

Echos de Ranguueil

Sommaire

page 1 :

- *Un grand saut pour l'humanité avec la grande sauterelle de Ranguueil*
- *Pensez à préparer le repas de rue !*
- *Vide-greniers, le 18 mai prochain*

page 2 :

- *Le comité de quartier vous informe*
- *Fin de l'enquête publique sur la prévention des risques de la société Héraklès*
- *Des associations dans le quartier : anti-bruit et rue Tolstoï*

page 3 :

- *Des petits saumons à l'école de La Prairie*
- *Une initiative artistique sur des façades du quartier en septembre*
- *Recette : un gratin de légumes originaux*
- *Noces de diamant d'un couple du quartier*

page 4 et 5 :

- *Le dossier : Consommer autrement acheter local produire soi-même ne plus gaspiller*

page 6 :

- *Les livres de la librairie Ellipses*
- *Le choix du bibliothécaire*
- *Le théâtre du Pavé fête les 20 ans de la compagnie Les Vagabonds*
- *Je consomme, donc je suis ?*

page 7 : Calendrier

Un grand saut pour l'humanité ?

L'accroissement de la population humaine pose de plus en plus de problèmes de nutrition, mais aussi écologiques. Savez-vous qu'on estime à 1 500 l la quantité d'eau nécessaire pour faire 1 kg de bœuf dans votre assiette ? Il faut dès maintenant changer nos habitudes alimentaires et trouver des solutions plus écologiques, qui répondent aux besoins de tous.

Déjà, une société de St-Orens commercialise des vers de farine. Ils sont délicieux, croquants, fondants, et peuvent par exemple agrémenter un apéritif.

Ce n'est qu'un début, la nouvelle société *Jump Food* veut profiter des espaces verts des coteaux de Pech David pour développer la culture d'une sauterelle, dans un but alimentaire.

Ils ont trouvé dans ce secteur une sauterelle très goûteuse et très riche en protéines. Cette espèce est à mi-chemin entre le criquet et la sauterelle commune. Elle se caractérise par le galbe de ses jambes, qui rivalise avec les plus grands mannequins. Elle possède aussi des antennes particulièrement longues, d'un vert fluo très aisément repérable.

Jump Food va déposer une demande d'IGP (Indication géographique protégée) : « La grande sauterelle de Ranguueil ». Avec ce label, notre quartier aura enfin la renommée mondiale qu'il mérite.

Les restaurants universitaires veulent l'adopter, car le prix au kilo est bien moins élevé que celui du bœuf. Pour nous, consommateurs, il sera assez difficile de nous faire passer du cheval pour de la sauterelle !

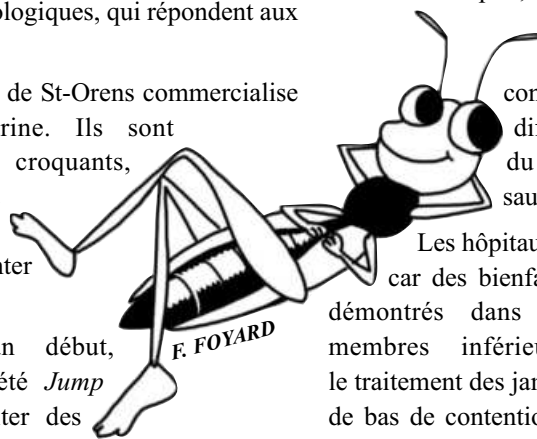
Les hôpitaux sont bien sûr intéressés, car des bienfaits pour la santé ont été démontrés dans la traumatologie des membres inférieurs, notamment pour le traitement des jambes lourdes : plus besoin de bas de contention ou de séances de kiné onéreuses.

En revanche, il faut éviter d'en donner aux enfants hyperactifs, au risque de les voir sauter toute la journée. Le perchiste Lavillénie en a fait une cure avant de battre le record du monde !

Un grand avenir semble donc promis à « La grande sauterelle de Ranguueil ».

Un dernier conseil : lorsque vous la dégusterez, pensez toujours à garder une patte, car elle vous servira de cure-dents à la fin du repas !

Mi. A.



Les repas de quartier ou de rue : c'est bientôt !

Un repas dans la rue avec ses voisins, c'est l'occasion de faire connaissance et ainsi se préparer de bonnes conditions de voisinage, ou d'entretenir de bonnes relations. La date nationale est fixée au premier vendredi du mois de juin (6 juin cette année), mais n'est en rien obligatoire. Si vous voulez prendre l'initiative d'un repas dans votre rue, il est temps de demander à la mairie de Toulouse* l'autorisation de fermer votre rue à la circulation. X. P.

*Mairie de Toulouse, service des manifestations publiques, place du Capitole, BP 999 - 31040 Toulouse Cedex 6 Téléphone : 05 62 27 62 60 <http://www.toulouse.fr/contact>

Le Comité des fêtes de Ranguueil-Sauzelong vous rappelle que le prochain vide-greniers aura lieu le 18 mai, avenue Albert Bedouce.

Comité de rédaction :

Muriel Amalaman, Michel Aussel, Yaël Beaubestre,
Jean-Marc Chéron, Nicole Camborieux,
Sophie Fabian, Renée Ruiz, Nicole Sicard
Fondateur : André Carlier

Directeur de publication : Xavier Passot
Périodicité bimestrielle

Permanence le jeudi de 18 h 30 à 19 h 30
Maison de quartier Ranguueil-Sauzelong
19, rue Claude de Forbin 31400 TOULOUSE
CCP Toulouse 5 799 05 Y - ISSN 1259-0371

Site : <http://echos.ranguueil.free.fr>

Email : echos.ranguueil@gmail.com

Comité de quartier : même adresse postale

Tirage : 3 000 ex. – Imprimerie COREP
125, route de Narbonne – Tél. : 05 62 88 91 88



Quoi de neuf dans le quartier ?

- Le centre multi-accueil (crèche et halte-garderie) a ouvert ses portes au public le 17 mars. Il porte le nom de *Rosa Parks* et accueille 40 enfants.
 - Une résidence de 38 logements sera construite au 46, rue Bonnat (livraison prévue en décembre 2015), dans le prolongement de l'immeuble « Plein Ciel ». Avec cette construction, l'accès piétonnier Bonnat-Forbin (APBF) deviendra-t-il possible ?
 - L'enfouissement des réseaux EDF et téléphone sera prochainement réalisé dans la rue Bonnat. Mais il reste beaucoup à faire pour libérer les trottoirs des poteaux disgracieux qui entravent la circulation des piétons (rue Delmas, Ronsard...).
- Le passage en zone 30 de l'axe Bonnat-rue de Nîmes est en cours.
- Les travaux de réfection des passerelles Jules Julien (sur la rocade) et Léon Viala (sur le canal) sont terminés.



Le centre multi-accueil Rosa Parks

Les initiatives de l'association Ranguel-antibruit (ARA)

Cette association soulève le problème du bruit et de la pollution atmosphérique générés par la rocade, elle insiste sur la nécessité de protéger en priorité les enfants scolarisés en bordure de rocade (près de 1900 élèves au total dans les collèges *Jean Moulin* et *La Prairie* ainsi que dans les deux écoles primaires *Jules Julien*). Elle s'appuie sur des documents

consultables sur le site www.developpement-durable.gouv.fr et notamment sur les « Résultats de l'étude sur l'impact sanitaire de la pollution atmosphérique dans neuf villes françaises » et sur « les effets du bruit sur la santé ». Cela plaide pour des murs efficaces et pour une couverture, au moins par tronçons, de cette rocade. ranguel.anti-bruit@gmail.com

Commission communale consultative sur les antennes de téléphonie mobile (CCCATM)

Notre comité de quartier a demandé au maire d'être considéré comme une association permanente de façon à garantir une représentation du secteur géographique Sud-Est. Nous n'avons pas encore reçu de réponse.

Plan de prévention des risques technologiques (PPRT) de la société Héraklès (ex-SNPE) : fin de l'enquête publique

Suite à l'enquête publique qui a eu lieu du 14 octobre au 16 novembre 2013, prorogée jusqu'au 29 novembre 2013, le commissaire-enquêteur a remis son rapport, disponible à l'adresse web ci-dessous : <http://www.haute-garonne.gouv.fr/Publications/Enquetes-publiques-et-avis-de-l-autorite-environnementale/Plans-de-prevention-des-risques/Enquetes-publiques-achevees/PPRT-HERAKLES>

Il est bien difficile de résumer ce rapport de 72 pages, très technique. On retiendra toutefois que de multiples acteurs (particuliers, associations) ont trouvé extrêmement

discrète l'information sur cette enquête publique. Le commissaire-enquêteur a noté aussi cette relative discrétion, mais n'a pas relevé d'irrégularité dans le processus d'information de la population.

L'avis global du commissaire-enquêteur est favorable, avec quatre réserves et quatre recommandations. Il lui paraît difficilement admissible que persistent sur des dizaines d'années des contraintes d'usage et des menaces hypothétiques dans Toulouse intramuros. Il estime que de nets progrès ont été accomplis concernant la gestion des risques depuis la catastrophe AZF de 2001, mais

que l'usine doit poursuivre sa politique de réduction des risques.

L'association des victimes des périmètres des risques industriels (AVPRI) a demandé au préfet une réunion de la Commission de suivi de site avant qu'il ne fasse connaître sa décision. L'avis majoritaire des associations concernées est de faire respecter le principe du confinement de la zone de risque à l'intérieur du périmètre du site industriel (préconisation du Premier Ministre en juillet 2002, après l'explosion d'AZF), ce qui n'est pas le cas en l'état.

X. P.

Riverains solidaires : ARTS

C'est l'association des Riverains de la rue Tolstoï solidaires ! Toute neuve, elle s'ancre peu à peu ; son but est de maintenir et améliorer le bien-vivre dans cette petite rue, en multipliant les occasions constructives de rencontres vraies : atelier d'écriture, jardins « ouverts » avec balades et lectures, théâtre à la maison, repas de voisins, échanges de menus services ponctuels.

Mieux vivre avec moins d'automobiles... MAIS ALORS ?

Jusqu'à l'an 1 avant la saignée du quartier par la rocade, piétons et cyclistes de notre petite rue se rendaient « naturellement » à Saint-Agne ou Empalot pour leurs courses, leurs démarches, ou pour aller au lycée de leur carte scolaire.

Alors que se développe le site Niel-Saint-Agne, nous en sommes tenus éloignés par la rocade et la disparition des chemins de traverse, obturés par les résidences sécurisées. De longs détours sont devenus nécessaires. La capacité à se

déplacer agréablement à partir de notre rue, située à l'extrémité nord de Pech David, pourrait redevenir un de ses charmes moyennant des aménagements ponctuels minimes que nous avons présentés à M. le Maire. Nous suivons de près ce qui sera fait en faveur du désenclavement piéton et cycliste de notre rue.

Le bureau de l'association ARTS
NDLR : La rue Tolstoï se situe entre les coteaux de Pech David et la rocade.



Des petits saumons dans *La Prairie*

Pour les enfants de la classe « Dragon » (CE1 à l'école *La Prairie*), tout a commencé au Bazacle le 21 novembre. Ils avaient rendez-vous avec Laurent, de l'association Migado : Migrations GARonne DOrdogne. Il a expliqué qu'il y avait des poissons d'eau douce, des poissons d'eau salée et des poissons extraordinaires capables de passer d'un milieu à l'autre : les saumons. Ils naissent dans une rivière puis la quittent pour aller se nourrir au Groënland. Devenus adultes, ils reviennent pour se reproduire. Mais depuis que l'Homme a drainé le fond des rivières, construit des barrages, pollué l'eau... le saumon a du mal à survivre.

L'association Migado – issue des fédérations régionales de pêche, soutenue par l'Agence de bassin Adour-Garonne et la Commission européenne – a mis en place un programme de réintroduction du saumon en Garonne et Dordogne. À la pisciculture de Pont-Crouzet (près de Revel), elle fait éclore chaque année

environ 800 000 œufs, qui donnent 500 000 alevins, relâchés au printemps. Il ne reviendra que 250 saumons adultes.

La fécondation et l'éclosion des œufs se font en pisciculture, mais aussi, à titre pédagogique, dans quelques écoles toulousaines. C'est ainsi que les CE1 « Dragon », après avoir assisté à la ponte et à la fécondation à Pont-Crouzet, sont devenus « baby-sitters » de saumons.

Ils ont reçu un aquarium dont l'eau est à 9°C, puis 100 œufs de saumon. La surveillance de la « couvée » est très exigeante : enlever tout déchet (un œuf mort par ex.), surveiller température, nitrates, Ph, chlore. Les enfants ont été très attentifs et n'ont perdu que 2 œufs. Vint ensuite la phase magique des éclosions, avec de drôles de bestioles frétilantes, dotées d'une poche orange (la vésicule) contenant leur nourriture de bébé. Lorsque cette vésicule aura disparu, il faudra les nourrir parcimonieusement, car tout



excès de nourriture génère une pollution de l'eau.

Au printemps, les enfants iront relâcher les alevins dans la Garonne, dans une zone peu turbulente. Ainsi, ils retrouveront leur milieu naturel, plus riche, mais plus dangereux !

C'est une classe de passionnés que j'ai rencontrée ; vous pourrez aller la visiter lors des journées « portes ouvertes » de *La Prairie* le samedi 5 avril (matin). X. P.

Pour en savoir plus : <http://www.migado.fr>

Pour une action artistique avec les habitants de Rangueil, F A ç A D E en septembre

La Maison de quartier-Centre social de Rangueil et la compagnie *Zélid* (danse) recherchent des personnes souhaitant participer à une performance collective qui aura lieu **le 20 septembre 2014** sur les balcons de deux immeubles situés au 13, rue du général Barès et au 21, rue Claude Forbin, donnant du côté du métro de Rangueil. Pas de nécessité d'une pratique préalable, juste le désir de cette aventure et du temps pour participer à 7 ateliers de 3 heures répartis jusqu'en septembre 2014.

Des réunions d'information seront mises en place à la Maison de quartier de Rangueil le **mercredi 2 avril à 10 h** et **les 3 et 4 avril à 18 h 45**.

Vous habitez un des appartements avec un balcon donnant sur la place du métro de Rangueil ? Contactez-nous : accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr ou au 05 61 25 49 26



Noces de diamant à Sauzelong

Ce sont bien 60 ans de mariage qu'ont fêtés un couple de nos fidèles lecteurs ! Les *Échos de Rangueil* s'associent à cette célébration remarquable, les félicitent pour ce long chemin parcouru ensemble et leur souhaitent encore beaucoup de bonheur.

X. P.

Gratin de patates douces et topinambours

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Ingédients pour 6 personnes :

- 3 patates douces
- 4 topinambours
- 2 pommes de terre
- 30 cl de crème liquide
- 50 cl de lait demi-écrémé
- 100 g de beurre
- 3 gousses d'ail
- sel, poivre, muscade
- 120 g d'emmental râpé

Préparation de la recette :

- Éplucher les patates douces, les topinambours et les pommes de terre, les couper en tranches fines.
- Les déposer dans une sauteuse, verser le lait et la crème liquide puis ajouter les 100 g de beurre, la muscade et l'ail.
- Saler, poivrer et cuire 15 à 20 min ; cela doit rester un peu ferme.
- Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).
- Verser le tout dans un plat à gratin, parsemer de fromage râpé.
- Enfourner pendant 45 min. environ.
- Servir lorsque le gratin est doré.

Remarque : laver vos patates douces et pommes de terre entières et ensuite les couper en tranches fines, ne pas les rincer, ni les éponger, l'amidon qu'elles contiennent servant de liant.

Arnaud Delas



Acheter local

« Depuis que je roule à vélo, je ne prends la voiture qu'exceptionnellement pour aller faire les courses.

Je fais les courses plus près de chez moi, et comme je ne peux pas emporter beaucoup de choses, je suis moins tenté d'acheter des choses inutiles. J'achète probablement certains articles un peu plus chers qu'en grande surface, mais je dépense globalement bien moins. De plus, j'ignore les problèmes d'embouteillage et de stationnement ! »

Un cycliste du quartier

L'effet métro

Certains profitent du métro pour aller en ville faire certains achats ; d'autres, au contraire, s'arrêtent plus facilement faire leurs courses dans le quartier en revenant du métro.

L'avis du boucher

« Je constate que les jeunes reviennent acheter de la viande à cuisiner. C'est peut-être à cause des émissions sur la gastronomie ou par économie : faire sa cuisine, même élaborée, coûte moins cher que d'acheter des plats cuisinés ou des pizzas. »

L'amapien, c'est l'adhérent d'une AMAP, association pour le maintien de l'agriculture paysanne

« Je reçois toutes les semaines un panier de légumes de saison, produits près de Toulouse, que le maraîcher a composé en fonction de sa production. Les légumes sont très frais, goûteux. Je découvre quelquefois des légumes rares qui m'obligent à varier mes menus. J'achète souvent d'autres

légumes au marché, en fonction de mes goûts, ou si des invités passent à la maison. C'est plus cher que d'acheter au marché, mais c'est une dépense bien planifiée. Je sais exactement à qui va mon argent et c'est un grand plaisir de manger des légumes très frais. »

Des variantes de l'AMAP qui favorisent aussi la production et le circuit local de distribution

« Avant le mardi soir, je commande mes légumes bio (en choisissant la quantité qui me convient), mais aussi des conserves faites maison, de la viande, du pain, des confitures, du miel... grâce à l'email qui m'est envoyé le vendredi précédent. Je n'ai plus qu'à aller prendre ma commande et la régler, le jeudi de 14 h à 20 h chez Marie-Pierre, point de livraison des producteurs qui se sont rassemblés pour nous proposer leurs produits. En plus, l'accueil est chaleureux, on peut échanger des idées, des recettes et des astuces. »

« Le lundi, je commande à Caroline des fruits et des légumes pour la semaine. Elle collecte des produits locaux de saison et livre à Toulouse dans notre quartier, venant de Rieumes. Elle fournit aussi des viandes en direct de l'éleveur ainsi que du fromage. On n'est pas obligé de commander chaque semaine. »

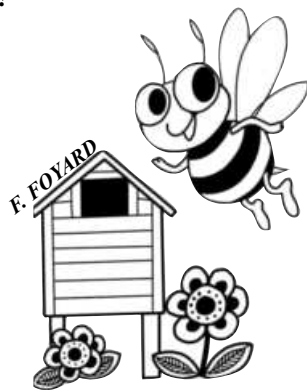
Pour plus de renseignements sur les deux adresses : echos.ranguel@gmail.com

Produire soi-même

Dans les jardins, sur quelques balcons du quartier, nombre d'entre nous se font producteurs de légumes : tomates, courgettes, salade... du fait maison qui a du goût ! Ces petits potagers ont besoin d'engrais. Le compostage des déchets végétaux alimentaires est une méthode idéale pour nourrir ces carrés de tomates !

Des abeilles dans un jardin

De mon balcon, je le vois bien, il y a des abeilles chez mon voisin. La ruche est là, sur le toit, un toit bien plat et assez haut. Personne ne coupe la piste d'envol, personne ne gêne l'atterrissage. Bien dans la ruche quand il fait froid, elles recommencent à circuler dès que le temps le leur permet. Aux jumelles, l'après-midi, on peut même voir que certaines rentrent du pollen ; c'est vrai qu'il y a déjà des fleurs et les chatons des noisetiers. Pour elles, Ranguel, c'est pas si mal, les habitants sont bienveillants ; ils plantent des fleurs pour toute l'année. Elles trouvent ainsi de quoi manger sans pour autant s'empoisonner et font leur miel sans



difficulté. Le miel est bon, je l'ai goûté, mais patience, il faut attendre juin ou juillet pour récolter et déguster.

NDLR : si vous souhaitez mettre des ruches dans votre jardin, il convient de respecter quelques règles, voir : <http://www.apiculture31.com/admnistratif/emplacement-des-ruches>

L'entomophagie à domicile

L'entomophagie, un terme bien barbare pour définir l'action de consommer des insectes... Après avoir goûté des sauterelles grillées lors d'un voyage en Thaïlande, je me suis mis à la production d'insectes à la maison pour ma consommation personnelle.

J'éleve donc des ténébrions meuniers, dont l'on peut consommer les larves, connues sous le nom de « vers de farine ». Je les élève dans de petites boîtes en plastique, à l'abri de la lumière, en les nourrissant de pelures de pomme et de carotte, de farine et de levure de bière. Lorsque les larves sont assez grandes (environ 2 cm), elles sont congelées une nuit puis séchées au four. Elles prennent alors une saveur de noisette ou de cacahuète ; les saveurs varient selon les goûteurs ! Je les cuisine aussi grillées à la poêle avec de l'ail frais, du sel et de l'huile d'olive, et je les sers à l'apéritif. Passé la première réaction, naturelle, de réticence, les personnes qui goûtent aux insectes sont le plus souvent surprises et emballées par le goût, plus particulièrement les enfants, encore vierges de tout a priori négatif vis-à-vis des insectes et qui en redemandent !

Si vous êtes intéressés par l'aventure de l'entomophagie, je vous conseille ce forum très instructif : <http://entomovores.ze-forum.com>

N.- B. : ici, point de poisson d'avril !

C. Olivier

Ne plus gaspiller

Les vêtements revivent. C'est devenu tendance, on dit même « vintage » pour qualifier le style des années passées. Aujourd'hui, les habits vivent une deuxième fois. On se les échange entre membres d'une famille, on les chine dans les vide-greniers, on les achète en friperie, on les recycle. Bien sûr, le « pas cher », « économique » est un élément déterminant. Mais il y a aussi une réflexion de fond, une volonté d'échanger, de partager, de ne plus jeter et d'entretenir un souvenir inter-générationnel.



Fringues, fripes, nippes

« Depuis des années, je pratique une certaine forme de recyclage, éco-consommation et frugalité : la réutilisation des vêtements. Tout d'abord, mère, tantes et grands-mères me cédaient leurs « nippes » au fur et à mesure que je grandissais, puis ce fut les échanges avec ma sœur, ou les dons des amies ayant « poussé » plus vite...

Il s'agissait parfois même de simples camarades de classe qui décidaient un jour de faire un « vide-armoires » afin de se débarrasser de tout ce qu'elles ne portaient plus (jeans à 5 euros, tee-shirts à 2 euros, il ne fallait vraiment pas se priver, étant donné les prix de ces articles neufs !), pour pouvoir remplir à nouveau leurs placards de vêtements à la mode, dans l'air du temps... Nous étions alors ravies de nous plonger dans ces montagnes de linge afin de faire notre choix, un peu comme dans les friperies, qui sont également des lieux intéressants si

l'on veut trouver des pièces « vintage ». Vint ensuite le tour des échanges de « vieilles fringues » (d'ailleurs pas forcément si anciennes que ça, et pas toujours beaucoup portées, comme les erreurs de choix arrivent vite dans les magasins, je pense que nous avons toutes connu ça... !) avec belle-sœur et même belle-mère... Bref, maintenant, j'en reçois d'un peu partout, et j'en redonne aussi, bien sûr, à mes petites cousines ou autres personnes plus jeunes à qui les vêtements m'ayant plu à l'adolescence pourraient convenir aujourd'hui... Alors, n'est-ce pas un cercle vertueux tout ça ?

Ainsi, je me retrouve avec un dressing très varié, je dirais même « éclectique », et lorsque l'envie me prend moi aussi de faire du tri, je n'hésite désormais plus à préparer des sacs et des sacs pour revendre ce qui peut avoir une certaine valeur lors de vide-

greniers, puisque cela se fait maintenant de plus en plus. Enfin, je n'oublie pas les dépôts-vente, qui peuvent également être très utiles, ainsi que les différents organismes récupérant les vieux vêtements, qu'ils aient un but lucratif ou non... N'hésitez donc pas à adopter la même « fashion » attitude, vous verrez, on se fait plaisir dans les deux sens, à la fois lorsque l'on donne et quand on reçoit ! S. F.

Un autre témoignage, celui d'une maman qui gère au mieux son budget

« Cela fait plusieurs années que je n'achète pas les habits neufs. Je vais dans les trocs, je fais les vide-greniers et les brocantes. Financièrement, cela me permet de me tenir à mon budget, qui est très serré. Mes enfants sont habitués, ils savent que je fais attention aux prix.

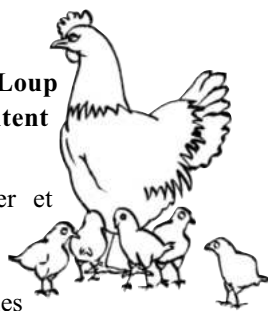
Ils grandissent vite et il faut changer souvent les tailles et les pointures. Je n'ai pas les moyens d'acheter neuf. Par contre, pour trouver ce que l'on cherche, il faut revenir souvent. Dans les trocs, je trouve des affaires, des marques, vraiment moins cher. »

Y a des poules aussi...

Florence et ses enfants Loup et Thais nous racontent leur poulailler.

Il faut grillager le poulailler et l'enclos, 20 m² par poule, pour qu'elles ne s'échappent pas et pour les protéger. Avec les poussins, attention aux chats. Les grandes, elles, se défendent bien avec leur bec. Il faut veiller à la propreté du poulailler, le nettoyer toutes les semaines afin d'éviter les maladies et surtout les poux rouges. Elles mangent les restes et grignotent aussi les insectes du terrain. Une fois par semaine nous mettons dans l'eau des coquilles d'huître pilées, ça améliore la qualité des œufs. La poule reconnaît celui qui la nourrit, et elle apprécie caresses et câlins. Elles vont pondre un à deux œufs par jour, en fonction des saisons et de la luminosité. En omelette ou à la coque, quel plaisir!

Mais pas de coq, les voisins n'apprécieront pas ce chant matinal de la campagne en zone urbaine !



Les conteneurs de collecte Le Relais...

Ils ont poussé dans toute la ville.

Les textiles utilisables en l'état sont revendus à bas prix dans les 70 boutiques Ding Fring du Relais, ou destinés à l'export.

Les textiles qui ne peuvent plus être portés sont recyclés : production de chiffons d'essuyage pour l'industrie, ou pour la fabrication de matières à partir desquelles est notamment fabriqué l'isolant Métisse®.

Au Relais, chaque centime généré est réinvesti à des fins de lutte contre l'exclusion.



Centre de Fages, pour recycler vos vieux objets

Souvent, on ne sait que faire de nos vieux équipements électroniques qui fonctionnent encore. Ainsi, je n'ai su que faire de ma vieille télé que j'ai finalement apportée à la déchetterie. Emmaüs est une solution. Dans le quartier, le Centre d'hébergement et

réinsertion sociale De Fages récupère ces vieux appareils et l'association Espoir (même adresse) récupère les vêtements.

CHRS De Fages, 16, chemin de Fages, 31400 Toulouse

Librairie Ellipses

251, route de Narbonne

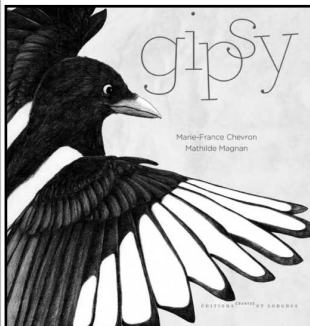
Tél. : 05 61 55 49 67

Email : librairie.ellipses@wanadoo.fr

Site web : librairie-ellipses.com

L'équipe de la librairie Ellipses vous propose dans chaque numéro trois livres qu'elle a particulièrement aimés.

Gipsy

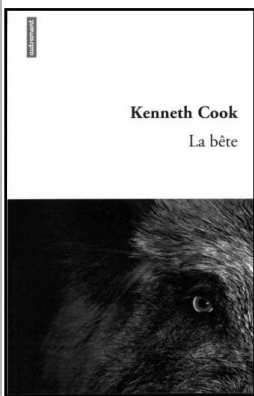


Gipsy, une pie tombée du nid, est adoptée par une famille nomade.

Un conte où voyage rime avec liberté.

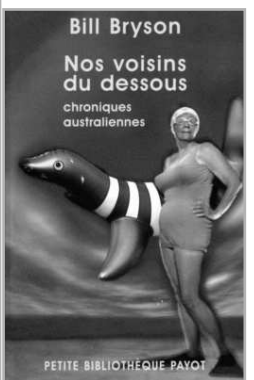
Album jeunesse

La bête



Dans le « bush » australien, un écologiste et des fermiers sont confrontés à un cochon sauvage de taille inhabituelle. Seront-ils plus intelligents et plus rusés que la bête ?

Nos voisins du dessous, chroniques australiennes



En Australie, il n'y a pas que des kangourous. Pour une visite complète et humoristique (faune, flore, paysages, habitants, usages...), suivez le guide !

Le choix du bibliothécaire



La Planète des singes et autres romans, avec huit nouvelles : Pierre Boule, éd. Omnibus, 2011

On connaît Pierre Boule pour le célèbre *Planète des singes*, qui donna lieu à tant de transcriptions cinématographiques et télévisées (du génial Schaffner en 1968, au ridicule Burton en 2001). On connaît peut-être moins l'auteur de nouvelles fantastiques que fut Pierre Boule. Ce recueil de la collection « Omnibus » permet de mettre en lumière le génie novelliste de l'auteur qui, par bien des aspects, pouvait s'aligner avec les plus grands : Asimov, Bradbury, Sheekley... par l'inventivité scientifique, l'humour décapant et une qualité d'écriture sans faille. À déguster, avec en deuxième tome, les romans héroïques de l'auteur (2013). Disponible à la bibliothèque de Rangueil.

Carnet de poilu : Leur vie racontée aux enfants par Renefer, éd. Albin Michel, 2013

À l'heure du centenaire, Albin Michel édite le carnet de dessins de Renefer, artiste et soldat sur le front pendant la Grande Guerre. Retrouvé par son petit-fils et reproduit en fac-similé, ce superbe petit livre est un témoignage poignant sur la guerre des tranchées, en même temps qu'un hymne à la transcendance : destiné à sa fille de 8 ans, le témoignage de Renefer s'applique, parallèlement à la description réaliste, à substituer l'humour et la poésie à l'horreur des faits. Accompagné de notes documentaires et d'un portrait de l'artiste. Disponible à la bibliothèque de Rangueil.



Du 10 au 26 avril, le théâtre du Pavé fêtera les 20 ans de la compagnie Les Vagabonds

À cette occasion, le metteur en scène de la compagnie, Francis Azéma, a décidé de monter un monument incontournable du théâtre de l'absurde : *En attendant Godot*, de Samuel Beckett. Aux mêmes dates, une exposition « Les Vagabonds-saison 20 », sera installée dans l'espace Sous le Pavé. Cette exposition retracera le parcours artistique de la compagnie *Les Vagabonds-Francis Azéma* depuis 20 ans, avec des photos, des affiches, des textes, des articles... sur leurs spectacles.

L'espace Sous le Pavé sera ouvert au public à partir de 19 h du mardi au samedi et à partir de 15 h le dimanche. Lectures pour la 20^e saison des *Vagabonds* : la troupe du théâtre du Pavé lira certains soirs plusieurs textes joués par *Les Vagabonds*.

Cette troupe existe depuis 2011. Vous avez pu les voir sur la scène du théâtre du Pavé dans : *Knock* de Jules Romain, *Les Femmes savantes* de Molière, *Feu la mère de Madame* de Georges Feydeau, le cabaret *Y'a D'la Joie* ou encore dans les lectures de textes de Rémi De Vos, précédant le spectacle *On/Off* en février dernier.

Je consomme donc je suis ?

Ce livre que la librairie Ellipses nous a proposé en février nous concerne tous, car nous sommes tous consommateurs : on ne peut pas vivre sans utiliser des biens consommables. Il nous apprend qu'à la cour du roi Louis XIV, il fallait déjà avoir le ruban ou la perruque au goût du jour ; que l'invention du grand magasin en 1852 a fait du shopping un loisir. Aujourd'hui, publicité, marketing, packaging construisent pour tout produit une image.

Si cette image me correspond, je vais acheter ce produit plutôt que son concurrent et affirmer ainsi mon identité. Je rejoins alors une communauté de gens qui se reconnaissent dans cet univers créé par la marque. La société de consommation nous invite à suivre la mode, à vouloir tout ce qui est nouveau, à consommer de plus en plus. Ce qui provoque gaspillage et inégalités sociales. Internet modifie notre rapport à la consommation : grâce à lui, nous pouvons nous informer, participer à des groupes de pression, partager et échanger toutes sortes de biens. Commerce équitable, recyclage, éco-responsabilité... à nous de choisir quoi et comment consommer, la qualité plutôt que la quantité, la coopération plutôt que la compétition.

A. P.



Calendrier des mois d'avril et mai 2014

Accueil Jeunes de Rangueil (11 à 17 ans)

Pas d'information à l'heure où nous mettons sous presse.

Maison de quartier-Centre social de Rangueil

jeudi : 3, 10, 17 et 24 avril de 9 h 30 à 12 h : travaux d'aiguilles
 lundi : 14 et 28 avril de 14 h à 16 h 30 : idem
 jeudi 17 avril de 14 h à 16 h 30 : idem
 jeudi 3 et 10 avril de 14 h à 16 h 30 : peinture à l'alcool : art Temb  
 – Rio Loco
 vendredi 11, 18 et 25 avril de 10 h à 12 h : informatique (il faut être inscrit)
 4 avril de 9 h 30    14 h : cuisine
 5 avril à 14 h : carnaval de Toulouse
 L'équipe de la Maison de quartier-Centre social et ses adhérents préparent le carnaval de Toulouse. Pour cela, des panneaux décoratifs (papier, carton et végétaux) seront mis à l'honneur.

9 avril à 16 h 30 : vernissage de l'artiste peintre et illustratrice Émilie Montialoux, pour son exposition « Onomatopées », qui habillera les murs de la Maison de quartier-Centre social. Tous les enfants sont conviés pour partager un moment coloré et un instant gourmand.
 les 4, 11, 18 avril de 17 h    18 h : trois ateliers proposés par l'artiste aux ALAE (Accueils de loisirs associés à l'  cole)
 25 avril, mêmes heures : visionnage des travaux
 16 avril de 10 h    12 h : groupe « hommes »
 23 avril, après-midi : confiture
 24 avril : sortie à la journée (lieu à définir)
 29 avril, après-midi : projet « défilé » en partenariat avec le Club de prévention

Bibliothèque

Expositions

Du 1er au 7 avril : *Le Perchoir    souhaits*, dans le cadre de la semaine du développement durable
 Du 12 au 30 mai : *Sommes-nous de la même famille ?*, avec Science Animation Midi-Pyrénées, la Maison de quartier et la bibliothèque
 1er avril à 18 h : rencontre des Clubs de lecture, avec Véronique Olmi, à la bibliothèque St-Exupéry (Bagatelle)
 13 mai    17 h 30 : rencontre du Club de lecture de Rangueil

Randonnées pédestres (gym volontaire)

25 avril : *L'  ne de Vaux*. Niveau moyen : 11,5 km, dénivelé de 175 m. RdV à 13 h 45 à l'  glise de Vaux. Contact : Rozenn IRVOAS – 06 89 85 17 12
 23 mai : *La ronde des berges à Gragnague*. Niveau facile : 8,5 km, sans dénivelé. RdV à 13 h 45, place Bellegarde    Gragnague. Contact : Rozenn IRVOAS – 06 89 85 17 12

Archives départementales

Conférences de 17 h 30    19 h, gratuites, sans inscription préalable.
 Tél. : 05 34 31 74 41 ou archives.action.culturelle@c31.fr
 samedi 5 avril à 8 h, rendez-vous aux archives départementales : *La conservation des objets d'art : l'exemple de l'abbaye de Grandselve*. Circuit en bus : Grandselve, Bouillac, Beaumont-de-

Lomagne, Larazet et Grenade, sous la conduite de Nicole Andrieu et Emmanuel Moureau, conservateurs des antiquités et objets d'art de la Haute-Garonne et du Tarn-et-Garonne. Participation financière demand  e (bus et repas).

jeudi 22 mai : *La découverte de l'architecture de la Renaissance du Midi toulousain*, avec Bruno Tollon, professeur émérite d'histoire de l'art, université de Toulouse II-Le Mirail.

Les Ouvertures de l'université Paul-Sabatier

(amphi Concorde – Bâtiment U4, le jeudi à 12 h 30)

24 avril : *Le laser, au-delà du réel...* par Thierry Bosch, professeur à l'Institut national polytechnique de Toulouse (INPT), responsable du groupe « Optoélectronique pour les systèmes embarqués » au LAAS.

15 mai : *Les robots parmi nous : assistants ou équipiers*, par Rachid Alami, directeur de recherche au CNRS, responsable de l'équipe « Robotique et Interactions » (ERIS) au LAAS.

Concours de dessin

L'Académie toulousaine des Arts & Civilisations d'Orient organise un concours de dessin. L'objet du concours est d'inviter chaque candidat,   g   de 4 ans à 17 ans, à réaliser un dessin sur le thème «    la manière d'une estampe japonaise, dessinez l'arrivée de l'une des saisons ». Les candidats devront remettre impérativement leurs dessins avant le lundi 19 mai à l'accueil du musée Georges Labit. La date de remise des prix du concours est fixée au samedi 15 juin à 15 heures, en séance publique, au musée Georges Labit. Pour plus d'informations et règlement : site Internet : www.ataoutoulouse.org – Tél. : 05 34 27 42 06 – Email : academie.orient@orange.fr

Théâtre Jules Julien

23 et 24 avril : *Cosmos, théâtre, vidéo*, d'après le roman éponyme de Witold Gombrowicz, avec Joris Mathieu.

Théâtre du Pavé

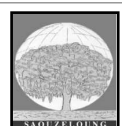
Du 10 au 26 avril, du mardi au samedi à 20 h, dimanche à 16 h : *En attendant Godot*, de Samuel Beckett. C  ie *Les Vagabonds*. Durée : 2 h 30. Tout public.

Avec le soutien de la Mairie de Toulouse, du Conseil général de Haute-Garonne, du Conseil régional de Midi-Pyrénées. Séances scolaires sur réservation.

Du 20 au 28 mai : *Princes*, librement inspiré de *l'Idiot*, de Dosto  vski, avec le collectif *Les B  tards Dor  s*. Durée : 2 h.    partir de 14 ans.

Musique

mercredi 23 avril : tests d'entrée pour la classe de musique (classe à horaires aménagés – chant choral)    l'  cole élémentaire Rangueil. Un dossier d'inscription doit être renseigné et déposé avant le 4 avril à l'  cole ou au conservatoire pour tout enfant en fin de CP ou de CE1 qui souhaite intégrer cette classe (en CE1 ou CE2). Contact : classe.chant-rangueil@ac-toulouse.fr



J'adhère au Comité de quartier et j'adresse un chèque de 2 euros libellé à Comité de quartier Rangueil-Sauzelong.

Je soutiens les *  chos de Rangueil* et j'adresse un chèque de 10 euros libellé à *  chos de Rangueil* -----

et je souhaite recevoir les *  chos de Rangueil*    mon domicile pendant un an -----

Je souhaite être informé par email de la parution des *  chos* sur le web. Mon e-mail : -----

Nom et prénom ----- Adresse -----

Adressez vos paiements à Comité de quartier ou *  chos de Rangueil*, Maison de quartier, 19 rue Claude de Forbin 31400 TOULOUSE

E-mail du Comité de quartier : rangueil.sauzelong@free.fr Site des *  chos* <http://echos.rangueil.free.fr>, email : echos.rangueil@gmail.com

À deux pas de chez moi !

BOUCHERIE CHARCUTERIE

BOUCHERIE DU VOLVESTRE

Viandes labellisées
Centre commercial Ranguel
tél. : 05 61 53 07 67

BOUCHERIE FALCO-TRISTAN

Viandes Label rouge-volailles
Centre commercial A. Bedouce
tél. : 05 61 25 32 50

DAVID CANCÉ

Boucherie-charcuterie chevaline
110, rue Bonnat
tél. : 05 61 25 11 47

BOULANGERIE

LES FLOS

Pains, pâtisseries, sandwicherie
28, rue Claude de Forbin
tél. : 06 16 12 95 58

LE FOURNIL DE TANTE LÉONIE

82, avenue Jules Julien
tél. : 05 61 32 85 57

RESTAURANT

LA CUISINE DE JEAN

Cuisine gastronomique du marché
18, avenue A. Bedouce
tél. : 05 61 25 90 76

LE KING

Cuisine chinoise et vietnamienne
43, av. Jules Julien
tél. 05 61 25 16 82

LE JARDIN DE SAINT-AGNE

Bar-restaurant
117, av. Jules Julien
tél. : 05 61 53 45 81

BAR DES AVIONS

3, place des Avions
tél. : 05 61 52 90 70

LA TABLE DE WILLIAM

14, rue Érasme
tél. : 06 81 74 63 18
<http://latabledewilliam.over-blog.com>

LE CHA CHA

50, av. d'Italie
tél. : 05 61 53 89 86
www.lechacha.fr

CRÈMERIE-PLATS CUISINÉS

CHEZ THÉRÈSE

9, avenue Crampel
tél. : 05 61 55 40 76

BAR-BRASSERIE

LE MASTROQUET
Bar, cave, restaurant
29, rue Colbert
tél. : 05 61 55 34 09

CONFISERIE

Confiserie du Languedoc

Dragées, chocolats
85, av. d'Italie, tél. : 05 61 52 82 14
<http://www.confiserie-du-languedoc.fr>

AU MARCHÉ

L'AVEYRONNAIS

Volailleur, rôtisseur
Sylvie Gaben
tél. : 05 63 33 36 16
ou 06 50 74 21 89

René GARRIC

Fromager-affineur
tél. : 05 61 84 07 14

PATRICE JAUD

Huîtres de Marenne, marée,
poissons
Marché le dimanche
tél. : 06 34 28 57 04

FREDÉRIC

Poissons des deux rives
"le sourire en plus"
Marché le mercredi

ALIMENTATION

CASINO (M. Tournant)

Supérette alimentaire
70, av. Albert Bedouce
tél. : 05 61 52 26 23

GRANDEUR NATURE

Alimentation biologique
21, av. des écoles Jules Julien
tél. : 05 61 53 95 63

MAISON D'AOURIKA

primeur, magasin bio, poisson
9, av. Crampel
tél. : 05 62 26 55 56
www.lamaisondaourika.com

VINS

LA COUR DES VINS

10, av. Crampel
tél. : 05 61 52 92 15

LES VINS DE LA COUR ST-AGNE

2, av. Léon Viala - parking
tél. : 05 61 52 86 31

DANSE

ATELIER FLAMENCO SOLEDAD

CUESTA
20, rue Louis Eydoux
tél. : 09 53 32 90 19
www.atelierflamenco.com

PLOMBERIE CHAUFFAGE

HJC plomberie

Jacques DOMENC
Artisan plombier chauffagiste
tél. : 05 62 64 89 53/06 87 49 49 89

VÉLO

ATELIER BICYCLETTE

réparation, vente
33, avenue Crampel
tél. : 05 61 47 26 96

AUTOMOBILE

CARROSSERIE PRESPOIR

Agréé MAIF-MAAF-MATMUT
22, av. d'Italie
tél. : 05 61 52 56 81

GARAGE SAINT AGNE

Mécanique auto
21, rue Devic
tél. : 05 61 25 47 26

COIFFURE

ANAËLLE

Coiffeuse à domicile sur RDV
tél. : 06 31 91 48 38

Coiffure Sandrine BARLAN

31, avenue Crampel
tél. : 05 61 52 56 95

CAROLE

Coiffeuse à domicile sur RDV
dames, hommes, enfants
tél. : 06 88 48 04 29
coiffeuse-domicile-toulouse.fr

JEAN-FRANÇOIS L

66, rue Bonnat
9 h 30 - 18 h
tél. : 05 61 52 42 44

M-HÉLÈNE MASSIF

Coiffure à domicile sur RDV
13, rue de Nice
tél. : 05 61 53 05 64 / 06 86 17 97 65

IMMOBILIER

AGEI

Location, vente, achat de biens
32, rue de Bougainville
tél. : 05 34 31 58 88

Eric EDOUARD (réseau SAFTI)

Conseiller indépendant en immobilier
Tél. : 06 82 39 91 04
Email : eric.edouard@safti.fr

RÉNOVATION

PASCAL ANDRES maître artisan

Peinture, papier peint, revêtements
14, av. des Avions
tél. : 05 61 32 82 21

MIROITERIE DARIO

Vitrierie, menuiserie, alu, PVC
5, rue Saint Denis
tél. : 05 61 52 48 13

COUTURE - RETOUCHES

AU FIL DE ROSEAU

Couture sur mesure, retouches
8, rue des Roseaux
tél. : 05 61 25 23 69
www.aufilderoseau.fr

PHOTOCOPIE

1000 ET 1 COPIES

7, av. des écoles Jules Julien
tél. : 05 61 53 34 21
fax : 05 61 55 32 72

FLEURS

ROUGE COQUELICOT

Composition florale, micro-jardinerie
41, av. Jules Julien
tél. : 05 61 52 95 26

PARFUMS DE FLEURS

Artisan fleuriste décorateur, cadeaux
69, av. A. Bedouce
tél. : 05 61 25 45 44

BIJOUTERIE/HORLOGERIE

AU POUSSIN DORÉ

11 av St Exupéry
tél. : 05 61 53 29 91

SERVICES

G. V. S.

Cordonnerie-clef minute-photocopies
40, av. de l'URSS
tél. : 05 61 52 92 01

PRESSING LAVERIE DRY BLUE

Couture-retouches
101, rue Bonnat www.dry-blue.fr
tél. : 05 34 31 54 33

LAVOMATIQUE

couture/retouches/repassage
107, av. Jules Julien
tél. : 05 61 55 02 88 / 06 48 69 90 29

OPTIQUE

Éric COURDY

2^e paire gratuite pour tous
39, av. de l'URSS
tél. : 05 61 52 91 29

AUTO-ÉCOLE

AUTO-ÉCOLE "RANGUEIL"

"Métro Ranguel"
13, rue du général Barès
tél. : fax : 05 61 25 66 16

MATÉRIEL MÉDICAL

MATÉRIEL MÉDICAL

DU FLORÉAL
101, rue Bonnat
tél. : 05 61 52 88 01

TÉLÉVISION

TÉLÉSAT vente, dépannage

Télé, Ant., Canal+&sat, Numéricable
Le Floréal, 105, rue Bonnat
tél. : 05 61 55 30 26

Des poissons, mais en chocolat ...

C'est le mois des poissons... il y en a aussi en chocolat, à la Confiserie artisanale du Languedoc, fabriqués sur place dans des moules traditionnels. Les œufs de sujets de Pâques sont aussi en fabrication tout près de chez nous. Pensez-y.

La Table de William va déménager

La table d'hôtes de la rue Érasme va fermer le **3 avril au soir** et ré-ouvrir le 25 août au 90, de la rue Saint-Roch, avec une formule plus étendue. Ce sera un restaurant ouvert du lundi au vendredi midi et les jeudi, vendredi et samedi soirs. Les personnes pourront aussi emporter leur repas midi et soir. Il y aura des cours de cuisine pour adultes et enfants. *La table de William* fera aussi traiteur pour particuliers et entreprises. Plus d'info sur :

<http://latabledewilliam.over-blog.com/>

X. P.