



ÉDITO : Le mot du maire

Chères Quiérysiennes, chers Quiérysiens,
Inéluctablement, cette année 2020 restera marquée par l'épidémie de la Covid-19.

Après deux mois de confinement, synonyme d'arrêt total de l'activité, ce n'est que le 28 mai que le nouveau conseil municipal a enfin pu se mettre en place. Dès cette date, alors sans secrétaire de mairie jusqu'à ce 1^{er} octobre, c'est grâce à la forte mobilisation des 15 nouveaux élus, que nous avons réussi à redémarrer les activités communales. Avec réflexion, précautions, adaptations, mesures et respect des directives, nous avons d'abord ré-ouvert à tous, l'école, la garderie et la cantine. C'est aussi avec détermination que nous avons eu à cœur de reprogrammer le centre aéré estival. Les parents et les enfants avaient vraiment besoin de ce moment de détente.

Mais pendant ce temps, commerçants, artisans et bon nombre d'entreprises de tous secteurs souffrent et auront besoin de notre soutien pour survivre.

Les associations ont, elles aussi, redémarré certaines de leurs activités. Mais, les manifestations, animations, et autres festivités restent aujourd'hui restreintes voire inconcevables.

Après avoir établi un premier budget, le conseil municipal travaille maintenant pour bâtir de nouveaux projets. Parce qu'il faut continuer de vivre avec ces risques et garder l'espoir.

Oui, nous sortirons un jour de cette crise. A partir de ce jour-là, on se rattrapera sur tout ce qui nous a manqué.

En attendant, bonne lecture et prenez soin de vous !

Sommaire

Le mot du maire
p 1

Budget p 2 et 3

Vos élus p 4

Travaux p 5

Centre aéré p 6

École p 7

Mieux connaître
son village p 7

Animations p 8

Fleurissement p 9

Civisme p 9

État civil p 10

CCAS p 11

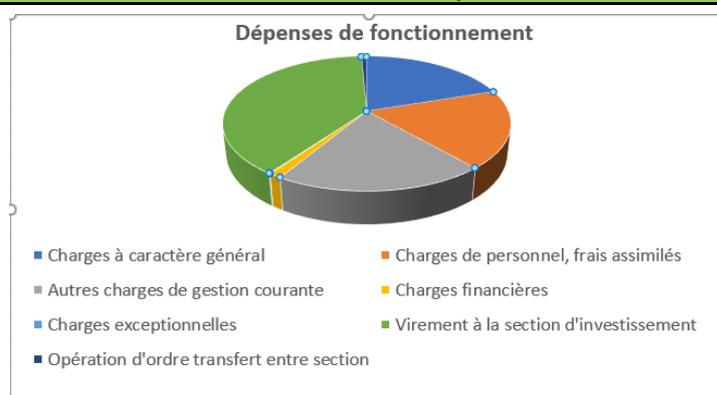
Associations
p 11 à 15

Vie de la commune
p 16

BUDGET

Dépenses de fonctionnement

Charges à caractère général <i>Eau, électricité, fournitures, petit équipement, locations, assurances...</i>	157 620,00 €
Charges de personnel, frais assimilés <i>Frais de personnel, cotisations aux caisses</i>	148 300,00 €
Autres charges de gestion courante <i>Indemnités, subventions de fonctionnement au CCAS et aux associations, service incendie...</i>	158 800,00 €
Charges financières <i>Intérêts des emprunts</i>	9 600,00 €
Charges exceptionnelles	1 000,00 €
Virement à la section d'investissement	312 313,52 €
Opération d'ordre transfert entre section (dotation aux amortissements)	5 603,86 €
Total des dépenses de fonctionnement	793 237,38 €



Recettes de fonctionnement

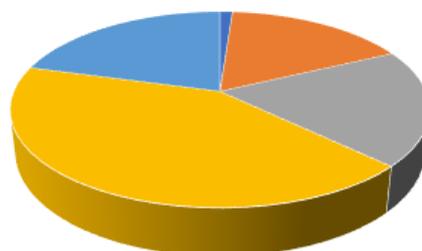
Produits des services, domaines et ventes diverses <i>Concessions cimetière et redevances diverses (périscolaires, à caractère social)</i>	71 500,00 €
Impôts et taxes <i>Taxes foncière et d'habitation, taxe sur les pylônes électriques</i>	319 358,29 €
Dotation et participation <i>Dotation de l'état, dotation de solidarité rurale, dotation aux élus</i>	82 165,34 €
Autres produits de gestion courante <i>Revenus des immeubles : locations</i>	6 000,00 €
Produits exceptionnels	3 000,00 €
Résultat reporté ou anticipé de l'année antérieure	311 213,75 €
Total des recettes de fonctionnement	793 237,38 €

Recettes de fonctionnement



Dépenses d'investissement	
Immobilisations incorporelles <i>Frais d'études, reste à réaliser 2019</i>	10 092,00 €
Immobilisations corporelles <i>Terrains et installations de voirie, bâtiments publics, matériel de bureau, informatique et mobilier</i>	146 069,83 €
Immobilisation en cours <i>Reste à réaliser 2019 : reste à payer destravaux 2019</i>	167 786,44 €
Emprunts et dettes assimilées <i>Solde des emprunts faits par la commune</i>	367 030,00 €
Solde d'exécution négatif reporté ou anticipé <i>Reprise du résultat de l'exercice précédent</i>	181 332,40 €
Total des dépenses d'investissement	872 310,67 €

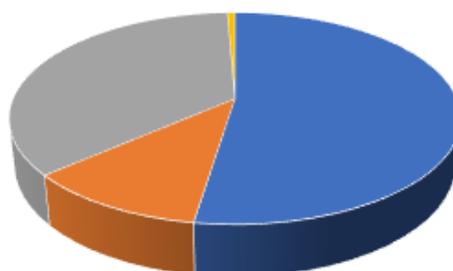
Dépenses d'investissement



- Immobilisations incorporelles
- Immobilisations corporelles
- Immobilisation en cours
- Emprunts et dettes assimilées
- Solde d'exécution négatif reporté ou anticipé

Recettes d'investissement	
Subventions d'investissement	457 386,58 €
Dotations, fonds divers et réserves	97 026,71 €
Virement de la section de fonctionnement	312 313,52 €
Opération d'ordre de transfert entre section (dotation aux amortissements)	5 603,86 €
Total recettes d'investissement	872 330,67 €

Recettes d'investissement



- Subventions d'investissement
- Dotations, fonds divers et réserves
- Virement de la section de fonctionnement
- Opération d'ordre de transfert entre section

VOS ÉLUS

LES COMMISSIONS

Composition des Commissions Municipales non obligatoires

Commission	Membres
Sports, associations, jeunesse et Fêtes	Bernard GODAR, , Loraine BUTTIN POIVRE, Valérie ELSEN, Françoise TRUNET
Communication	Nadine DEJAIGHER, Bernard GODAR, Jacques GOLAWSKI, Geneviève ZAJAC, Alain LYSONICK
Ecole	Nadine DEJAIGHER, Loraine BUTTIN POIVRE, Julien DOUILLET, Valérie ELSEN, Françoise TRUNET
Centre aéré et activités périscolaires	Geneviève ZAJAC, Julien DOUILLET, Valérie ELSEN
Sécurité et travaux	Jacques GOLAWSKI, Bernard GODAR, Geneviève ZAJAC, Julien DOUILLET, Alain LYSONICK, Isabelle PERCHE, Laurent SELLIE, Alain VANDENBOSSCHE
Urbanisme	Geneviève ZAJAC, Nadine DEJAIGHER, Bernard GODAR, Isabelle PERCHE, Laurent SELLIE
Environnement	Bernard GODAR, Christelle BOURLET, Nadine DEJAIGHER, Alain LYSONICK, Isabelle PERCHE, Laurent SELLIE, Françoise TRUNET

Tous les comptes rendus des conseils municipaux sont disponibles sur internet.



N'hésitez pas à nous contacter :

- Si vous souhaitez nous faire part de suggestions ou si vous avez des questions.
- Si vous souhaitez un rendez-vous avec l'un des élus.

Vous pouvez laisser un message sur le site internet :

mairie@quierylamotte.fr

REPRÉSENTATIONS

Auprès d'organismes extérieurs

Organisme	Membres
A.F.R. (Association Foncière de Remembrement)	Frédéric HUMEZ
C.N.A.S. (Comité National d'Action Sociale)	Nadine DEJAIGHER
Correspondant Défense	Julien DOUILLET
Sécurité Routière	Julien DOUILLET
F.D.E. (Fédération Départementale d'Energie)	Nadine DEJAIGHER
Noréade	Jacques GOLAWSKI
Transfert de charges (Osartis-Marquion)	Titulaire : Geneviève ZAJAC Suppléant : Lucie HOURIEZ

TRAVAUX



1,8 t de bombes datant de la première guerre mondiale ont été découvertes lors des travaux près du château d'eau ! Les services de déminage ont dû intervenir.

- Installation à la mairie :
 - * d'une baie informatique
(photo ci-dessous)
 - * de prises réseaux



- * de la fibre

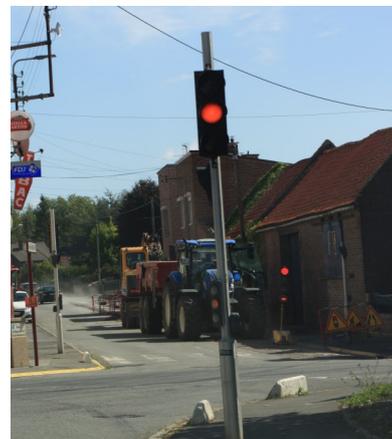
NORÉADE

Installation d'une conduite d'eau

Les travaux dans Quiéry-la-Motte ont consisté à poser une nouvelle conduite d'interconnexion d'eau potable DN200 fonte sur 4 km entre les communes de Cuincy et de Quiéry-la-Motte avec raccordement au réservoir.

L'entreprise SET a démarré le chantier le lundi 8 juin 2020 par quelques sondages pour repérer les réseaux existants.

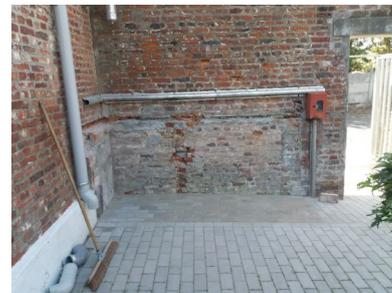
Les travaux se sont terminés le 14 octobre.



Merci de votre compréhension pour les désagréments occasionnés par ces travaux.

Quelques petits travaux ont été réalisés

- Suppression du casier à poubelles à la salle des Essarts.



- Sécurisation de bouches d'égout rue Ste Berthe et Delabre.



- Finalisation des extérieurs de la salle J. Brel pour la modique somme de 45 € : les travaux de mise en place du bardage de façade ont abîmé la pelouse. Etienne et Daniel ont donc semé du gazon.



- Remplacement du poteau derrière le but du terrain d'honneur.

JUILLET 2020

Un centre réussi malgré la COVID 19

CENTRE AÉRÉ



Belle réussite du centre aéré de juillet ! Ce sont 39 enfants qui ont pu participer à de nombreuses animations durant 4 semaines.



Plus de photos sur :



Le centre s'est clôturé par une fête, à l'extérieur, compte tenu des mesures sanitaires.

Cette fête a permis aux enfants de monter sur le podium pour danser, à la grande joie de l'assistance. Pour ne pas être en reste, les animateurs ont proposé une joyeuse chorégraphie. La soi-

rée s'est terminée par un barbecue dégusté à l'extérieur.

Merci aux parents pour leur implication dans la réussite de ce centre et de cette fête. Encore bravo à l'équipe d'animation pour leur professionnalisme, leur implication et leur bonne humeur communicative.



Un centre se termine, un autre se prépare pour la première semaine des vacances de la Toussaint

Cette année, le centre se déroulera du 19 au 23 octobre. Nous accueillerons aussi les enfants extérieurs au village.

Comme durant cet été, une garderie sera ouverte le matin et le soir. La cantine fonctionnera également.



Un grand merci à la directrice et aux animateurs !

ÉCOLE

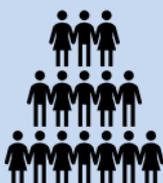


Nouvelle tarification du périscolaire :

votée le 21/09/2020 pour pouvoir bénéficier des subventions de la CAF et modulée en fonction des ressources.

Quotient familial	Prix par jour le matin	Prix par jour le soir
Inférieur ou égal à 617 €	0,90 €	0,90 €
Supérieur à 617 €	1 €	1 €

Une population qui a tendance à baisser. Depuis 1999, nous avons perdu 38 habitants ; les projets d'urbanisme prévus devraient permettre d'inverser la courbe.



UNE RENTRÉE RÉUSSIE

Un effectif stable de 63 élèves

La rentrée s'est bien passée malgré les conditions sanitaires dues à la COVID 19. Les masques restent obligatoires pour les personnels.

Ce sont 63 élèves qui ont repris le chemin de l'école :

- 22 en maternelle chez Mme Masselot.
- 23 en CP/CE1 chez Mme Ollivier.
- 18 en CE2/CM1/CM2 chez Mme Baston.

La garderie et la cantine se font à nouveau dans les locaux habituels.

Nous avons vérifié l'état du mobilier scolaire durant les vacances.

Un projet école numérique rurale a été déposé, nous attendons le retour de subventions pour un VPI et 5 tablettes.

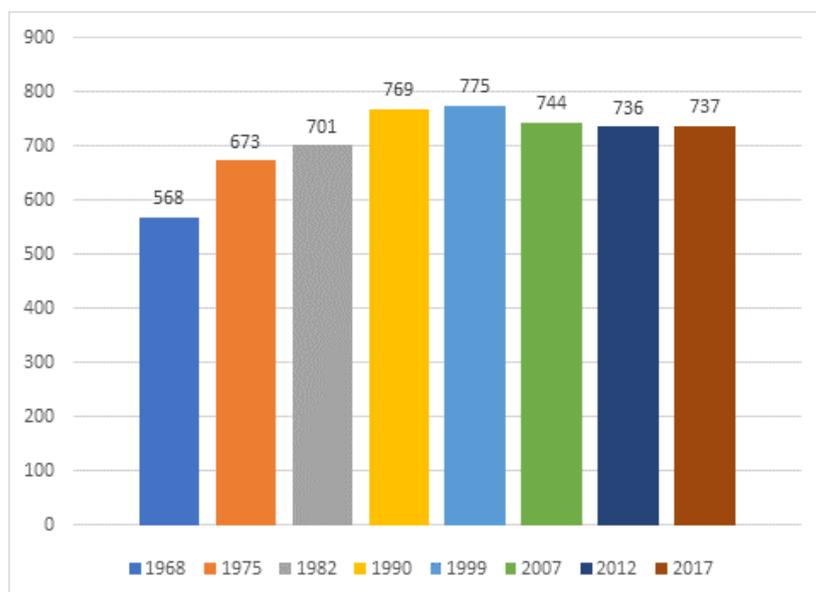
Les trois enseignantes ont pu bénéficier d'une dotation de 45 € par élève pour l'achat des fournitures scolaires.

La classe de Mme Ollivier a eu une dotation supplémentaire pour l'achat de manuels scolaires.

QUIÉRY

Je connais mieux ma commune

Évolution de la population dans notre commune depuis 1968



Source INSEE

ANIMATIONS



Rendez-vous
l'année
prochaine!



SORTIE

Histoire et nature

Dans le cadre des visites du patrimoine, la sortie « histoire et nature » réservée aux Quiérysiens le samedi 12 septembre et le dimanche 13 septembre a été un vif succès. Ce sont plus de 60 personnes qui ont pu suivre un parcours de 5 kilomètres guidé par Christelle Bourlet.

Nous avons découvert ou redécouvert des lieux ou sites divers : l'église, le monument aux morts, la mairie, la ferme (ancienne caserne allemande), le cimetière mérovingien...

Dans la zone du marais, nous avons observé les nichoirs et les arbres qui bordent l'Escrebieux.



La semaine suivante, Christelle a proposé cette même sortie aux personnes extérieures au village et notamment aux habitants d'Osartis-Marquion.

MARCHÉ AUX PUCES

Un marché réussi malgré la pluie



228 m linéaires vendus.

Malheureusement une invitée surprise, la pluie, a un peu perturbé cette journée. Ce ne sont donc que 24 participants qui ont bravé le froid, le vent et la pluie.

Le comité des fêtes a organisé sa traditionnelle braderie de 8 heures à 15 heures, le 26 septembre 2020. Les emplacements étaient situés rue de la gare. 40 participants étaient inscrits pour



Beaucoup de visiteurs se sont néanmoins déplacés et les exposants étaient satisfaits.



FLEURISSEMENT

Un concours de maisons fleuries en 2021



Nous mettrons également en place dès l'été prochain un concours de maisons fleuries. Vous recevrez au printemps 2021 les modalités de participation.

CIVISME



UN VILLAGE EMBELLI

Mise en place de jardinières



Comme nous l'avions souhaité, nous aimerions que notre village soit plus accueillant. Dès cette année, la municipalité a mis des géraniums à la mairie et à l'entrée

de l'école. Nous allons bien sûr nous améliorer dans les années à venir. Les Quiérysiens qui désirent se joindre au groupe « fleurissement du village » ou faire part de leurs idées sont les bienvenus. Il suffit de le signaler en mairie ou de contacter : Françoise TRUNET au 06 04 08 76 56.



J'ENTRETIENS MON TROTTOIR

La commune vous remercie

Pour votre participation à l'effort collectif et citoyen.

En effet, chaque habitant qui nous aide à maintenir son trottoir propre, par :

- Le balayage
- Le désherbage
- Le démoussage
- La taille des haies qui débordent sur le domaine public
- Le déneigement
- Le salage



permet de donner une image positive de notre village.

Nous vous encourageons également à rentrer vos poubelles rapidement après le passage des éboueurs et de ne pas les laisser à demeure sur le trottoir.

Merci

État Civil



Caroline et Jérôme



C'est Isabelle Perche qui a eu le plaisir de marier son fils !

Mise à jour de nos fichiers.

**Vous venez d'emménager?
Nous vous invitons à venir compléter un formulaire en mairie, afin que notre fichier population soit à jour.**

Merci de votre collaboration.

NAISSANCES

Félicitations aux parents

- Manon HULOT , le 10 novembre 2019
- Jade DUHAMEL, le 12 janvier 2020
- Jana AJIL, le 8 avril 2020
- Raphaël POGORZELCZYK , le 15 juillet 2020

MARIAGES

Félicitations aux époux

- Mélanie MOUCHON et Florian KRZYZANIAK, le 14 mars 2020.
- Caroline BISIAUX et Jérôme CAMBAY, le 27 juin 2020.
- Laure LEBRUN et Pierre-Alexis PERCHE, le 4 juillet 2020.

PACS

Félicitations



- Nadège SLOMA et Manuel LANGLET le 10 octobre 2020.

DÉCÈS

Nous renouvelons nos sincères
condoléances aux familles

- Jeannine GEZ, le 18 décembre 2019
- Lucie LEROY, le 25 janvier 2020
- Daniel TINCHANT, le 12 mai 2020
- Lucienne VAN POUCKE , le 15 mai 2020
- Colette DAMIENS, le 13 juillet 2020



CCAS

N'hésitez pas à consulter le CCAS pour :

- Demander de l'aide pour constituer vos dossiers.
- Trouver un renseignement.
- Vous inscrire sur le registre nominatif relatif aux aînés et aux personnes handicapées bénéficiaires du plan d'alerte et d'urgence départementale en cas de risques exceptionnels.

Vous trouverez les comptes rendus du CCAS sur le site de la mairie :



COURRIER DES ASSOCIATIONS



Prochaine manifestation (si les mesures sanitaires le permettent) :

Une chasse aux monstres dans le village...

Samedi 31 octobre

Attention chers Quiérysiens, prévoyez des bonbons emballés ; des fantômes et autres démons risquent de se présenter à vos portes ce jour-là.

ACTION SOCIALE

Une nouvelle équipe à votre écoute

Les membres du CCAS se sont réunis le mardi 29 septembre et ont décidé, vu le contexte sanitaire, de ne pas organiser de repas des aînés et d'attendre que la situation s'améliore.

Les colis de Noël seront distribués le **samedi 19 décembre** entre 9h et 12h. Les personnes concernées seront averties par courrier.



Les membres du CCAS sont :

1 Président : Frédéric HUMEZ **6** Vice-présidente : Nadine DEJAIGHER

Membres nommés :

- 2** Manuella LESTIENNES
- 3** Marie-Claude LIEVIN
- 4** Lucie VAN-POUCKE
- 5** Ludivine WOZNAK

Membres Élus :

- 7** Lucie HOURIEZ
- 8** Françoise TRUNET
- 9** Geneviève ZAJAC

L'AMICALE LAÏQUE



Des parents motivés

C'est une association historique du village, regroupant des parents motivés pour amuser les enfants en organisant des après-midi à thème, des sorties, la kermesse de l'école et bien

d'autres idées à découvrir. Les manifestations sont ouvertes à tous les enfants du village et les bénéficiaires profitent aux enfants de l'école. Depuis la création, diverses équipes se sont succédées.

Pour l'année 2020/2021 le bureau se compose de :

- Mme Lhuillery Elise (présidente)
- Mme Piesset Delphine (vice-présidente)
- Mme Jurgand Justine (secrétaire)
- Mme De Mets Angélique (secrétaire adjointe)
- Mme Dauchy Séverine (trésorière)
- Mme Sudrié Mélanie (trésorière adjointe)

COURRIER DES ASSOCIATIONS



Le prélèvement de gibier s'élève, en moyenne par jour et par chasseur, à :

- 0,28 lièvre
- 0,12 lapin
- 0,04 perdrix
- 0,13 faisan
- 0,16 pigeon ramier
- 0,02 bécasse



Merci à vous, le ramassage des bouchons du 3 octobre nous a permis de récolter quelques sacs de bouchons que nous allons remettre à l'association de Douai.



SOCIÉTÉ DE CHASSE

Reprise de la chasse !

Depuis quelques jours, la plaine est fréquentée par les chasseurs du village.

En cette période de remise en question de cette tradition par certains médias et courants de pensée, il est bon de révéler quelques vérités.

Les voici en chiffres pour la saison 2019/2020 :

Nous occupons la plaine 8 dimanches sur 52, 1 mercredi et 1 samedi par an, soit 2,73 % du temps. Cela représente 276 journées/chasseurs soit environ 3300 kilomètres de marche dans les champs. En contrepartie, nous avons agrainé toute l'année les oiseaux de la plaine avec

1500 kg de blé, fabriqué, installé et approvisionné 8 abreuvoirs de 20 litres d'eau en été, repeuplé en faisans et en perdreaux élevés naturellement, régulé les prédateurs de tous les animaux sauvages, en particulier le renard qui véhicule une zoonose potentiellement mortelle et qui se régale des chats trop imprudents....

Tout ceci fait partie d'un budget annuel de 1000€ pour chaque chasseur !!! pour les droits de chasse payés aux propriétaires des champs, pour payer les dégâts de gibier, l'assurance, le permis, (mais hors équipements et frais de chien). A chacun de se faire une opinion sur la chasse.

QUIÉRY EN BALADE



Reprise des marches et du ramassage des bouchons

Les activités de l'association «Quiéry en balade» ont repris progressivement depuis mi-août en respectant les mesures sanitaires.

Si la marche vous intéresse, n'hésitez pas à nous contacter :

quieryenbalade@gmail.com

Nous marchons le dimanche matin (8 à 10 km) et le mercredi soir (5 à 8 km).

Nous participons aussi à des événements caritatifs comme le 04 octobre 2020 où nous avons fait une marche au profit de l'association « octobre rose ».

Nous ferons également une action dans le cadre du Téléthon de Quiéry-la-Motte le samedi 5 décembre dans l'après-midi.



COURRIER DES ASSOCIATIONS

◆ Atelier Théâtre



La première séance, de l'atelier Théâtre destiné aux enfants de 6 à 13 ans, s'est déroulée mercredi 16 septembre dans la joie et la bonne humeur !

Il est encore possible de s'inscrire en appelant :

Monique au 06.75.90.45.15.



◆ Sortie VTT

Nous vous proposons une sortie VTT sportive (parcours d'environ 50 km)

le dimanche 1^{er} novembre

Inscriptions et renseignements au 06.65.25.85.76. ou mail escapades-quierysiennes@orange.fr.

◆ Brioche pour le Téléthon

Nous renouvelons notre vente de brioches de Noël au profit du Téléthon. Les membres de l'association passeront à votre domicile pour prendre vos commandes :

le samedi 7 novembre

La livraison s'effectuera le samedi 5 décembre.

ESCAPADES QUIERYSIENNES

Concours de créations artistiques

Durant le confinement nous avons organisé un concours de créations artistiques pour les enfants, concours qui a remporté un vif succès et a même été suivi en Australie !

Anaïs, Baptiste, Callie, Elza, Enzo, Florent, Gabin, Garance, Guillaume, Lana, Léléo, Léonie, Maëlle (notre participante australienne), Marceau, Marie, Marie S, Maxence, Noëly, Paul et



Thomas ont fait preuve de beaucoup de talent, d'imagination et de créativité et c'est plus de 110 œuvres, toutes plus belles les unes que les autres, qui nous sont parvenues ! La remise des prix s'est déroulée le 17 juin.

Selon les tranches d'âge, les enfants se sont vu remettre des



montres de leur super-héros favori, des sacs à dos, des sacs bandoulières, des parures de bijoux ou bien encore des casquettes, une entrée gratuite au spectacle de magie « Aristo » prévu en mars 2021 ainsi qu'un goûter individuel (Covid oblige)

Un prix spécial a été décerné à Florent pour son exceptionnelle participation au concours de par la quantité et la qualité de ses productions.



Les membres de l'association planchent déjà sur des sujets de concours que nous vous proposerons dès l'année prochaine.

Randonnée VTT

Dimanche 20 septembre, une vingtaine de cyclistes de tous âges ont participé à notre traditionnelle randonnée VTT familiale.

Tous ont particulièrement apprécié l'agréable parcours concocté par Jessy Duchateau, parcours qui s'est déroulé, comme toujours, dans la joie et la bonne humeur !

BRAVO aux enfants qui ont très bien roulé !

A leur retour, les membres de l'association étaient heureux de leur offrir un sandwich et une boisson en récompense de leurs efforts.



COURRIER DES ASSOCIATIONS

Viva la Vida vient de reprendre ! Vous êtes les bienvenus si vous avez envie de chanter. Répétitions Salle des Essarts, tous les jeudis de 20h à 22h, accueil à partir de 19h45. (Pour des exigences liées à la Covid 19, le lieu de répétition pourra être différent).

Nous avons donc hâte de vous retrouver le :

jeudi 10 décembre 2020

lors du concert au profit du Téléthon.

CHORALE

Quelques nouvelles de Viva la Vida !!

Après plusieurs mois de silence dus à la Covid 19, la chorale Viva la Vida de Quiéry-la-Motte, sous la direction de Michel Morello est très heureuse de reprendre.

Nos répétitions hebdomadaires ont commencé le jeudi 10 septembre 2020. Notre concert, pour la fête de la musique, « Orchestre d'un soir dans votre ville », rencontre habituelle avec vous en l'église, n'a pas été possible.

Comme chaque année, nous espérons accueillir de nouveaux choristes. Nous aimerions avoir

un renfort au pupitre des hommes, principalement celui des ténors, afin de respecter l'équilibre des voix et la parité au sein de notre chœur.

Le chant apporte une réelle détente du corps et de l'esprit, il vous aidera à gérer votre stress...

Nous travaillons avec sérieux, dans la joie et la bonne humeur. Notre premier objectif est de partager avec vous notre passion, notre répertoire de pièces classiques et de variétés.

*François Xavier Payelleville, Président.
Michel Morello, Chef de chœur.*



GYM FEMININE

Reprise des cours après une longue pause

Suite à la situation sanitaire particulière, le club de gymnastique féminine vous informe que les cours ont repris le **vendredi 4 septembre à 18h30 à Izel-lès-Equerchin** et le **lundi 7 septembre à 14h30 à Quiéry-la-**

Motte, sous réserves de modifications gouvernementales.

Venez nous rejoindre et découvrir notre club. Le premier cours d'essai est gratuit.

Nous comptons sur votre présence !

Email: gymizelquiery@gmail.com

<https://www.facebook.com/gymqlzelquiery/>

COURRIER DES ASSOCIATIONS

Le Fitness a pour objectif de tonifier l'ensemble du corps et d'améliorer le système cardio-vasculaire ainsi que de garder une souplesse articulaire.

Débutant, intermédiaire ou avancé, nos séances de fitness sont adaptées à tous les niveaux.



Résultat de la tombola:

1er prix: Vincent Laloux remporte la draisiennne.



QUIERY FITNESS

Bien dans son corps, bien dans tête !

ZUMBA® est un cours qui incorpore de la musique latine et internationale et des mouvements de danse, créant ainsi un système d'entraînement dynamique, joyeux et efficace.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE est un cours qui sollicite vos groupes musculaires afin de les tonifier, exercices avec le poids de corps ou avec des charges légères.

La méthode **PILATES** permet de corriger et d'améliorer la posture en raffermissant et en tonifiant les muscles, de développer la souplesse, d'éliminer le stress grâce à une technique de respiration, d'améliorer la coordination

et de prévenir les blessures causées par une mauvaise posture.

Le **STEP** est un cours de cardio-training qui permet de brûler un maximum de calories, grâce à une marche (appelée step) ; on effectue une série de mouvements qui font travailler l'ensemble du corps en musique.

Le **STRONG Nation®** est un entraînement haute intensité révolutionnaire qui associe des séquences d'entraînement au poids du corps, des exercices de renforcement musculaire et des activités centrées sur le cardio et la plio, le tout au rythme d'une musique originale spécialement élaborée pour être en parfaite synchro avec chaque mouvement.

CTTQLM

Un tournoi réussi

Suite à l'annulation du repas pour des raisons sanitaires, le CTTQLM a organisé un tournoi le samedi 5 septembre avec une après-midi découverte de la pratique du tennis de table. Cette journée s'est bien déroulée avec la participation au tournoi d'un joueur extérieur classé 18 en FFTT, le meilleur joueur du club est classé 13. L'ensemble des joueurs a pu retrouver avec plaisir le chemin des aires de jeu après 6 mois d'inactivité.

jeunes recrues nous permettent d'avoir un groupe d'une dizaine d'enfants qui progressent à leur rythme pour assurer la relève au CTTQLM.

Les premières journées de compétition ont pu se dérouler le 20/09 en FFTT. Malheureusement, le club sort de cette journée avec une équipe victorieuse sur quatre. En UFOLEP, le 26/09 les résultats sont meilleurs avec une victoire sur deux.

Plusieurs jeunes débutants ont pu profiter de ce moment pour découvrir la pratique du tennis de table, certains d'entre eux sont depuis présents aux entraînements dédiés aux enfants le vendredi à partir de 17h30. Ces

Lors des prochaines journées de championnat les équipes du club devront améliorer leurs performances pour réussir à atteindre les objectifs de la première phase qui se termine en décembre.

Calendrier des Fêtes			
Date	Organisateur	Type	Lieu
2020			
Samedi 31 octobre	Amicale Laïque	Halloween	Salle J. Brel
Dimanche 22 Novembre	Association La Ferme	Repas	Salle J. Brel
Mardi 24 Novembre	OSARTIS	Spectacle	Salle J. Brel
Samedi 05 Décembre	Comité des Fêtes	Téléthon	Salle J. Brel
Jeudi 10 Décembre	Chorale Viva La Vida	Concert	Eglise
Vendredi 18 Décembre	Ecole	Remise cadeau Noël	Salle J. Brel
Vendredi 18 Décembre	CTTQLM / Amicale	Marché de Noël / surprise	Église
2021			
Dimanche 10 janvier	Commune	Vœux du Maire	Salle J. Brel
Samedi 6 février	Quiéry Fitness	Master zumba	Salle J. Brel
Samedi 20 février	Amicale Laïque	Repas	Salle J. Brel
Samedi 6 mars	Quiéry en balade	Journée 100 % femme	Salle J. Brel
Dimanche 21 mars	Escapades Quiérysiennes	Spectacle	Salle J. Brel
Samedi 24 avril	ASQLM	Repas	Salle J. Brel
Samedi 8 mai	Comité des fêtes	Ducasse	Salle J. Brel
Dimanche 9 mai	Comité des fêtes	Ducasse	Salle J. Brel
Dimanche 30 mai	Chorale Viva La Vida	Rencontre chorales	Salle J. Brel
Week-end 19-20 juin	Quiéry Fitness	Master zumba	Salle J. Brel
Samedi 26 juin	Ecole	Fête de l'école	Salle J. Brel

Ces manifestations risquent d'être annulées en fonction des futures annonces gouvernementales ou préfectorales concernant la crise sanitaire.



PETIT RAPPEL:

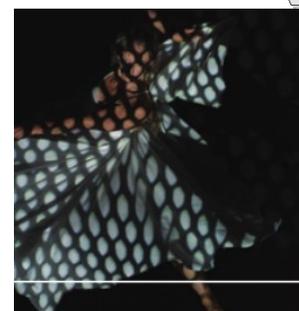
Saison culturelle d'OSARTIS-MARQUION

Renseignements et réservations au 03 21 600 608

www.cc-osartis.com

Réservation indispensable et masque obligatoire.

Danse à partir de 4 ans



24/11 à 19h30
à Quiéry-la-Motte - Danse :
(Danser) à l'oreille des mots

Dépôt légal : à parution

N° ISSN : demande en cours

Directeur de la publication: Frédéric HUMEZ

Rédactrice en chef : Nadine DEJAIGHER

Comité de Rédaction : Bernard GODAR, Jacques GOLAWSKI, Alain LYSONICK, Geneviève ZAJAC

IPNS

Ne pas jeter sur la voie publique