

N°172 – Décembre 2025

SOMMAIRE

Raconte-moi ton mois



- La ronde de l'AJH à Lahage
- L'entraînement en commun chez Loulou et Olga
- La randonnée entre Pibrac et Bouconne chez Françoise et Fabrice

Les activités et courses (passées) et à venir

- Au programme ...pour cette fin d'année

L'espace adhérents

- Vente de vin
- Le coin culturel – vos trouvailles – vos humeurs

Cris de douleur

Félicitations

Raconte-moi ton mois

• La ronde de l'AJH à Lahage

En ce Samedi 11 Octobre, quelques courageux ont réussi à se retrouver du côté de Rieumes, plus exactement au château de Lahage, qui, petite digression, mérite d'être vu, surtout sous une météo somptueuse en cette mi-octobre.



Et l'AJH, Qu'est-ce-que c'est ?

L'association « Les Jeunes Handicapés », créée à l'initiative de parents d'enfants handicapés mentaux, habitant la région parisienne, avait pour but d'assurer à ces enfants « une existence conforme à leurs besoins » et « d'aider à la création de foyers destinés à les recevoir à vie ». Cet objectif reste l'élément fondateur de l'association.

Association de parents et amis de personnes handicapées mentales ou psychiques créée en 1957 dans le sud toulousain. L'AJH accompagne aujourd'hui plus de 600 personnes handicapées adultes.

C'est dans ce cadre, et avec, je l'ai déjà dit, une météo merveilleuse, que JP et Annie Cazals, avec Annick P se sont élancés sur le chemin de la randonnée, alors que Georges M, Sabrina Cazals et PP, s'élançaient sur les couses magnifiquement tracées en forêt de Rieumes, Michèle M assurant avec une belle réussite son rôle de supportrice.

Voici nos coureurs ...

Et les résultats de ces valeureux athlètes, mais soyez-en bien persuadés, aucun d'entre nous n'a démerité ...

Sabrina sur le 6km : 5^{ème} M2
Georges sur le 12km : 3^{ème} M7
Pascal sur le 6km : 4^{ème} M6



- L'entraînement en commun chez Loulou et Olga**

Loulou et Olga nous ont accueillis chez eux à Blagnac donc, sous le soleil, on le voit là sur les photos, et oui...car la météo des jours précédents avait pu faire naître quelques doutes dans les esprits...

Après un petit déjeuner très apprécié, voici donc le groupe au grand complet sur le pied de guerre...



un clin d'œil au 'sous-groupe' de nos courageux coureurs plein d'entrain qui bien sûr arborent leurs plus beaux sourires avant cet effort matinal. Peut-être pensent-ils déjà à la suite.



PERLES DE SUEUR



Quelques passages dans les beaux parcs de Blagnac

PERLES DE SUEUR



Mais aussi dans la campagne environnante toute proche (il paraît que c'est là que naissent les garçons).
Et bien sûr, cela se termine au centre du vieux village, autour d'un très bon repas aux 'Temps modernes' !

Encore une réunion ACFA très réussie.



- **La randonnée entre Pibrac et Bouconne chez Françoise et Fabrice**

Nous étions 15 à nous retrouver à Pibrac pour une randonnée d'automne.



La pluie des jours précédents a fait la place à un froid et beau soleil, idéal pour gambader sur les 18 kms prévus.

Après avoir traversé les quartiers résidentiels de la bourgade, nous saluons la basilique Ste Germaine, dont la construction débuta en 1901... pour se terminer en 1967. Elle célèbre la sainte du coin, canonisée en 1867.



Née en 1579, à Pibrac, handicapée d'une main et atteinte de tuberculose, Germaine est inapte à certains travaux agricoles, ce qui la diminue aux yeux de la communauté villageoise.

Germaine, orpheline de mère, était pauvre, mal aimée et rejetée. Sa belle-mère la considérait comme sa servante et en fit une gardienne de troupeaux. Elle était très pieuse et faisait preuve d'une grande dévotion envers Marie.

La tradition raconte qu'un jour, alors que Germaine va secrètement offrir du pain à un mendiant, sa belle-mère, furieuse, la poursuit, persuadée qu'elle vole la nourriture familiale. Sommée d'ouvrir son tablier, Germaine laisse tomber, non du pain, mais une brassée de roses fraîches sur la terre encore gelée. Ce miracle, appelé "miracle des roses", est similaire à ceux attribués à d'autres saintes comme Élisabeth de Hongrie ou Roseline.

PERLES DE SUEUR

Le parcours se poursuit en Direction de Colomiers puis remonter sur le plateau agricole menant à Mondonville. C'est à ce moment qu'un cri déchirant stoppe la procession !! Marcou vient de marcher sur des clous de tapissier qui ont traversé sa semelle ! Pas de miracle ... il faudra la force de Bernard et GG pour extirper les morceaux de métal et repartir.



Nous parcourons la forêt de Bouconne à sa lisière. Celle-ci s'étend sur 2800 hectares. Occupée depuis la préhistoire, Elle est devenue forêt royale sous Henri IV.

Marie vient récupérer 4 marcheurs et marcheuses un peu fatigués des 10 kms déjà parcourus. Tandis que les autres poursuivent avec entrain pour rejoindre la maison.

Apéro ACFA et le banquet peut débuter avec saucisse aligot au menu principal. De quoi récupérer très vite des efforts du matin.

Fabrice.

Les activités et courses passées

- **La boucle du Confluent à Portet dimanche 16 novembre**



5km ou 10km, plus de 10 ans d'existence et elle est toujours là pour vous faire courir sur les bords de la Garonne.

- **La ronde de Ramonville le dimanche 14 décembre**



Ces deux courses d'avant-fêtes affichaient 'complets' !!! donc pas de participation de nos membres !

- **Blagnac ... puis la course de l'Oncopole**

Complet ... il devient vraiment difficile de courir !

Les activités et courses à venir

Bien sûr, le réveillon qui se prépare et sera fêté du côté de Rocamadour, du 30 décembre au 2 janvier.



Comme les 2 dernières années, notre Assemblée Générale aura lieu le vendredi 6 mars 2026, dans les locaux privatisés du cabaret le 9, à Toulouse. Réservez dès maintenant votre soirée.



N'oublions pas la randonnée hivernale aux Cabanes du 20 au 22 février

Et

Une belle sortie au 'marathon et autres distances' à Brignoles les 1^{er} et 2 mai !

L'espace adhérents

- **Vente de vin : continuez à picoler, l'association en a grand besoin !!!!!**

le carton de 6 bouteilles

35 €



ROUGE : ~~Gollioure Auteurs de schiste mis en bouteille 2019~~

ROSE : ~~AOP Côtes du Roussillon Cap Estany~~

BLANC : Il reste 2 cartons >> ~~Rouge, Rosé, Blanc~~ : Commandez <<<<

Pour agrémenter vos grillades de légumes, de poissons, ou viande !

Ceci représente un complément au budget permettant de faire fonctionner l'association.

Ne l'oubliez pas et n'hésitez donc pas à vous fournir ici plutôt qu'en grande distribution.



Saisissons chaque bonne occasion de trinquer !

Avec modération !!!

- **Le coin culturel – vos trouvailles – vos humeurs**

C'est dans l'air du temps



Et oui, face à l'augmentation des tarifs d'inscription, il apparaît paradoxalement que les demandes d'inscription aux différentes courses est toujours plus forte, et qu'il faut s'inscrire bien longtemps à l'avance.

Face à ce constat, bien des questions se posent dans le cadre de notre association. Il va falloir réfléchir sérieusement à la façon dont nous pouvons répondre à ce 'nouvel environnement'. Donc n'hésitez pas à partager toutes vos idées avec le bureau afin de continuer à vivre dans la joie et la bonne humeur de l'ACFA ...

Dans l'attente de vos réactions ...

PERLES DE SUEUR

Et un CR que nous avait offert un illustre président, à la suite d'un raid du côté des châteaux cathares.

Nous vous laissons déguster cela à nouveau...

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le 19 juin de l'an 1241, des moines du comté de Toulouse organisèrent une procession qui partit de Roquefixade vers le Château de Puilaurens. Elle avait pour but de vénérer un ancien moine et une vieille religieuse, canonisés depuis, Saint Toust (patron des Apéritifs) et Sainte Colombe (patronne de son mari). Le cortège était constitué de personnes diverses et mêmes avariées.

A sa tête se trouvait le Père Bertrand (qui se faisait également appeler sœur Brigitte) accompagnée de ses fidèles serviteurs. Jean de la Pierre Quiroul et Annie de Namassepousenous.

Le matin, ils furent réveillés par le père Nicolas et la mère Agnès qui venait d'arriver pour se coucher.

Après le petit déjeuner préparé par Nadine la reine des Tartines, il partirent avec entrain en chantant « Maitresse, oh ma maitresse, ne touche pas à mes tresses ».

Il y avait là Alain de Ma Sole Meunière, Bernard de Quisailoutsurtout, et Marc de Villemur, dit « le muet », seigneurs cathares représentant les Rois Mages.

Le Roi de France était involontairement représenté par l'ancien comte de Chatillon, converti depuis au Catharisme, Pascal Letrèspetit venu avec sa suite. La baronne Joys de Ziffredi s'occupait de son mari, très connu à l'époque sous le nom de « petit Rocco ».

Marcou, grand pêcheur devant l'éternel, était chargé de l'intendance.

En cours de route, il furent rejoints par deux moines inséparables, Jacques de Rodez et Alain de Tournefeuille, qui portait une belle tonsure, ainsi que par Laurenaki, paysan Polonais, qui lui, portait une casquette.

Enfin, arriva Régis Bersahim dont le langage bizarre cachait mal ses origines Sarrazines.

Après avoir gravi tous ensemble et à genoux les derniers kilomètres précédant le Château de Puilaurens en chantant « comme un Ouragan... » ils furent accueillis par le Curé de Puilaurens et sa famille, Père Michou, qui jouait très bien du tambour.

Le festin du soir, préparé par Lévêque de Carrefour, précéda une gigantesque fête où tous les participants de la procession prirent part sans retenue.

Le lendemain, le jour se leva et le soir il se coucha.

D'après la légende, Nostradamus prédit que leurs descendants prendraient le même chemin 758 ans plus tard jour pour jour.

Étonnant non ?



Cris de douleur



**Tout nos encouragements pour la convalescence de notre trésorière,
Qui se rétablit tout doucement !**

**Restez prudents et
... prenez soin de vous ...**

PERLES DE SUEUR

Félicitations

BRAVO!

Un bravo général à vous tous, et en particulier aussi pour les courageux qui continuent à mettre leurs baskets et leur nez dehors malgré l'arrivée de l'hiver

A vous qui continuez à insuffler un vent d'enthousiasme au sein de l'assos et ... continuez à faire vivre ce PdS !

