

 **VILLE de RODEZ**

■ Les
MAISONS
de **QUARTIER**

LUCIE AUBRAC
GOURGAN



LOUISE MICHEL
SAINT-ÉLOI

2023-2024

ÉDITO

Inaugurées en 2017, les Maisons de Quartier de Gourgan et Saint-Éloi sont au cœur de l'amélioration de la qualité de vie des quartiers. C'était notre volonté et notre engagement de répondre à la demande des habitants.

Depuis leur création, elles sont des vecteurs de renforcement du lien social, au service de vous tous quel que soit votre âge : enfants, jeunes, adultes et seniors, familles, lieu de résidence. Les Maisons de Quartier ont été renforcées par la première Maison France Services de la ville à Saint-Éloi qui, en presque une année, voit en moyenne chaque jour des dizaines de Ruthénoises et Ruthénois faire appel à ses services gratuits et de proximité.

Les Ruthénoises et Ruthénois savent qu'ils peuvent y trouver des services de la Ville, partenaires, associations sportives et culturelles. Ils savent aussi qu'il s'agit de lieux d'écoute, d'échange et de convivialité. C'est le lieu idéal pour lutter contre les nombreuses formes d'exclusion qui touchent la société, que ce soit le numérique, l'isolement, le handicap ou la précarité.

Chaque Ruthénoise et Ruthénois pourra ainsi découvrir la richesse du tissu associatif local et faire de la maison de son quartier un lieu privilégié dans son quotidien.

Christian Teyssède
Maire de Rodez
Président de Rodez Agglomération

SOMMAIRE

■ GOURGAN

MAISON DE QUARTIER
LUCIE AUBRAC

■ ANIMATIONS.....	P.4
■ ENFANCE-JEUNESSE.....	P.7
■ PARTENAIRES.....	P.8
■ VIE ASSOCIATIVE.....	P.10

■ SAINT-ÉLOI

MAISON DE QUARTIER
LOUISE MICHEL

■ MAISON FRANCE SERVICES.....	P.14
■ ANIMATIONS.....	P.15
■ ENFANCE-JEUNESSE.....	P.16
■ PARTENAIRES.....	P.18
■ ACTEURS LOCAUX DU QUARTIER.....	P.20
■ VIE ASSOCIATIVE.....	P.22

GOURGAN

MAISON DE QUARTIER

LUCIE AUBRAC

■ COORDONNÉES

bd de Lattre de Tassigny

Tél. 05 65 75 67 73

farah.ajoun@mairie-rodez.fr

■ HORAIRES D'OUVERTURE

■ lundi, mardi et jeudi

8 h 30 - 12 h 30

13 h 30 - 17 h 30

■ mercredi

8 h 30 - 12 h

13 h 30 - 17 h 30

■ vendredi

8 h 30 - 12 h 30

13 h 30 - 17 h

ANIMATIONS

■ ACCOMPAGNEMENT AU PROJET

Accompagner les projets associatifs, les habitants et les jeunes sur les volets administratifs et opérationnels (mise en place de formation, montage de dossier de subvention, mise en place d'actions, etc.).

■ ATELIER CUISINE

La Maison de quartier dispose d'une cuisine pédagogique. Des cours et des activités y sont régulièrement mis en place.

■ ATELIER BRICOLAGE

Moment de partage et de convivialité autour du bricolage.

■ ATELIER ÉQUILIBRE

Un jeudi tous les 15 jours de 9 h 30 à 10 h 30

Cet atelier vous propose des exercices, sous forme de parcours, en vue d'améliorer votre coordination globale intersegmentaire.

Chaque séance est dispensée par un éducateur sportif diplômé.

■ ATELIER SOPHROLOGIE

Les mardis de 15 h à 16 h

Méthode de développement personnel qui permet d'acquérir une plus grande qualité de conscience, une meilleure connaissance de soi afin de mieux maîtriser son stress, ses émotions et ses douleurs.

■ ATELIER INFORMATIQUE

Les mardis de 14 h à 15 h 30

Accompagnement dans la découverte et la pratique de l'informatique et du web.

■ LES SORTIES DE LA MAISON DE QUARTIER

La Maison de quartier programme des sorties à chaque période de vacances (sport, tourisme, gastronomie, etc.).

■ PARCOURS MOTRICITÉ DE 1 À 3 ANS

1 mercredi matin tous les 2 mois

Contact Maisons de quartier
Saint-Éloi 05 65 58 16 51
Gourgan 05 65 75 67 73

■ LE REPAS DU 3^E JEUDI DU MOIS

Chaque mois, partez à la rencontre d'un pays, d'une association autour d'un repas. Pour un moment de partage et de découvertes.

■ LES APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Les jeudis de 14 h à 17 h

De nombreux jeux à essayer, du jeu de société familial au jeu de stratégie pour adultes. Un moment de partage convivial et ludique. Pour tous les âges.

■ CONVIVIALI-THÉ OU CAFÉ

Un mardi tous les 15 jours de 9 h à 10 h 30

Le rendez-vous pour partager, bavarder et échanger autour d'un thé ou d'un café.

■ MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR : MAO

Les mercredis de 10 h 30 à 12 h

Accompagné par un professionnel, l'atelier MAO vous permet d'accéder aux nouvelles

technologies musicales et développe l'auto-nomie des participants. Apprentissage avec le logiciel Live Ableton, travail en home studio ou sur site, pour tout projet (création musicale, voix off, prise de son, demande ponctuelle...). Tout public, musiciens ou non. Tout âge

■ CONSEILLER NUMÉRIQUE FRANCE SERVICES

Aide et accompagnement aux outils numériques : prise en main, navigation internet, mails, applis, gestion fichiers, bases bureau-tique, etc.

Sur RDV

■ CITÉ MOBILE

Permanence le jeudi matin

À l'initiative de l'Asac et de Progress, le dispositif "Cité mobile" se veut être un dispositif de proximité pour lever les freins de mobilité des demandeurs d'emploi.

Contact 07 61 74 49 55

EN PARTENARIAT AVEC LA 

■ REPAIR CAFÉ

1 fois par trimestre de 18 h à 20 h

Des réparateurs bénévoles vous apprennent ou vous aident à réparer vos appareils.

Objectifs : réparer ensemble, regarder, apprendre et échanger des techniques.

Gratuit

■ ATELIER BONHEUR

Dans le cadre d'une soirée santé et bien-être

Devenir acteur de son bonheur tel est l'objectif. Il est question de se débarrasser des pensées limitantes pour Oser vivre SA vie et cultiver l'art de la bienveillance.

■ SOIRÉE JEU DE SOCIÉTÉ

1 fois par trimestre de 18 h à 23 h

Venez tester, jouer et partager autour de nombreux jeux de société. **Gratuit**
Possibilité de restauration et buvette sur place proposées par une association de la Maison de quartier.

■ SOIRÉE CABARET IMPRO

Cabaret d'improvisation théâtrale avec Impro-Rodez - clubs impro ados et adultes de la MJC de Rodez. 3 dates en Maison de Quartier + 3 dates à la MJC.

Gratuit

Rens. et inscriptions
MJC de Rodez

■ 2-12 ANS LES FRANCAS

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

- **Mercredis et vacances scolaires**
de 7 h 30 à 18 h 30
- **Samedi** de 8 h 30 à 18 h 30
- **Permanences**
lundi, mardi, jeudi, vendredi
de 9 h à 12 h 30

Contact

06 26 11 20 15

lapetiterecreederodez@gmail.com

■ 12-17 ANS LA VILLE DE RODEZ

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

- **Période scolaire**
mercredi de 13 h 30 à 17 h 30
- **Vacances scolaires**
lundi et vendredi de 13 h 30 à 17 h 30
mardi, mercredi et jeudi de 9 h à 18 h

■ 14-17 ANS LA VILLE DE RODEZ

Accueil jeunes (AJ)

- **Période scolaire**
- Accompagnement à la scolarité et aux projets jeunes les mardis, mercredis, et jeudis de 17 h 30 à 19 h
- Sorties et projets jeunes les vendredis de 17 h à 21 h 30, les samedis de 14 h à 18 h
- **Vacances scolaires**
lundi, jeudi et vendredi de 17 h 30 à 19 h
mardi, mercredi de 18 h à 19 h

Contact (12-17 ans)

05 65 75 67 73 / 07 80 96 41 51

animrodez@gmail.com

■ LE DÉPARTEMENT

Le pôle des solidarités humaines met en œuvre la politique départementale d'action sociale (enfance, famille, insertion, personnes âgées) et d'accompagnement social (généraliste, point conseil budget).

La Maison des solidarités départementales du Pays Ruthénois Lévézou Ségala propose des rendez-vous à la Maison de quartier de Gourgan, à la Maison des solidarités départementales ou à domicile.

■ **Accompagnement social généraliste**

L'équipe, composée d'assistantes sociales éducatives, accueille les personnes confrontées à des difficultés sociales, économiques, familiales pour les accompagner, les informer, les orienter.

■ **La Protection maternelle et infantile (PMI)**

Cette équipe, composée d'un médecin, de 2 puéricultrices et d'une sage-femme, est chargée de mettre en œuvre des actions de promotion de santé maternelle et infantile. Elle accompagne les familles et les enfants de moins de 6 ans autour de la santé, l'éducation sanitaire (l'allaitement, l'alimentation, la pesée, l'hygiène, le sommeil, etc.), les modes de garde et les relations parents/enfants.

Contact

Maison des solidarités départementales

4, rue François Mazenq

12000 Rodez

Tél. 05 65 76 52 80

tas.rodez@aveyron.fr

■ CENTRE SOCIAL DE RODEZ

Activités sur la Maison de quartier de Gourgan

■ **Accompagnement à la scolarité**

Une équipe de bénévoles, coordonnée par une professionnelle, accueille les enfants scolarisés en primaire :

- accueil les mardis et jeudis de 16 h 45 à 17 h jusqu'à 18 h 15 : accompagnement dans la réalisation des devoirs ;
- 1 à 2 mercredis après-midi par mois : activités et sorties culturelles.

Forfait de 5 € par enfant pour l'année + carte adhésion.

■ **Sorties culturelles, activités en famille, entre ami.es ou seul.e**

Lors des vacances scolaires, le Centre social :

- propose ponctuellement des activités loisirs créatifs, découvertes ;
- assure un ramassage en bus pour les sorties culturelles et de loisirs.

Forfait famille par ½ journée de 2 € à 3,50 € selon le quotient familial + carte d'adhésion.

Carte adhésion familiale

10 € donnant accès à toutes les activités du Centre social.

Renseignements et inscriptions

Centre social situé sur l'esplanade de Saint-Éloi

ou

Maison de quartier de Gourgan

les mardis et jeudis de 16 h 45 à 17 h

VIE ASSOCIATIVE

■ AGORA ASSOCIATION DE QUARTIER

Association d'habitants qui a pour but :

- d'organiser des manifestations culturelles et sportives ;
- d'organiser des activités, des week-ends et des séjours ;
- d'animer le quartier (repas de quartier, fête de la musique, etc.).

En lien avec les animateurs, elle permet aux jeunes des dispositifs jeunesse de la Maison de quartier de découvrir le monde associatif.

Adhésion annuelle : 5 €

■ ASS. COUSU D'AMITIÉ TRAVAUX D'AIGUILLES

- **Couture**
Initiation, modification, transformation et confection de vêtements, tricot.
lundi et jeudi de 18 h 30 à 21 h 30,
mardi de 13 h 30 à 16 h 30
- **Patchwork-broderie**
lundi de 13 h 30 à 17 h
- **Cuisine**
Échange, découverte, expérimentation

et dégustation d'une recette.
1 mardi/mois de 18 h 30 à 22 h

Tarifs

- 2 € d'adhésion à la Maison de quartier +
- 45 €/an
 - 25 €/an pour la cuisine seule

Date d'inscription lors de la journée portes ouvertes ou auprès des animatrices aux heures de cours

Date de reprise le 11/09/2023

1^{re} date cuisine le 19/09/2023

Contact

auprès des animatrices aux heures de cours
ou cousudamitie@gmail.com

■ COURS D'ESPAGNOL ASSOCIATION LANGUES D'ICI ET D'AILLEURS (PBAS)

- lundi de 17 h à 18 h 30
- jeudi de 10 h à 11 h 30

Tarif

150 €/an + 2 € d'adhésion à la Maison de quartier

Contact

Mme LE MOAL au 06 03 54 43 42

■ ASS. SHANTI YOGA

Cours dispensés par Christine Atheyne et Delphine Boutonnet

- mardi de 12 h 30 à 13 h 30,
de 14 h 30 à 15 h 30,
de 16 h 45 à 18 h,
de 18 h 30 à 19 h 45
- mercredi de 19 h à 20 h 15
- jeudi de 16 h 30 à 17 h 45
- vendredi de 9 h à 10 h 15,
de 10 h 30 à 11 h 45,
de 14 h 30 à 15 h 45,
de 18 h à 19 h

Tarifs

- 2 € d'adhésion à la Maison de quartier +
- 130 € pour 1 cours par semaine,
 - 90 € pour un 2^e cours,
 - 80 € (1 cours) étudiants et minima sociaux

Date d'inscription le 16/09/2023

Date de reprise le 19/09/2023

Contact

Mme BORIES au 06 61 30 08 72
ou par mail : shantiyoga.gourgan@gmail.com

■ CLUB L'AMBIANCE CLUB DES AÎNÉS

Danse, les vendredis de 14 h à 18 h

Tarif

30 €/an + 2 € d'adhésion à la Maison de quartier

Date d'inscription le 16/09/2023

Date de reprise le 15/09/2023

Contact

andre.raffanel@laposte.net
06 26 13 09 19

■ CRAISAF ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE

Cours d'apprentissage de la langue française s'adressant aussi bien aux Français(es) qu'aux étrangers(ères).

Créneaux : lundi, mardi, jeudi, vendredi matin/ après-midi (deux fois 2 h de cours par semaine selon les niveaux)

Tarif

30 €/an (participation aux frais administratifs)

Début des inscriptions le 7/09/2023

La prise de rendez-vous pour les inscriptions _____

débutera après le 15 août 2023. La rentrée se fait la semaine du 27 septembre 2023.

Permanences

lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h

Contact

29, rue Saint-Cyrice - 12000 Rodez

05 65 77 09 74 - 06 73 40 39 55

craisaf@orange.fr

site web : craisaf.fr

■ SPORT POUR TOUS

- **Gym douce** (reprise le 18/09)
lundi de 18 h à 19 h, avec Allan Carrié
lundi de 20 h 15 à 21 h 15, avec Annette Point
- **Gym tonique***
lundi de 19 h à 20 h, avec Allan Carrié
(les cours débuteront le 18/09)
- **Gym mémoire**
jeudi de 9 h à 10 h, avec Myriam Capelle
(reprise le 21/09)
- **Pilates***
jeudi de 12 h 15 à 13 h 15, avec Myriam Capelle
(les cours débuteront le 21/09)
- **Renforcement musculaire**
jeudi de 18 h 15 à 19 h 15, avec Myriam Capelle
(reprise le 21/09)

■ Marche nordique

mercredi après-midi (adhérents club)

* un nombre d'inscrits(es) minimum est nécessaire pour que le cours ait lieu.

Tarifs

2 € d'adhésion à la Maison de quartier +

- 85 €/an pour 1 cours par semaine,
- 130 €/an pour 2 cours par semaine,
- 170 €/an pour 3 cours par semaine.

Des tarifs spécifiques peuvent être étudiés selon la situation, les minima sociaux, etc.

Dates d'inscription

samedi 16/09/2023 à la maison de quartier ou
lundi 18/09 et jeudi 21/09 de 17 h 30 à 18 h à
la salle du Mille clubs

Contact

sportspourtousgourgan@gmail.com

06 89 66 99 88 ou 06 31 37 11 33

■ RETRAITE SPORTIVE

- **Gym d'entretien et de maintien en forme**
lundi et jeudi de 10 h 30 à 11 h 30
- **Randonnée (8 à 12 km)**
jeudi de 14 h à 18 h

Tarifs

- 2 € d'adhésion à la Maison de quartier +
- Gym (dont 40 € de licence) : 100 €/an 1 cours/semaine - 140 €/an 2 cours/semaine
 - Randonnée : 40 €/an - gratuit pour les adhérents à la gym

Contact

M. DARCOURT au 06 46 55 55 51

Mme BOUDOU au 06 79 24 03 49

ou au début de chaque cours

■ TANGO RUTHÈNE DANSE TANGO ARGENTIN

Les mardis de 20 h à 22 h

Tarif

250 €/an

Date d'inscription le 16/09/2023 ou le 19 et 26/09 à la salle du Mille clubs

Date de reprise le 19/09/2023

Contact

tangoruthene@gmail.com

■ AVF ACCUEIL DES VILLES FRAN- ÇAISES RODEZ AGGLOMÉRATION

Vous arrivez dans l'une des villes de l'agglomération de Rodez ou bien vous souhaitez

tisser des liens sociaux et culturels ? Venez rencontrer les membres de l'association AVF Rodez Agglomération.

Une équipe de bénévoles vous aidera à prendre rapidement vos marques dans votre nouvel environnement, à faire des connaissances tout en pratiquant des activités ou en participant à des animations ou des sorties en groupe.

L'AVF propose un programme très varié en semaine, le week-end, en journée ou en soirée, propice à de nombreux échanges dans la plus grande convivialité et à la découverte du patrimoine de la région.

Vous pouvez consulter ce programme ici : <https://avf.asso.fr/rodez rubrique animations>

Accueil et contact

Maison des Associations de Rodez

15 avenue Tarayre – 12000 Rodez

salle A03 – RDC

Tous les lundis de 9 h 30 à 11 h 30 en septembre et tous les 15 jours d'octobre à juin
07 88 11 34 34

avf.rodez.sec@uravmp.fr

SAINT-ÉLOI

MAISON DE QUARTIER

LOUISE MICHEL



■ COORDONNÉES

rue Louis Dausse
Tél. 05 65 58 16 51
viviane.bonnefous@mairie-rodez.fr

■ HORAIRES D'OUVERTURE

- lundi, mardi et jeudi
8 h 30 - 12 h 30
13 h 30 - 17 h 30
- mercredi
8 h 30 - 12 h
13 h 30 - 17 h 30
- vendredi
8 h 30 - 12 h 30
13 h 30 - 17 h

MAISON FRANCE SERVICES

La Maison France Services de Rodez, située à la Maison de quartier de Saint-Éloi, vous accompagne dans toutes vos démarches administratives de premier niveau (démarches en ligne et papier, prise de RDV, etc.).

En collaboration avec les structures partenaires : Impôts, Préfecture ANTS (permis de conduire, carte grise, carte d'identité), CPAM, MSA, CAF, CARSAT (assurance retraite), La Poste, Pôle emploi, Justice.

■ HORAIRES D'OUVERTURE

lundi
9 h - 12 h 30 / 14 h - 17 h
mardi, jeudi et vendredi
9 h - 12 h / 14 h - 16 h 30
mercredi
9 h - 12 h

■ ESPACE NUMÉRIQUE

Un atelier numérique est en cours les vendredis. Pour celles et ceux qui ne sont pas à l'aise avec l'outil informatiques : aide à la prise en main et accompagnement dans les démarches quotidiennes.

Contact

05 65 72 02 92

ANIMATIONS

Adhésion à la maison de quartier : 2 €/an

■ ACCOMPAGNEMENT AU PROJET

Accompagner les projets associatifs, les habitants et les jeunes sur les volets administratifs et opérationnels (montage de dossier de subvention, mise en place de formations, d'actions, etc.).

■ ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Les mardis et jeudis de 17 h à 19 h

Des animateurs et des bénévoles sont présents pour vous aider à trouver une méthodologie et vous faire progresser.

■ PERMANENCE D'UN MÉDIATEUR SCOLAIRE

Accompagnement projet, médiation entre l'école Paul Ramadier et les acteurs du quartier. Sur rendez-vous.

Contact 05 65 58 16 51

■ ATELIER CUISINE

La Maison de quartier dispose d'une cuisine pédagogique. Des cours et des activités y sont régulièrement mis en place.

■ ATELIER ÉQUILIBRE

Un lundi tous les 15 jours de 10 h à 11 h
Cet atelier vous propose des exercices sous forme de parcours, en vue d'améliorer votre coordination globale intersegmentaire.


Chaque séance est dispensée par un éducateur sportif diplômé.

■ ATELIER INFORMATIQUE

Tous les vendredis

Accompagnement dans la découverte et le perfectionnement de l'informatique et du web ainsi que pour toutes démarches administratives.

Adhésion à la maison de quartier : 2 €/an

En partenariat avec la 

■ JEUX DE SOCIÉTÉ

Les lundis de 14 h à 17 h

De nombreux jeux à essayer : du jeu de société familial au jeu de stratégie pour adultes. Vous pouvez apporter vos jeux si vous le souhaitez. Un après-midi convivial et ludique.

Pour tous les âges.

■ EN APAR-THÉ OU CAFÉ

Un mercredi par mois
de 9 h à 10 h

Le rendez-vous pour partager, bavarder et échanger ensemble autour d'un thé ou café.

■ ATELIER ÉCHANGE ET PARTAGE

Les mardis de 14 h à 17 h

Venez partager un moment autour d'un thème (littérature, création d'objet en carton, en osier, en tissu, couture, tricot, patchwork, confection de pain, création de parfum, de produits ménagers,...).

Toute nouvelle proposition est la bienvenue.

■ PARCOURS MOTRICITÉ DE 1 À 3 ANS

Un mercredi par mois aux Haras
de 10 h 30 à 11 h 30

Adhésion

à la maison de quartier : 2 €/an

Contact

Maison de quartier

Saint-Éloi 05 65 58 16 51

Gourgan 05 65 75 67 73

■ 4-12 ANS - LES FRANCAS

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

■ Période scolaire

les mercredis de 13 h 30 à 17 h 30

■ Vacances scolaires

1^{re} semaine des vacances d'hiver et de printemps, les 3 premières semaines de juillet :

lundi, mercredi et vendredi de 13 h 30 à 17 h 30

mardi et jeudi de 10 h à 17 h 30

Permanences téléphoniques lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9 h 30 à 12 h 30

Permanences à la maison de quartier

jeudi de 14 h à 16 h 15 sauf vacances scolaires

Contact

06 26 11 20 15

06 40 92 31 94

lapetiterecreederodez@gmail.com

■ 12-17 ANS LA VILLE DE RODEZ

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

- **Période scolaire**
les mercredis de 13 h 30 à 17 h 30
- **Vacances scolaires**
lundi et vendredi de 13 h 30 à 17 h 30
mardi, mercredi et jeudi de 9 h à 18 h

■ 14-17 ANS LA VILLE DE RODEZ

Accueil jeunes (AJ)

- **Période scolaire**
mardi et jeudi de 17 h à 19 h
mercredi de 17 h 30 à 19 h
vendredi de 17 h à 21 h 30
samedi de 14 h à 18 h ou 1 samedi sur
2 de 9 h à 18 h

Contact (12-17 ans)

07 80 96 41 51 - 05 65 58 16 51
animrodez@gmail.com

■ AMA ASISTANTES MATERNELLES AGRÉÉES

Les mercredis de 9 h à 11 h 30

L'association organise des activités manuelles pour les jeunes enfants.
Si vous souhaitez y participer ou si vous êtes à la recherche d'une assistante maternelle agréée pour votre enfant.

Activités tous les mercredis (année scolaire) et pendant les vacances scolaires **selon disponibilité de la salle.**

Inscription tout au long de l'année.

Adhésion 20 €/an en année civile

Contact

Présidente : PACIOS Vanessa

06 38 18 08 08

Secrétaire : MALBEC Françoise

06 35 96 73 82

assoama12gmail.com

PARTENAIRES

■ LE DÉPARTEMENT

Le pôle des solidarités humaines met en œuvre la politique départementale d'action sociale (enfance, famille, insertion, personnes âgées) et d'accompagnement social (généraliste, point conseil budget).

La Maison des solidarités départementales du Pays Ruthénois Lévézou Ségala propose des rendez-vous à la Maison de quartier de Saint-Éloi.

■ **Accompagnement social généraliste**

L'équipe, composée d'assistants sociaux éducatifs, accueille les personnes confrontées à des difficultés sociales, économiques, familiales pour les accompagner, les informer, les orienter.

Permanence sur rendez-vous à la maison de quartier de Saint-Éloi au 05 65 77 31 20

■ **La Protection maternelle et infantile (PMI)**

Accompagnement des familles et des enfants de moins de 6 ans autour de la santé, l'éducation sanitaire (l'allaitement, l'alimentation, la pesée, l'hygiène, le sommeil, etc.), les modes de garde et les relations parents/enfants.

Sur rendez-vous au 05 65 77 31 20

Contact

4, rue François Mazenq - 12000 Rodez

05 65 76 52 80

tas.rodez@aveyron.fr

■ ADPEP12 - ASSOCIATION SESSAD AUTISME

Atelier cuisine les mercredis tous les 15 jours en semaines paires de 11 h à 15 h 30.

Contact 05 31 97 02 20

■ ASAC - ASSOCIATION SOLIDARITÉ ACCUEIL

L'ASAC, association intermédiaire, est une structure d'accueil, d'orientation et d'évaluation du potentiel des personnes en recherche d'emploi.

Horaires d'ouverture du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 14 h à 17 h

Permanence à la maison de quartier un lundi par mois de 14 h à 16 h.

Contact

23 rue Béteille - 12000 Rodez

05 65 42 67 50

accueil@asac12.fr

■ MISSION LOCALE

Accompagne les jeunes de 16 à 25 ans dans leurs parcours d'insertion professionnelle et sociale. **Permanence** à la maison de quartier.

Contact

5 rue de Bruxelles - 12000 Rodez

05 65 73 85 85

rodez@mlaveyron.org

■ CCAS

Atelier remue-méninges 1 mardi/mois de 15 h 30 à 16 h 30

Contact

Service convivialité séniors CCAS

Mairie de Rodez - 1^{er} étage

05 65 77 88 90

ACTEURS LOCAUX DU QUARTIER

■ CENTRE SOCIAL DE RODEZ

Le centre social Caf de Rodez vous propose différents services et activités.

UN APPUI AU QUOTIDIEN

■ Accès aux droit

- accès libre à un ordinateur
- accueil Caf et accompagnement dans les démarches administratives
- Ameli, préfecture
- RDV Caf via le caf.fr (site de St Éloi)

■ Soutien aux changements de situation familiale

Un travailleur social vous accompagne lors d'un changement de situation familiale (accès aux droits, aide dans les démarches, aide financière, etc.)

■ Insertion sociale/professionnelle

- cours d'alphabétisation
- crèche à vocation d'insertion professionnelle

DE LA PETITE ENFANCE À L'ENFANCE

■ Multiaccueil Confettis 0-6 ans du lundi au vendredi de 7 h 45 à 18 h 15

tarif horaire selon les revenus et le nombre d'enfant à charge

■ Accompagnement scolarité

ADULTES

- ateliers informatique, cuisine
- atelier parents
- association Leche League
- ateliers divers (culturel, découverte de soi, etc.)
- Escale loisirs
- parenthèse

ENFANTS-PARENTS

- Escales loisirs
- LAEP

Contact

Rue Louis Dausse - 12000 RODEZ
05 65 42 10 29

■ PROGRESS

Association d'habitants pour l'amélioration du cadre de vie et la création d'emploi de proximité. PROGRESS gère aussi les jardins partagés au cœur des HLM Ramadier.

Vous pouvez déposer un CV, poser des questions sur les jardins, proposer un ou plusieurs projets pour le quartier, ...

Contact

PROGRESS - Régie de Territoire
57 boulevard Paul Ramadier
Bât. Les marronniers - 12000 RODEZ
09 66 93 08 43
contact@regie-progress.fr

■ RELAIS MILL'COULEURS

Le Relais petite enfance est un espace d'accueil, d'information, d'écoute, de rencontres et d'échanges qui s'adresse :

- aux parents ou aux futurs parents,
- aux assistantes maternelles agréées ou à celles qui veulent le devenir,
- aux gardes d'enfants à domicile.

Lieu de vie et de partage, il permet aux jeunes enfants et aux adultes qui les accompagnent de se retrouver pour des temps de jeux et d'activités, dans un cadre adapté et sécurisé. Lieu d'information, il permet aux assistantes maternelles, aux gardes d'enfants à domicile et aux parents employeurs d'être accompagnés dans leurs démarches, dans leurs relations contractuelles et de s'informer.

Que vous soyez à la recherche d'un mode d'accueil ou à la recherche d'informations sur les statuts de particulier-employeur ou

salarié du particulier, vous pouvez prendre rendez-vous par téléphone, l'animatrice pourra répondre à vos questions

Contact

Impasse Ste Barbe - 12000 RODEZ
Sylvie LECHAT au 05 65 46 07 09

■ ÉCOLE PRIMAIRE

Groupe scolaire d'application Paul Ramadier
Rue Jean Alauzet - 12000 RODEZ

Contact

05 65 42 09 63
APAE école Paul Ramadier

Contact

Viviane BRAHIM (Présidente) 06 42 70 78 91

■ CLAJ

Comité pour le logement autonome des
jeunes de Rodez Agglomération

Contact

4 rue du Maréchal Leclerc - 12000 RODEZ
05 65 73 16 32
info@clajrodez.org

VIE ASSOCIATIVE

■ CRAISAF ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE

Mardi et jeudi matin/après-midi
Vendredi après-midi

Cours d'apprentissage de la langue française s'adressant aussi bien aux français(es) qu'aux étrangers(ères). 6 cours par semaine selon les niveaux. À partir de début septembre.

Tarif 30 €/an

Inscriptions sur rendez-vous

Permanence du lundi au vendredi de 14 h à 17 h

Contact

29, rue Saint-Cyrice - 12000 Rodez
05 65 77 09 74 / craisaf@orange.fr

■ AGVR

Lundi de 14 h à 15 h

Gym douce pour les séniors (sur chaise)

Contact

7, rue Henri Fabre - 12000 Rodez
gymvolontaire-012003@epgv.fr

■ FAMILLE DE FRANCE

1 mercredi par mois de 18 h à 19 h 45

Conférence alimentation. Action de prévention

alimentaire (groupe "santé alimentation").

Contact pages.lucien@wanadoo.fr

■ OCCITAN'AIR

Mardi de 14 h à 16 h

Activités physiques adaptées (APA) destinées aux personnes porteuses de pathologies respiratoires.

Contact

Mme Edith RIGAL 06 78 54 45 97
M. Jean DERRUAU 07 86 09 62 27
Edith.rigal@laposte.net
partnair@partnair.asso.fr

■ ADAP'TA GYM

Jeudi de 9 h à 10 h

Contact

M. VAYSSETTE au 06 42 73 49 84
vayssette.renaud@gmail.com

■ ASCM

**ASS. SPORTIVE CULTURELLE
DES MAHOAIS**

1 samedi ou 1 dimanche par mois

Contact

M. HADHURAMI Ben au 06 50 35 74 43

■ DANSES TRADITIONNELLES D'IRLANDE ET D'AILLEURS

Mardi de 20 h à 23 h 30

Contact

06 08 36 68 32 / ericbotte@wanadoo.fr

■ BIG BAND MUSIQUE TRAD

Jeudi de 18 h à 20 h

Contact pierselune@gmail.com

■ FRANCE PATCHWORK

les 2^e et 4^e vendredi du mois,
de 9 h à 17 h

Contact

Mme Capucci Christine au 06 25 00 05 98

Mme Ramazeilles au 06 85 49 83 05

Delegf12@gmail.com

■ RODEZ POKER 12

Lundi de 18 h à 23 h

Contact

M. ROQUET au 06 11 70 77 82

M. GUIRAL au 06 84 29 48 71

■ MJC SALSA

Les mercredis 22 et 29 novembre
2023, 3 avril 2024, de 19 h à 20 h

Contact Isabelle ROUS 06 78 94 17 59

Isa.rous@live.fr

■ ATELIER GYM CÉRÉBRALE

Les mardis de 11 h à 12 h

Début des cours mardi 10 octobre

Tarif 30 €/an

Contact

Service convivialité séniors

CCAS - Mairie de Rodez- 1^{er} étage

05 65 77 88 90

■ MARCHÉ NORDIQUE

Jeudi de 10 h à 11 h 30

Marche nordique adaptée aux séniors. Service
convivialité séniors du CCAS + M. Vayssette

Contact 05 65 77 88 90



Maison de quartier

LUCIE AUBRAC

GOURGAN

05 65 75 67 73

Maison de quartier

LOUISE MICHEL

SAINT-ÉLOI

05 65 58 16 51



Conception / Impression Ville de Rodez - septembre 2023
Ne pas jeter sur la voie publique