ou les griller ensemble et réaliser compotes et crèmes autour de l'atelier animé par Hélène, notre maraîchère-cantatrice lyrique !

Plusieurs produits étaient proposés à la dégustation dont plusieurs viandes grillées, frites maison, tartes et plats végétariens, fromages, yaourts, miels et produits apicoles, produits lactofermentés, pains artisanaux... Nous pouvions également acheter des légumes (il y en a encore en novembre !) ou des transformations en bocaux pour l'hiver tout en buvant une petite bière locale, un jus de pommes ou une tisane.

Les cinq maires de la vallée qui étaient présents et la sixième représentée ont exprimés leur soutien à la démarche.

Rencontrer : ce mot est au centre des objectifs de la nouvelle association Aracroq, association en gestion collégiale, qui veut créer ce lien indispensable entre agriculteurs et consommateurs.

Un point accueil avec documents sensibilisant aux enjeux du circuit court et une enquête ludique avec des gommettes roses permettant de répondre à différentes questions sur les attentes des consommateurs ont connu un franc succès. Nous avons failli manquer de gommettes !

À 17h45, Mozararac avec ses chants massatois sur musique de Mozart a introduit le film *Demain, la vallée* en présence de la cheffe de projet et du réalisateur qui ont répondu aux questions des 120 spectateurs. La salle des fêtes était pleine alors que ce film est déjà passé plusieurs fois dans la vallée et 150 fois en France depuis sa sortie. Il continue d'être projeté partout.

Un élément pour soutenir la notoriété de notre vallée et de ses productions ! *Demain, la vallée* est un film beau et puissant qui ne laisse pas indifférent. De plus en plus d'habitants l'ont vu. Ce film incite au débat, parfois tendu, et commence à «faire culture» chez nous. C'est une référence de plus en

plus incontournable pour parler de l'avenir local qui tend à inciter ceux qui ne l'ont pas à se mettre au parfum !

Avant de repartir dîner, nous avons dansé au son des guitares et accordéon, sous la halle éclairée et chauffée par des braseros.

Presque la moitié des 70 structures de producteurs de l'annuaire ont monté leur stand, imaginé des plats de restauration, participé avec l'aide d'Anaïs à la réalisation d'un visuel de leur structure à inclure dans un catalogue bientôt en ligne, etc...

45 nouveaux adhérents sont venus rejoindre l'association, beaucoup ont donné pour soutenir la cause : de consommateurs à consommateurs. Les retours sont dithyrambiques et chacun attend la suivante.

On était bien, juste bien.

BIENTÔT

- Un site internet, réalisé bénévolement par Stéphane. (Il est déjà bien avancé, mais non diffusé tant qu'il ne sera pas validé par les adhérents).

- Un catalogue, réalisé à partir des affiches d'Anaïs et un site internet coopératif des personnes actrices du circuit court de la vallée de l'ARAC réalisé par Stéphane.

- Des espaces de rencontres entre agriculteurs et habitants en dehors du fait de consommer. D'abord, se connaître, se rencontrer, créer un espace de dialogue pour explorer ce que pourrait être, aux yeux des habitants et agriculteurs de la vallée, le chemin vers des transformations justes de l'usage des terres dans un intérêt collectif.

Vous y avez votre place !

Pour soutenir le développement d'une production locale agricole vivrière diversifiée et la consommation en circuit court.

Plus de renseignements :

Yves - 06 20 62 46 02
bonjour@aracroq.fr

1. <https://www.just-scapes.fr/demarche>
2. <https://www.inrae.fr/evenements/demain-vallee>
3. <https://familles-rurales-haut-couserans.fr/motivets/les-associations/souverainete-alimentaire/>

Coup de cœur !

TRAVERSER LES FÔRETS

- PAR ANNAÏCK CHANDELIER



Nous rentrons dans une des dernières forêts primaires d'Europe, à la frontière de la Pologne et de la Biélorussie. Là, se joue le destin de trois femmes venues pour des raisons très différentes,

Véra, journaliste biélorusse exilée, Nina jeune mère revenue dans le chalet de ses parents, et Alma réfugiée syrienne. Elles

partagent le même espace, la zone rouge mais pas leurs peurs et doutes, rythmés par des passages de l'*Enfer* de Dante.

Roman polyphonique où chacune avance dans ce lieu mystérieux et dangereux qui rappelle les contes, pour se trouver ou se perdre.

Après le succès de *Solak* sorti en 2021, ce second roman aborde des enjeux de notre époque qui nous traversent.

Caroline Hinault, *Traverser les forêts*, Éditions du Rouergue, 2024



DES NOUVELLES DE LA FAMILLE KILONGO (LA SUITE)

- PAR DENIS LEBLON

Malgré un parcours administratif long et semé d'embûches, Pierre a obtenu sa deuxième carte de séjour en mai dernier. Cette carte, valable jusqu'en mai 2025, nous obligera à reprendre les démarches administratives, d'autant plus que les nouvelles directives du ministère de l'Intérieur, de plus en plus restrictives, compliquent l'accueil des immigrés.

Après un CDD de six mois à l'EHPAD de Massat, non renouvelé, Pierre a traversé une période très difficile sur le plan moral, aggravée par l'accumulation des épreuves douloureuses qu'il a vécues depuis son arrivée en France, ainsi que par ses problèmes de santé liés à son diabète.

Il a cependant retrouvé espoir en signant un CDD à l'association Casta en novembre 2024, un contrat renouvelable dans la limite de deux ans. Malgré de nombreuses démarches menées depuis cinq ans, et un soutien très actif de l'assistante sociale, Pierre et sa famille ne bénéficient d'aucun droit à la CAF. Celle-ci s'appuie sur la réglementation préfectorale, qui exige cinq ans de carte de

séjour sans interruption pour ouvrir des droits aux allocations familiales.

Antoine, qui aura 18 ans en novembre 2024, a obtenu sa carte de séjour valable un an à compter de mai 2024. Dès son obtention, il a pu accepter le CDI que lui proposait la Scop, après avoir obtenu son bac professionnel il y a plus d'un an. Il a également pu s'inscrire pour passer son permis de conduire et vient tout juste d'obtenir son code.

Daniel poursuit brillamment ses études en 4e et s'épanouit dans le football. Il convient de noter qu'au printemps dernier, Daniel a été victime d'un acte de racisme assez violent au collège. Bien que cet incident n'ait impliqué qu'une poignée d'élèves harceleurs, le collège de Seix a entrepris un travail pédagogique à ce sujet.

Merveille poursuit également sa scolarité, bien qu'avec plus de difficultés. Elle bénéficie d'un suivi hebdomadaire avec une infirmière psychologue du CMP, qui l'aide à mettre des mots sur les traumatismes qu'elle a vécus.

Il y a donc du positif : de petites avancées pour l'avenir de la famille Kilongo, mais aussi encore beaucoup de précarité, d'incertitudes et de doutes. Pierre et ses enfants ont encore besoin de notre soutien, tant moral que financier.

L'association Pierre par Pierre organisera son assemblée générale le dimanche 19 janvier à 11h, suivie d'un repas et d'animations musicales. Le programme détaillé sera communiqué prochainement.

UN BEL ANNIVERSAIRE !

- PAR DENISE LOUBET

Les Liadours ont fêté dignement les 50 ans de l'association « Groupe folklorique Les Liadours ».

Le week-end des 17 et 18 août, une exposition, installée dans la salle des fêtes, a attiré de nombreuses personnes curieuses et intéressées. Certaines nous ont même confié d'anciens vêtements, coiffes, objets... Le samedi soir, les anciens du groupe se sont réunis autour d'un buffet, dans une ambiance empreinte d'émotion ; certains étant venus de loin spécialement pour cette rencontre. La soirée s'est poursuivie avec un bal animé par le groupe Massat-Trad. Les danseurs étaient nombreux, et les anciens Liadours ont pu vérifier que la bourrée de Massat, c'est comme la bicyclette, ça ne s'oublie pas !

Liadoure un jour, Liadoure toujours !



À VOS AGENDAS !

- **Assemblée générale de Pierre par Pierre**, le dimanche 19 janvier 2025 à 11h,
- **Nuit de la lecture**, le vendredi 24 janvier 2025,
- **Loto disco** organisé par l'Arac en joie, le samedi 1 février 2025,
- **Loto** du comité des fêtes de Massat et Les Liadours, le samedi 15 février 2025 à 20h30,
- **Carnaval** organisé par l'Arac en joie, le vendredi 28 mars 2025.
- **Cabaret repas et spectacle** organisé par le comité des fêtes de Massat, le samedi 12 avril 2025.

Le journal d'ici n°45,

un projet de l'Espace de vie sociale des vallées de Massat -
Directrice de publication : Ivelyne Dumont - Comité de rédaction pour ce numéro : Chloé Delage, Denise Loubet, Sonia Dubes et Ivelyne Dumont - Réalisation et conception maquette : Ivelyne Dumont pour l'EVS - Dessins : Anne Rigot - Crédits photos : Aracroq, Denise Loubet, Pixabay, la médiathèque de Massat. Impression : Fabbro Saint-Girons.

Pour le prochain numéro,

envoyez vos articles dès maintenant et avant le 1 mars 2025 par mail : lejournaldici@yahoo.com ou sous enveloppe « Journal d'ici » dans la boîte aux lettres de l'ancienne communauté des communes (à côté de la médiathèque).

