

RE/MAX REVIEW

LA GAZETTE BALMANAISE

MAI 2024

N°3



Acheter dans le neuf ou l'ancien ?

C'est une question fréquemment posée par les futurs acquéreurs.

Voici quelques éléments pour vous aider à prendre une décision éclairée :

Neuf

Avantages financiers : *Prêt à taux zéro (PTZ)* : Si vous achetez un logement neuf à Toulouse, vous pourriez être éligible au PTZ, qui permet d'emprunter sans intérêts pour financer une partie de votre achat.

Fiscalité avantageuse : L'achat dans le neuf peut vous offrir des avantages fiscaux, comme la loi Pinel, qui encourage l'investissement locatif.

Réduction des frais de notaire : Les frais de notaire sont généralement moins élevés pour l'achat d'un bien neuf que pour un bien ancien.

Personnalisation : *Choix des finitions* : En achetant dans le neuf, vous pouvez personnaliser votre logement en choisissant les matériaux, les couleurs, et les équipements.

Disposition des pièces : Certains programmes immobiliers neufs à Toulouse offrent la possibilité de personnaliser la disposition des pièces selon vos besoins.

Normes de qualité et énergétiques : *Isolation thermique et phonique* : Les constructions neuves respectent les normes en matière d'isolation, ce qui vous assure un confort optimal et des économies d'énergie.

Ancien

Charme et histoire : *Maisons de caractère* : À Toulouse, vous trouverez des maisons anciennes avec des éléments architecturaux uniques, comme les fameuses briques toulousaines.

Appartements haussmanniens : Les quartiers historiques regorgent d'appartements avec de hauts plafonds, des parquets anciens et des cheminées.

Emplacement : *Centre-ville* : Les biens anciens sont souvent situés dans le cœur de la ville, à proximité des commerces, des transports en commun et des écoles.

Quartiers prisés : Des quartiers comme le Capitole, Saint-Cyprien, et Carmes offrent un cadre de vie agréable et authentique.

Prix plus abordables : *Opportunités de négociation* : Les prix de l'ancien sont souvent plus flexibles, et vous pouvez négocier avec le vendeur.

Investissement locatif : Acheter un bien ancien pour le louer peut être une stratégie intéressante, notamment dans les quartiers prisés de Toulouse.

RE/MAX REVIEW

LA GAZETTE BALMANAISE

MAI 2024

N°3

AU PROGRAMME

| | |
|--------------------------------------|----------------|
| LES ASTUCES DU MOIS | <i>page 2</i> |
| IMMOBILIER : LES NEWS | <i>page 3</i> |
| IMMOBILIER : LES TAUX | <i>page 4</i> |
| DÉMÉNAGEMENT ET IMMOBILIER | <i>page 5</i> |
| LE PROGRAMME DU MOIS D'AVRIL | <i>page 6</i> |
| ZOOM SUR LES DATES CLÉS DE BALMA | <i>page 7</i> |
| PRÉSENTATION D'UN COMMERCE BALMANAIS | <i>page 8</i> |
| NOS BIENS À LA VENTE & LOCATION | <i>page 9</i> |
| QUI SOMMES-NOUS ? | <i>page 12</i> |
| LES PROCHAINS MATCHS | <i>page 13</i> |
| LES NUMÉROS D'URGENCE | <i>page 14</i> |
| HOROSCOPE D'AVRIL | <i>page 16</i> |
| LES BONS PLANS DES GOURMANDS | <i>page 17</i> |
| QUELQUES ASSOCIATIONS BALMANAISES | <i>page 18</i> |
| L'ESPACE CRÉATIF | <i>page 19</i> |

RE/MAX REVIEW

LES ASTUCES DU MOIS



Adopter ces astuces au mois de mai vous permettra de vous organiser tout en vous préparant à profiter pleinement des mois à venir !

Mai sera le meilleur mois pour optimiser ses jours de congés en 2024 !

Il vous sera possible de profiter de 2 week-ends de 5 jours en posant seulement 2 jours à chaque fois ! Il vous sera également possible de partir 16 jours en vacances en ne posant que 7 jours de congés, du samedi 27 au avril au dimanche 12 mai !

Envie de prendre le large ?

Voici quelques idées de destinations à côtés de Toulouse !

Bordeaux

Connue pour son vin, Bordeaux offre une riche culture artistique et gastronomique. *Les attractions populaires comprennent la Cathédrale Saint-André de Bordeaux, le Miroir d'eau et la Place de la Bourse.*

Tarbes

Cette charmante ville des Hautes-Pyrénées offre une riche culture, une cuisine délicieuse et une histoire fascinante. *Le Jardin Massey, la Cathédrale Notre-Dame de la Sede et le Musée des Hussards sont parmi les attractions à ne pas manquer.*

Carcassonne

Cette cité médiévale est un incontournable pour les amateurs d'histoire et d'architecture.

Leucate

Cette perle côtière est la destination idéale si vous êtes fan de sports nautiques ou si vous voulez passer une journée à Aqualand.

Les activités à prévoir sur Toulouse

Candlelight spring

du 19 avril au 15 mai 2024.

Festival de l'Opéra à Toulouse

du 3 au 5 mai 2024.

Les projets importants à Toulouse

Ligne C

Les tunneliers de la ligne C arriveront sur site, au printemps 2024.

Travaux de la LGV Toulouse-Bordeaux

Ceux-ci débiteront en début d'année 2024 du côté de la Ville rose.

Le pont Saint-Pierre piétonnisé 4 mois / an

Le pont Saint-Pierre sera interdit aux voitures quatre mois par an, de juin à septembre.

RE/MAX REVIEW

LES ASTUCES DU MOIS

Mais est un excellent mois pour planter vos légumes et vos fleurs !

Taille des Rosiers

Élimine les branches mortes ou malades, ainsi que celles qui se croisent.

Laisse environ 5 à 6 bourgeons sur chaque branche pour favoriser la floraison.

Préparation des sols

Avant de planter tes cultures d'été, prépare bien le sol. Retire les mauvaises herbes et ameublis la terre.

Ajoute du compost ou de l'engrais organique pour enrichir le sol en nutriments.

Arrosage Régulier

En mai, les températures commencent à augmenter. Veille à arroser régulièrement tes plantes, surtout celles en pot.

Arrose le matin ou en fin de journée pour éviter l'évaporation rapide de l'eau.

Choix des cultures adaptées

Optez pour des plantes adaptées au climat toulousain.

Les tomates, les courgettes, les poivrons et les herbes aromatiques sont de bons choix.

Sème des fleurs mellifères pour attirer les abeilles et favoriser la pollinisation.

N'oublie pas d'observer tes plantes régulièrement et d'ajuster tes soins en fonction de leurs besoins spécifiques !

Protection contre les Ravageurs

Inspecte tes plantes pour détecter la présence d'insectes nuisibles.

Utilise des méthodes naturelles comme le savon insecticide ou les prédateurs naturels (coccinelles, chrysopes).

Place des barrières physiques pour protéger tes cultures des limaces et escargots.



RE/MAX REVIEW

IMMOBILIER : LES NEWS

Maintenant que nous avons analysé la baisse des prix, intéressons-nous aux quartiers toulousains qui connaissent une transformation significative.

Ces quartiers offrent des opportunités d'achat uniques pour les futurs propriétaires !



Guillaumet : Un Quartier en Essor

Situé à proximité immédiate du viaduc de la ligne A du métro, dans le sud-est de Toulouse.

Projets en Cours : Construction de 1 200 logements, dont des appartements neufs et des maisons individuelles.

Développement de 8 500 m² de bureaux pour les professionnels.
Création de 5 800 m² d'espaces commerciaux.

Attraits : La revitalisation de cette zone en fait un lieu attractif pour les acheteurs et les investisseurs.

Proximité des transports en commun et des commodités

Toulouse Aerospace : Montaudran

Historique : Montaudran est un quartier chargé d'histoire aéronautique, et il est en train de se réinventer.

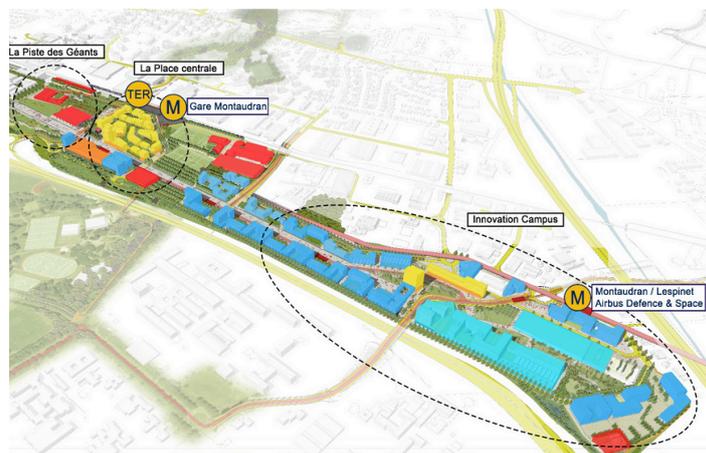
Projets en Cours : Espaces Clément Ader et Halle de la Machine : Des lieux culturels et innovants.

Liaison Multimodale Sud-Est (LMSE) : Amélioration des connexions de transport.

Jardins de la Ligne et Résidence Universitaire Kley Toulouse, des espaces verts et logements étudiants.

Attraits : Mélange d'histoire et d'innovation.

Proximité des entreprises aérospatiales et des universités.



Parvis Brienne : Réinventer l'Espace Urbain

Transformation Urbaine : Le parvis Brienne est en pleine mutation, avec un projet visant à réinventer cet espace urbain.

Opportunités : Investissements immobiliers dans un quartier en plein renouveau.

Valorisation potentielle des biens immobiliers à long terme.

Proximité du centre-ville et des berges de la Garonne.



RE/MAX REVIEW

IMMOBILIER : LES TAUX

source : meilleursagents.fr

ÉVOLUTION DU MARCHÉ BALMANAIS

Tous biens confondus



sur 20 ans

Meilleur taux
immobilier

3,58 %

Taux immobilier
moyen

3,65 %

Pour obtenir plus d'informations en fonction de votre situation vous pouvez vous adresser à notre partenaire dédiée à ce sujet. Elisabeth CHATAIL-RIGOLLEAU, conseiller et courtière en prêts & crédits immobiliers Taux Moins Cher sur la région toulousaine, elle sera ravie de répondre à votre demande et de vous aider à obtenir votre prêt ou crédit immobilier !



Elisabeth

CHATAIL-RIGOLLEAU

conseiller & courtière en prêts et crédits
immobiliers

06.95.94.32.24

toulouse@tauxmoinscher.fr


Taux Moins Cher

RE/MAX REVIEW

LE HOME STAGING POUR UNE VENTE OPTIMALE !

Le marché immobilier est souvent compétitif, et pour vendre votre propriété rapidement et au meilleur prix, il est essentiel de la présenter sous son meilleur jour. C'est là que le home staging entre en jeu.

CRÉER UNE PREMIÈRE IMPRESSION MÉMORABLE

La première impression est cruciale lorsqu'il s'agit de vendre un bien immobilier. Le home staging vise à impressionner les visiteurs dès qu'ils franchissent la porte d'entrée. En mettant l'accent sur le nettoyage en profondeur, le désencombrement et l'organisation de l'espace, le home staging permet de présenter votre propriété sous son meilleur jour.

METTRE EN VALEUR LES POINTS FORTS

Chaque propriété a ses atouts. Le home staging consiste à les mettre en évidence pour attirer l'attention des acheteurs potentiels. Cela peut inclure la réorganisation des meubles pour maximiser l'espace, l'ajout de touches décoratives pour créer une atmosphère chaleureuse, ou même des rénovations mineures pour moderniser l'apparence de la maison.

En présentant votre propriété de manière professionnelle et attrayante, le home staging peut réduire le temps qu'elle passe sur le marché. Les propriétés bien présentées ont tendance à se vendre plus rapidement, ce qui peut vous faire économiser du temps et de l'argent sur les coûts de maintien de la propriété.

FAVORISER L'IMAGINATION DES ACHETEURS

Un des objectifs clés du home staging est d'aider les acheteurs à se projeter dans la propriété. En neutralisant la décoration et en utilisant des couleurs et des styles universels, le home staging permet aux acheteurs de visualiser plus facilement leur vie dans l'espace, ce qui peut accroître leur désir d'achat.

Elle vous accompagne !



Notre partenaire : LIGNE ET CRÉATION, est prête à vous conseiller pour vos futurs projets de Home Staging ! Une large gamme de services est mis à votre disposition pour améliorer vos intérieurs ! Céline est une professionnelle qualifiée, organisée et réactive, n'hésitez pas à la contacter !

Pour obtenir plus d'informations en fonction de votre situation vous pouvez vous adresser à notre partenaire dédiée à ce sujet. Céline BACQUE, dirigeante de la société LIGNE ET CRÉATION sur la région toulousaine, elle sera ravie de répondre à votre demande et de vous aider à réaliser votre projet en toute confiance !



**Céline
BACQUE**

directrice de la société
LIGNE ET CRÉATION

06.98.50.54.58

contact@ligne-et-creation.com



accès au site internet

RE/MAX REVIEW

LE PROGRAMME DU MOIS DE MAI

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|----------------------------|-----------|--|---|--|-----------|--|
| | | 1 Fête du Muguet  Fête du travail | 2 | 3 Journée mondiale du soleil  | 4 | 5 Journée internationale de la sage-femme  |
| 6 | 7 | 8 Armistice 1945 | 9 Journée de l'Europe  ASCENSION | 10 | 11 | 12 Journée internationale des infirmières |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 Pentecôte | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 La Fête des mères  |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 La fête des voisins  | | |

RE/MAX REVIEW

ZOOM SUR LES DATES CLÉS DE BALMA

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|--|---|---|---|---|---|
| | | 1 Grand prix cycliste du Muguet circuit de 3,8km  | 2 Exposition photos Médiathèque municipale du 02/04 au 18/04 | 3 | 4 | 5 Vide grenier solidaire Salle polyvalente 7h à 18h  |
| 6 | 7 | 8 Commemoration de la victoire du 8 mai 1945 Place de la Libération  | 9 | 10 Concours de pétanque 14h30 à 23h La boule balmanaise  | 11 € Exposition canine nationale 9h à 18h Complexe sportif Latécoère  | 12 € Exposition canine nationale 9h à 18h Complexe sportif Latécoère  |
| 13 | 14 Braderie d'été Secours Populaire Balma 14/04 au 17/04  | 15 Portes ouvertes FLAG FOOT Parc de Lagarde 20h à 22h  | 16 € Afterwork de réseautage Coco Club 18h  | 17 | 18 | 19 |
| 20 Super 14 Stade Municipal 8h à 18h  | 21 | 22 Fresque numérique Maison municipale de l'environnement 18h30 à 21h30 | 23 | 24 Fête internationale du jeu 2ème édition Maison du quartier Vidailhan 16h à 22h | 25 Spectacle de la fête des mères Auditorium de l'Hôtel de Ville 16h à 22h  | 26 Match de Football seniors RI Stade municipal 15h  |
| 27 | 28 Exposition de peintures et de sculptures Galeries des Arts 10h-12h et 15h-19h du 28/04 au 05/05  | 29 | 30 | 31 | | |

RE/MAX REVIEW

PRÉSENTATION D'UN COMMERCE BALMANAIS !



ANGÉLIQUE FOURNIAL est diplômée depuis 2016 et ouvre son centre esthétique sur Toulouse en 2017 sur les Allées Jean Jaures. Elle se forme chaque année sur les mêmes prestations pour être toujours plus performante et offrir à ses clientes le meilleur des travail.

UN CENTRE DE BEAUTÉ & DE FORMATION

Le centre met à votre disposition son savoir-faire pour les métiers de la beauté naturelle. Le centre de formation sur Toulouse à été créé en 2019, par Angélique, au fil des années, elle a développé ses offres de formations et faire référence dans la région Occitanie. Elle est dynamique, sérieuse, son professionnalisme et son adaptation font toujours partie de son être. Angélique a à coeur de vous transmettre sa passion pour les métiers de la beauté.

Pour un apprentissage optimal, nos engagements :

- Des formateurs qualifiés et expérimentés
- Formation en petit effectif
- Livret de cours pour chaque formation
- Mise à disposition des modèles, des produits et du matériel

Pour les professionnels, demandeurs d'emploi et débutants

Professionnels, débutants, demandeurs d'emploi, venez vous former et développer vos compétences professionnelles.



Instagram @angéliquefournial

Découvrez une variété de services chez Angélique, conçus pour mettre en valeur votre beauté naturelle ! Profitez du maquillage permanent, de l'épilation à la cire ou définitive, des soins revitalisants, du rehaussement des cils et sourcils, de la manucure à la pédicure, jusqu'au bronzage et au henné. Les tarifs attractifs sont parfaits pour vous faire plaisir ou offrir à l'occasion d'événements spéciaux.

Ouvert le **lundi, mardi, jeudi et vendredi**

- de 9h30 à 17h
- de 15h à 18h45

Ouvert le **mercredi et le samedi sur rendez-vous.**

Adresse : 45 Résidence des Pyrénées 31130 Balma.

Contact au **06 47 38 35 93**

ou par mail : angeliquefournial@gmail.com



RE/MAX REVIEW

NOS BIENS À LA VENTE !



AUCAMVILLE (31140)

Maison sur deux niveaux de 100m² chacun.
Les deux niveaux seront transformés en deux colocations de 6 micros studios meublés. (douche, toilette, lit, bureau, tv...)

- **10,4 % de rentabilité NET**
- **Projet clé en main**

600 000€*

Travaux compris

Frais d'agence inclus soit 18 000€ TTC à la charge de l'acquéreur

BALMA (31130)

PROGRAMME NEUF. Au 2ème étage avec ascenseur.
Appartement T3, au centre de Balma dans une résidence fermée et sécurisée. Avec place de parking.

- 61m² habitables
- 2 chambres dont une avec placards
- Loggia de 23m²
- RT 2012, Loi PINEL
- Prestations de qualité

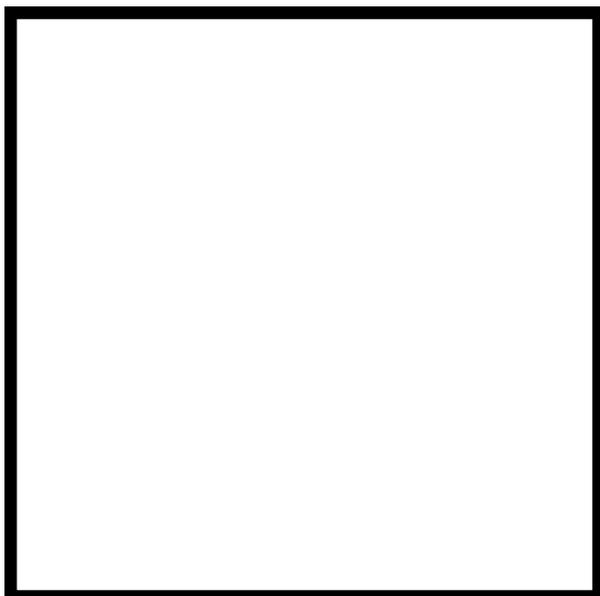
307 500€*

Frais d'agence inclus soit 15 375€ TTC à la charge du vendeur



RE/MAX REVIEW

C'EST L'HEURE DE PARLER : PROJET & LOCATION !



CARMES (31000)

Appartement T2 meublé situé au centre du quartier Les Carmes à Toulouse.

- x étage
- Séjour : xm²
- Chambre : xm²
- Extérieur

600 000€*

Les charges comprennent :
Honoraires d'agence de x€ TTC à la charge du locataire

BLAGNAC (31700)

Centre de Blagnac à proximité du tramway, des bus, des commerces...

- Logement de 92m² de 4 chambres meublées
- 3ème étage avec ascenseur
- Logement entièrement meublé et rénové à neuf
- Chauffage collectif, climatisation réversible, literie en 140, espace bureau et armoire.

530€*

*dont 460€+70€ de provision pour charges
(charges de copropriété, internet fibre Orange, contrat EDF, contrat d'entretien annuel des climatisations).



Honoraires d'agences à 149,01€

RE/MAX REVIEW

NOTRE BIEN COUP DE CŒUR !



SAINT SAUVEUR (31790)

Maison de 132 m² avec grand jardin arboré sur un terrain de 1695 m².

Excellent état ! Bien conçue. Très agréable à vivre.

- 132m² loi Carrez
- 3 chambres dont une avec salle d'eau
- Entièrement de plain-pied
- Terrain piscinable
- Garage de 127m²

390 000€*

*Frais d'agence inclus soit 15 000€ TTC à la charge de l'acquéreur

RE/MAX REVIEW

RENCONTRONS-NOUS !

Découvrez nos nouvelles expositions d'art !

Notre agence met en lumière les talents d'artistes toulousains !

Nous aurons le plaisir d'exposer les œuvres d'une nouvelle artiste en ce début de mois de mai !
Des tableaux authentiques qui mettent en avant l'art de l'abstrait et de la disposition des textures.

Venez découvrir ses talents dans nos locaux RE/MAX Kanôpii !

- 25 Avenue des Arènes, 31130 BALMA
- Ouverture du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h
- Entrée libre

Le jeudi 23 mai : Soirée Réseautage

Une soirée conviviale qui vous permettra de rencontrer des professionnels de tout corps de métiers autour d'un bon apéritif dinatoire sur la thématique napolitaine !

Nous sommes ravis de vous donner rendez-vous pour cette découverte enrichissante ! Organisé au pieds de nos locaux, vous disposerez de toute la soirée pour vous présenter aux autres professionnels.

Au menu : dégustation de vins par Vins d'Ange, découverte d'une sélection de pizzas Napolitaines par BABBO et service de desserts : pains à pizza au four avec nappage au chocolat noisettes et glace artisanale au choix !

Une occasion en or pour agrandir son réseau et faire de nouvelles relations qui pourraient aboutir en clientèle.

- 25 Avenue des Arènes, 31130 BALMA
- à partir de 19h30
- 25€ TTC / personne
- Inscription sur via un lien YURPLAN
(la direction se réserve le droit d'acceptation de l'inscription)

Scannez le QR CODE
pour vous inscrire !



RE/MAX REVIEW

LA PAGE SPORTIVE TOULOUSAINE

TFC - Toulouse Football Club



TOULOUSE FC vs MONTPELLIER HSC

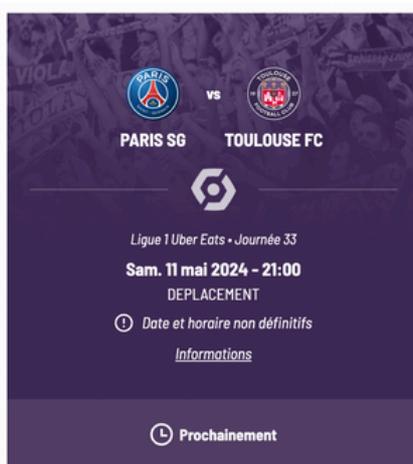
Ligue 1 Uber Eats • Journée 32

Sam. 04 mai 2024 - 21:00

STADIUM

🕒 *Date et horaire non définitifs*

RÉSERVER



PARIS SG vs TOULOUSE FC

Ligue 1 Uber Eats • Journée 33

Sam. 11 mai 2024 - 21:00

DEPLACEMENT

🕒 *Date et horaire non définitifs*

[Informations](#)

🕒 Prochainement



TOULOUSE FC vs BREST

Ligue 1 Uber Eats • Journée 34

Sam. 18 mai 2024 - 21:00

STADIUM

🕒 *Date et horaire non définitifs*

RÉSERVER

Stade Toulousain - Rugby Toulouse



STADE TOULOUSAIN vs STADE FRANCAIS

TOP 14

CHAMPIONNAT - TOP 14 • Journée 23

Dim. 12 mai 2024 - 10:32

STADE ERNEST-WALLON

🕒 *Date et horaire non définitifs*

Réserver

RE/MAX REVIEW

LES NUMÉROS D'URGENCE

Votre assureur



Jean-Baptiste WITTEMANS



06 48 68 01 24

Accès au site internet



Votre paysagiste



Yann PORTES



05 61 85 39 18

Accès au site internet



Votre maître d'œuvre



William GUISTI



06 16 19 29 57

15

SAMU

17

POLICE

18

POMPIERS

112

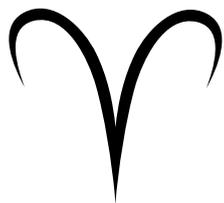
APPEL URGENCE
EUROPÉEN

114

PAR SMS
pour les personnes
malentendantes

RE/MAX REVIEW

CE QUE AVRIL VOUS RÉSERVE...



Bélier

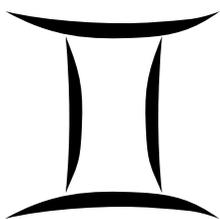
21 mars au 20 avril

- **amour (célibataire):** les sorties et les événements sociaux sont favorisés.
- **amour (en couple):** les liens se renforcent, et la communication est excellente.
- **travail:** des défis stimulants peuvent apparaître.
- **chance:** la chance sera de votre côté si vous restez positif et ouvert aux opportunités.

Taureau

21 avril au 20 mai

- **amour (célibataire):** une rencontre significative est à venir.
- **amour (en couple):** la stabilité règne dans les relations amoureuses.
- **travail:** de nouvelles opportunités de carrière peuvent se présenter.
- **chance:** la chance vous sourira si vous restez persévérant et confiant.



Gémeaux

21 mai au 21 juin

- **amour (célibataire):** vous serez attiré par quelqu'un d'intéressant. explorez de nouvelles amitiés.
- **amour (en couple):** les relations existantes s'épanouissent. communiquez ouvertement avec votre partenaire.
- **travail:** restez ouvert aux opportunités professionnelles.
- **chance:** la chance vous accompagnera si vous êtes flexible et prêt à explorer de nouveaux horizons.

Cancer

22 juin au 22 juillet

- **amour (célibataire):** en harmonie avec votre entourage. une amitié peut évoluer vers une romance.
- **amour (en couple):** remplies de douceur, prévoyez des moments de complicité.
- **travail:** la stabilité règne dans votre travail.
- **chance:** la chance vous sourira si vous restez ouvert à de nouvelles relations et opportunités.



Lion

23 juillet au 22 août

- **amour (célibataire):** soyez confiant dans vos interactions.
- **amour (en couple):** exprimez vos désirs et explorez de nouvelles expériences ensemble.
- **travail:** restez ouvert aux nouvelles propositions.
- **chance:** la chance sera de votre côté si vous osez sortir de votre zone de confort.

Vierge

23 août au 22 septembre

- **amour (célibataire):** prenez le temps de vous connaître avant de vous engager.
- **amour (en couple):** concentrez-vous sur la croissance personnelle et relationnelle.
- **travail:** restez concentré sur votre carrière et trouvez un équilibre entre vie pro et perso
- **chance:** la chance vous accompagnera si vous êtes discipliné et organisé.

RE/MAX REVIEW

CE QUE AVRIL VOUS RÉSERVE...



Balance

23 septembre au 22 octobre

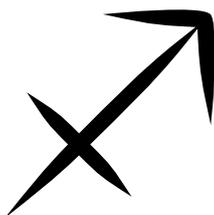
- **amour (célibataire):** soyez honnête avec vos intentions.
- **amour (en couple):** communiquez avec votre partenaire pour résoudre tout problème.
- **travail:** soyez ouvert aux opportunités professionnelles. la diplomatie sera votre atout.
- **chance:** la chance sera de votre côté.

Scorpion

22 octobre au 21 novembre



- **amour (célibataire):** soyez ouvert à l'intimité émotionnelle.
- **amour (en couple):** partagez vos sentiments avec votre partenaire.
- **travail:** l'authenticité sera votre force.
- **chance:** la chance vous accompagnera si vous êtes authentique et sincère dans vos actions.



Sagittaire

22 novembre au 21 décembre

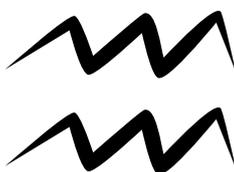
- **amour (célibataire):** explorez de nouvelles activités ensemble.
- **amour (en couple):** planifiez des escapades romantiques.
- **travail:** soyez prêt à vivre de nouvelles expériences professionnelles.
- **chance:** la chance sera de votre côté si vous restez optimiste et aventureux.

Capricorne

22 décembre au 20 janvier



- **amour (célibataire):** assurez-vous de trouver un équilibre.
- **amour (en couple):** investissez dans votre vie familiale.
- **travail:** concentrez-vous sur votre carrière et trouvez des opportunités de croissance.
- **chance:** la chance vous accompagnera si vous restez discipliné et concentré.



Verseau

21 janvier au 19 février

- **amour (célibataire):** rencontrez des personnes aux intérêts similaires.
- **amour (en couple):** passez du temps de qualité ensemble.
- **travail:** soyez ouvert aux opportunités professionnelles et à de nouvelles idées.
- **chance:** la chance vous sourira si vous restez ouvert d'esprit et prêt à innover.

Poisson

19 février au 20 mars



- **amour (célibataire):** écoutez votre instinct dans les rencontres.
- **amour (en couple):** exprimez vos sentiments sincères.
- **travail:** la créativité sera votre alliée.
- **chance:** la chance sera de votre côté si vous suivez votre intuition et exprimez vos émotions.

RE/MAX REVIEW

LES BONS PLANS DES GOURMANDS !

FRUITS ET LEGUMES DE SAISON

Légumes



Asperge Fèves
Artichaut Laitue
Betterave Navet
Blette Radis
Concombre Petits-pois
Fenouil
Epinard



Fruits

Fraise 
Rhubarbe
Pomelo

LE MARCHÉ BALMANAIS

Les Mercredis et Samedis



de **8h00** à **13h00**



*Avenue des Mimosas
31130 BALMA*

QUICHE AUX COURGETTES, SAUMON ET MOZZARELLA !

POUR 4 PERSONNES

Les ingrédients

- Pâte(s) brisée(s)
- 150g de saumon fumé
- 1 oignon
- 3 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- Huile d'olive
- 1 boule de mozzarella
- 3 courgettes
- 3 cuillères à soupe de crème liquide à 3 % de MG
- Ciboulette

Les ustensiles

- 1 sauteuse
- 1 couteau
- 1 fourchette
- 1 four
- 1 poêle
- 1 balance de cuisine

La préparation

25 minutes

- 1** Préchauffez votre four à th.6 (180°C)
- 2** Râpez les courgettes et coupez le saumon fumé en lamelles. Emincez finement l'oignon.

Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon émincé dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez-y les courgettes râpées et laissez suer sur feu doux jusqu'à ce que toute l'eau se soit évaporée. Ajoutez alors le saumon fumé et mélangez.
- 3** Étalez la pâte brisée dans un moule à tarte et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Répartissez le mélange courgettes/saumon fumé. Mélangez le fromage blanc avec la crème liquide et la ciboulette.
- 4** Versez cette préparation sur les courgettes. Coupez la mozzarella en fines lamelles et répartissez-la sur le dessus.
- 5** Enfournez pour 40 minutes. Servez chaud la quiche aux courgettes, saumon et mozzarella

RE/MAX REVIEW

QUELQUES ASSOCIATIONS BALMANAISES



BALMA BOXING CLUB

Section multiboxe alliant le cardio training en musique et le perfectionnement technique. Permet d'acquérir des bases techniques et une bonne condition physique pour les débutants comme les confirmés et surtout de se défouler au sac !

Vous apprendrez des techniques de combat et de défense, sollicitez votre rythme cardiaque et améliorerez vos capacités cardio-vasculaires. Vous brûlerez des calories avec efficacité et renforcerez vos capacités musculaires. Vous travaillerez votre coordination, votre réactivité et votre agilité en oubliant votre stress, vos tensions et vos frustrations !

Et tout cela dans une ambiance conviviale où le respect est de mise !

Site internet :



Participer aux activités !



balma boxing club.fr

Le club :

- Valider les conditions pour adhérer à notre club de boxe à Balma (*voir le site internet*)
- Notre coach : Saliha Ouchen

VOLLEY BALMA QUINT-FONSEGRIVES

Initialement, le club s'appelait le Volley-Ball Quint-Fonsegrives. Il est désormais réparti sur les deux communes de Balma et Quint-Fonsegrives.

Ses actions s'étendent également dans le domaine scolaire, puisque le club s'investi dans les activités périscolaires.

Site internet :



Commencer maintenant !



- Fondé en 1989
- Association loi 1901
- Affilié FSCT & FFVB

RE/MAX REVIEW

POUR LES ENFANTS ET LES PLUS GRANDS



RE/MAX REVIEW

À VOS STYLOS !

Les SUDOKU

FACILE

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 | 8 | | | | 4 | 3 | 7 |
| 9 | | | | | 6 | | 2 | 1 |
| | | | | | | | 6 | 8 |
| 1 | | 2 | | 8 | 7 | | | |
| 8 | | | 9 | | 4 | | | 2 |
| | | | 3 | 5 | | 1 | | 4 |
| 4 | 9 | | | | | | | |
| 2 | 1 | | 4 | | | | | 6 |
| 3 | 8 | 5 | | | | 2 | 4 | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 8 | 2 | 1 | 0 | 1 | 5 | 4 | 0 |
| 5 | 1 | 1 | 4 | 3 | 0 | 8 | 2 | 0 |
| 4 | 0 | 0 | 2 | 5 | 8 | 1 | 1 | 3 |
| 1 | 0 | 0 | 3 | 2 | 5 | 1 | 8 | 4 |
| 8 | 2 | 3 | 0 | 1 | 4 | 0 | 1 | 5 |
| 1 | 4 | 5 | 0 | 8 | 1 | 3 | 0 | 2 |
| 2 | 1 | 1 | 5 | 4 | 3 | 0 | 0 | 8 |
| 0 | 3 | 4 | 8 | 1 | 0 | 2 | 5 | 1 |
| 0 | 5 | 8 | 1 | 0 | 2 | 4 | 3 | 1 |

MOYEN

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 5 | 4 | | | 1 | | 8 |
| 6 | | 9 | 1 | | 7 | | 4 | |
| | | | | 8 | 6 | | 5 | |
| | 4 | | | | | | 3 | |
| | 2 | | | | | 5 | | |
| | 7 | | | | | | 2 | |
| | 3 | | 7 | 6 | | | | |
| | 6 | | 5 | | 1 | 4 | | 3 |
| 2 | | 1 | | | 3 | 6 | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 2 | 1 | 0 | 4 | 3 | 0 | 8 | 1 |
| 8 | 0 | 1 | 2 | 5 | 1 | 4 | 0 | 3 |
| 0 | 3 | 4 | 1 | 0 | 8 | 5 | 1 | 2 |
| 1 | 1 | 0 | 3 | 0 | 2 | 8 | 5 | 4 |
| 3 | 0 | 5 | 8 | 1 | 4 | 2 | 1 | 0 |
| 2 | 4 | 8 | 0 | 1 | 5 | 0 | 3 | 1 |
| 4 | 1 | 3 | 5 | 8 | 0 | 1 | 2 | 0 |
| 0 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 5 | 2 | 4 | 3 | 0 | 1 | 0 | 8 |

DIFFICILE

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 9 | 8 | | 7 | | |
| | 3 | | 6 | | | | | |
| 1 | 9 | | | 5 | | | | 2 |
| | | 9 | | | | | 1 | 7 |
| | 5 | | | 1 | | | 3 | |
| 4 | 6 | | | | | 8 | | |
| 8 | | | | 4 | | | 7 | 9 |
| | | | | | 8 | | 2 | |
| | | 4 | | 9 | 3 | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 1 | 4 | 5 | 0 | 3 | 1 | 0 | 8 |
| 0 | 1 | 0 | 2 | 1 | 8 | 3 | 5 | 4 |
| 8 | 5 | 3 | 1 | 4 | 0 | 2 | 1 | 0 |
| 4 | 0 | 1 | 1 | 3 | 5 | 8 | 0 | 2 |
| 5 | 2 | 1 | 8 | 1 | 0 | 4 | 3 | 0 |
| 3 | 8 | 0 | 4 | 0 | 2 | 5 | 1 | 1 |
| 1 | 0 | 8 | 3 | 2 | 1 | 0 | 4 | 5 |
| 1 | 3 | 2 | 0 | 5 | 4 | 0 | 8 | 1 |
| 0 | 4 | 5 | 0 | 8 | 1 | 1 | 2 | 3 |

Les mots cachés

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| I | E | N | J | Z | B | L | P | E | B | O | V | O | E | E |
| R | P | D | V | B | I | O | G | L | V | I | E | I | R | R |
| B | E | Z | A | E | F | A | U | U | U | O | J | S | È | U |
| A | R | I | L | N | N | G | L | R | P | I | B | E | I | D |
| M | T | O | N | I | E | Q | N | L | G | S | E | A | M | R |
| L | S | C | D | A | A | M | N | O | E | E | Q | U | U | E |
| R | U | R | W | W | T | D | O | P | I | R | O | X | L | V |
| U | A | E | V | U | O | N | E | R | U | S | G | N | F | M |
| J | D | N | P | I | C | N | I | C | P | F | O | I | S | O |
| L | É | V | X | I | U | A | P | R | L | R | K | L | E | O |
| S | G | L | P | R | J | D | X | E | P | Y | M | H | C | S |
| N | E | G | P | U | D | M | U | B | X | X | C | Z | T | É |
| E | L | L | A | S | K | R | D | O | U | C | E | U | R | K |
| J | G | L | B | M | S | N | O | L | L | I | P | A | P | D |
| S | E | R | U | T | A | R | É | P | M | E | T | O | P | B |

1. FLEURS
2. RENOUEAU
3. ÉCLOSION
4. VERDURE
5. SOLEIL
6. DOUCEUR
7. BOURGEONS
8. OISEAUX
9. TEMPÉRATURES
10. PRINTANIER
11. JARDINAGE
12. PICNIC
13. PLUIE
14. PAPILLONS
15. PROMENADE
16. LUMIÈRE
17. ALLERGIES
18. RESSOURCEMENT
19. DÉGEL
20. FRAÎCHEUR

C'ÉTAIT

LA GAZETTE BALMANAISE

présentée par



kanopii

Votre centre immobilier collaboratif Toulousain !



Faites partie de la
TEAM RE/MAX !

 **05 32 09 28 76**

 **kanopii@remax.fr**

www.remax.fr/kanopii