

## Commerçants du mois : J'Admin Solution



J'Admin Solution est une entreprise innovante créée en juin 2024 et basée à Caissargues. Spécialiste dans l'accompagnement administratif personnalisé pour les entrepreneurs de tous secteurs d'activité, sa mission est de soulager les professionnels des tâches administratives afin qu'ils puissent se concentrer pleinement sur leur cœur de métier et évoluer en toute sérénité sur le terrain. Les services proposés sont une gamme complète de services administratifs, adaptés aux besoins spécifiques de chaque entrepreneur : gestion des formalités administratives, gestion des mails, gestion des appels et RDV, traitement des devis et factures, tenue des relances clients, règlements fournisseurs, gestion des notes de frais, marketing et communication

et organisation d'événements et déplacements professionnels. Pour toute demande ou information supplémentaire, n'hésitez pas à contacter J'Admin Solution qui est votre partenaire de confiance pour un accompagnement administratif sur-mesure, vous permettant de vous consacrer entièrement à votre activité principale. Découvrez une nouvelle façon de gérer vos démarches administratives en toute simplicité - Téléphone : 06 48 10 28 13 - Email : jdmnsolution@gmail.com - Facebook : J'admin solution - Instagram : jadmin\_solution923

**Entreprises, commerçants, cet espace de communication gratuit est à vous ! Informations, en mairie, au 04 66 38 11 58, poste 7.**

## Les permanences à la mairie

- Le Pimm's Mobile, service d'aide aux démarches en ligne. Tous les mercredis après-midi à partir de 13h30 sur le parking de la mairie.
- Les assistantes sociales, le mardi en mairie de 9h à 12h, sur RV au 04 66 02 80 33.
- UFC que choisir, le 3ème jeudi du mois en mairie et sans RV de 14h à 16h30.



## Ramassage des encombrants

Mercredi 11 septembre au matin - Contacter Nîmes Métropole au 04 66 02 54 54 ou faire une demande en ligne sur [monservicedechets.com](https://monservicedechets.com) Sont uniquement ramassés les meubles, les matelas et les sommiers, les appareils électroménagers de gros volumes.



## Bienvenue !

A **Lionel Bonnoud** qui reprend la boulangerie pâtisserie, place Marie-Rose Pons - Réouverture en septembre - 06 44 26 94 60.

**Isa Création** - Bijoux à partir de boutons et de cuir recyclés - Isabelle Guilhaumon au 06 98 30 84 69.

## Fenestrou Infos



Septembre 2024

## Les « news » de la communes

- Tennis
- Soirée chant
- 30 ans de la manade Joubert
- Forum des associations
- Vide-greniers
- Cap ou pas cap
- Running
- Concert
- Majorettes
- Commerçant du mois
- Permanences
- Encombrants
- Jazz Nîmes Métropole
- Bienvenue !

Fenestrou n°159  
Septembre 2024

## Responsables publication

Olivier Fabregoul  
Nathalie Puel

Commission relecture  
Carole Domez  
Marjorie Sauvart

## Lundi 2 septembre

Concours de pétanque, grand prix MMA avec la Boule d'Ivoire.

## Vendredi 6 septembre

Soirée chants avec le club Amitiés Loisirs, à l'ancienne mairie, à partir de 19h - Repas tiré du sac - Ouvert à tous.

## Samedi 7 septembre

- Forum des associations au centre Saint-Exupéry de 9h30 à 13h - Moment sympathique et convivial !
- Course de nuit, dans les arènes, proposée par Lou saquetoun.
- La manade Joubert fête ses 30 ans ! 9h : au Mas Sitjar pour déjeuner et assister à une ferrade - A midi : abrivado en centre-ville, suivi d'un apéritif au P'titBar, puis courses dans l'après-midi.

## Dimanche 8 septembre

Retour des vide-greniers mensuels organisés par le club taurin l'Aficion caissarguaise, en Zone Euro 2000 derrière Intermarché - A partir de 6h pour les exposants et de 8h pour le public - Jusqu'à 14h.

## Lundi 9 septembre

Assemblée générale du Centre celtique du Gard, salle Labadou à 19h.

## Mardi 10 septembre

Concours officiel du Provençal avec La Boule d'Ivoire - Boulodrome.

## Dimanche 15 septembre

Courir à Caissargues propose, pour la 8ème édition son traditionnel running, à l'école Mirman : course de 14km, départ 9h30 : 15€; course de 5km, départ 10h : 8€; randonnée de 5km; départ 10h : 8€. Courses limitées à 500 coureurs - Inscriptions sur [endurancechro.com](https://endurancechro.com) ou sur place (possible jusqu'à 10mn avant le départ).

**Spécial enfants**, sans inscription : 7h30 : retrait des dossards, 9h départ des 6 à 9 ans, 9h15 : départ des 10 à 13 ans.



**Tennis club** - Cours d'essai proposés par Richard Martin : **pour les enfants**, mardi 3 et jeudi 5/09 de 17h à 18h30 et le mercredi 4 de 14h à 15h - **Pour les adultes**, mardi 3 et jeudi 5/09 de 18h30 à 19h30 - Permanences pour les inscriptions, le mercredi 4/09 de 14h à 17h, le jeudi 5/09 de 17h à 18h30 et le samedi 7/09 de 14h à 16h - Le club sera présent au forum des associations.

**Samedi 21 septembre**

- Au vu du joli succès qu'a remporté sa 1ère édition, le Comité des jumelages organise la journée italienne à Caissargues ! A partir de 8h30, le centre-ville de Caissargues est imprégné 100% Italie ! Marché artisanal et étals gourmands investissent la place Marie-Rose Pons et la cour du château de Tzaut.
- Journée exceptionnelle au domaine de Billardier, dans le Var, proposée par le club Amitié et Loisirs avec conférence sur le bien-être, apéritif et repas spectacle cabaret - 49€ - Inscriptions au 04 66 67 31 62.

**Lundi 23 septembre**

Assemblée générale des Godillots ailés, salle Fernand Bedos, à 18h.

**Samedi 28 septembre**

Les Motivés ont le plaisir de vous inviter à une soirée concert dans la cour du château de Tzaut avec le groupe Tri'Aje - Entrée gratuite - Buvette et petite restauration - A partir de 19h30 - Réservez vos tables au 06 19 82 60 02.

**Dimanche 29 septembre**

Caissargues pour Tous organise son vide-greniers en centre-ville, de 8h à 16h - Inscrivez-vous avant le 25/09 via [www.caissarguespourtous.com](http://www.caissarguespourtous.com) ou au 07 85 59 50 67.



**Amitiés et Loisirs** a réouvert le 19 août et vous accueille au club (ancienne mairie) - De nouveaux adhérents sont les bienvenus ! Nous leur présenterons nos activités sportives telles que les marches du lundi et du mardi, les cours de gym douce, de gi gong, de rock, de tango ainsi que nos activités manuelles, tricot, peintures et nos jeux, loto, belote... Renseignements en allant directement au club ou en télé-

phonant au 04 66 67 31 62.  
 - Les ateliers de **sophrologie** créative avec Christelle Roche auront lieu le mardi à 10h et le jeudi à 17h, salle Vega (centre St-Exupéry) - 06 58 84 86 23.  
 - Avec Nathalie Garcia Escudéro, reprise des ateliers mensuels du samedi d'**astrologie** de 15h à 17h et les lundis 2, 16 et 30 septembre de 19h à 20h, Nathalie vous transmettra les messages de la lune ! Ateliers/10€ - 06 20 05 59 27.



Vous désirez consacrer un peu de votre temps à permettre aux enfants de développer leur goût pour la lecture ? Bienvenue chez **"Lire et faire lire"** qui mobilise des bénévoles dans toute la France. Si vous avez

plus de 50 ans et souhaitez offrir de votre temps, contactez M. Georges Tasselli au 06 69 70 29 27 - [lireensemble@udaf30.fr](mailto:lireensemble@udaf30.fr) - 04 66 02 17 54 - Union Départementale des Associations Familiales du Gard 152 rue Gustave Eiffel, ZI Grézan, 30034 Nîmes Cedex.

**Cap ou pas cap ?**

Le Comité Départemental Gard FFESSM propose pour ce début de saison, avec l'appui des clubs gardois FFESSM, la 4ème édition de l'action "Cap ou pas cap" ? Une session est prévue et débute à partir du mois d'octobre.

Jeudi 17 octobre : baptême de plongée  
 Jeudi 7 novembre : nage avec palmes  
 Jeudi 12 décembre : apnée  
 Jeudi 9 janvier 2025 : nage ondulatoire avec queue de sirène  
 Piscine Pablo Neruda, à Nîmes, de 21h à 22h30 - Inscriptions sur [feminisation@ffessm30.fr](mailto:feminisation@ffessm30.fr) - cf.page 3.