

Association culturelle géorgienne

L'association culturelle géorgienne a pour but la rencontre des cultures française et géorgienne. Elle organise des cours de danse traditionnelle ouverts à tous et anime une émission radiophonique pour découvrir dans les deux langues, la richesse de la culture de Géorgie.

Renseignements et inscriptions : Jean Gabriel Djavachvili 06 72 73 83 39 - jgadj@sf.fr
Catherine Kardava 06 64 02 97 06 - ekardava@yahoo.fr



Au programme de votre semaine (M.Q. du Castelviel)

> Lundi

- Castelviel Loisirs 10h30 – 11h30
 - Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - France Alzheimer 14h30 – 17h00
 - Castelviel Loisirs 18h30 – 19h30
 - Modus Vivendi 20h30 – 22h30

> Jeudi

- Motz'haic (yoga) 10h00 – 11h30
 - Castelviel Loisirs 12h15 – 13h15
 - Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - Motz'haic (yoga) 18h00 – 19h30
 - Les vrais dévins 19h15 – 22h00

> Mardi

- Castelviel loisir 9h30 – 10h30
 - Club du rire 12h00 – 13h30
 - Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - Club du rire 18h00 – 19h30
 (2e et 3e du mois) 20h00 – 21h30

> Vendredi

- Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - Castelviel Loisirs 18h30 – 20h30

> Samedi

- Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - Club des chiffres et des lettres 13h30 – 17h30

> Dimanche

- Association Géorgienne 10h00 – 18h00

> Mercredi

- Castelviel Loisirs 9h15 – 10h15
 - Castelviel Loisirs 10h30 – 11h30
 - Les Amis du Castelviel 14h00 – 18h00
 - Castelviel Loisirs 19h15 – 20h15
 - Les Petits Points 17h00 – 19h00



Comité de quartier du Rudel

L'association concourt à l'animation de la vie sociale du quartier du Rudel. Chaque semaine, elle propose diverses activités de loisirs pour tous les âges et tous les goûts et des événements festifs durant l'année :

- gymnastique pilates
- stretching
- gymnastique active
- relaxation
- jeux de société
- bridges
- randonnées (2 niveaux)
- travaux d'aiguilles
- yoga
- gym douce
- calligraphie
- tarot - belote

Renseignements et inscriptions : cqrudel@free.fr
https://comitedequartierdurudel.wordpress.com
Permanence les mercredis de 14h à 17h (sauf vacances scolaires) au 05 63 38 75 31



Services publics de proximité

Le jeudi après-midi, la ville d'Albi propose des services publics pratiques et une aide aux démarches dans la vie quotidienne :

- Pré-accueil et délivrance des dossiers de carte nationale d'identité et passeport
- Recueil et traitement des demandes de vie quotidienne (propreté, espaces verts, voirie)
- Accompagnement dans les démarches administratives du quotidien
- Délivrance de sacs pour le tri sélectif des déchets



Renseignements : 05 63 49 15 00 jeudi 14h-17h, sans rendez-vous (en période scolaire uniquement)

Au programme de votre semaine (M.Q. du Rudel)

> Lundi

- Pilates 9h00 – 10h00 et 10h00 – 11h00
 - Bridge 14h00 – 18h00
 - Randonnée 13h30 (6/8 km)

> Mardi

- Gym active 9h00 – 10h00 et 10h00 – 11h00
 - Travaux aiguilles 14h00 – 16h30
 - Yoga 17h00 – 18h30
 - Stretching 19h15 – 20h15

> Mercredi

- Stretching 10h00 – 11h00
 - Pilates 11h00 – 12h00
 - Permanence 14h00 – 17h00 (Comité de quartier)

- Jeux de société

14h00 – 17h00
 - Pilates 17h15 – 18h15 et 18h15 – 19h15

> Jeudi

- Services publics 14h00 – 17h00
 - Relaxation 9h30 – 11h00
 - Gym douce 11h00 – 12h00
 - Bridge 14h00 – 17h00
 - Relaxation 17h30 – 19h00
 - Yoga 19h15 – 20h45

> Vendredi

- Calligraphie 9h00 – 11h00
 - Randonnée 13h30 (8/15 km)
 - Tarot-belote 14h00 – 17h00



Association Amandiers-Canavières

Rejoignez l'association pour participer à la vie de votre quartier, partager des moments conviviaux dans une ambiance décontractée. Les personnes sont libres de participer en fonction de leurs disponibilités et de leurs envies aux différents ateliers et animations tout au long de l'année :

- activités créatives,
- après-midis belote ou tarot,
- marche,
- concours de pétanque,
- périodiquement des lotos et des repas,
- et scrabble.

L'association organise toute l'année des sorties à thèmes, le Noël des enfants, les anniversaires des adhérents et participe aux journées du patrimoine.



Renseignements et inscriptions : Léa Louis 06 84 99 64 69 - lea.amandiers@free.fr

Services publics de proximité

Le vendredi matin, la ville d'Albi propose des services publics pratiques et une aide aux démarches dans la vie quotidienne :

- Pré-accueil et délivrance des dossiers de carte nationale d'identité et passeport
- Recueil et traitement des demandes de vie quotidienne (propreté, espaces verts, voirie...)
- Accompagnement dans les démarches administratives du quotidien
- Délivrance de sacs pour le tri sélectif des déchets



Renseignements : 05 63 49 11 24 mardi 9h-12h, sans rendez-vous (en période scolaire uniquement)

Permanence de proximité du CCAS

Un travailleur social vous accueille, vous écoute, vous informe et vous oriente. Il vous accompagne dans vos démarches sociales et d'accès aux droits le 1^{er} lundi après-midi de chaque mois. Sur Rendez-vous au **05 63 49 10 44**.

Au programme de votre semaine (M.Q. des Amandiers)

> Lundi

- Atelier ludique 14h30 – 18h00
 - Permanence CCAS (1^{er} lundi) 14h30 – 16h00

> Mardi

- Atelier créatif 14h30 – 18h00

> Jeudi

- Marche 9h30 – 11h00

> Vendredi

- Services publics 9h00 – 12h00
 - Jeux de société (Scrabble, cartes...) 14h30 – 18h30

> Dimanche

- Pétanque ou jeux de cartes (dernier dimanche de chaque mois) 14h00 – 18h30

Maison de quartier CASTELVIEL RUDEL AMANDIERS

Saison 2018 2019

Retrouvez les activités des autres maisons de quartier de la ville d'Albi sur www.mairie-albi.fr

Maison de quartier du Castelviel, passage Saint Leu
 Maison de quartier du Rudel, 7 rue Adrienne Bolland,
 Maison de quartier des Amandiers, 41 allée des Amandiers
 Renseignements : service vie des quartiers-mairie d'Albi 05 63 49 12 81

Conception-réalisation : Jérôme Poitte 06 30 94 53 09 Rédaction : Service vie des quartiers Impression : Escourbiac Imprimeur

Plus que jamais, les maisons de quartier doivent constituer des espaces de proximité, des lieux ressources pour les habitants et les associations, favorisant le bien vivre ensemble où rencontres et échanges riment avec convivialité, partage et solidarité.

Au plus près de chez vous, les maisons de quartier facilitent l'accès aux loisirs, à la citoyenneté et aux services publics utiles dans la vie quotidienne. Elles sont aussi le lieu de rencontres privilégiées avec vos élus, attentifs au bien vivre dans votre quartier.

Modernes et performantes, ouvertes aux associations, et à tous les Albigeois, ces véritables maisons de proximité sont des concentrés d'activités ; enfants, jeunes, adultes et seniors, chacun doit pouvoir y trouver l'activité de son choix. Cette maison de quartier est la vôtre.

Belle saison 2018-2019 dans vos maisons de quartier du Castelvieu, du Rudel et des Amandiers.

Stéphanie Guiraud-Chaumell,

Maire d'Albi

Enrico Spataro,

Adjoint au maire délégué

à l'animation et à la vie des quartiers

**10h
12h**

**10h
12h**

**10h
12h**

Votre élu de quartier à votre rencontre, à votre écoute !

Permanence de proximité : En alternance : maison de quartier du Rudel, 7 rue Adrienne Bolland et maison de quartier du Castelvieu, passage Saint Leu, 1^{er} samedi du mois ou par courriel : permanence.quartierouest@mairie-albi.fr

À l'écoute des habitants, sans rendez-vous, pour toute question relative à la vie quotidienne ou à une situation particulière, faire part de ses attentes, de ses doléances, et de ses propositions pour améliorer le cadre et la qualité de vie dans le quartier.

Jean-Michel Bouat,
Adjoint au maire, délégué
aux quartiers Ouest-Pointe de Marre

**PORTES
8 septembre 2018
de 14h00
à 16h30
OUVERTES**



Les amis du Castelvieu

L'association propose aux séniors de se retrouver pour pratiquer des activités de loisirs (jeux de sociétés, lotos, gouters, sorties repas, voyages...). Elle a pour but d'établir et d'entretenir des liens de solidarité et des relations amicales. L'ambiance est des plus conviviales et c'est avec grand plaisir que nous vous accueillerons parmi nous.



Renseignements et inscriptions : René Hung 05 63 54 82 98 rc.hung@free.fr

Les Petits Points



L'association réunit des passionnées de broderies (fils, perles, paillettes, cordelettes...) . Les niveaux des ouvrages varient en fonction de chaque projet, réalisés grâce à la compétence de Sabine. La bonne humeur est toujours au rendez vous !

Renseignements et inscriptions : Sabine Antoine : 06 22 32 89 40 sabine.marqz@gmail.com

MOT Z'A HIC (yoga)

L'association propose des cours de yoga enseignés par une animatrice diplômée de la fédération française d'Hatha Yoga qui intervient auprès du public enfant et adulte. Le yoga libère les tensions permet de lâcher prise et procure détente et force intérieure en aidant à retrouver souplesse et mobilité du corps. Venez prendre un moment pour vous.



Renseignements et inscriptions : Sandra Chouraqui 06 89 93 37 56 lescotes0135@orange.fr

Club des chiffres et des lettres



Pour stimuler vos neurones, juniors ou seniors venez tous nous retrouver, dans une ambiance conviviale le samedi après-midi à la maison de quartier. Un tournoi annuel réunit des passionnés de la région et bien au delà. A bientôt parmi nous.

Renseignements et inscriptions : Anne-Marie Michel 06 67 82 84 36 anne.marie-michel@orange.fr

Club du rire

Dans une ambiance conviviale et ludique, le club du Rire vous accueille tous les mardis de 18h à 19h30 suivi d'une 2^e séance de 20h à 21h30 les 2^e et 3^e mardi du mois (accueil de groupe sur RDV). La Rigologie est basée sur différentes techniques psychocorporelles et respiratoires ; elle entraîne une libération d'endorphines luttant contre le stress, les douleurs, les insomnies... elle stimule la pensée positive et permet d'acquérir une meilleure confiance en soi. Parce que le rire est le muscle du bonheur, le club du rire est une porte ouverte au maintien d'une bonne santé, physique et psychique. Et parce que « rire » rime avec « mieux-vivre », venez à une séance-découverte et repartez avec le sourire !



Renseignements et inscriptions : Jolalie Rolland 06 77 14 89 34 clubdurire.albi@orange.fr

Chorale Modus Vivendi

La chorale *Modus Vivendi* regroupe une cinquantaine de choristes tous les lundis de 20h30 à 22h30, sous la direction de Cathy Cadier. Le répertoire comprend des chants de lutte, des chansons militantes et engagées, des chansons d'indignation françaises et du monde entier.



Renseignements et inscriptions : Dominique Saillau 07 78 02 61 20 saillau.dominique@neuf.fr

Gym « bien être » Castelvieu Loisirs



L'association propose du lundi au vendredi des cours variés répondant à toutes les attentes (stretching, pilates, renforcement musculaire...). Les cours sont encadrés en toute sécurité par des animateurs diplômés d'État. **Nouveau** : mise en place d'un cours de gym adapté spécialement aux séniors.

Renseignements et inscriptions : Geneviève Vigneron 06 48 66 02 20 assocastelvieloisirs@gmail.com

Les vrais devins

Ce club de dégustation explore une fois par mois un aspect de la connaissance du vin. Les dégustations sont thématiques : le club a fêté cette année le millième vin dégusté depuis sa création : modération, sérieux mais aussi convivialité et bonne humeur rythment les rencontres mensuelles. Un retour aux sources du vrai.



Renseignements et inscriptions : Francis Belluc 06 32 43 99 02 - francis.belluc@neuf.fr

Association France Alzheimer Tarn



La maladie d'Alzheimer a un double impact, elle transforme le malade mais aussi la vie de ses proches. Accompagner au quotidien une personne malade d'Alzheimer ne s'improvise pas, il est essentiel de se faire aider, et surtout d'échanger. Chaque premier lundi du mois à 14h30 l'association France Alzheimer Tarn propose un temps de convivialité et de partage (jeu de société, discussion, échange d'informations)...Aidants et aidés, venez profiter d'un moment de détente et de soutien en vous joignant à nous.

Renseignements et inscriptions : 06 52 36 77 39 francealzheimerarn@gmail.com