

 VILLE de RODEZ

Les  
**MAISONS**  
de **QUARTIER**

---

LUCIE AUBRAC  
GOURGAN



---

LOUISE MICHEL  
SAINT-ÉLOI

2025-2026

# SOMMAIRE

## ■ GOURGAN

MAISON DE QUARTIER  
LUCIE AUBRAC

■ ANIMATIONS.....	P.5
■ ENFANCE-JEUNESSE.....	P.8
■ PARTENAIRES.....	P.9
■ VIE ASSOCIATIVE.....	P.11

## ■ SAINT-ÉLOI

MAISON DE QUARTIER  
LOUISE MICHEL

■ MAISON FRANCE SERVICES.....	P.16
■ ANIMATIONS.....	P.17
■ ENFANCE-JEUNESSE.....	P.18
■ PARTENAIRES.....	P.20
■ VIE DE QUARTIER.....	P.22
■ VIE ASSOCIATIVE.....	P.24

# ÉDITO

Chères Ruthénoises, chers Ruthénois,

Les Maisons de quartier sont des lieux importants de la vie des quartiers. Elles accompagnent quotidiennement les Ruthénoises et Ruthénois en leur proposant des lieux de proximité ouverts à tous où la rencontre, la solidarité, la convivialité et le partage sont les maîtres mots.

Ce sont des structures qui proposent au cours de l'année de nombreuses activités culturelles, sportives, festives et socio-éducatives. Ces animations naissent de nombreuses rencontres. Elles tissent les liens sociaux entre habitants. Les familles obtiennent accompagnement et soutien. L'ensemble améliore la qualité de vie des quartiers de Rodez.

Cette année encore, la Ville de Rodez, aux côtés de ses nombreux partenaires associatifs et institutionnels, tels que la CAF, la MJC, les Francas et les services de l'État, mettent leurs forces communes au service des habitants pour répondre à leurs besoins. La Maison France Services propose des services et actions tournées vers tous public. Les Haras sont au cœur des politiques dédiées à la jeunesse en proposant diverses activités gratuites tout au long de l'année.

Je remercie toutes celles et ceux qui s'engagent et s'investissent au quotidien dans nos Maisons de quartier pour les Ruthénoises et Ruthénois.

Le Maire de Rodez

# 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

### sur inscription

#### ■ ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Les mercredis de 17 h 30 à 19 h

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

#### ■ 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.).

#### ■ LES APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Les lundis et 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.

## ■ ATELIER ÉQUILIBRE

Un lundi tous les 15 jours de 10 h à 11 h  
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 CUISINE

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

## ■ 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.

Chaque séance est dispensée par un sophrologue certifié.

## ■ ATELIER INFORMATIQUE

Les mardis de 14 h à 15 h 30

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

## ■ CITÉ MOBILE

Permanence les lundis après-midi

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

## ■ CONVIVALI-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.

## ■ LE REPAS DU 3<sup>E</sup> JEUDI DU MOIS

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

## ■ LES SORTIES DE LA MAISON DE QUARTIER

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

## ■ CONSEILLER NUMÉRIQUE FRANCE SERVICES

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

**Sur RDV**

EN PARTENARIAT AVEC LA



**Rens. et inscriptions** MJC de Rodez

## ■ GRATUITÉ SPÉCIALE SUR L'ANNÉE 2025

Dans le cadre de l'opération "stages activités découvertes à la MJC pendant les vacances

scolaires", avec le soutien de Rodez Agglomération, les enfants des quartiers Saint-Éloi et Gourgan bénéficient de la gratuité.

### **Rens. et inscriptions**

auprès des deux Maisons de Quartier

## ■ 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**

## ■ 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**

# ENFANCE-JEUNESSE

## ■ 2-12 ANS LES FRANCAS

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

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

### **Permanences téléphoniques**

lundi, mardi et jeudi de 9 h à 12 h  
au 06 26 11 20 15

En dehors de ces créneaux, merci de nous  
contacter par mail à l'adresse suivante :  
[lapetiterecreederodez@gmail.com](mailto:lapetiterecreederodez@gmail.com)  
[www.lesfrancasderodez.fr/](http://www.lesfrancasderodez.fr/)

## ■ 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 22 h, les samedis selon projet

### ■ **Vacances scolaires**

lundi et vendredi de 17 h 30 à 19 h  
mardi, mercredi et jeudi de 18 h à 19 h

### **Contact (12-17 ans)**

05 65 75 67 73 / 06 33 56 99 97  
[animrodez@gmail.com](mailto: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, Lézou, 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 deux 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](mailto:tas.rodez@aveyron.fr)

## ■ **CCAS - CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE**

Atelier remue-ménages 1 lundi par mois de 14 h à 15 h 30.

**Contact** Service convivialité séniors CCAS - Mairie de Rodez - 1<sup>er</sup> étage - 05 65 77 88 90

## ■ 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 : accompagnement dans la réalisation de leurs devoirs, les mardis et jeudis de 16 h 45 jusqu'à 18 h 15.

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

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

Lors des vacances scolaires, le Centre social :

- propose ponctuellement des activités de loisirs créatifs et de 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

05 65 42 10 29

## ■ GROUPE SCOLAIRE DE GOURGAN

### **Contact**

Côte de la Gascarie - 12000 Rodez

05 65 68 75 85

## ■ 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 également aux jeunes des dispositifs jeunesse de la Maison de quartier de découvrir le monde associatif.

### Tarif

Adhésion annuelle de 5 €

## ■ APAE ASSOCIATION DES PARENTS ET AMIS D'ÉLÈVES

### Contact

marina.guitar12@gmail.com (secrétaire de l'association)

## ■ 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

## ■ CLUB L'AMBIANCE CLUB DES ÂÎNÉS

**Danse, les vendredis de 14 h à 18 h**

### Tarif

33 €/an + 2 € d'adhésion à la Maison de quartier

**Inscription** le 13/09/2025

**Reprise** le 19/09/2025

### Contact

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

## ■ 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

(dont 2 € d'adhésion à la Maison de quartier)

- 40 €/an
- 20 €/an pour la cuisine seule

**Inscription** lors de la journée portes ouvertes  
le 13/09/2025 ou auprès des animatrices aux  
heures de cours

**Reprise** le 15/09/2025

### **Contact**

auprès des animatrices aux heures de cours  
ou [cousudamitie@gmail.com](mailto:cousudamitie@gmail.com)

## ■ ASS. SHANTI YOGA

Cours dispensés par Delphine Boutonnet,  
Christine Atheyne et Marie-Claude Germane.

- **lundi** de 16 h 40 à 17 h 50
- **mardi** de 15 h à 16 h  
de 16 h 30 à 17 h 45  
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 15

### Tarifs

2 € d'adhésion à la Maison de quartier +

- 130 € pour 1 cours par semaine
- 90 € pour un 2<sup>e</sup> cours
- 80 € (1 cours) étudiants et minima sociaux

**Inscription** le 13/09/2025

**Reprise** le 15/09/2025

### **Contact**

Mme BORIES au 06 61 30 08 72 (par SMS  
uniquement)

ou par mail : [shantiyoga.gourgan@gmail.com](mailto:shantiyoga.gourgan@gmail.com)

## ■ 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 et vendredi matin/après-midi (2 x 2 h de cours par semaine selon les niveaux)

### Tarif

30 €/an (participation aux frais administratifs)

**Reprise** lundi 22 septembre 2025.

Inscriptions sur rendez-vous uniquement.

### 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

## ■ ÉCOJARDINS DE LA LABARDIE

Les jardins de la Labardie, ce sont 150 parcelles de potagers :

- à destination de toutes celles et ceux qui ont envie de cultiver un petit jardin pour leur consommation familiale,
- gérées par une association engagée dans une démarche écologiste de respect des sols, de l'environnement et de la biodiversité.

Envie de nous rejoindre ?

Transmettez-nous votre candidature par écrit à l'adresse postale ou mail ci-dessous en précisant vos coordonnées (nom, prénom, adresse, téléphone, adresse mail).

**Priorité** est donnée aux habitants de la commune de Rodez.

### Contact

135 avenue de la Labardie

12000 Rodez

ecojardinslabardie@gmail.com

www.ecojardin-de-la-labardie.fr

06 84 39 95 61

## ■ TANGO RUTHÈNE DANSE TANGO ARGENTIN

Les mardis de 20 h à 22 h 30

### Tarif

250 €/an

**Inscription** les mardis du mois de septembre,  
à partir du 16 septembre

**Reprise** le 16/09/2025

### Contact

tangoruthene@gmail.com

## ■ GOURGANSPOUR

- **Gym d'entretien et de maintien en forme**

lundi et jeudi de 10 h 30 à 11 h 30

- **Randonnée (8 à 10 km)**

jeudi de 14 h à 18 h et ponctuellement  
le mardi

### Tarifs

2 € d'adhésion à la Maison de quartier +

- **Gym** (dont 25 € de licence) : 85 €/an 1 cours par semaine - 95 €/an 2 cours par semaine
- **Randonnée** : 25 €/an (adhésion au club) **ou** gratuit pour les inscrits à la gym

- Accueil des anciens adhérents (15 €/an) pour les repas, visites et promenades

### Contact

M. DAR COURT au 06 46 55 55 51

Mme BOUDOU au 06 79 24 03 49

ou au début de chaque cours

**Inscription** samedi 13/09/25 lors de la rentrée  
de la Maison de quartier

**Reprise** lundi 15/09/25

## ■ SPORT POUR TOUS

- **Gym douce** (reprise le 15/09/25)  
lundi de 18 h à 18 h 55 avec Allan Carrié,  
de 20 h 15 à 21 h 15 avec Sébastien  
Goncalvés
- **Gym tonique** (reprise le 15/09/25)  
lundi de 19 h à 19 h 55 avec Allan Carrié
- **Gym mémoire** (reprise le 18/09/25)  
jeudi de 9 h à 10 h avec Myriam Capelle
- **Pilates** (reprise le 18/09/25)  
jeudi de 12 h 15 à 13 h 15 avec Myriam  
Capelle
- **Renforcement musculaire**  
jeudi de 18 h 15 à 19 h 15 avec Myriam  
Capelle (reprise le 18/09/25)

- **Marche nordique**  
mercredi après-midi pour les adhérents  
du club

*Possibilité d'un cours d'essai lundi 15 et jeudi  
18 septembre*

#### **Tarifs**

2 € d'adhésion à la Maison de quartier +

- 90 €/an pour 1 cours par semaine
- 150 €/an pour 2 cours par semaine
- 195 €/an pour 3 cours par semaine

#### **Inscription**

samedi 13/09/2025 de 9 h 30 à 14 h 30 à la  
Maison de quartier

#### **Contact**

sportspourtousgourgan@gmail.com  
06 89 66 99 88 ou 06 31 37 11 33

## ■ AVF RA TISSEURS DE LIENS ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES RODEZ AGGLOMÉRATION

Vous venez d'arriver à Rodez ou dans ses  
environs, vous y résidez déjà et vous souhaitez  
développer votre réseau relationnel, venez  
nous rejoindre à l'AVF Rodez Agglomération.

Une équipe de bénévoles vous aidera à tisser  
des liens lors des activités, des animations et  
des sorties en groupe.

L'AVF vous propose un programme très  
varié d'ateliers ou de sorties en semaine,  
les week-ends, en journée ou en soirée,  
vous permettant de découvrir, dans la plus  
grande convivialité, le patrimoine de la région  
et d'échanger avec les autres membres de  
l'association.

Vous pouvez consulter notre programme ici :  
<https://avfrodezagglomeration.fr>

#### **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, tous les 15 jours d'octobre à janvier  
et sur rendez-vous de février à juin  
07 88 11 34 34  
[avf.rodez.sec@uravmp.fr](mailto: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](mailto: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

Située à la Maison de quartier de Saint-Éloi, la Maison France Service de Rodez, en collaboration avec les structures partenaires, vous accompagne dans toutes vos démarches administratives de premier niveau, démarches en ligne et papier, prise de RDV en collaboration...

#### **Structures partenaires**

Impôts, Préfecture ANTS (permis de conduire, carte grise, carte d'identité), CPAM, MSA, CAF, CARSAT (assurance retraite), La Poste, Pôle emploi, Justice, URSSAF.

#### ■ HORAIRES D'OUVERTURE

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

#### **Contact**

05 65 72 02 92

**Favoriser la prise de RDV**

## ■ ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Découverte et perfectionnement de l'informatique.

**Tous les vendredis :**

- matin : rendez-vous individuels
- 13 h : cycle de formation pour la prise en main de l'ordinateur
- 15 h : ateliers thématiques

**Contact** 06 08 03 06 93

## 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 (mise en place de formation, montage de dossier de subvention, mise en place 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 disponible aux organismes, associations,... extérieurs.

Des cours et des activités sont régulièrement mis en place.

## ■ JEUX DE SOCIÉTÉ

**Les lundis de 14 h à 17 h**

De nombreux jeux à essayer sont proposés pour tous les âges, du jeu de société familial au jeu de stratégie pour adulte. Vous pouvez apporter vos jeux si vous le souhaitez.

Un après-midi convivial et ludique.

## ■ ATELIER ÉCHANGE ET PARTAGE

**Les mardis de 14 h à 17 h**

Venez partager un moment ensemble 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 ménager, etc.

Toute nouvelle proposition est la bienvenue.

## ■ AMA ASSISTANTES MATERNELLES AGRÉÉES

**Les mercredis de 9 h à 11 h 30  
(année scolaire)**

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.

Pendant les vacances scolaires, possibilité d'activités de 9 h à 11 h 30 selon disponibilité de la salle.

**Inscription** tout au long de l'année.

Adhésion 20 €/an en année civile

### **Contact**

PACIOS Vanessa (Présidente)

06 38 18 08 08

MALBEC Françoise (Secrétaire)

06 35 96 73 82

assoama12@gmail.com

## ■ KAS MAT ASSISTANTES MATERNELLES AGRÉÉES

Les lundis de 9 h à 11 h (année scolaire)

### Contact

Corinne DARTOIS (Présidente)

06 27 61 84 46

Patricia ABRIOUX (Secrétaire)

06 81 23 80 22

## ■ 4-12 ANS - LES FRANÇAS

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)  
à la Maison de quartier de Gourgan

### Permanences téléphoniques

lundi, mardi, jeudi et vendredi  
de 9 h 30 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

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

- les mardis et jeudis de 17 h à 19 h
- les mercredis de 17 h 30 à 19 h
- les vendredis de 17 h à 21 h 30
- les 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

## ■ LE DÉPARTEMENT

Le pôle solidarités humaines met en œuvre la politique départementale d'action sociale (enfance, famille, insertion, personnes âgées) et accompagnement social (généraliste, point conseil budget). Le Territoire d'Action Sociale Pays Ruthénois, Lévézou, Ségala propose des rendez-vous à la Maison de quartier de Saint Éloi.

### ■ **Accompagnement social généraliste**

L'équipe, composée de travailleurs sociaux, 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 ou sur le site [www.rdv-solidarites.fr](http://www.rdv-solidarites.fr)

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

Le service PMI mène une mission de prévention et de promotion de la santé **auprès des futurs parents et des enfants de moins de 6 ans**. Une équipe de médecins, sage-femmes et infirmières puéricultrice du Département de l'Aveyron est à votre disposition pour informer les parents et les accompagner autour de la santé et du développement global de leur enfant.

**Sur rendez-vous** au 05 65 77 31 20

### **Contact**

Aveyron Services de Rodez

4 rue François Mazenq - 12000 Rodez - 05 65 77 31 20

[tas.rodez@aveyron.fr](mailto:tas.rodez@aveyron.fr) / Site du département : [aveyron.fr](http://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 1 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 Béteille - 12000 Rodez

05 65 73 85 85

rodez@mlaveyron.org

## ■ CCAS - CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Ateliers divers : remue-méninges, théâtre, cuisine, etc.

### **Contact**

Service convivialité seniors CCAS - Mairie de Rodez – 1<sup>er</sup> étage

05 65 77 88 90

## ■ CENTRE SOCIAL DE RODEZ

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

### UN APPUI AU QUOTIDIEN

#### ■ Accès aux droits

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

#### ■ 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, ...)

#### ■ Insertion sociale/professionnelle

- cours d'alphabétisation,
- crèche (places réservées pour les parents en parcours 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,
- balades,
- ateliers détente, jeux, couture et papotages,
- animations et sorties loisirs et culturelles,
- soirées parents.

#### ENFANTS-PARENTS

- Escales loisirs,
- LAEP.

#### Contact

Rue Louis Dausse - 12000 RODEZ

05 65 42 10 29 

## ■ CLAJ

Comité pour le logement autonome des jeunes de Rodez Agglomération

#### Horaires

Lundi : de 9 h à 12 h / de 14 h à 18 h

Mardi et jeudi : de 9 h à 13 h / de 14 h à 19 h  
 Mercredi : de 9 h à 13 h / de 14 h à 17 h  
 Vendredi : de 9 h à 13 h / de 14 h à 17 h 30

### Contact

4 rue du Maréchal Leclerc de Hautecloque  
 (Niveau 1, accès du côté des garages de la  
 résidence) - 12000 Rodez  
 05 65 73 16 32 / [info@clajrodez.org](mailto:info@clajrodez.org)

## ■ ÉCOLE PRIMAIRE

Groupe scolaire d'application Paul Ramadier

### Contact

Rue Jean Alauzet - 12000 RODEZ  
 Viviane BRAHIM (Présidente) 06 42 70 78 91

## ■ PROGRESS RÉGIE DE TERRITOIRE

Association d'habitants pour l'amélioration  
 du cadre de vie et la création d'emplois de  
 proximité. Vous pouvez déposer un CV, poser  
 des questions sur les jardins, proposer un ou  
 plusieurs projets pour le quartier, etc.

**Contact** [contact@regie-progress.fr](mailto: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 accom-  
 pagnés 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 auprès de l'animatrice qui  
 pourra répondre à vos questions.

### Contact

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

# VIE ASSOCIATIVE

## ■ ADAP'TA GYM

Jeudi de 9 h à 11 h

### Contact

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

## ■ AGVR

Lundi de 14 h à 15 h

Gym douce (sur chaise) pour les séniors.

### Contact

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

## ■ AMA

ASSISTANTES MATERNELLES  
AGRÉÉES

Mercredi de 9 h à 11 h

Voir détails p 18 /Enfance et jeunesse.

### Contact

Vanessa PACIOS au 06 38 18 08 08

## ■ ASCM

ASS. SPORTIVE CULTURELLE  
DES MAHOAIS

1 samedi ou 1 dimanche par mois

### Contact

M. HADHURAMI Ben 06 50 35 74 43

## ■ 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 (frais administratifs)

Inscriptions sur rendez-vous

Permanence du lundi au vendredi de 14 h à 17 h

### Contact

29, rue St Cyrice 12000 RODEZ  
05 65 77 09 74  
craisaf@orange.fr

## ■ DIATO MUSIQUE TRAD

Mardi tous les 15 jours de 20 h 30 à 22 h 30

Répétition.

### Contact

pierselune@gmail.com

## ■ FAMILLE DE FRANCE

1 mercredi par mois,  
de 18 h à 19 h 45

Conférence alimentation. Action de prévention alimentaire (groupe “santé alimentation”).

### Contact

M. Pagès : pages.lucien@wanadoo.fr

## ■ FRANCE PATCHWORK

les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> vendredi du mois,  
de 9 h à 17 h

### Contact

Mme RAMAZEILLES 06 85 49 83 05  
ramazeilles.marie-christine@orange.fr

## ■ FRANCE PARKINSON

Lundi de 16 h à 17 h 45

### Contact

comite12@franceparkinson.fr

## ■ LES ENCRE LIBRES

Mardi de 17 h à 18 h 45

Atelier d'écriture.

### Contact

lesencreslibres12@gmail.com

## ■ MARCHE NORDIQUE

Jeudi de 10 h à 11 h 30

Marche nordique adaptée aux séniors, proposée et organisée par le Service convivialité séniors du CCAS + M. Vaysette.

### Contact

Service Convivialité Séniors CCAS  
05 65 77 88 90



## ■ OCCITAN'AIR

**Mardi de 14 h à 16 h**

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

### **Contact**

Mme Edith RIGAL 07 86 09 62 27

Edith.rigal@laposte.net

contact@occitanair.fr

Retrouvez tous les mois le programme des animations de votre quartier, les rendez-vous récurrents, les zoom sur...





Maison de quartier

**LUCIE AUBRAC**

GOURGAN

05 65 75 67 73

Maison de quartier

**LOUISE MICHEL**

SAINT-ÉLOI

05 65 58 16 51

Sous couvert de modifications de la part des organisateurs



Ne pas jeter sur la voie publique

Conception / Impression Ville de Rodez - septembre 2025