

MAISONS

DE QUARTIER

Castelviel

Rudel Amandiers-
Canavières

SAISON 2023-2024



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



Permanences

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).
Maison de quartier des Amandiers-Canavières (41, allée des amandiers) :
le vendredi entre 9h et 12h
à l'occasion de la permanence de services publics de proximité.

contact

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



Les maisons de quartier, bienvenue chez vous !

A Albi, maison de quartier rime avec proximité.

Se retrouver, s'entraider, se détendre, danser, chanter, jouer, créer, apprendre, s'informer et être aidé dans les formalités du quotidien... Au plus près de chez vous, les maisons de quartier sont des concentrés de loisirs et de services et vous ouvrent leurs portes.

Espaces municipaux de proximité, elles sont des lieux ressources pour les habitants et les associations. Elles contribuent au bien vivre ensemble dans notre ville en favorisant les rencontres les échanges, la convivialité, la citoyenneté, le partage et la solidarité.

Chaque Albigeois y est le bienvenu.

Enfants, jeunes, adultes et seniors peuvent y pratiquer l'activité de loisirs, culturelle, artistique ou sportive de leurs choix, faire des rencontres, trouver de l'aide ou s'engager dans le bénévolat.

C'est également le lieu idéal pour pouvoir rencontrer son élu de quartier près de chez soi, être accompagné pour remplir un dossier ou accomplir une démarche administrative, savoir à qui s'adresser pour résoudre telle ou telle difficulté de la vie quotidienne...

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

Alors, n'hésitez pas, poussez la porte de vos maisons de quartier du Castelviél, du Rudel et des Amandiers-Canavières pour y vivre une très belle saison 2023-2024.

**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.

- ☺ René Hung
- ☎ 05 63 54 82 98 /
06 35 96 59 57
- ✉ amiscastelviel81@free.fr
- 📅 Coût de l'adhésion
annuelle : 20€



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 !

- ☺ Mélodie Salle
- ☎ 06 71 68 80 60
- ✉ melodie.salle@live.fr
- 📅 Coût de l'adhésion
annuelle : 15€
- 📅 Coût activité Yoga : 90€/trimestre



Chorale Modus Vivendi

La chorale regroupe une quarantaine de choristes tous les lundis de 20h30 à 22h30, sous la direction de Cécile Ducomte.

Le répertoire est centré sur les luttes, les dénonciations d'inégalités et d'injustices, par des chants de divers pays du monde.

- ☺ Dominique Saillau
- ☎ 07 78 02 61 20
- ✉ saillau.dominique@neuf.fr
- 🌐 gpascal81.wixsite.com/
choralemodusvivendi
- 📅 Coût de l'adhésion
annuelle : 35€



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
 ☰ Coût de l'adhésion annuelle : 10€



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.

☺ Geneviève Vigneron
 ☎ 06 48 66 02 20
 ✉ assocastelviel Loisirs@gmail.com
 ☰ Coût de l'adhésion annuelle : 10€
 ☰ Coût activité renfo + sophrologie : 150€/an
 ☰ Coût activité stretching : 150€/an
 ☰ Coût activité gym sénior : 150€/an



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.

☎ Ecaterine Kardava
☎ 06 64 02 97 06
✉ ekardava@yahoo.fr
☰ Coût de l'adhésion
annuelle : 20€

☎ Emmanuelle Gillet
☎ 06 52 36 77 39
✉ francealzheimertarn@gmail.com
☰ Coût de l'adhésion
annuelle : gratuit

Au programme de votre semaine

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h							
9h							
10h	Castelviel Loisirs (renfo + sophrologie) 9h45 – 11h45	Castelviel loisirs (Gym seniors) 9h15 – 10h15	Castelviel Loisirs (stretching) 9h15 – 11h15	Mot Z'A Hic (yoga) 10h – 11h30		Association Géorgienne (langue géorgienne / française dans les 2 salles) 10h – 12h	
11h							
12h							
13h				Castelviel Loisirs (Plates) 12h15 – 13h15			
14h			Association Géorgienne (cours de théâtre) 13h30 – 15h00				
15h	Les Amis du Castelviel (jeux de société) 14h – 18h	Les Amis du Castelviel (jeux de société) 14h – 18h	Association Géorgienne (danse géorgienne) 15h00 – 17h00	Les Amis du Castelviel (jeux de société) 14h – 18h	Les Amis du Castelviel (jeux de société) 14h – 18h	Association Géorgienne (danse géorgienne) 14h – 16h	
16h						Association Géorgienne (chant folklorique) 16h – 18h	
17h							
18h				Mot Z'A Hic (yoga) 18h – 19h30			
19h	Castelviel Loisirs (stretching) 18h30 – 19h30		Castelviel Loisirs (gym cardio) 18h45 – 19h45				
20h							
21h				Les vrais devins (dégustation) 19h45 – 23h			
22h							
23h							



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 passeport, inscription sur les listes électorales, permission de voirie, déclaration vente au déballage...
- ✓ Recueil et traitement des demandes de vie quotidienne (propreté, espaces verts, voirie...)
- ✓ Accompagnement dans les formalités administratives du quotidien et aide aux démarches dématérialisées (uniquement 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



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 évènements festifs durant l'année :

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

- | | | |
|------------------------|------------------------|----------------|
| ✓ gymnastique, | ✓ jeux de société | ✓ sophrologie |
| ✓ pilates, stretching, | ✓ bridge | ✓ calligraphie |
| ✓ gym douce et | ✓ randonnées | ✓ qi gong |
| ✓ gym active | (2 niveaux) | ✓ théâtre |
| ✓ relaxation | ✓ yoga adultes/enfants | |

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

- | | |
|-------------------|---|
| ☎ 05 63 38 75 31 | 🌐 comitedequartierdurudel.wordpress.com |
| ✉ cqrudel@free.fr | 💰 Coût de l'adhésion annuelle : 20€ |

- | | |
|---------------------------------------|--|
| Coût activité Pilates : 100€/an | Coût activité Relaxation : 30€/an |
| Coût activité Stretching : 100€/an | Coût activité Bridge : 35€/an |
| Coût activité Gym classique : 100€/an | Coût activité Jeux de société : 20€/an |
| Coût activité Gym douce : 100€/an | Coût activité Calligraphie : 20€/an |
| Coût activité Qi Gong : 100€/an | Coût activité Sophrologie : 84€/an |
| Coût activité Yoga : 150€/an | Coût activité Randonnée : 35€/an |
| Coût activité Yoga enfants : 90€/an | Coût activité Théâtre adultes : 50€/an |

	Lundi	Mardi	M
9h	Comité de quartier du Rudel (Pilates) 9h – 10h	Comité de quartier du Rudel (Gym classique) 9h – 10h	
10h			Comité de (Stretc
11h	Comité de quartier du Rudel (Théâtre adultes) 10h15 – 11h30		Comité de (Pilat
12h			
13h			
14h	Comité de quartier du Rudel (Randonnée) 13h30		Perma- nence (Comité de quartier) 14h – 17h
15h	Comité de quartier du Rudel (Bridge) 14h – 18h		Comité de quartier du Rudel (Yoga) 17h – 18h30
16h			Comité de quartier du Rudel (Pilates, gros ballons) 18h30 – 19h30
17h			Comité de quartier du Rudel (Pilates) 19h – 20h30
18h			
19h			
20h			



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^e samedi du mois, (1 mois sur 2). L'entrée est libre et ouverte à toute personne intéressée.

-  Jocelyne Lecalsle
 06 84 15 72 13
 joce81@fibromyalgiesos.fr
 fibromyalgiesos.fr/permanences-et-reunions-association
 Coût de l'adhésion annuelle : 30 €

[illegible]



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, permission de voirie, déclaration vente au déballage...
- ✓ Recueil et traitement des demandes de vie quotidienne (propreté, espaces verts, voirie...)
- ✓ Accompagnement dans les formalités administratives du quotidien et aide aux démarches dématérialisées (uniquement 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			
11h			
12h			
13h			
14h			
15h			
16h	Association de quartier Amandiers-Canavières (Atelier ludique) 14h30 - 18h30	Association de quartier Amandiers-Canavières (Atelier, tricot, mémoire) 14h30 - 18h30	
17h			
18h			

 Léa Louis
 06 84 99 64 69
 lea.amandiers@free.fr
 Coût de l'adhésion annuelle : 14 €

[illegible]

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