

MAISONS

DE QUARTIER

Castelviel

Rudel

Amandiers

Canavières

SAISON 2022-2023



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

Au sein de l'équipe municipale, interlocuteur privilégié auprès de tous les habitants dans une dimension de proximité, votre élu délégué au quartier est à votre écoute. Vous pouvez le rencontrer, sans rendez-vous, à l'occasion de permanences au sein de votre maison de quartier pour toute question de vie quotidienne ou relative à une situation particulière, faire part de vos attentes, de vos doléances ou de vos propositions pour améliorer le vivre ensemble, le cadre et la qualité de vie dans le quartier.

Jean-Michel Bouat

Adjoint au maire délégué
au quartier Ouest – Pointe de Marre



Permanence

de proximité

2^e jeudi du mois, de 18h à 19h,
en alternance maison de quartier du Rudel
(7 rue Adrienne Bolland) et maison de quartier
du Castelvieu (passage Saint Leu)

contact

permanence.quartierouest@mairie-albi.fr
Tel. 05 63 49 14 81



Les maisons de quartier, un concentré de loisirs et de services près de chez vous !

À Albi, les maisons de quartier constituent 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.

Se retrouver, s'entraider, se détendre, chanter, jouer, créer, apprendre, s'informer ou être accompagné dans ses démarches du quotidien...

Au plus près de chez vous, ces véritables maisons de proximité sont des concentrés d'activités et de services.

Les pratiques de loisirs, culturelles, artistiques, ou sportives sont essentielles à notre vie sociale et à notre équilibre personnel. Enfants, jeunes, adultes et seniors, chacun trouvera l'activité de son choix.

Pouvoir rencontrer son élu(e) de quartier, être aidé pour remplir un dossier, savoir à qui s'adresser pour résoudre telle ou telle difficulté de la vie quotidienne, un accompagnement dans les formalités administratives de la vie quotidienne vous est proposé.

Les maisons de quartier de la Ville d'Albi et les associations accueillies sont là pour vous !

Alors, n'hésitez pas, venez pratiquer l'activité de votre choix avec vos amis et voisins, rencontrer l'élu(e) délégué(e) de votre quartier, ou effectuer vos démarches administratives lors des permanences des services publics de proximité.

Nous vous souhaitons la bienvenue chez vous, dans votre maison de quartier du Castelvieu, du Rudel et des Amandiers-Canavières.

**Stéphanie
Guiraud-Chaumeil**
Maire d'Albi

Enrico Spataro
Adjoint au maire délégué à l'animation
et à la vie des quartiers



Les amis du Castelviel

L'association propose aux seniors de se retrouver pour pratiquer des activités de loisirs (jeux de société, lotos, goûters, 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.



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 !



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.

☺ René Hung
☎ 05 63 54 82 98
✉ rc.hung@free.fr

☺ Sandra Chouraqui
☎ 06 89 93 37 56
✉ motzahic0766@gmail.com

☺ 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 les mardis de 18h à 19h45 et les 1^{er} et 3^e mardis et mercredis du mois de 20h à 21h30 (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 !

☺ Joalie 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 Catherine Cadier.

Le répertoire comprend des chants de lutte, des chansons militantes et engagées, des chansons d'indignation françaises et du monde entier.

☺ Isabelle Coquan
☎ 06 33 62 97 78
✉ ijy.coquan@gmail.com
🌐 gpascal81.wixsite.com/choralemodusvivendi



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.

☺ Francis Belluc
☎ 06 32 43 99 02
✉ francis.belluc@neuf.fr



Gym « bien être » Castelviel 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 spécialement adapté aux seniors.



Association culturelle géorgienne

L'association 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.



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 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.

☎ Geneviève Vigneron
☎ 06 48 66 02 20
✉ assocastelvieloisirs@gmail.com

☎ Catherine Kardava
☎ 06 64 02 97 06
✉ ekardava@yahoo.fr

☎ 06 52 36 77 39
✉ francealzheimerarn@gmail.com

Au programme de votre semaine

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h							
9h							
10h	Castelviel Loisirs 9h45 – 11h45	Castelviel Loisirs 9h15 – 10h15	Castelviel Loisirs 9h15 – 11h15	Motz'haic (yoga) 10h – 11h30			Association Géorgienne 10h – 18h
11h							
12h							
13h		Motz'haic (yoga) 12h30 – 13h30		Castelviel Loisirs 12h15 – 13h15			
14h	Les Amis du Castelviel 14h – 18h	Les Amis du Castelviel 14h – 18h	Association Géorgienne 13h30 – 16h30	Les Amis du Castelviel 14h – 18h	Les Amis du Castelviel 14h – 18h	Club des chiffres et des lettres 13h30 – 17h30	
15h	France Alzheimer 14h30 – 17h						
16h							
17h							
18h							
19h	Castelviel Loisirs 18h30 – 19h30	Club du rire 18h – 19h30	Castelviel Loisirs 18h45 – 19h45	Motz'haic (yoga) 18h – 19h30	Castelviel Loisirs 18h30 – 20h30		
20h							
21h	Modus Vivendi 20h30 – 22h30	Club du rire 1 ^{er} et 3 ^e du mois 20h – 21h30	Club du rire 1 ^{er} et 3 ^e du mois 20h – 21h30	Les vrais devins 19h45 – 23h			
22h							
23h							



Comité de quartier du Rudel

Services publics de proximité (en période scolaire uniquement)

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
de formulaires : carte
nationale d'identité et pas-
seport, inscription sur les
listes électorales, permis-
sion de voirie, déclaration
vente au déballage...
- ✓ Recueil et traitement
des demandes de vie
quotidienne (propreté,
espaces verts, voirie...)
- ✓ Accompagnement dans
les formalités adminis-
tratives du quotidien
et aide aux démarches
dématérialisées (unique-
ment sur rendez-vous)



Jeudi de 14h à 17h :
- 14h à 16h sans rendez-vous
- 16h à 17h sur rendez-vous



05 63 49 15 00



services.proximite@mairie-
albi.fr

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 :

Nouvelle activités : yoga pour enfants et théâtre adultes !!!!

- ✓ gymnastique, pilates,
stretching, gym douce
et gym active
- ✓ relaxation
- ✓ jeux de société
- ✓ bridges
- ✓ randonnées (2 niveaux)
- ✓ yoga adultes enfants
- ✓ sophrologie
- ✓ calligraphie
- ✓ Qi gong
- ✓ Théâtre

Permanence : les mercredis de 14 h à 17 h
(sauf vacances scolaires)



05 63 38 75 31



cqrudel@free.fr



comitedequartierdurudel.wordpress.com



Inscriptions : samedi 3 septembre de 9h à 12h
et mercredi 7 septembre de 14h à 17h

	Lundi	Mardi	M
9h			
10h	Pilates 9h – 10h	Gym active 9h – 10h	
11h	Théâtre adultes 10h15 – 11h30	Gym active 10h – 11h	Str 10
12h			Pilat
13h			
14h	Randonnée 13h30		
15h			Perma- nence Comité de quartier 14h – 17h
16h	Bridge 14h – 18h		Yo 1
17h			Yo 1
18h		Yoga 17h – 18h30	P 17h
19h		Pilates, gros ballons 18h30 – 19h30	Sop 18h3
20h			



Games Of Tarn

L'association a pour objet de promouvoir la pratique ludique sous la forme d'événements réguliers et diversifiés : animations dans divers festivals de la région, organisation de deux week-ends-jeux par an, activités régulières à Albi.

A la maison de quartier, nous vous accueillons chaque 1^{er} dimanche du mois, de 9h à 21h.

✉ contact@gamesoftarn.org
f Gamesoftarn

L'association Fibromyalgie SOS

L'association a pour objectifs de mieux connaître et faire connaître la maladie et de briser l'isolement des malades en les informant au mieux.

Nous vous rencontrons lors de réunions à la maison de quartier le 3^{ème} samedi du mois, (1 mois sur 2). L'entrée est libre et ouverte à toute personne intéressée.

✉ joce81@fibromyalgiesos.fr
🌐 fibromyalgiesos.fr/permanences-et-reunions-association

Mercredi		Jeudi		Vendredi	Samedi	Dimanche
Netting 9h – 11h		Gym douce 11h – 12h		Calligraphie 9h30 – 11h30		Games of Tarn 1 ^{er} du mois 9h – 21h
Jeux 11h – 12h						
				Randonnée 13h		
Jeux de société 14h – 17h		Services publics 14h – 17h	Bridge 14h – 17h	Fibromyalgie 3 ^e samedi 1 mois sur 2 14h – 17h		
Pilates 15 – 18h15		Relaxation 17h30 – 19h				
Chirologie 18h30 – 19h45		Yoga 19h15 – 20h45				



Services publics de proximité (en période scolaire uniquement)

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 de formulaires : carte nationale d'identité et passeport, inscription sur les listes électorales, permis- sion de voirie, déclaration vente au déballage...
- ✓ Recueil et traitement des demandes de vie quotidienne (propreté, espaces verts, voirie...)
- ✓ Accompagnement dans les formalités adminis- tratives du quotidien et aide aux démarches dématérialisées (unique- ment sur rendez-vous).

 **Vendredi de 9h à 12h :**
 - 9h à 11h sans rendez-vous
 - 11h à 12h sur rendez-vous
 05 63 49 15 00
 services.proximite@mairie- albi.fr



	Lundi	Mardi	M
9h			
10h		Marche 9h30 - 11h	
11h			
12h			
13h			
14h			
15h			
16h	Atelier ludique 14h30 - 18h	Atelier créatif 14h30 - 18h	
17h			
18h			

 Léa Louis
 06 84 99 64 69
 lea.amandiers@free.fr

Vendredi	Samedi	Dimanche
Services publics 9h – 12h		Pétanque ou jeux de cartes dernier dimanche du mois 14h – 18h30

Maison de quartier
du Castelvieu
Passage Saint Leu

Maison de quartier du Rudel
7 rue Adrienne Bolland

Maison de quartier
des Amandiers-Canavières
41 Allée des Amandiers

À votre écoute :
Direction vie des quartiers –
participation citoyenne de la mairie d'Albi
05 63 49 12 81

MAISONS DE QUARTIER

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