

Le GUIDE des assos

2026 > 2027



DES ACTIVITÉS
• POUR TOUS !



ville-cugnaux.fr



ADRESSES UTILES

POUR LES ACTIVITÉS ASSOCIATIVES

Espaces dédiés aux sports à la Plaine des sports au 22 ter, rue du Stade

Complexe De-Marchi, salles Benjamin-Brianto et Pierre-Héran

22 bis, rue du Stade

Complexe tennistique Jean-Gachassin

22 bis, rue du Stade

Gymnase Jean-Bouin

rue du Stade

Gymnase Jean-Roure

rue du Stade

Gymnase Léo-Lagrange

rue du Chioulet

Gymnase Michel-Jazy

4, avenue du Comminges

Stade Jean-Dardé

rue du Stade

Stade Raymond-Gasc

4, rue Hélène-Boucher

Autres espaces municipaux

Centre de loisirs Rachety

51, avenue de Plaisance

Parc du Manoir

42, place de l'Église

Relais solidaire

1 rue des Violettes

Salle Albert-Camus

place de la République

Salle des Arts du Vivier 1

place de la Libération

Salle des Arts du Vivier 2

11, avenue des Pyrénées

Salle Jean-Louis-Berlier

2, place de la République

Salle René-Cassin

13, rue Lazare-Ponticelli



EDITO

Chères Cugnalaïses, chers Cugnalaïs,

Cugnaux peut être fière de son tissu associatif. Avec plus de 130 associations, notre ville bénéficie d'une richesse humaine et d'une diversité d'activités remarquables, dans les domaines du sport, de la culture, de la solidarité, de l'environnement, de l'enfance, du bien-être ou encore de la citoyenneté.

Ces associations sont bien plus que des lieux de pratique ou de rencontre. Elles sont des espaces d'échange, de partage et d'engagement qui contribuent au dynamisme de Cugnaux et renforcent ce qui fait la force de notre commune.

Je tiens à remercier chaleureusement l'ensemble des bénévoles, dirigeants associatifs et adhérents qui consacrent leur temps et leur énergie au service des autres. Leur engagement est précieux et mérite toute notre reconnaissance.

La Mairie de Cugnaux soutient pleinement ce tissu associatif, car ce sont ces activités qui font vivre notre commune au quotidien. Ce soutien se traduit par la mise à disposition d'équipements, l'octroi de subventions, l'appui à la communication et l'accompagnement de leurs événements, afin que chaque association puisse poursuivre ses missions dans les meilleures conditions.

Je vous invite à parcourir ce guide, à aller à la rencontre de celles et ceux qui font battre le cœur associatif de Cugnaux et à ne pas hésiter à participer, à tout âge, aux activités communales : ce sont elles qui font le bien vivre à Cugnaux.

Je vous souhaite, à toutes et à tous, une très belle saison associative !

Le Maire de Cugnaux



LE SOMMAIRE

SPORT

5-9

BIEN-ÊTRE

10-11

CULTURE

12-21

ENFANCE & JEUNESSE

22-23

SOLIDARITÉ

24-29

ENVIRONNEMENT

30-31

QUARTIER

32

PATRIOTIQUE

33

CULTE

34

DIVERS

35

**RENCONTRES
ASSOCIATIVES**

36

INDEX

37-38

SPORT

JEUNESSE SPORTIVE CUGNALAISE OMNISPORTS (JSC)

OBJET Action fédérative des clubs sportifs. Garant de la gestion administrative et comptable des 18 sections sportives adhérentes de l'association Omnisports • **PUBLIC CONCERNÉ** Toutes sections sportives et leurs membres • **ÉVÉNEMENTS** Organisation et participation aux organisations caritatives et/ou sportives ayant lieu à Cugnaux • **PERMANENCE** Bureau ouvert sur rendez-vous (par mail) • **LIEU D'ACTIVITÉ** adresse du siège 22, Ter rue du Stade Cugnaux • **TARIFS** Chaque section sportive en définit le montant • **MAIL** jscomnisports.presidence@gmail.com

JSC OMNISPORTS > ARTS MARTIAUX

OBJET Enseignement des arts martiaux (self-défense féminine, ju-jitsu, judo, karaté contact, para-karaté / karaté Santé, taï chi / qi gong, taïso santé, ju-jitsu brésilien, self défense urbaine). • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public, dès 4 ans. Compétiteurs et loisirs • **ÉVÉNEMENT** Forum des associations, téléthon et interclubs, stages, Octobre rose, tatamis ouvert • **PERMANENCE** Par téléphone du lundi au vendredi, par mail ou sur les lieux des cours • **LIEU D'ACTIVITÉ** Dojo Dominique-Riccio, gymnase Michel-Jazy, avenue du Comminges à Cugnaux • **INSCRIPTION** Permanences en juin et septembre au dojo (date sur le site internet) puis inscription dans l'année avec dossier complet au heures de cours • **TARIFS** de 145 à 275 € • **CONTACT** Maël Chorlay, responsable de section • **TÉL** 06 13 90 11 39 • **MAIL** jscugnaux.artsmartiaux@gmail.com • **SITE** <https://arts-martiaux-cugnaux.fr>

JSC OMNISPORTS > ATHLÉTISME

OBJET Athlétisme (courses, sauts, lancers, marche athlétique), Baby athlé, athlé santé loisirs, marche nordique, running, trail • **PUBLIC CONCERNÉ** À partir de 3 ans • **ÉVÉNEMENT** 5 km et 10 km Cugnaux (juin), 10 km et semi marathon Tournefeuille (octobre) • **PERMANENCE** Les lundis de 17h30 à 19h au stade Quefets à Tournefeuille • **LIEU D'ACTIVITÉ** Piste d'athlétisme derrière le gymnase Michel-Jazy, à Cugnaux pour les moins de 16 ans, à Tournefeuille pour les plus de 16 ans • **INSCRIPTION** Directement sur le site athle-632.fr • **MAIL** jscugnaux@athle-632.fr • **SITE** www.athle-632.fr

JSC OMNISPORTS > BASKET

OBJET Pratique du basket-ball, label mini-basket, label Mini-Basket, Région et Département jeunes et seniors, loisir adultes • **PUBLIC CONCERNÉ** À partir de l'année des 4 ans • **ÉVÉNEMENTS** Championnats, tournois, manifestations du Conseil départemental ou de la Ligue, lotos, vide-greniers • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Gymnases Jean-Bouin, Michel-Jazy et Jean-Roure • **ADRESSE DU SIÈGE** 22 ter rue du Stade à Cugnaux • **INSCRIPTION** Information disponible sur notre site internet durant l'été • **TARIFS** Prix de la licence FFBB variable selon les catégories d'âge + cotisations club • **MAIL** contact.jsc.basket@gmail.com • **SITE** www.jscbasketball.com

JSC OMNISPORTS > BOULE LYONNAISE

OBJET Pratique de la boule Lyonnaise • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Concours Pierre-Héran, Antoine-De-Marchi, concours période fête locale de Cugnaux • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Complexe De Marchi, salle Pierre-Héran • **INSCRIPTION** Voir avec la fédération • **CONTACT** René Gagno (secrétaire) • **TÉL** 06 62 33 52 02

SPORT

JSC OMNISPORTS > BOXE CUGNAUX (SPORTING)

OBJET Boxe anglaise, éducative, amateur, professionnel • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public - Boxe éducative 9-13 ans mercredi 17h-18h30 - Boxe éducative 14 ans, loisirs, amateurs lundi, mercredi, vendredi, jeudi et samedi matin si compétition • **ÉVÉNEMENT** Challenge Benjamin-Brianto gymnase Michel-Jazy • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Complexe De Marchi, salle Benjamin-Brianto, 22 Bis rue du Stade Cugnaux • **PERMANENCE** lundi / mercredi / vendredi 19h-21h • **ENTRAÎNEMENTS** Lundi, mercredi, vendredi 19h-21h : Boxe loisir, amateur, boxe éducative 14/17ans - Mardi 19h-21h : boxe amateur entraînement physique - Mercredi 17h-18h30 : Boxe éducative 9/13 ans - Jeudi 19h-21h ; Mise de gants interclubs amateur - Samedi 10h-17h : compétitions interclubs • **INSCRIPTION** Amateur, loisir et professionnel : Forum des associations / Éducative : après le Forum des associations • **TARIFS** 160€ l'année • **CONTACT** Chantal Brianto (Présidente) • **TÉL** 06 19 28 17 61 • **MAIL** briantochantal@hotmail.fr

JSC OMNISPORTS > CERCLE DES NAGEURS DE CUGNAUX

OBJET Natation, en activité loisir : découverte (4 à 6 ans), apprentissage des 4 nages, perfectionnement (enfants et adultes) ; pratique en compétitions (enfants, jeunes et adultes) ; aquagym • **PUBLIC CONCERNÉ** Pour l'aquagym : tout public — pour la natation : autonome en milieu aquatique • **ÉVÉNEMENTS** Assemblée générale, compétitions diverses, rencontres internes, sorties ludiques, deux semaines de portes ouvertes • **LIEU D'ACTIVITÉ** Piscine L'Oasis de la base de loisirs de la Ramée, 51, chemin de Larramet, Tournefeuille • **TARIFS** Personne habitant Cugnaux : 260€ / extérieur à Cugnaux : 280€ • **CONTACT** Secrétariat • **TÉL** 06 75 84 34 87 • **MAIL** secretaire@cncugnaux31.org • **SITE** www.cncugnaux31.org

JSC OMNISPORTS > CLUB PLONGÉE SOUS-MARINE MAITAIROA

OBJET Plongée • **PUBLIC CONCERNÉ** À partir de 12 ans • **LIEU D'ACTIVITÉ** Piscine L'Oasis de la base de loisirs de la Ramée • **ENTRAÎNEMENTS** Vendredi 20h45-22h15 • **INSCRIPTION** À partir de 12 ans • **TARIFS** 190€ + 30€ pack entraînement fosse pour le passage de niveau • **TÉL** 06 84 37 91 71 • **MAIL** jscplongee.secretariat@gmail.com (secrétariat), jscplongee.presidente@gmail.com (Président) • **SITE** https://maitairoa-plongee.vpdive.com/

JSC OMNISPORTS > GYM'S CLUB CUGNAUX

OBJET Gymnastique volontaire • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes, et enfants de 3 à 10 ans et ados à partir de 11 ans • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Studios de danse gymnase Michel-Jazy, salle Albert-Camus, gymnase Léo-Lagrange • **ÉVÉNEMENTS** Forum des associations • **PERMANENCE** Par téléphone du lundi au vendredi, par mail ou sur les lieux de cours • **INSCRIPTION** Par mail ou sur notre site internet • **TARIFS** - Adultes 160€/an Enfants 130€ (possibilité de payer en 3 fois) • **CONTACTS** Annie Trotignon (présidente) 06 86 98 04 95 / Jacky Brial - 06 68 43 08 51 • **MAIL** gymclub.cugnaux@gmail.com • **SITE** www.gyms-club-cugnaux.fr

JSC OMNISPORTS > PÉTANQUE

OBJET Pétanque sport et loisir • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENT** Grand prix de la Ville de Pétanque • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Complexe De-Marchi, salle Pierre-Héran • **PERMANENCE** Du lundi au vendredi de 14h30 à 19h • **INSCRIPTION** Voir avec le club / cotisation annuelle (année civile) • **TARIFS** Prix de la licence pétanque est de 40€ • **CONTACT** Pierre Pons (secrétaire) • **TÉL** 06 81 16 57 15 • **MAIL** jscpetanque31@gmail.com • **SITE** jscpetanque31.blog4ever.com/blog

SPORT

JSC OMNISPORTS > LES ARCHERS DE CUGNAUX

OBJET Tir à l'arc • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public à partir de 12 ans • **ÉVÉNEMENTS** Trois compétitions par an organisées à Cugnaux • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Gymnase Michel-Jazy et Terrain tir à l'arc, chemin de Payrol • **INSCRIPTION** Au Forum des associations • **CONTACT** Olivier Vassal (Président) • **TÉL** 06 77 03 75 80 • **MAIL** archers.cugnaux@gmail.com • **SITE** club.sportsregions.fr/cugnaux-arc

JSC OMNISPORTS > FOOTBALL

OBJET Pratique du football hommes et femmes en compétition et loisir • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public de 6 à 77 ans • **ÉVÉNEMENTS** Championnat, garçons et filles de U6 à seniors, départementaux et régionaux de septembre à fin mai., stages de perfectionnement pendant les vacances scolaires • **LIEU D'ACTIVITÉ** Plaine des sports, Permanence mercredi de 13h à 18h • **INSCRIPTION** Secrétariat, 22 Ter rue du stade, Cugnaux • **TARIFS** à l'adhésion 240€ selon catégorie inclus équipement • **CONTACT** Adil Souiyah Tél. 06 52 14 03 29 • **MAIL** jscfootball.presidence@gmail.com • **SITE** www.jscugnaux.fr

JSC OMNISPORTS > RC SAUDRUNE RUGBY à XV

OBJET Le RC Saudrune est né de la fusion des clubs de Cugnaux et de Frouzins lors de la saison 1999/2000 École de rugby Labellisée 3 étoiles (plus haut niveau - 7 clubs en France seulement) • **PUBLIC CONCERNÉ** Babys (enfants nés en 2020-2021) - de 6 ans (enfants nés en 2019), - de 8 ans (2018), - de 10 ans (2016-2015), - de 12 ans (2014-2013), - de 14 ans (2012-2011), M15F section féminine (2012-2011-2010)* pole formation : - de 18 ans filles (2007-2008-2009), - de 16 ans (2008-2009) juniors (2007-2008-2009) Seniors : au delà de 18 ans • **ÉVÉNEMENTS** Tournoi Raymond-Gasc à Cugnaux, Tournoi Christophe Boyer à Frouzins, matchs de l'école de rugby, minimes, cadets et juniors les samedis, matchs équipes seniors le dimanche • **PERMANENCE** Mercredis à partir de 17h30 (hors vacances scolaires) • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Entraînements école de rugby : M6-M8-M10-M12 stade Raymond-Gasc les Mercredis M14 au stade de Frouzins les mercredis et Cugnaux les vendredis stade de Villeneuve-Tolosane pour les M15F les mardis et jeudis. *Équipes cadets et juniors : entraînements stade de Frouzins, matchs stade de Frouzins. *Équipes seniors : matchs Cugnaux et certains délocalisés à Frouzins • **TARIFS** 130€ pour l'école de rugby / 140€ pour le pôle formation et seniors • **CONTACTS** Laurent Labau **TÉL** 06 40 31 29 68 • **MAIL** École de Rugby contact.edr.rcsaudrune@gmail.com et contact@rcsaudrune.fr • **SITE** www.rcsaudrune.fr

JSC OMNISPORTS > SKI CLUB

OBJET Pratique et apprentissage du ski alpin. Toutes les 3 semaines le samedi (6 sorties). Sorties adultes et ados tous les samedis, de décembre à avril, en autocar • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants à partir de 7 ans - adolescents - adultes • **ÉVÉNEMENTS** Foire aux skis et vêtements hiver fin novembre. Slalom géant challenge fin mars pour la fête du club. Passage des étoiles • **PERMANENCE** Chartreuse Parc du Manoir (ski club) lundi et jeudi 17h30-19h30 à partir de fin novembre • **ADRESSE DU SIÈGE** 8 T chemin du Roussimort Frouzins • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Stations pyrénéennes de ski alpin : Peyragudes, Piau, Ax, Superbagnères, Granvalira, Baqueira, Guzet • **INSCRIPTION** À partir de début novembre (voir site) • **TARIFS** Adhésion annuelle : entre 24 et 30€, assurance 33 à 46€ / sorties école de ski : 15 à 20€ / sorties samedi : 25 à 35€ • **CONTACT** Sabine Brunel (présidente) • **MAIL** ski.club.de.cugnaux@gmail.com ou messagerie FB • **SITE** skiclubcugnaux.over-blog.com

 Ski-Club-Cugnaux

SPORT

JSC OMNISPORTS > TENNIS CLUB DE CUGNAUX

OBJET Pratique du tennis, cours – ouverture de créneaux Tennis Santé depuis septembre 2021 ; public : malades chroniques, personnes âgées... Encadrement par enseignants tennis formés au sport santé + professionnel de santé bénévole – ouverture d'une activité paratennis (tennis fauteuil) avec encadrement par enseignants spécifiquement formés. En complément de l'activité tennis (école de tennis adultes – jeunes dont mini-tennis dès 3 ans, école de compétition, tournois, pratique en jeu libre) la JSC Tennis propose des activités et cours collectifs de padel (2 pistes extérieures avec créneaux d'enseignement pour jeunes et adultes) et de pickle-ball (la nouvelle discipline de sport de raquette avec mise en place de créneaux de jeux libre et d'enseignement le samedi pour jeunes et adultes) • **PUBLIC CONCERNÉ** Licenciés FFT • **ÉVÉNEMENTS** Magic Circuit Tournoi jeunes en avril, tournoi Open Adultes fin juin/début juillet • **LIEU D'ACTIVITÉ** Complexe tennistique Jean-Gachassin • **INSCRIPTION** Au club ou par téléphone ou par email • **TARIFS** Suivant la catégorie • **CONTACT** Secrétariat du club • **TÉL** 05 61 92 17 33 • **MAIL** jscctennis@orange.fr • **SITE** www.club.fft.fr/tccugnaux

JSC OMNISPORTS > TENNIS DE TABLE

OBJET Pratique du tennis de table, loisir et compétition • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public du baby ping 4/7 ans jusqu'aux vétérans de plus de 80 ans, pour les femmes et hommes et les personnes handicapées • **ADRESSE** Plaine des sports, 22 ter rue du Stade Cugnaux • **ÉVÉNEMENT** Tournoi national (week-end de Pâques) • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Gymnase Jean-Roure et Gymnase Ostermeyer, Villeneuve-Tolosane • **INSCRIPTION** Fiche d'inscription sur le site Internet ou par téléphone • **TARIFS** De 110€ à 180€ (licence + cotisation + assurance + participation aux compétitions) • **CONTACT** Olivier GALY • **MAIL** galyolivier06@gmail.com • **TÉL** 06 99 70 45 29 • **MAIL** infojscvtt@gmail.com • **SITE** www.jscvtt.fr

JSC OMNISPORTS > ROLLER CLUB TRROLLS

OBJET Randonnées loisir et vitesse, compétition en roller. Entraînements niveaux débutant, intermédiaire et confirmé • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes et enfants accompagnés d'un parent patineur • **ÉVÉNEMENT** 6h de Carcassonne le 8 mai • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Piste d'athlétisme plaine des sports, Gymnase Michel-Jazy • **ENTRAÎNEMENTS** Mardi 19h30-21h, tous niveaux, gymnase Michel-Jazy – Mercredi 19h30-21h30 niveau confirmé piste d'athlétisme – Dimanche 18h-20h tous niveaux gymnase Michel-Jazy • **INSCRIPTION** Document à télécharger sur le site • **TARIFS** 80€/an, licence FFRS comprise (Fédération Française de Roller Skating) • **CONTACT** Alain Jamart • **TÉL** 06 82 55 18 26 • **MAIL** rouleztrrolls@gmail.com • **SITE** www.trrolls.fr

JSC OMNISPORTS > VÉLO CLUB CUGNAUX

OBJET Cyclotourisme • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes à partir de 18 ans • **ÉVÉNEMENT** 3^e dimanche de mars : randonnée annuelle du Vélo Club • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Sur toutes les routes de France et autres • **ADRESSE DU SIÈGE** 10 rue Marie-Vaillant-Couturier, Cugnaux • **INSCRIPTION** Licence annuelle FSGT • **TARIFS** 54€ • **CONTACT** Jean-Louis DUPIN • **TÉL** 06 79 52 84 68 • **MAIL** jeanlouisdupin@sfr.fr • **SITE** jsc velo club cugnaux

SPORT

JSC OMNISPORTS > VOLLEY-BALL

OBJET Volley-ball loisir avec équipes inscrites en championnat FSGT (pas de matchs le week-end). Équipes masculines, féminines et mixtes toutes au niveau Excellence
PUBLIC CONCERNÉ Adultes et adolescents + 18 ans • **ÉVÈNEMENT** Championnat Fédéral (championnat de France), tournoi du 8 mai • **PERMANENCE** Entraînements le lundi, matchs les autres soirs de la semaine • **LIEU D'ACTIVITÉ** Gymnase Michel-Jazy Rue du Stade à Cugnaux • **INSCRIPTION** Par téléphone, par mail en venant les soirs d'entraînements. Certificat médical obligatoire • **TARIFS** 90€/an • **CONTACTS** Alexandre Tisserand (président) • **TÉL** 06 67 34 71 67 - Stéphanie Lopez • **TÉL** 06 84 24 42 34
MAIL president.cugnauxvolley@gmail.com

ARTE CAPOEIRA

OBJET Cours et histoire de la capoeira • **PUBLIC CONCERNÉ** tous publics de 6 à 99 ans
ÉVÈNEMENT Forum des associations, démonstration ou initiation à la demande et passage de grade des ceintures sur un week-end de mai • **LIEU D'ACTIVITÉ** Gymnase Léo-Lagrange Cugnaux lundi 18h-21h • **INSCRIPTION** Fiche de renseignements à remplir, cours limité à 12 enfants pour un parcours personnalisé, pas de limites pour les adultes. Un cours gratuit. L'inscription se fait après le cours gratuit • **TARIFS** 170€ les enfants et 220€ les adultes
CONTACT Dos Santos Christelle (secrétaire) Tél 06 75 30 58 89 - De Amorim Alves Marcos Magno (professeur) Tél 06 62 79 11 89 • **MAIL** toulouse.capoeira@gmail.com
SITE www.toulouse-capoeira.fr

CLUB AGILITY CUGNALAIS

OBJET Éducation canine : obéissance, initiation à l'agility, compétition • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÈNEMENT** Deux concours annuels (printemps et automne) agility et un concours obéissance en novembre • **LIEU D'ACTIVITÉ** Chemin de Payrol, Cugnaux • **TARIFS** De 40€ à 100€+licences • **CONTACT** Arlette Cattoen(présidente) • **TÉL** 06 81 09 22 29
MAIL cattoen.arlette@orange.fr • **SITE** clubagilitycugnalais.free.fr

TRAINING CAMP LA RAMEE

OBJET Organiser, promouvoir et développer la pratique et les compétitions liées au Crossfit, au fitness fonctionnel et toutes activités associées • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** 27 ter chemin de la Parisette à Cugnaux • **ÉVÈNEMENTS PHARES** Durant toute l'année • **PERMANENCE** Du lundi au vendredi de 9h30 à 21h30 et samedi de 9h à 13h30 • **INSCRIPTION** Sur place • **TARIF** Adhésion annuelle 15€ • **TÉL** 06 72 62 84 10
MAIL assolaramee@gmail.com

T.S.C, TIR SPORTIF CUGNALAIS - CLUB GÉRARD ESCALIÈRE

OBJET Tir sportif • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **CONTACT** Ludovic Zimmermann (président) • **MAIL** tirsportifcugnalais@free.fr • **SITE** tirsportifcugnalais.free.fr

BIEN-ÊTRE

APTBE ASSOCIATION DES PRATICIENS & THÉRAPEUTES BIEN-ÊTRE CUGNAUX

OBJET Rassembler des praticiens et thérapeutes bien-être de Cugnaux membres de l'association - animer et coordonner un réseau bien-être sur la Commune - promouvoir les activités de bien-être - s'inscrire dans une offre d'accompagnement pluridisciplinaire - favoriser les échanges avec les professionnels de santé - organiser des événements de rencontre entre membres adhérents à l'association - organiser des événements à destination du public • **PUBLIC CONCERNÉ** Professionnels praticiens et thérapeutes bien-être de Cugnaux • **LIEUX D'ACTIVITÉS** Cugnaux • **ÉVÉNEMENTS** Semaine bien-être ouverte à tous (novembre) - petits déjeuners entre professionnels 3 fois par an - participation aux journées thématiques organisées par la Municipalité • **INSCRIPTIONS** Adhésions et renseignements par mail • **TARIFS** Adhésion 35€ • **CONTACT** Carol Belliard 06 09 09 18 72 (présidente), Aude Saint-Martin 06 22 59 11 52 (secrétaire), Ophélie Pasquier 06 16 37 34 40 (trésorière) **MAIL** assobienetrecugnaux@gmail.com • **SITE** assobienetrecugnaux.fr

CINQ QI

OBJET Le Qi Gong : art énergétique chinois intégré dans la médecine traditionnelle. Gymnastique complète, basée sur le travail corporel (en mouvement ou statique), le mental et la respiration qui s'appuie notamment sur les trajets des méridiens d'acupuncture. Le Qi Gong fait travailler l'équilibre, la souplesse, le renforcement musculaire et articulaire, mais apporte aussi une meilleure conscience de son corps et aide à gérer le stress • **PUBLIC CONCERNÉ** À partir de 16 ans • **LIEU D'ACTIVITÉ** Cugnaux • **INSCRIPTION** Par mail ou au Forum des associations • **TARIFS** Contacter l'association • **CONTACT** Joëlle Le Gall • **TÉL** 06 41 77 01 14 **MAIL** 5qiqigong@gmail.com • **SITE** www.5qiqigong.com  <https://jolegall5.wixsite.com/qiqong>

EFFLEUR DE VIE

OBJET Découvrez la Biodanza : réveillez l'intelligence et la joie du Vivant ! Venez vivre l'expérience de la Biodanza, une pratique qui allie mouvement, musique et rencontre pour retrouver votre vitalité profonde et la connexion authentique avec vous-même et les autres. La Biodanza ne demande aucune expérience en danse. Elle invite simplement chaque personne à se remettre en mouvement, à l'écoute de son propre rythme, dans un cadre chaleureux et bienveillant. Une pratique unique en Midi-Pyrénées : la Santé Intégrative Biocentrique : Dominique Chausson, Professeur Didacticien de Biodanza (certification la plus haute de la Fédération Internationale IBF) et psychothérapeute depuis 40 ans, a développé une approche originale et unique sur le territoire : la Santé Intégrative Biocentrique. Elle associe la Biodanza aux neurosciences contemporaines pour accompagner les personnes en épuisement, en transition de vie ou en quête d'un ancrage plus profond. Bienfaits : réduction durable du stress, vitalité retrouvée, joie de vivre, renforcement des liens sociaux, équilibre émotionnel, épanouissement personnel, actions +++ sur le long terme avec les chroniques • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public (nul besoin de savoir danser) • **ÉVÉNEMENT** Cours hebdomadaire tous les lundis 20h30-22h - Pack découverte multi-sessions disponible pour les nouveaux participants • **LIEU D'ACTIVITÉ** Centre de loisirs Rachety (route de Plaisance, Cugnaux) • **INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS** site internet de l'association **TARIFS** Libre et en conscience • **CONTACT** Dominique Chausson • **TÉL** 06 89 33 18 91 **MAIL** contact@dansedelavie.fr • **SITE** <https://dansedelavie.fr>

NUANCES

OBJET L'association Nuanes propose des cours de yoga pour adultes et enfants ainsi que différents répertoires de mouvements du concept Geste Anatomique® développé par Blandine Calais-Germain (abdos sans risques®, sinovi® et cervica®) • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes (pour toutes les pratiques) et enfants (pour le yoga uniquement) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle « Pilates-Horizon » 2 impasse Nicéphore-Niepce - Cugnaux • **PERMANENCE** Ateliers découverte, stages • **INSCRIPTIONS** Par téléphone ou par mail uniquement • **TARIFS** Variables suivant les activités (voir sur le site) - premier cours gratuit • **CONTACT** Joëlle Breuil **TÉL** 06 76 83 52 33 • **MAIL** joelle@bleu-pastel.org • **SITE** www.nuanes-yoga.org

SOPHROSHOTO

OBJET Techniques douces • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes et seniors • **LIEU D'ACTIVITÉ** Studio de danse salle Albert-Camus lundi de 18h à 20h • **INSCRIPTION** Lors des séances • **TARIFS** Cotisation annuelle • **CONTACT** Claudine Dougnac (responsable) **TÉL** 06 10 22 57 51

TAÏ-CHI BIEN VIVRE

OBJET Enseignement du taï-chi-chuan style yang originel selon la transmission du Maître Chu King Hung. Pratique de la forme, chi kongs spécifiques au taï-chi, gymnastique taoïste. Cours spécifique gym taï-chi, chi kong. En général le taï-chi améliore, entre autres, la sensation de détente, l'étirement du dos, la force des jambes, le sommeil, l'intégration corps-esprit et aide à soulager les douleurs articulaires • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes sans limite d'âge **ÉVÉNEMENTS** Stages • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Studio de danse salle Albert-Camus lundi de 20h à 21h, salle Forme plus mardi de 19h à 20h30 - studio de danse du gymnase Michel-Jazy mardi de 18h à 19h et jeudi de 17h30 à 19h • **INSCRIPTION** Sur le lieu du cours suite à un cours d'essai gratuit • **TARIFS** Voir sur le site internet de l'association • **CONTACT** Cyril Bernard (enseignant) **TÉL** 06 76 54 87 85 • **MAIL** taichibienvivre@gmail.com • **SITE** www.taichibienvivre.fr

TAO EN MOUVEMENT

OBJET Cours de mouvement sensoriel pour adultes • **PUBLIC CONCERNÉ** Adolescents, adultes et seniors • **LIEU D'ACTIVITÉ** 78, boulevard de Maurens, Cugnaux vendredi 10h-12h : cours de yoga tibétain jeudi 19h-20h30 : séances de relaxation individuelles 1 heure à la demande. Reprise des cours en septembre pour le yoga et pour le mouvement sensoriel • **INSCRIPTION** Par téléphone • **TARIFS** Contacter l'association • **CONTACT** Sylvia de Clercq • **TÉL** 06 15 42 02 62 / 05 61 31 10 80 • **CONTACT** Sylvie Guillemot • **TÉL** 06 25 12 10 51 • **SITE** www.therapiefascia-declercq.com

YOGA-JYOTI

OBJET Cours de yoga en présentiel et avec Zoom • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** Cugnaux • **INSCRIPTION - TARIFS - COURS - HORAIRES** Voir site Internet • **CONTACT** Martine Pros 06 98 13 87 53 et Sandra Barbé 06 41 05 0 158 • **MAIL** yogajyoti31@gmail.com • **SITE** yoga-jyoti.mailchimpsites.com

CULTURE

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX

OBJET L'Association culturelle regroupe plusieurs sections avec des activités variées : Aphic : philatélie, Ça cartonne : cartonnage, drone, Les Touch'à l'art : loisirs créatifs, peinture sur soie, 1001 couleurs : dessin, peinture, sculpture, Modélisme, photo, Scrabble, Scrabble Détente, Astronomie, Yoga du rire, etc... Le détail des activités des différentes sections est décrit ci-après • **INSCRIPTION** Contacter les responsables de section pour plus d'information
CONTACT Jean-Marc Prosper (Président) • **TÉL** 06 82 46 72 24 • **MAIL** jm.jmp@free.fr
SITE www.ass-culturel-cugnaux.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > APHIC

OBJET Philatélie, cartophilie, numismatie • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes et enfants dès 8 ans
LIEU D'ACTIVITÉ Salle Jean-Louis-Berlier • **PERMANENCE** De septembre à fin juin suivant un calendrier (un samedi après-midi sur deux) • **INSCRIPTION** Forum des associations et lors des réunions • **TARIFS** Cotisation annuelle 10€ • **CONTACT** Jean-Louis Frejefond
TÉL 05 61 92 24 10 • **MAIL** jl31000@hotmail.com • **CONTACT** Didier Bravo
MAIL didier.bravo0538@orange.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > BEE.O

OBJET Entre nature et tradition. Développer des projets autour de la ruche et de l'olive
PUBLIC CONCERNÉ Tout public • **ÉVÉNEMENTS** La récolte des olives en novembre
INSCRIPTIONS Forum des associations, puis toute l'année par téléphone ou par mail
CONTACT **TÉL** 06 61 11 14 21 (laisser un message) • **MAIL** bee.o.cugnaux@gmail.com
SITE www.ass-culturel-cugnaux.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > BIBLIOTHÈQUE ASSOCIATIVE

OBJET Bibliothèque associative • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes - Seniors • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Jean-Louis-Berlier. Ouvert toute l'année le mercredi de 14h à 16h sur rendez-vous
TARIFS 10€ adhésion annuelle • **CONTACT** Jean-Marc Prosper • **TÉL** 06 82 46 72 24
MAIL jm.jmp@free.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > ÇA CARTONNE

OBJET Réalisation de meubles et objets déco en carton recyclé • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes
LIEU D'ACTIVITÉ Salle des arts du Vivier 2 – vendredi de 14h à 17h • **ÉVÉNEMENT** Journée expo-vente en cours d'année • **INSCRIPTIONS** Forum des associations ou en cours • **TARIFS** 25€/an • **CONTACT** Françoise Roussel • **TÉL** 06 84 96 46 33 • **MAIL** fran.roussel@gmail.com

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > DRONE

OBJET Sessions de simulateur drone, matériel fourni, matériel personnel accepté
PUBLIC CONCERNÉ Tout public à partir de 10 ans • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle René-Cassin
TARIFS 2€/an • **CONTACT** Damien et Noémie THIERRY **Tél** 06 46 54 68 21
MAIL assculturelle.drone@gmail.com • **SITE** www.ass-culturel-cugnaux.fr

CULTURE

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > 1001 COULEURS

OBJET Atelier libre de dessin, peinture, sculpture, toutes techniques, tous supports
PUBLIC CONCERNÉ Pour public adultes • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salle des arts du Vivier 1 : lundi 14h-17h et jeudi 14h-17h — Salle des arts du Vivier 2 : (pour la sculpture) samedi 9h-12h • **INSCRIPTIONS** Par mail ou directement au siège de l'atelier lors d'une séance • **TARIFS** 20€ cotisation annuelle • **CONTACT** Monique Bendries ou Aurélia Ricard
MAIL association.1001couleurs@gmail.com

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX

> LES TOUCH' À L'ART

OBJET Loisirs créatifs, activités manuelles, en fonction de la demande : peinture sur soie, émaux, perles, tricot, crochet, couture main et machine • **PUBLIC CONCERNÉ** Adolescents et adultes • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle des arts du Vivier 2 : lundi de 18h30 à 20h, mardi de 14h30 à 17h • **INSCRIPTION** Sur place pendant les séances, essai gratuit • **TARIFS** Inscription annuelle : 15€ • **CONTACT** Michèle Perrin • **TÉL** 06 70 46 69 88 • **MAIL** micheleper1@hotmail.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > MODÉLISME

OBJET Réalisation de modèles réduits de bateaux, d'avions, de drones, etc..., navigation et mise en vol • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public à partir de 12 ans • **ÉVÉNEMENTS** 1^{er} mai navigation sur le Lac du Vivier ; fin juin fête du club avec démonstration aéromodélisme
LIEU D'ACTIVITÉ Place du Vivier, Cugnaux (à côté de la halte-garderie) • **PERMANENCE** Local place du Vivier : tous les samedis de 14h à 18h en période scolaire Lac du Vivier (navigation) et/ou piste d'envol : tous les jours • **INSCRIPTION** À partir de septembre
TARIFS 50€ pour l'année • **CONTACT** Jean-Marc Prosper • **TÉL** 06 82 46 72 24
MAIL jm.jmp@free.fr • **SITE** clubcugnaux.free.fr et ass-culturel-cugnaux.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX

> PHOTO LES PHOTOSENSIBLES

OBJET Prise de vue, savoir des règles de la composition. Un téléphone portable suffit pour faire des photos parlantes. L'outil c'est l'œil : le regard est un sens pointu pour l'esthétique et le langage visuel. Apprendre une narration en images en étudiant l'histoire de la photographie de vieux maîtres jusqu'au courant actuel • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public
LIEU D'ACTIVITÉ Salle Jean-Louis-Berlier 1 lundi par mois de 15h à 17h • **INSCRIPTION** Au Forum des associations - par téléphone - par mail
TARIFS 50€/an (10 ateliers de 2 heures) • **CONTACT** Marion WIDUA
TÉL 06 14 73 59 78 • **MAIL** marion@widua.de

CULTURE

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > SCRABBLE

OBJET Pratique du scrabble niveau compétition • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public à jour de son adhésion • **ÉVÉNEMENTS** Possibilité de participer aux tournois régionaux et/ou nationaux (le club prend en charge une partie de la participation) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Jean-Louis-Berlier : mercredi et vendredi de 14h à 17h30 ou 18h (toute l'année) 2 parties (1 partie normale et 1 partie originale). Les 1^{er} et 3^e vendredis du mois : 1 partie simultanée permanente (résultats envoyés à la fédération), puis une partie entraînement originale. 4 à 5 fois par an participation aux simultanés de France (2 parties les mercredis et vendredis qui se terminent vers 17h45) dont les résultats sont transmis à la fédération pour prise en compte dans le classement national • **TARIFS** Cotisation annuelle 60€ puis participation de 2€ lors des parties simultanées • **CONTACT** Jean Pedica • **TÉL** 06 63 86 57 76 • **MAIL** jean.pedica@laposte.net • **SITE** <https://association-culturelle-scrabble-club.s2.yapla.com/fr/>

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > SCRABBLE DÉTENTE

OBJET Pratique du scrabble de loisir • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Jean-Louis-Berlier, jeudis de 14h à 17h (toute l'année sauf juillet et août) • **CONTACT** Nicole Botherel • **TÉL** 06 21 14 93 49 - Marie-Claude Rouja-Lemaistre • **TÉL** 06 08 15 98 50 • **MAIL** marieclauderouja@orange.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > URANIA 31

OBJET Apprendre à se repérer dans le ciel, apprendre à utiliser des instruments d'observation, comprendre l'univers, pratiquer l'astrophotographie • **PUBLIC CONCERNÉ** À partir de 15 ans, mineur accompagné d'un parent • **ÉVÉNEMENT** Forum des associations, Nuit des étoiles au mois d'août, animations sur demande • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Jean-Louis-Berlier : le vendredi soir pour des ateliers, réunions, rencontres. Observations sur des sites à l'extérieur de Cugnaux • **INSCRIPTION** Toute l'année • **TARIFS** Cotisation annuelle de 60€ • **CONTACT** Daniel Erpelding (responsable) • **TÉL** 09 52 01 12 92 • **MAIL** contact@urania31.fr • **SITE** www.urania31.fr

ASSOCIATION CULTURELLE DE CUGNAUX > YOGA DU RIRE

OBJET Le rire est un accélérateur de bonne humeur et d'état d'esprit positif. Une séance de yoga du rire en groupe combine des rires sans raison avec des respirations, de petits jeux (comme les enfants) de lâcher prise entre participants, une méditation du rire au sol, une relaxation guidée au sol et se termine par un moment de partage dans la joie. Le yoga du rire ou Hasya yoga, est un concept créé par un médecin indien, le Docteur Madan Kataria en 1995, et s'est répandu depuis, dans plus de 100 pays dans le monde. Son principe est basé sur le bien-être physiologique et psychologique apporté par le rire, qu'il soit spontané (fou rire) ou stimulé. Citation : « Le rire, c'est comme les essuie-glaces : ça n'arrête pas la pluie, mais ça permet d'avancer. » Gérard Jugnot • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle du 1^{er} étage de la salle Albert-Camus - Cugnaux • **PERMANENCE** Par mail ou par téléphone • **INSCRIPTION** Au Forum des associations et par mail ou par téléphone • **TARIFS** Pas de frais d'adhésion — contacter l'association • **CONTACT** Martine Pavic (responsable) • **TÉL** 06 40 34 62 34 • **MAIL** martine.pavic@laposte.net

CULTURE

AILE, ASSOCIATION INTERCOMMUNALE DE LOISIRS ET D'ENTRAIDE

OBJET Aide à l'organisation des loisirs culturels et sportifs pour les retraités des communes de Cugnaux, Villeneuve-Tolosane, Frouzins et Seysses • **PUBLIC CONCERNÉ** Retraités et pré-retraités des communes citées ci-dessus • **ÉVÉNEMENTS** Assemblée générale (octobre), galette des rois (janvier), conférences... • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salles municipales (ateliers) ; sport nature (pas de sport en salle) • **INSCRIPTION** Forum des associations ou par lettre (Association AILE 4, rue Hélène-Boucher) ou par mail • **TARIFS** 24 €/an • **CONTACTS** Robert Sénille (président) • **TÉL** 06 77 21 74 93 **MAIL** robert.senille@wanadoo.fr et association.aile@laposte.net **AUTRES CONTACTS** Michèle Ledos 06 63 55 05 26 secretariat-association@aile31.fr, gestion-ateliers@aile31.fr (gestion des ateliers), Pascal Rigot pascal.rigot@gmail.com (pole sport) • **SITE** association.aile.free.fr

AJYAL, ASSOCIATION CULTURELLE ET CULTUELLE D'AMITIÉ ET DE SOLIDARITÉ FRANCO-MAGHREBINE

OBJET Cours de langue arabe pour enfants à partir de 6 ans jusqu'à 16 ans (3 niveaux), 2 heures par semaine - cours de langue arabe pour adultes 2 heures par semaine - Organisation de sorties ludiques et fête de fin d'année - Espace de dialogue et d'échange inter-générationnel - Organisation d'événements de découvertes à but culturel • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle des arts du Vivier 1, samedi et dimanche **INSCRIPTION** Sur rendez-vous uniquement, à prendre par téléphone **CONTACT** Président **TÉL** 06 63 88 81 31 ou pour les cours de langue 07 82 06 99 81 • **MAIL** ajyal31270@gmail.com  Association-AJYAL Cugnaux

ATELIER DU 8

OBJET L'Atelier du 8 est un café associatif culturel ouvert à tous et hébergé au sein du Relais citoyen, 8 rue du Pré-Vicinal, depuis l'été 2025. Il a pour principaux objectifs de créer un lien en favorisant les rencontres et les activités intergénérationnelles et de participer au développement de l'animation socio-culturelle cugnalaïse • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public, les associations, les collectivités cugnalaïses et des environ • **LIEUX D'ACTIVITÉS** 8 rue du Pré-Vicinal au sein du Relais citoyen • **ÉVÉNEMENTS** Propositions d'ateliers multiples, de soirées culturelles... • **INSCRIPTION** Par internet ou sur place • **TARIFS** Adhésion à prix libre • **MAIL** cafeassocugnaux@gmail.com • **SITE** Café associatif culturel l'atelier du huit

BARRIO FLAMENCO

OBJET Enseignement des danses sevillanas, flamenco et gipsy fit. Production et organisation de festivals, spectacles et animations • **PUBLIC** Enfants et adultes **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salles municipales • **INSCRIPTION** Par mail - par téléphone **TARIFS** Contacter l'association • **CONTACT** Elvira Ramos • **TÉL** 06 20 15 59 47 **MAIL** barrioflamenco34@gmail.com  www.facebook.com/barrioflamenco34/

BELOTE & REBELOTE

OBJET Proposer des concours de belote • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** 4 à 5 concours par an • **INSCRIPTIONS** les inscriptions se font au moment du concours • **MAIL** concoursbelote31270@gmail.com • **TÉL** 06 19 05 69 13



BREIZH EN OC

OBJET Promotion de la culture bretonne à travers le chant, la musique, la danse, la couture, la broderie... Ateliers de danse (découverte, chorégraphie), ateliers musique (bombarde, caisse claire, percussion, cornemuse écossaise), ateliers couture / costume / broderie, stages, FestNoz et Balèti • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public, du débutant au confirmé • **ÉVÉNEMENTS** Fest Noz et Balèti à Cugnaux ou ailleurs en région • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux et Toulouse • **INSCRIPTION** Septembre, possibilité durant l'année (nous contacter) • **TARIFS** Contacter l'association • **TÉL** 07 82 69 24 26 • **MAIL** contact@breizhenoc.org • **SITE** www.breizhenoc.org

ÇA CIRKULE

OBJET École de cirque ouverte à tous. L'association a pour objectif de promouvoir la pratique des arts du cirque sous toutes ses formes et le spectacle vivant. Depuis 2024, l'association est titulaire de l'Agrément qualité « Pratique amateur » délivré par la Fédération française des écoles de cirque, FFEC. • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Cours hebdomadaires tous les soirs (à partir de la moyenne section) Stages de cirque pendant les vacances scolaires, « cirque en famille » (à partir de 2 ans), tous les 1^{er} dimanche de chaque mois à partir d'octobre. Possibilité de mettre en place d'autres événements en fonction des projets. Festival des arts du cirque de Cugnaux, Cugnaux fête Noël, Carnaval de Cugnaux • **LIEU D'ACTIVITÉ** Gymnase Léo-Lagrange Cugnaux, chemin du Chioulet • **PERMANENCE** Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 16h • **INSCRIPTION** Pour tout renseignement, merci de vous rendre sur le site internet • **CONTACT** Stéphane Lebigot (responsable) • **TARIFS** Adhésion annuelle 15€, valable de septembre à septembre, la licence fédérale FFEC est de 23€/an. Les tarifs sont différents en fonction des projets et cours choisis, visible sur le site internet • **TÉL** 07 82 03 50 71 • **MAIL** cacirkule@gmail.com • **SITE** www.cacirkule.com

CDS « LE STUDIO »

OBJET Développer la danse sportive et culturelle. Organiser des manifestations pour promouvoir la danse de salon et sportive, salsa, bachata, kizomba et rock, au travers de soirées dansantes, thés dansants, stages, compétitions. Association soutenue par l'école de danse « Studio 9 » qui propose des cours tous les soirs de la semaine (danse de salon, salsa, kizomba, bachata, rock, zumba, danse orientale, hip hop, ragga dancehall, classique jazz, girly style, street jazz, tango argentin, flamenco) • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants et adultes • **ÉVÉNEMENTS** Soirée dansante latino rock (automne), Soirée dansante « La Nuit des danses à deux » (printemps) • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Diverses salles et à l'école de danse « Studio 9 » 9, place Alfred-Sauvy - Cugnaux • **PERMANENCE** Par téléphone, par mail ou à l'école de danse « Studio 9 » (voir contacts) • **INSCRIPTION** Adhésion annuelle — l'adhésion à l'association donne droit à des prix réduits d'entrée aux soirées organisées par CDS le Studio. Nota : les adhérents peuvent s'inscrire à l'école de danse « Studio 9 » à l'année, au trimestre, ou au cours pour la zumba • **TARIFS** Contacter l'école de danse « Studio 9 » • **TÉL** 05 61 92 73 08 ou par • **MAIL** ecolestudio9@gmail.com • **CONTACT** M. Rondeaux (Président) • **TÉL** 06 21 55 67 46 - Mme Lagarde (secrétaire) • **TÉL** 06 66 65 18 19 • **MAIL** cds.lestudio@gmail.com • **SITE** www.studio9.fr

CULTURE

COMPAGNIE LES PETITS BOSSUS

OBJET Compagnie de Théâtre professionnelle. Création de spectacles contemporains – Lectures théâtralisées. La compagnie propose de se déplacer dans vos locaux pour des : Stages Théâtre toutes tranches d'âges – Stages à thèmes – Stages d'initiation – Ateliers de lectures auprès d'adolescents ou public senior • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public **PERMANENCE** Par mail • **ADRESSE DU SIÈGE** 4 rue des Cigognes à Cugnaux **LIEU D'ACTIVITÉ** Région toulousaine • **INSCRIPTION** Entre début juin et le 15 septembre. Renseignements par mail • **TARIFS** Par mail • **MAIL** lespetitsbossus@gmail.com **SITE** www.lespetitsbossus.com

FEMMES ACTIVES DE CUGNAUX

OBJET Association culturelle et d'accueil agréée « Association d'éducation populaire ». Conférences, visites, marches, bridge, réunion lecture, histoire de l'art, gym senior, gym douce équilibre et pilates, bridge • **PUBLIC CONCERNÉ** Femmes de tout âge **ÉVÉNEMENTS** Conférences et diaporamas ouverts à tous • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salles municipales • **INSCRIPTION** À notre réunion de rentrée, par mail ou téléphone **TARIFS** Contacter l'association • **CONTACT** Hélène Gomès • **TÉL** 06 44 08 77 21 **MAIL** gomeshelene8@gmail.com

GÉNÉRATION DANSE 2000

OBJET Street jazz, chorégraphie sur des musiques actuelles ou récentes suivant un thème choisi en début de saison • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants à partir de 4 ans **ÉVÉNEMENTS** Gala de fin d'année (en juin), participation au Téléthon en décembre **LIEU D'ACTIVITÉ** Studio de danse gymnase Michel-Jazy • **INSCRIPTION** Début septembre pour les anciens élèves, au Forum des associations pour les nouveaux adhérents • **TARIFS** En fonction du nombre d'heures de cours par semaine. **TARIF** Préférentiel dès le second enfant inscrit • **CONTACT** Isabelle Pons **TÉL** 06 13 99 59 88 • **MAIL** generationdanse2000@gmail.com



GOLDEN DANCE

OBJET La danse en ligne à Cugnaux : envie de bouger, de vous amuser et de partager de bons moments dans une ambiance chaleureuse ? Golden Dance vous accueille pour découvrir la Line Dance (danse en ligne), une activité conviviale accessible à tous sans besoin de partenaire. Qu'est-ce que la Line Dance ? Elle consiste à réaliser des chorégraphies en groupe, alignés les uns à côté des autres, sur des musiques variées : country, pop, rock, latino et bien d'autres styles. Facile à apprendre, ludique et dynamique, elle permet de se dépenser tout en s'amusant et en développant sa mémoire, sa coordination et son sens du rythme. Pourquoi rejoindre Golden Dance ? une ambiance conviviale et familiale, le plaisir de danser ensemble, la bienveillance et le respect de chacun, des cours adaptés à tous les âges et niveaux, une activité qui allie sport, détente et partage • **PUBLIC CONCERNÉ** Public de 10 à 99 ans • **ÉVÈNEMENT** Soirée cabaret - Nouveau : ouverture de bal pour les futurs mariés • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Studio de danse salle Albert-Camus - Mardi à partir de 19h : cours destinés aux compétiteurs à partir de 6 ans et Studio de danse du gymnase Michel-Jazy : Jeudi à partir de 19h : cours loisirs pour tous les niveaux • **INSCRIPTION** Renseignements au Forum des associations • Reprise des cours : jeudi 10 septembre - un cours d'essai gratuit pour venir découvrir l'association et partager un moment de danse • **TARIFS COURS** 40€ par trimestre pour les adultes ; 30€ par trimestre pour les moins de 12 ans • **CONTACT** Marie-Pierre Bouissou (présidente) • **TÉL** 06 59 80 54 83 • **MAIL** 31goldendance@gmail.com

IMPULSO'

OBJET Association de créatrices artisanes locales, regroupées dans la boutique Impulso' au 11 place de l'Europe (10h30/13h-14h/19h). Dans notre boutique vous retrouverez nos créations artisanales, à offrir ou à s'offrir ! Venez également essayer et adorer nos ateliers de création (bijou, céramique, chantournage bois, etc.) et repartez avec vos créations uniques réalisées par vos soins. Notre association permet aux professionnels de l'artisanat, de la création et du bien-être, de se réunir et de créer des événements pour vous faire découvrir leurs activités. • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Boutique de savoir-faire 11 place de l'Europe - Cugnaux • **ÉVÈNEMENT** Initiations aux techniques artisanales - ateliers bien-être - Salon "L'Art d'être vivant" les 1^{er} et 2 novembre 2025 salle Albert-Camus (salon qui mêle artisanat et bien-être avec des professionnels locaux) • **PERMANENCE** Du lundi au Samedi - Par mail assoimpulso@gmail.com - Par téléphone • **INSCRIPTION** adhésion annuelle 20€ • **CONTACT** 06 51 03 49 98 • **MAIL** assoimpulso@gmail.com • **SITE** www.assoimpulso.fr

KIOSKAMUSIK

OBJET Organisation de concerts et spectacles de plein air sous le Kiosque à musique Parc du Manoir • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÈNEMENTS** Festival et concerts • **LIEU D'ACTIVITÉ** Kiosque à musique Parc du Manoir • **TARIFS** Gratuit • **CONTACT** Thomas Portier • **TÉL** 05 62 18 58 57 / 06 76 49 76 44 • **MAIL** thomas.portier@gmail.com • **SITE** www.kioskamusik.fr

LABEL BOOM RECORDS

OBJET Production, promotion et distribution d'artistes rock, réalisation d'albums, communication partenariale, diffusion médiatique, organisation d'événements (entrepreneur de spectacles vivants), vente de produits dérivés et prestations de services musicaux • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** 16, chemin Dubac, Cugnaux • **CONTACT** Antonio Martins • **MAIL** boomrec@gmail.com • **SITE** www.boomrecords.fr

LE PLATEAU

OBJET Cours de théâtre amateur adulte tous niveaux – restitution d'un spectacle de fin d'année en juin présenté à Cugnaux, puis dans différents festivals et événements de la région – Sorties en groupe à des spectacles de qualité à tarif réduit dans les plus grands théâtres de la métropole toulousaine (adhésion demandée pour ces sorties) – Stages de théâtre pour adolescents et enfants durant les vacances scolaires (suivant le nombre de participants...) • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes pour les cours de théâtre amateur – Adolescents et enfants pour les stages pendant les vacances scolaires • **LIEU D'ACTIVITÉ** Centre de loisirs Rachety, 51 avenue de Plaisance à Cugnaux – un mardi sur deux de 19h30 à 21h30 – un samedi par mois de 9h à 12h • **ÉVÉNEMENTS** Stand au marché de Noël de Cugnaux (vente de pâtisseries, vin chaud et lectures gratuites de contes pour les enfants) – Spectacle de fin d'année à Cugnaux sur un week-end de juin • **INSCRIPTION** Par mail, par téléphone, en venant à une séance (cours d'essai gratuit) ou au Forum des associations • **TARIFS** Adhésion 10€ - Cours de théâtre adulte 105€/trimestre – Stages de théâtre adolescents et enfants : 30€ sur deux jours • **CONTACT** Geneviève Despomaderes, 06 15 61 52 20 • **MAIL** leplateau31@mailo.com

LES AMIS DE LA PLUME ENVOLÉE

OBJET Organisation de salons littéraires, présentation de pièces de théâtre - débats • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** Cugnaux • **CONTACT** Thierry Carla (Président) • **TÉL** 05 61 44 61 54 • **SITE** www.laplume-envolee.fr

LES BALADINS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

OBJET Groupe vocal (solo et duo) : chants variétés françaises avec bande son. Prestations en Ehpad, en repas seniors, repas soirées. Inaugurations diverses (8 mai, 11 novembre, etc.) • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes/Seniors • **LIEUX D'ACTIVITÉS** Cugnaux/Toulouse et alentours • **ÉVÉNEMENTS** Prestations en Ehpad 2024 et 2025 • **PERMANENCE** Jeudi soir 19h-23h30 Centre de loisirs Rachety ou salle René-Cassin à Cugnaux • **INSCRIPTION** appeler le 06 27 60 09 85 • **TARIFS** Pas d'adhésion • **CONTACT** Edwige GRUA (Présidente) • **TÉL** 06 27 60 09 85 • **MAIL** lesbaladinsdhieretdaujourdhui@gmail.com



CULTURE

LES ELLES

OBJET Troupe de théâtre • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **ÉVÉNEMENTS** Représentation théâtrale • **INSCRIPTION** Troupe au complet pour le moment • **TARIFS** Adhésion annuelle 60€ • **CONTACT** Thierry CORTES (président) • **TÉL** 06 27 11 79 84 • **MAIL** tccrpe@gmail.com Marie-José SERGENT (secrétaire) • **TÉL** 06 29 44 91 34 • **MAIL** mariej.sergent@gmail.com

L'ESPACE D'UN MOMENT

OBJET À pour but de promouvoir et d'organiser des représentations et des activités théâtrales, des activités d'expression artistique à visée éducative et d'insertion sociale par le développement de l'expression. Les prestations proposées sont des représentations de théâtre et des ateliers d'animations artistiques promouvant l'apprentissage de la prise de parole en public, le développement de la confiance en soi, la maîtrise de la langue française. **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public - Les bénéficiaires des ateliers d'animation artistique sont les jeunes (écoles, collèges, lycées), les associations d'accompagnement scolaire et de français langue étrangère, les associations à caractère philanthropique, social, éducatif... **ÉVÉNEMENTS** Festival d'Avignon (juillet) - Gaillac pour l'association Mille et Une étoiles (octobre) - Ramonville-Saint-Agne pour Amnesty International (décembre) - Toulouse pour l'association ARPEJ31 (année 2024 2025) • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salles municipales • **TÉL** 06 10 24 09 78 • **MAIL** lespacedunmoment3@gmail.com • **SITE** lespacedunmoment.sitew.fr

LE VOYAGE DES PAPILLES

OBJET Ateliers et échanges culinaires ouverts à tout curieux d'esprit et fin gourmet • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants à partir de 5 ans • **ÉVÉNEMENTS** Une fois par an, une journée culturelle en faveur de la lutte contre le paludisme, des partenariats ponctuels avec les associations, manifestations et actions ponctuelles suivant l'actualité • **LIEUX D'ACTIVITÉ** 88 ter, avenue de Toulouse, Cugnaux pour les ateliers enfants. À votre domicile pour les ateliers adultes **INSCRIPTION** Septembre, début des cours début octobre • **TARIFS** Contacter l'association **CONTACT** Francine Adjoulé • **TÉL** 05 62 20 56 14 • **MAIL** cinaure@hotmail.com **SITE** levoyagedespapilles.free.fr

POP'IMAGES

OBJET Promotion culturelle de la photographie, du cinéma et des arts associés au travers de l'organisation de manifestations populaires • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux • **INSCRIPTION** Par téléphone ou mail • **TÉL** 06 22 16 35 56 • **MAIL** contact@popimages.fr • **SITE** www.photosenfete.fr

CULTURE

SAM'DY ON DANSE

OBJET Organisation de dîners dansants ou d'événements récréatifs • **PUBLIC CONCERNÉ** Personnes seules, seniors (à partir de 50 ans) • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Différents restaurants de la métropole toulousaine • **INSCRIPTION** Par téléphone • **TÉL** 06 31 58 86 76 ou 06 31 39 33 13 • **MAIL** samdyondanse@gmail.com • **SITE** www.samdyondanse.fr

THÉÂTRE DE LA VOIX LACTÉE

OBJET Le Théâtre de la Voix Lactée est une compagnie non-professionnelle, installée à Cugnaux depuis 1984. Elle propose des ateliers ouverts à tous participants adultes (débutant ou confirmé) animés par des membres de la compagnie ayant plusieurs années d'expériences théâtrales. Elle se produit dans des lieux divers : théâtres, espaces publics, appartements... **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **LIEU D'ACTIVITÉS** Centre de loisirs Rachety • **INSCRIPTION** Forum des associations • **CONTACT** Daniel Galaretta (responsable) • **TÉL** 05 61 53 72 51 / 06 62 27 64 35 • **MAIL** cd.galarreta@wanadoo.fr • **SITE** theatrevoixlactee.fr

UNIVERS LUTIN

OBJET Danse africaine • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants à partir de 5 ans, adolescents et adultes • **ÉVÉNEMENTS** Diverses représentations avec des associations à but humanitaire ainsi que des festivals culturels • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle de danse du gymnase Michel-Jazy : cours adultes - mercredi 20h45-22h15 et vendredi 20h-21h30 — Cours enfants 6/8 ans vendredi 18h-19h • **INSCRIPTION** Forum des associations • **TARIFS** adultes : 108€/trimestre — Enfants : 72€/trimestre • **CONTACT** Bénédicte Guibert • **TÉL** 07 83 99 65 50 • **MAIL** contact@universlutin.com • **SITE** www.universlutin.com

WÊDY

OBJET Activités d'information, de prévention, de formation et d'animation liées à la culture WÊ originaire de l'ouest de la Côte d'Ivoire et l'Est du Libéria (Afrique) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Places publiques • **ÉVÉNEMENTS** Rencontres festives 1 à 2 fois dans l'année — Conférence-débat au mois d'avril — Expositions des œuvres et objets liés à la culture et aux traditions WÊ — Animations culturelles dans les écoles durant l'année scolaire • **PERMANENCE** Mardi et vendredi sur rendez-vous de 8h30 à 12h • **INSCRIPTION** Par téléphone ou mail • **TARIFS** Adhésion mensuelle : 10€ • **CONTACT** Viviane KE • **TÉL** 07 52 40 33 85 • **MAIL** assoweddy2022@yahoo.com

ENFANCE & JEUNESSE

CRÈCHE LOU PIT'S CHOUX NÉS

OBJET Structure d'accueil • **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants 0 à 4 ans • **LIEU D'ACTIVITÉ** 41 bis, rue du Stade, Cugnaux • **TÉL** 05 61 98 28 48

APE TOUS EN BLUM

OBJET Association de parents d'élèves pour les écoles maternelles et primaires Léon-Blum • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous les parents ou tuteurs légaux d'un enfant scolarisé dans les écoles Léon-Blum • **INSCRIPTION** Contact possible par mail ou via le bulletin d'inscription remis en début d'année scolaire • **TARIFS** Adhésion annuelle 5€ • **MAIL** ape.tousenblum@gmail.com

ARPEJJ ASSOCIATION REPRÉSENTANT DES PARENTS D'ÉLÈVES DE JEAN JAURÈS

OBJET à pour but de représenter les parents au sein de l'école, d'accompagner les familles dans leur quotidien et leurs relations avec l'institution, de soutenir les activités locales. Elle est aussi présente en dehors de l'école dans les différentes instances et commissions. Elle est affiliée à la FCPE 31 dont elle partage les valeurs. • **PUBLIC CONCERNÉ** Toutes les familles dont les enfants sont scolarisés à l'école élémentaire et maternelle Jean-Jaurès • **ÉVÈNEMENT** organisation d'événements festifs afin de récolter des fonds (vente de gâteaux, tombola, fête de l'école), participation aux 3 conseils d'école, interventions diverses aux réunions, aides aux familles... • **INSCRIPTION** en début d'année scolaire • **MAIL** clfcpejeanjaurescugnaux@gmail.com

ÉCOUTE LE SIGNE

OBJET Ateliers où l'on apprend à communiquer par signes avant que bébé soit en âge de parler • **PUBLIC CONCERNÉ** Bébé – enfants – adultes • **ÉVÈNEMENT** Ateliers bébés-signeurs tout au long de l'année (septembre à juin) • **PERMANENCE** Par mail ou téléphone • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux et Toulouse • **INSCRIPTION** Par mail ou téléphone • **TARIFS** Contacter l'association • **TÉL** Cécile Bennet, 06 19 78 37 93 • **MAIL** ecoutelesigne@gmail.com • **SITE** ecoutelesigne.e-monsite.com

FCPE COLLÈGE

OBJET Association de parents d'élèves au service de la famille et de l'école pour la défense de l'École publique • **PUBLIC CONCERNÉ** Parents d'élèves du Collège Montesquieu de Cugnaux • **CONTACT** Bureau de l'association • **TÉL** 07 69 53 39 01 • **MAIL** fcpe.college.cgx@gmail.com • **SITE** fcpe-montesquieu-cugnaux.blogspot.fr/ • FCPE Collège Montesquieu Cugnaux

ENFANCE & JEUNESSE

FCPE ÉCOLE CLAUDIE-HAIGNERÉ

OBJET Faire le lien entre les parents, les équipes éducatives et la mairie afin d'aider au mieux les élèves de l'école Claudie-Haigneré. Organisation d'événements festifs et solidaires, afin de réunir tous les acteurs de la vie scolaire et également récolter des fonds. Fonds reversés à la coopérative scolaire pour participer à l'organisation des sorties scolaires et permettre au plus grand nombre d'y participer. • **PUBLIC CONCERNÉ** Parents d'élèves de l'école membres de la FCPE • **ÉVÉNEMENT** Bourse aux jouets, tombola, ventes de gâteaux, ventes d'objet personnalisés • **INSCRIPTIONS** Tout au long de l'année • **TARIFS** Adhésion annuelle (décidée chaque année lors de l'assemblée générale) • **MAIL** fcpe.ecole.haignere.cugnaux@gmail.com

FCPE LYCÉE

OBJET Association de parents d'élèves au service de la famille et de l'école pour la défense de l'école publique • **PUBLIC CONCERNÉ** Parents d'élèves du lycée Henri-Matisse de Cugnaux • **ÉVÉNEMENT** Réunion de rentrée de septembre, date à surveiller — Réunions du conseil local ouvertes à tous les adhérents • **PERMANENCE** Par mail • **INSCRIPTION** www.fcpe-adhesion.fr/031/adhesion • **MAIL** fcpe.lyceecugnaux@gmail.com
SITE www.facebook.com/fcpelyceecugnaux

NOUNOULAND

OBJET Activités variées pour les enfants accueillis par les assistantes maternelles membres **PUBLIC CONCERNÉ** Les assistantes maternelles et les enfants qu'elles accueillent **ÉVÉNEMENTS** Fête de Noël — Goûters d'anniversaires — Fête pour les enfants à l'école **LIEUX D'ACTIVITES** En extérieur et en salle • **INSCRIPTION** Demande à motiver par mail ou courrier • **TARIFS** 45€/an + participation financière ponctuelle selon les besoins **MAIL** nounouland31@gmail.com @Nounouland

SCOUTS ET GUIDES DE FRANCE

OBJET Mouvement d'éducation populaire formant des citoyens actifs, heureux et artisans de paix, à Cugnaux, Villeneuve et Frouzins depuis 30 ans. Mouvement catholique ouvert à tous sans distinction de croyance, dans le respect de chacun, avec 5 tranches d'âge de 6 ans à 21 ans. Aidés par des responsables formés, les jeunes développent leur autonomie et le sens des responsabilités. À partir de 18 ans, les jeunes peuvent être accompagnés pour passer le BAFA. **PUBLIC CONCERNÉ** Enfants et jeunes de 6 à 21 ans. Jeunes adultes : étudiants ou travailleurs qui souhaitent se lancer dans l'animation et voir à travers les jeunes qu'il est possible de faire « bouger la planète » • **ÉVÉNEMENTS** Des week-ends en pleine nature pour chaque tranche d'âge tous les trimestres, activités avec tous les jeunes du groupe au cours de l'année, camps de fin d'année • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Centre de loisirs Rachety ou en pleine nature pour les activités classiques dans les environs pour les week-ends • **INSCRIPTION** Forum des associations. Possibilité de découvrir nos activités pendant 1 mois avant de s'inscrire pour l'année • **TARIFS** Adhésion au mouvement entre 30 et 120€, suivant quotient familial et CAF (déduction fiscale), 7 à 10€ pour les frais de groupe et 20 à 25€ de participation forfaitaire trimestrielle pour les activités. Tenue environ 46€ que l'on garde pendant 1, 2 ou 3 années **CONTACT** Claire et Ismaël • **TÉL** 06 62 48 90 70 • **MAIL** rg@scouts-cugnaux.org

RELAIS SOLIDAIRE

1 impasse des Violettes - 31270 CUGNAUX

- **OBJET** : plateforme solidaire réunissant des acteurs associatifs et dispositifs communaux. Une initiative pour favoriser la coordination entre acteurs de solidarité de proximité et apporter des solutions concrètes aux besoins. Accompagnement des publics dans différents champs.
- **PARTENAIRES** :
 - Associatifs : Secours catholique / RESPECTS Occitanie / Aide aux familles
 - Communaux : Panier cugnalais – Épicerie sociale (Service solidarités) / Dispositif fragilité et Halte relais Alzheimer (Service Coupe d'or) / Jardin solidaire - Espace Arc-en-ciel
- **PUBLIC CONCERNÉ** : tout public
- **CONTACT** : pour plus d'informations contacter la Maison de la solidarité au 05 62 87 30 15 ou le partenaire cité en parcourant les pages de ce guide.

RÉSERVE CITOYENNE

- **OBJET** : la Réserve citoyenne est une démarche de bénévoles qui veulent aider dans la ville et se sentir utiles pour créer de la convivialité et un « *esprit village* ». La Réserve citoyenne se développe pour promouvoir des idées citoyennes dans le respect du libre arbitre des participants, dans un souci d'éthique.
- **PUBLIC CONCERNÉ** : tout citoyen
- **MAIL** : reservecitoyennecugnaux@gmail.com

ADBEC ASSOCIATION POUR LE DÉVELOPPEMENT ET LE BIEN-ÊTRE DES CONGOLAIS

OBJET Association engagée pour une amélioration des conditions de vie des populations en République démocratique du Congo. Elle travaille sur les questions de santé, de souveraineté alimentaire, d'accès à l'eau potable et du développement durable. Elle participe aux travaux de plusieurs plateformes associatives de la région Occitanie et est mobilisée spécifiquement sur la formation, l'éducation à la citoyenneté, la mobilité des jeunes et leurs engagements en solidarité internationale • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Week-end culturel en octobre - Cugnaux Solidarité, Festisol, Campagne Alimenterre en novembre
LIEUX D'ACTIVITÉ Région Occitanie, Haute-Garonne, Cugnaux • **INSCRIPTION** Par mail
TARIFS Adhésion annuelle : 25€ • **TÉL** 06 18 29 77 09 • **MAIL** adbec.asso@gmail.com

ADSB DE CUGNAUX

OBJET Susciter le don du sang • **PUBLIC CONCERNÉ** Toutes les personnes de 18 à 70 ans • **ÉVÉNEMENT** Consulter le site Internet • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Albert-Camus • **CONTACTS** Emmanuel Chabré • **TÉL** 06 50 04 57 31
MAIL dondusang.cugnaux@gmail.com • **SITE** dondusang31.fr

SOLIDARITÉ

ACSF - ACCOMPAGNEMENT SANS FRONTIÈRE

OBJET Notre priorité ce sont les Enfants, les nourrir, les éduquer. N'habitant pas sur place, nous nous appuyons sur des congrégations religieuses pour des projets très concrets que nous voulons mener sur le long terme : maraîchage en agroécologie d'un hectare de terrain avec le Collectif des Femmes Maraîchères de Marovoay, pour alimenter la cantine scolaire en toute autonomie. Nous désirons protéger la forêt en créant le projet chardon de paille, favoriser le parrainage pour les enfants, aider les familles pauvres en favorisant leurs projets par le micro-crédit • **PUBLIC CONCERNÉ** tous publics mais principalement les enfants **LIEUX D'ACTIVITÉ** En forêt à 15 km de Morondava côte sud-ouest de Madagascar **ÉVÉNEMENTS** Marché de Noël de Cugnaux - à la Coupe d'or à Cugnaux : animation d'un atelier couture pour fabriquer des petits objets qui seront vendus sur le marché de Noël ou sur le marché de Cugnaux le samedi matin - Vente des objets fait main sur le marché un samedi matin par mois - soirées à thème proposées, pièces de théâtres, vide-greniers, etc. **PERMANENCE** 1^{er} jeudi de chaque mois salle Raymond-Dubly de 13h30 à 16h - un jeudi par mois à la Coupe d'or de 14h à 16h - pas de permanence en juillet et août • **INSCRIPTION** Au Forum des associations • **TARIFS** Adhésion 30€ pour les personnes imposables et 10€ pour les personnes non imposables avec attestation sur l'honneur • **CONTACT** Nicole Thierry (présidente) • **TÉL** 06 70 36 33 80 • **MAIL** accompagnementsansfrontieres1@orange.fr • **SITE** www.acsf.association.fr • **Instagram** www.instagram.com/acsf.association/

AIDE AUX FAMILLES

PRÉSENTE AU RELAIS SOLIDAIRE

OBJET Aider les familles sur une aide vestimentaire et alimentaire. Sur Cugnaux 1 impasse des violettes : dons en bon état et propres, de vêtements et de chaussures adultes et enfants, de vaisselle, de linge de maison, de jeux et jouets. Pas d'appareils électriques, ni de meubles. La vestiboutique est ouverte à tous, inscription gratuite, vêtements et chaussures adultes et enfants de seconde main, vaisselles, linge de maison, jeux et jouets. Les manteaux, les vestes adultes et enfants sont vendus au prix braderie entre 4€ et 5€. Un choix varié à 2 paniers pour 2€ et 1€ supplémentaire pour 1 panier. À Villeneuve-Tolosane, 2 rue de l'Esplanade : aide alimentaire uniquement pour les habitants de la Commune le vendredi matin. Un rendez-vous de dossier est donné, pas de distribution de colis alimentaire sans un dossier complet. • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Organisation de 2 braderies dans l'année à Cugnaux et Villeneuve-Tolosane, participation aux animations du Relais solidaire • **LIEU D'ACTIVITÉ** Dons et Vestiboutique à Cugnaux 1 impasse des Violettes (Relais solidaire) • **PERMANENCE** Dons et Vestiboutique les mardis et vendredis après-midi de 14h à 17h. La vestiboutique est ouverte à tous, jusqu'à 19h le premier vendredi de chaque mois. Pas de dons dans ce créneau horaire - Colis alimentaires les vendredis matin au 2 rue de l'Esplanade à Villeneuve-Tolosane, uniquement pour les Villeneuvois sur dossier et rendez-vous • **TARIFS** 2€ à la vestiboutique pour un maximum de 2 paniers remplis. Fermeture pendant les vacances scolaires • **CONTACT** Marie Hernandez (présidente) • **TÉL** 06 75 81 84 17 • **MAIL** aideauxfamilles31@gmail.com

AMNESTY INTERNATIONAL

OBJET Faire respecter les Droits fondamentaux énoncés dans la Déclaration des droits de l'Homme • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Foire aux livres, stand de signature de pétitions tout au long de l'année • **LIEU D'ACTIVITÉ** Réunion 1^{er} lundi du mois à 18h30 salle Jean-Louis-Berlier • **INSCRIPTION** Lors des réunions ou par mail ou téléphone • **TARIFS** 0.50€/an • **CONTACT** Muriel Meerts (secrétaire du groupe sud-ouest) **TÉL** 06 78 78 92 16 • **MAIL** m.meerts@lanterbecq.free.fr

SOLIDARITÉ

ASSOCIATION DES AMIS DE MIDI-PYRENEES ALCOOLIQUES ANONYMES GROUPE DE CUGNAUX

OBJET Thérapie groupale. Le groupe de parole « Alcooliques anonymes » peut permettre aux personnes ayant un problème d'alcool de venir en parler et de peut-être trouver une solution
PUBLIC CONCERNÉ Toute personne ayant un problème avec l'alcool et les familiers de la personne • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle des arts, 2 du Vivier • **INSCRIPTION** Il n'y a ni inscription, ni cotisation. La seule condition pour faire partie des AA est le désir d'arrêter de boire de l'alcool • **ACTIVITÉ** Réunion tous les mardis à 19h30. Il est recommandé de venir si possible quelques minutes en avance. Réunions ouvertes aux non alcooliques tous les premiers mardis de chaque mois • **MAIL** aamp.aamp@laposte.net • **SITE** alcooliques-anonymes-midi-pyrenees.fr • **PERMANENCE TÉL. NATIONALE** 24h/24h
N° Cristal : 09 69 39 40 20

ASSOCIATION DES FEMMES GUINÉENNES DE MIDI-PYRÉNÉES

OBJET Lien d'amitié et de solidarité entre les ressortissants. Organisation de soirées culturelles, de concerts avec des musiciens africains pour récolter des fonds pour les orphelinats des pays africains et autres • **PUBLIC CONCERNÉ** Femmes de tout âge • **ÉVÉNEMENTS** Concert en septembre • **PERMANENCE** Par téléphone du lundi au vendredi de 13h à 16h
TÉL 06 43 51 48 10 / 06 60 75 62 69 • **INSCRIPTION** Chaque 3^e samedi du mois
TARIFS Cotisation 10€/an • **TÉL** 06 43 51 48 10 • **MAIL** sidibedjena@yahoo.fr

AYITI TIMOUN MOUVMAN

(MOUVEMENT POUR L'ÉDUCATION DES ENFANTS EN HAÏTI)

OBJET Information et soutien d'actions de développement en Afrique et en Haïti. Soutien à des écoles et aide à des actions de développement agricole en Haïti • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **INSCRIPTION**auprès des animateurs • **TARIFS** Adhésion 5€/an • **CONTACT** Cécile Bérut (présidente) • **TÉL** 06 27 34 68 48 • **MAIL** cecile.berut@gmail.com

BOXING CLUB DU VIVIER

OBJET Apprendre les techniques de base de la boxe anglaise - développer la diversité, l'éducation, la formation, l'insertion et la solidarité à travers la boxe anglaise • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous publics • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle des arts du Vivier 1 • **PERMANENCE** Lundi 19h-20h30 - mercredi 17h30-19h30 - jeudi 19h-20h30 - vendredi 18h15-21h • **ÉVÉNEMENTS** Participation à divers championnats ainsi qu'à plusieurs galas de boxe anglaise
INSCRIPTION À partir du 1^{er} septembre 2025 • **TARIFS** 120€ de 6 ans à 15 ans révolus et 150€ à partir de 16 ans • **CONTACT** Ikrame Azagzaoui (présidente) • **TÉL** 06 06 62 19 59
MAIL azaboxingacademy@gmail.com

CHANTER-MARCHER-VIVRE

OBJET Sensibilisation sur le CMV (cytomégalovirus) et accompagnement des familles d'enfants touchés par le CMV • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **CONTACT** Anne-Hélène Labissy (responsable) • **TÉL** 06 15 71 91 84 • **MAIL** contact@chantermarchervivre.org

CSF, CONFÉDÉRATION SYNDICALE DES FAMILLES À CUGNAUX

OBJET Défense des intérêts des familles : éducation, logement, vie quotidienne. Lien social, activités de loisirs et de culture. Répondre aux besoins et demandes des habitants du quartier du Vivier Maçon (Actions : permanence, écoute, lien social, écrivain public, aide aux démarches administratives. Activités culturelles, sorties, ateliers divers - couture, sophrologie, bien être et autres -, cours - français, bureautique...) - Pour les enfants : soutien scolaires, ateliers découvertes le mercredi après-midi) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** 11, avenue des Pyrénées (local face à l'école Eugène-Montel) • **INSCRIPTION** Toute l'année sur place • **TÉL** 05 34 46 84 42 • **MAIL** csfcugnaux@gmail.com

SOLIDARITÉ

ELHÉVA

OBJET L'association propose aux enfants et aux jeunes adultes en situation de handicap et leur famille un espace de loisirs, de rencontre, d'échange, de soutien et de convivialité. Située dans un centre paramédical, elle propose des activités ludiques : atelier créatif, langue des signes (LSF), éveil musical, art thérapie, médiation animale..., du bien-être (massage médecine chinoise, massage bien-être, ostéopathie...), des temps de rencontre et répit pour toute la famille (parents, fratrie) et aidants : galette des rois, sortie spectacle, sortie zoo, du soutien administratif auprès des parents (dossier MDPH...).

PUBLIC CONCERNÉ Enfants et jeunes adultes en situation de handicap et leur famille. Handicap sensoriel, moteur, psychique et polyhandicapé • **ÉVÉNEMENTS** Fête de la famille, Semaine du handicap, Jeun'stival, Courses caritatives, Sorties familles • **PERMANENCE** Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h au 17 rue Alfred-Sauvy à Cugnax • **LIEU D'ACTIVITÉ** 17, rue Alfred-Sauvy • **INSCRIPTION** Toute l'année • **TARIFS** Adhésion 40€/an/famille + l'atelier à partir de 4€ • **CONTACT** 07 82 78 86 93 • **MAIL** association.elheva@gmail.com • **SITE** <https://elheva.jimdofree.com/>  elheva

ENFANTS D'ASIE ASPECA

OBJET Association humanitaire de parrainage d'enfants, orphelins ou pauvres du Cambodge, Laos, Philippines et Vietnam • **PUBLIC CONCERNÉ** Toute personne ayant envie d'aider un enfant défavorisé à construire son avenir par un soutien financier et affectif (échanges de courrier) • **ÉVÉNEMENTS** Réunion de parrains et marraines du département • **TARIFS** Parrainage d'un enfant 30€/mois (déductible à 66% des impôts) • **CONTACTS** Claudine Melard et Pascal Gola (correspondants régionaux) • **TÉL** 05 61 92 90 04 • **MAIL** clmelard@yahoo.fr • **SITE** enfantsdasie.com

FAHAZAVANA FRANCE

OBJET Association humanitaire ayant comme mission d'aider et de soutenir l'école privée Fahazavana d'Ambobidrazana (Ankazobe - Madagascar). • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous les publics sensibles à la cause de la promotion de l'enseignement et l'éducation des enfants dans les pays en voie de développement qui n'ont pas accès à ce droit fondamental • **ÉVÉNEMENTS** Organisation de concerts ou repas deux fois par an salle Albert-Camus • **INSCRIPTION** par mail ou par téléphone. • **TARIFS** Chaque membre, pour le bon fonctionnement de l'association, paie une cotisation de 15€/mois • **PERMANENCE** Du lundi au vendredi par téléphone aux heures de bureau • **CONTACT** Dieudonné Andriamifidy (président) • **TÉL** 06 17 11 22 12 • Misa Rakotomalala (trésorière) • **TÉL** 06 47 08 82 53 ou 06 17 11 22 12 • **MAIL** secretariat.fahazavana@gmail.com  Fahazavana

FFADVIE FÉDÉRATION FRANÇAISE DES AUXILIAIRES DE VIE ET DES AUXILIAIRES MÉDICO-PSYCHOLOGIQUES

OBJET Association qui défend les droits des "petites mains" du domicile. "L'avenir n'est pas ce qui va arriver mais ce que nous allons faire !" Notre force devient plus importante à travers l'action collective. Avec la fédération nous luttons quotidiennement pour les droits de nos auxiliaires à une meilleure reconnaissance professionnelle de ce beau métier afin de garantir un meilleur avenir pour nos aînés et la sérénité de vieillir en toute sécurité. • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous • **PERMANENCE** Par téléphone du lundi au vendredi de 9h à 17h. Au bureau : mercredi de 9h à 12h, 70 route de Tournefeuille, Résidence Clos Amandine, Villa 22, Cugnax • **TARIFS** Adhésion annuelle : 30€, soit 2,5€ par mois et dons libres • **CONTACT** Chrystelle Poinso • **TÉL** 07 52 37 00 28 • **MAIL** ffadvie@gmail.com • **SITE** ffadvie.wixsite.com/ffadvie31

SOLIDARITÉ

FLORENT, LUMIÈRE DE L'AU'TRE RIVE

OBJET Apporter une aide aux enfants et femmes défavorisés par le biais d'échanges humanitaires, sociaux et/ou artistiques. Cette association est apolitique et laïque • **PUBLIC CONCERNÉ** Toute personne désirant apporter son aide à un ou plusieurs enfants afin qu'il(s) puisse(nt) aller à l'école et manger à la cantine. Échange de courrier et de photo minimum une fois par an • **ÉVÉNEMENTS** Marché du 1^{er} mai, concert du P'tit Prince en mars — Marché de Noël — Loto • **LIEU D'ACTIVITÉ** Au Sénégal dans la communauté rurale de Nguéniène, département de Mbour • **INSCRIPTION** Toute l'année, bulletin d'inscription sur le site • **TARIFS** Parrainage scolaire d'un enfant 70€/an — déductible à 75% des impôts sur le revenu — soit un coût réel de 17,50€/an pour aider un enfant • **CONTACT** Dominique Guilhem (présidente) • **TÉL** 05 61 76 82 10 • **MAIL** asso.florent@free.fr • **SITE** florent-lumieredelautrerive.com

LA VUE LA VIE

OBJET Collecter des fonds pour aider la recherche sur la cataracte congénitale • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **CONTACT** Jean-Marc Pédussaut (président) • **TÉL** 05 61 92 14 08 06 87 77 57 16 • **MAIL** contact@lavue-lavie.fr

LES AUXILIAIRES DES AVEUGLES

OBJET Mettre en contact des personnes non voyantes ou malvoyantes avec des bénévoles — Trois axes d'actions : Accompagner : déplacements courses, rendez-vous ; Soutenir démarches administratives, courrier, écoute, lecture à domicile, jeux de société à domicile... ; Inclure : activités culturelles et sociales (visite musée, expositions...) • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes en situation de déficiences visuelles (mal voyants ou non voyants) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Interventions auprès des adhérents de la Haute-Garonne • **TARIFS** Cotisation annuelle 40€ pour une personne seule et 60€ pour un couple • **CONTACT** Marie-Lise Contrastin • **TÉL** 06 18 24 21 94 • **MAIL** auxiliaireaveugle31@gmail.com

L'ESPOIR CUGNALAIS

OBJET Organisation du Téléthon • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Téléthon • **CONTACT** M. Lecou (présidente) • **TÉL** 06 71 38 10 81

MOT À MAUX BERBERE

OBJET Aide aux écoles des montagnes de l'Atlas (Maroc) par le don de livres et de fournitures scolaires, création d'écoles, de bibliothèques dans les villages. Aide aux personnes diabétiques de ce secteur • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Spectacles, vide-greniers, collectes — envoi et distribution toute l'année par nos soins • **PERMANENCES** Par téléphone ou par mail • **INSCRIPTIONS** Par mail • **TARIFS** Adhésion 20€/an • **CONTACT** Joëlle Gardais-Houillier (trésorière) • **TÉL** 06 16 76 05 45 • **MAIL** motamauxberbere@gmail.com

RELAIS PITCHOUNETS CUGNAUX

ASSOCIATION RECONNUE
D'INTÉRÊT GÉNÉRAL

OBJET L'association propose de l'alimentation, de l'hygiène, des vêtements, du matériel de puériculture et des jouets, aux familles cugnaises en charge d'un enfant de 0 à 4 ans, et envoyées par des services sociaux ou non imposables. L'association fonctionne sous forme de collectes et de dons de particuliers et de professionnels. Elle se veut solidaire et est ouverte à tous pour la vente de vêtements, jouets et matériel de puériculture à petits prix • **PUBLIC CONCERNÉ** Parents, futures mamans et bébés de 0 à 4 ans • **LIEU D'ACTIVITÉ** Chartreuse de la Résidence Loubayssens avenue Léo-Lagrange à Cugnaux • **PERMANENCES** Pour les dons et la distribution, mardi et vendredi de 14h à 17h, hors vacances scolaires • **CONTACT** Martine Mouret Salamon (présidente) • **TÉL** 07 52 07 57 54 • **MAIL** relaispitchounets.cugnaux@gmail.com • **SITE** relais-pitchounets-cugnaux.jimdo.com

SOLIDARITÉ

RM SERVICES

OBJET Association de services à la personne, ménage, repassage, aides aux personnes âgées. Convention avec APA Conseil départemental • **TÉL** 06 03 25 70 59
MAIL rmservices31@orange.fr

ROTARY CLUB DE CUGNAUX & FRANCAZAL

OBJET Professionnels de tous horizons mettant en commun leurs expériences au travers d'actions humanitaires à Cugnaux, pour l'enfance malheureuse et pour aider à développer bonne volonté et paix à travers le monde • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **ÉVÉNEMENTS** Loto en janvier, Corrida (course à pied) en juin, vide-greniers en octobre, Concours de dessin en avril • **PERMANENCE** Réunion hebdomadaire (jeudi à 12h30) à l'adresse « Le Faubourg » zone artisanale de Monlong 17, rue Paul-Charrier 31100 TOULOUSE • **INSCRIPTION** Admission plus parrainage • **CONTACT** Dominique Lacaille (présidente) • **TÉL** 06 08 18 32 45 • **MAIL** dlacaille@gmail.com • **SITE** rotarycugnaux.com

SECOURS CATHOLIQUE

PRÉSENTE AU RELAIS SOLIDAIRE

OBJET Accueil de personnes en difficulté adressées par une assistante sociale du secteur
PUBLIC CONCERNÉ Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** 11, rue Lazare-Ponticelli • **PERMANENCE** Lundi et jeudi matin sur rendez-vous • **CONTACT** Catherine Méningaud • **TÉL** 06 45 29 53 70 (répondeur téléphonique, laisser un message svp) • **MAIL** c.meningaud@orange.fr

TECHPARTAGE

OBJET Entraide informatique et sociale pour l'accès au numérique, dépannage d'ordinateur, reconditionnement, initiation à l'outil numérique, formations techniques et réinsertion professionnelle, mise en page de CV, conférences, robotique, création de site Internet, prestations. Veuillez nous contacter pour vos besoins en numérique, formations et dépannage. Don de matériel et PC acceptés. • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Atelier du Huit, Espace Mosaïque, Médiathèque Permanence de l'association 1^{er} vendredi de chaque mois, de 15h à 19h, à l'Atelier du Huit (dépannage d'ordinateurs) • **INSCRIPTIONS** Par mail ou par téléphone • **TARIFS** Permanences gratuites - Formations à tarif solidaire - Adhésion annuelle 10 € • **TÉL** 06 88 44 27 78 **MAIL** contact@techpartage.fr
SITE www.techpartage.fr

TLS4SOWETO

OBJET Récolter des dons et des fonds pour venir en aide aux familles vivant dans le bidonville de Soweto à Johannesburg en Afrique du Sud en organisant des événements caritatifs. Les dons et les fonds récoltés sont amenés par l'association sur place • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public adultes et enfants avec autorisation des parents • **ÉVÉNEMENTS** Vide-greniers (septembre et octobre) — concert caritatif (novembre) — janvier : amener les dons sur place • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux et villes limitrophes • **INSCRIPTION** Par téléphone, par mail ou par courrier • **TARIFS** Pas de cotisation — 100€/an pour être membre bienfaiteur • **CONTACT** David Petiteaux (président) • **TÉL** 06 70 00 68 60
MAIL tls4soweto@gmail.com

TONY QUAGLIATO

OBJET Association pour promouvoir l'aide à l'enfance malheureuse • **PUBLIC CONCERNÉ** Professionnels et responsables d'entreprises • **ÉVÉNEMENT** Corrida (course à pied) en juin • **INSCRIPTION** Voir avec l'association • **CONTACT** Dominiue Lacaille (présidente) **TÉL** 06 08 18 32 45 • **MAIL** dlacaille@gmail.com • **SITE** rotarycugnaux.com

ENVIRONNEMENT

AMAP DES RIVES DE SAUDRUNE

OBJET L'Amap (Association pour le maintien d'une agriculture paysanne) met en contact un producteur local de légumes issus de l'agriculture biologique et les consommateurs adhérents, sans intermédiaire supplémentaire. Le principe consiste à engager le consommateur dans une démarche solidaire avec le producteur • **PUBLIC CONCERNÉ** Toute personne souhaitant consommer des produits locaux et issus de l'agriculture biologique • **PERMANENCE** Distribution de légumes tous les lundis entre 18h et 19h de mai à février • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle Jean-Louis-Berlier place de la République à Cugnaux • **INSCRIPTIONS** Par mail • **TARIFS** 15 €/semaine pour 6 à 14 variétés de légumes de saison • **CONTACT** Jeanne Labal (présidente) • **TÉL** 06 65 38 22 47 • **MAIL** rivesdesaudrune@gmail.com • **SITE** sites.google.com/view/amaprivesdesaudrune

AMAP, TERRASSES DE GARONNE « FRUITS »

OBJET Association pour le maintien d'une agriculture paysanne : fruits (pommes bio et poires, kiwis en raisonné) cultivés en Ariège. Le principe d'une Amap est de mettre en relation un producteur et des consommateurs-adhérents, sans intermédiaire • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **PERMANENCE** Une fois par mois, distribution par le producteur de fruits de paniers commandés par 5 ou 10 kgs • **LIEU D'ACTIVITÉ** Cugnaux • **INSCRIPTION** Par mail • **TARIFS** Année écoulée : panier de 10 kg : 23€ par mois (sur 9 mois). Possibilité de 1/2 panier. Nouvelle campagne nous consulter • **TÉL** 06 78 58 30 89 • **MAIL** amapfruits.terragon@gmail.com

AMAP, TERRASSES DE GARONNE « LÉGUMES »

OBJET Association pour le maintien d'une agriculture paysanne est un partenariat de proximité entre un paysan et les membres de l'association. Le paysan s'engage dans une production variée de légumes biologiques de saison, de qualité et respectueuse de l'environnement, tandis que les adhérents s'abonnent à l'année pour un ou un demi panier de légumes à un prix équitable. Les adhérents s'engagent dans une démarche de soutien avec le producteur en lui assurant un revenu décent tout en étant solidaires quelles que soient les conditions climatiques • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **INSCRIPTION** Par mail • **TARIFS** 11,50€ semaine pour un demi panier ou 23€ semaine pour un panier entier • **CONTACT** Frédéric Gayraud • **TÉL** 06 51 61 71 59 • **MAIL** amap31.cugnaux@terrasses@yahoo.fr • **SITE** amapcugnauxterrassesdelagaronne.jimdo.com

LA GOUTTE D'EAU ASSOCIATION DE DEFENSE DES USAGERS DE L'EAU TOULOUSE METROPOLE ET SIVOM SAGe

OBJET Association de défense des usagers du syndicat intercommunal de l'eau et de la banlieue sud-ouest de Toulouse. Les idées qui la guident : défense, information, transparence. S'assurer de la parfaite transparence de tout ce qui est relatif à l'eau et à l'assainissement : coût, qualité, choix techniques. Faire en sorte que le prix de l'eau et de l'assainissement soit toujours au plus près de la réalité. Représenter les usagers de l'eau et de l'assainissement dans les instances de consultation tant au niveau du Syndicat intercommunal, qu'au niveau de Toulouse Métropole • **PUBLIC CONCERNÉ** Les usagers de l'eau et de l'assainissement • **ÉVÉNEMENTS** Assemblée générale annuelle, ouvert à tous - adhérents ou non • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux, Frouzins, Seysses, Villeneuve-Tolosane • **PERMANENCE** 1^{er} et 3^e samedis de chaque mois (octobre à juin) de 10h à 12h au marché de Cugnaux, place de la République - Adresse du siège : 22 rue des Bleuets Cugnaux • **INSCRIPTION** Résider sur l'une des 4 communes citées, remplir un bulletin d'inscription • **TARIFS** 3€ par an • **CONTACT** Arlette Gineste • **TÉL** 06 76 32 62 07 • **MAIL** ginestef@wanadoo.fr • **SITE** https://lagoutteadeau.asso-fr.ovh/

ENVIRONNEMENT

CHAD, CUGNAUX HIER AUJOURD'HUI DEMAIN

OBJET Association de défense de l'environnement, du patrimoine, de la qualité de la vie et de la biodiversité, en s'appuyant sur l'histoire de Cugnaux et de son identité • **PUBLIC CONCERNÉ** Adultes • **ÉVÉNEMENTS** Publications • **LIEU D'ACTIVITÉ** Cugnaux
INSCRIPTION Sur le site Internet, par courrier ou par téléphone • **TARIFS** cotisation annuelle : 5€ • **CONTACT** Christian SABADIE • **MAIL** contact@lechad.fr • **SITE** lechad.fr

COLLECTIF FRANCAZAL

OBJET Association de riverains de l'aéroport de Toulouse-Francazal. Exerce une vigilance sur les nuisances générées par l'aéroport et siège à la Commission consultative de l'environnement pour défendre les intérêts des riverains • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous les riverains et les collectivités territoriales • **ÉVÉNEMENT** Assemblée générale annuelle
INSCRIPTION Tout au long de l'année, sur le site Internet ou au siège de l'association
TARIFS 3€/personne - 5€/couple - 30€/Collectivités Territoriales • **CONTACT** 06 71 12 25 71
MAIL collectif-francazal@laposte.net • **SITE** <https://collectif-francazal.org>

CUGNAUX EN TRANSITION

OBJET Agir pour la transition écologique afin de préparer nos lieux de vie aux transformations à venir (énergie, climat, biodiversité...). Favoriser la coopération et le partage de savoir-faire au travers d'actions à l'échelle de la commune (inspiré du mouvement des villes en transition). • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Animations toute l'année (conférences-débat, projection de films, café bricole, potager en ville, atelier zéro déchet, atelier couture,...) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salles municipales, espace public • **INSCRIPTION** Par mail ou Facebook pour recevoir des actualités • **MAIL** cugnauxentransition@gmail.com
SITE cugnaux.entransition.fr

ÉCOLOMOBILE

OBJET Promotion des déplacements actifs (vélo, marche à pied, trottinette, transports en commun...). • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Ateliers participatifs d'auto-réparation de vélo, balades à vélo, animations sur les mobilités • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Salles municipales, espace public • **INSCRIPTION** www.helloasso.com/associations/ecolomobile
TARIFS Adhésion annuelle : 5€ • **MAIL** ecolomobile31@gmail.com • **SITE** ecolomobile.fr

RESPECTS OCCITANIE

PRÉSENTE AU RELAIS SOLIDAIRE

OBJET Respects Occitanie (Réseau d'économie sociale, partage de connaissances, Terre solidaire) propose : ateliers de jardinage au naturel au Jardin des Violettes, pour expérimenter des pratiques respectueuses de l'environnement et partager des connaissances, groupements d'achats en circuits courts, une fois par mois (fruits, épicerie... bio et local), accès à des produits de bonne qualité à des coûts supportables (par le consommateur et le producteur), dons de livres (notamment jeunesse) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Groupements d'achats (1 par mois ou plus), conférences (sur les thèmes de la nature, du jardinage, de la santé...), Fête des plants mi-avril, visites scolaires toute l'année (sur inscription)
LIEU D'ACTIVITÉ Relais solidaire 1 impasse des Violettes, Cugnaux • **PERMANENCES ET ATELIERS** Mardi et jeudi (9h30-11h30) et certains samedis (9h30-12h) • **TARIFS** Adhésion saison 2025-2026 : 10€ + 3h minimum de bénévolat • **CONTACT** Jacques Solomiac (président)
TÉL 06 11 29 48 97 • **MAIL** occitanie@respects.fr • **SITE** www.respects.fr (informations et adhésions)

QUARTIER

ASSOCIATION DU CLOS DE MAURENS

OBJET Promotion et défense du quartier du Clos de Maurens et de ses habitants, du cadre de vie, de la qualité de vie et respect d'un urbanisme à visage humain • **PUBLIC CONCERNÉ** Résidents du Clos de Maurens • **ÉVÈNEMENT** Fête des voisins (juin) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Le Clos de Maurens II • **TARIFS** Cotisation annuelle: 10€ • **CONTACT** Valérie Mélac (présidente) • **MAIL** assoclosdemaurens@laposte.net • **SITE** associationduclosdemaurens.hautetfort.com

CLOCHE-MAURENS

OBJET Défense des zones résidentielles du Clos de Maurens 1 et 2, des Chemins de la cloche, de Mailheaux, de Densus, du boulevard de Maurens et toutes leurs connexions sur Cugnaux et plus spécifiquement la défense du cadre de vie et des intérêts généraux patrimoniaux ou moraux de ses habitants, et ce par tous moyens légaux. Cette association agit dans le cadre communal et intercommunal. **PUBLIC CONCERNÉ** Résidents de la Commune de Cugnaux • **LIEUX D'ACTIVITÉS** Assemblée générale annuelle dans une salle de réunion de la Commune, réunions avec le service Urbanisme de la Mairie de Cugnaux, Toulouse Métropole • **INSCRIPTION** demande d'adhésion par mail • **TARIF** adhésion annuelle 10€ / foyer • **CONTACT MAIL** association.cloche.maurens@gmail.com

CONSEIL CITOYEN « VIVIER CITOYENS »

OBJET But d'améliorer la communication entre les institutions et les habitants du quartier Vivier-Maçon, le cadre de vie et aider les habitants à prendre leur place de citoyens. **PUBLIC CONCERNÉ** Principalement les habitants et habitantes du quartier Vivier-Maçon. **LIEUX D'ACTIVITÉS** Salle de la Libération et quartier du Vivier-Maçon • **PERMANENCE** Mardi matin de 9h à 11h45 (hors période de vacances scolaires) • **TARIFS** Pas d'adhésion • **CONTACT** Jean-Marc Pédussaut (président) • **MAIL** viviercitoyens@gmail.com  Conseil citoyen Cugnaux

DÉFENSE HAUPOUL

OBJET Défendre le quartier Hautpoul face au projet de la RN 924 et à l'urbanisation qui s'y rattache, effectuer toutes les actions d'information, d'accompagnement et de suivi, en vue d'engager le cas échéant tout recours, y compris judiciaire, à l'encontre de toute décision rendue par une autorité quelconque sur ces sujets. • **PUBLIC CONCERNÉ** Toute personne physique donnant son adhésion et ayant acquitté la cotisation annuelle • **ÉVÈNEMENTS** Dépend de l'actualité / actuellement: Scot Grande Agglomération toulousaine, PDU Agglomération Toulousaine, PLU Cugnaux • **TARIFS** Cotisation annuelle 10€ • **CONTACT** 6, chemin de Hautpoul, Cugnaux • **TÉL** 06 83 25 93 93 • **MAIL** defense.hautpoul@free.fr • **SITE** defense.hautpoul.free.fr

NORD DE FRANCAZAL

PUBLIC CONCERNÉ Résidents du quartier • **CONTACT** Christine Buigues (Présidente) • **MAIL** norddefrancazal@gmail.com

PETIT JEAN DE BACHECAME

OBJET Protection du patrimoine bâti, protection de l'environnement, défendre la qualité de vie des habitants, aide à la correction thermique globale des bâtiments, montage des dossiers de subvention... • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public cugnalais • **LIEUX D'ACTIVITÉS** Cugnaux • **ÉVÈNEMENTS** Journées du patrimoine, Fête des voisins, ateliers pédagogiques, et événements divers • **PERMANENCE** Tous les 2^e samedis du mois, de 10h à 12h, place de l'Église à Cugnaux • **INSCRIPTIONS** Par mail, par téléphone ou via le site Internet • **TARIFS** 50€/an - 25€/an pour les étudiants et les demandeurs d'emploi - gratuit pour les retraités • **CONTACT** 07 62 67 20 00 • **MAIL** association.petit.jean.bachecame@gmail.com • **SITE** www.helloasso.com/associations/petit-jean-de-bachecame

PATRIOTIQUE

ASSOCIATION PATRIOTIQUE DES ANCIENS COMBATTANTS DE CUGNAUX

OBJET Association patriotique des anciens combattants de Cugnaux • **PUBLIC CONCERNÉ** Toutes générations • **PERMANENCE** Le dernier mercredi de chaque mois de 10h à 12h, sauf de juillet à fin août • **ÉVÉNEMENTS** Organisation de cérémonies patriotiques • **LIEU D'ACTIVITÉ** Bureau des associations patriotiques de la Coupe d'or 1, avenue de Francazal Cugnaux • **INSCRIPTION** À la permanence, par téléphone ou par mail • **CONTACT** Jean-Michel Texier (président) • **TÉL** 06 43 41 69 59 • **MAIL** jmicheltextier@orange.fr

AMICALE DES ANCIENS SOUS-OFFICIERS DE LA BASE AÉRIENNE 101 DE FRANCAZAL

OBJET Resserrer les liens de camaraderie, de solidarité et d'entraide entre les sous-officiers ayant servi sur la BA 101 de Francazal, leurs veuves et les sympathisants • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous les sous-officiers ayant servi sur la BA 101 de Francazal, leurs veuves, les épouses et les dames ayant fait partie du CSA de Francazal, les sous-officiers, officiers et personnel civil ayant servi dans l'armée de l'air désirant adhérer en tant que sympathisants • **ÉVÉNEMENTS** Assemblée générale, repas champêtre annuel, cérémonies patriotiques, sorties culturelles • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux, Francazal et différents lieux de mémoire • **TARIFS** 10€ l'année • **CONTACT** Solange Langer (présidente) et Jean-Paul Esplat (vice-président) • **TÉL** 06 30 57 48 84

LES MÉDAILLÉS MILITAIRES FRANCAZAL CUGNAUX SECTION 1749E

OBJET Resserrer les liens de solidarité et de camaraderie qui doivent unir tous les porteurs de la Médaille Militaire et assurer la défense constante de l'honneur, de la dignité et de la valeur de cette distinction. Aider ses adhérents dans la défense de leur choix d'anciens combattants • **PUBLIC CONCERNÉ** Les Médaillés Militaires, les anciens combattants • **ÉVÉNEMENTS** Cérémonies patriotiques, loto, assemblée générale • **PERMANENCE** Mardis de 10h à 12h • **LIEUX D'ACTIVITÉ** Cugnaux, Armées, Département Haute-Garonne • **INSCRIPTION** Être médaillé militaire • **CONTACT** Guy Depoorter (président) • **TÉL** 06 82 36 55 11 • **MAIL** familledepoorter@orange.fr

SOUVENIR FRANÇAIS

OBJET Association patriotique distincte des autres associations d'anciens combattants. Elle a pour mission d'entretenir les tombes des militaires morts pour la France, tombées en déshérence, ainsi que les monuments et de transmettre le flambeau du souvenir aux jeunes générations • **PUBLIC CONCERNÉ** Tous ceux qui souhaitent participer en toute indépendance politique ou confessionnelle à la sauvegarde du souvenir de nos aïeux, notamment aux élèves des collèges • **ÉVÉNEMENTS** Assemblée générale, quête le 1^{er} novembre aux portes des cimetières, Forum des associations • **LIEU D'ACTIVITÉ** Bureau des associations patriotiques de la Coupe d'or 1, avenue de Francazal, de 15h à 17h • **INSCRIPTION** À l'assemblée générale et les jours de réunion • **TARIFS** Cotisation annuelle 20€ ou 25€ (avec la revue diffusée chaque trimestre) • **CONTACTS** Sylvain Janequin (secrétaire) – Christina Dos Santos Rodrigues (trésorière)

AJYAL, ASSOCIATION CULTURELLE ET CULTUELLE D'AMITIÉ ET DE SOLIDARITÉ FRANCO-MAGHRÉBINE

OBJET Mosquée El Firdaous : gestion de la salle de prières située au 2 ter rue du Vivier à Cugnaux – Cours de Tajwid pour adultes et enfants (psalmodie) – Organisation de salât et joumouaa (prière du vendredi) – Gestion et organisation de la salle de prière pendant le mois du Ramadam – Organisation de l'Aïd el Fitr et l'Aïd el Kebir – Assistance et soutien aux personnes démunies – Espace d'écoute et de conseil • **ÉVÈNEMENT** Aïd el Fitr, célébrations du Ramadan • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **LIEU D'ACTIVITÉ** Salle des arts du Vivier 1, samedi et dimanche • **INSCRIPTION** Sur rendez-vous uniquement, à prendre par téléphone • **CONTACT** Président • **TÉL** 06 63 88 81 31 • **MAIL** ajyal.31270@gmail.com • **SITE** www.mosquee-cugnaux.fr/

ASSOCIATION BOUDDHIQUE LINH SON

OBJET Lieu de culte bouddhiste (office et religieux) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÈNEMENTS** Fête du nouvel an vietnamien, fête de l'anniversaire du Bouddha, fête des défunts • **LIEU D'ACTIVITÉ** Temple • **CONTACT** Thi Thuyet Pham • **TÉL** 05 61 92 78 08 • **MAIL** linhson.toulouse@gmail.com

ASSOCIATION DES BOUDDISTES KHMERS

OBJET Lieu de culte • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÈNEMENTS** Les fêtes traditionnelles cambodgiennes, le nouvel an cambodgien, Visak Bochea, Meak Bochea, fête des morts, Kathina... • **LIEU D'ACTIVITÉ** 125, route de Toulouse, Cugnaux • **CONTACT** Samrith Kann (Président) • **TÉL** 05 61 78 99 66 • **MAIL** kann@clinique-pasteur.com

PAROISSE

OBJET La paroisse de Cugnaux fait partie de l'Ensemble paroissial de la Saudrune (Cugnaux, Villeneuve-Tolosane, Frouzins, Seysses, Labastidette, Lamasquère) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÈNEMENTS** Messe tous les dimanches à 11h – Préparation aux sacrements (baptême, première communion, confirmation, mariage) – catéchisme (enfants) – catéchuménat (adultes) – aumônerie (collège, lycée) – sépultures – visites aux malades – prières (prière des mères, rosaire, adoration...) – projet Welcome (ou comment accueillir un migrant) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Paroisse, place de l'Église • **CONTACT** Père François Chaubet (curé), presbytère 11 place de l'Église, mardi • **TÉL** 05 61 92 09 52 Presbytère de Villeneuve-Tolosane 31 rue de la République le lundi, mardi : 9h-12h – 14h-16h15 – jeudi, vendredi : 9h-12h – 14h-18h – mercredi, samedi : 9h-12h • **TÉL** 05 61 92 08 99 • **MAIL** paroisse.saudrune@gmail.com • **SITE** http://val.paroisses-saudrune.fr/



DIVERS

AICAF DE LA SAUDRUNE (ASSOCIATION INTERCOMMUNALE DE CHASSE AGRÉÉE PAR FUSION DE LA SAUDRUNE)

OBJET Défendre les intérêts communs légitimes et raisonnables des chasseurs, assurer une bonne organisation technique de la chasse sur les territoires des communes où l'Aicaf en détient le droit (loi Verdeille). Promouvoir ce loisir sportif et d'utilité publique qu'est la pratique de la chasse. Favoriser le développement de la faune sauvage. Respecter les lois, les règles de sécurité, l'environnement et le gibier. Entretenir de bonnes relations avec les agriculteurs, les autres utilisateurs de la nature et les riverains. Privilégier les moments de convivialité, de partage et de communication avec la nature en étant solidaire, calme et serein • **PUBLIC CONCERNÉ** Toute personne âgée de 16 ans minimum ayant satisfait aux épreuves du permis de chasser (dès 15 ans en chasse accompagnée) • **LIEU D'ACTIVITÉ** Tout espace naturel des communes de Cugnaux et Villeneuve-Tolosane, au-delà de 150 mètres des habitations • **INSCRIPTION** Lors des permanences assurées en août au local de chasse (83 chemin du Cézérou, 31270 Cugnaux) et en septembre lors du Forum des associations. **CONTACT** Alain Messal (président) • **TÉL** 06 67 27 94 42 • **MAIL** a.messal@hotmail.fr

LES AILES EN MIDI-PYRÉNÉES

OBJET Partager, promouvoir, soutenir la passion des choses de l'air et de l'espace, en particulier auprès des jeunes (bourse pilotage) • **PUBLIC CONCERNÉ** Tout public • **ÉVÉNEMENTS** Commémoration du 11 septembre (disparition du capitaine Georges Guynemer) • **INSCRIPTION** À la permanence de la Coupe d'or • **TARIFS** Cotisation annuelle 25€ • **CONTACT** ailesenmidipyrenees@free.fr



RENCONTRES ASSOCIATIVES

FORUM DES ASSOCIATIONS

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE 2026 - 9H-13H

PARC DU MANOIR

42 place de l'église Cugnaux

ATELIERS GRATUITS DE FORMATION AUX ASSOCIATIONS

(réservés aux membres du bureau des associations limités
à 1 personne/2 en fonction de la place)

**Inscriptions auprès de la Direction
« Vie associative, sportive et citoyenne »**

AIDE AUX ASSOCIATIONS VIA :

La mise à disposition d'espaces municipaux (salles, terrains de sport...)

L'octroi de subventions

L'appui à la communication (newsletter, site Internet, journal municipal...)

L'accompagnement logistique à l'organisation de manifestations

**POUR PLUS D'INFORMATIONS
VILLE-CUGNAUX.FR**

A

Accompagnement sans frontière, 25
 Adbec (Association pour le développement et le bien-être des Congolais), 24
 ADSB, 24
 Aicaf de la Saudrune (Association intercommunale de chasse agréée par fusion de la Saudrune), 35
 Aide aux familles, 25
 Aile (Association intercommunale de loisirs et d'entraide), 15
 Ajyal (Association culturelle et culturelle d'amitié et de solidarité Franco-maghrébine), 15, 34
 Amap, Rives de Saudrune, 30
 Amap, Terrasses de Garonne fruits, 30
 Amap, Terrasses de Garonne légumes, 30
 Amicale des anciens sous-officiers de la base aérienne 101 de Franczal, 33
 Amnesty international, 25
 Aphic, 12
 APE Tous en Blum, 22
 ARPEJJ Association représentant des parents d'élèves de Jean Jaurès, 22
 APTBEC Association des praticiens et thérapeutes bien-être Cugnaux, 10
 Arte Capoeira, 9
 Arts martiaux, 5
 Association bouddhique Linh Son, 34
 Association des bouddhistes khmers, 34
 Association culturelle de Cugnaux, 12
 (Aphic, 12 - BEE.O, 12 - Bibliothèque associative, 12 - Ça cartonne, 12 - Drone, 12 - Les Touch'à l'art, 13 - 1001 Couleurs, 13 - Modélisme, 13 - Photo les photosensibles, 13 - Scrabble, 14 - Scrabble détente, 14 - Urania 31, 14 - Yoga du rire, 14)
 La goutte d'eau, Association de défense des usagers de l'eau et Sivom Sage et de Toulouse Métropole, 30
 Association des amis de Midi-Pyrénées alcooliques anonymes groupe de Cugnaux, 26
 Association des femmes guinéennes de Midi-Pyrénées, 26
 Association du Clos de Maurens, 32
 Association patriotique des anciens combattants de Cugnaux, 33
 Atelier du huit, 15
 Athlétisme, 5
 Ayiti Timoun Mouvman (mouvement pour l'éducation des enfants en Haïti), 26

B

Barrio flamenco, 15
 Basket, 5
 Bee.o, 5
 Belote & rebelote, 15
 Bibliothèque associative, 12

Boule lyonnaise, 5
 Boxe Cugnaux (sporting), 6
 Boxing club du Vivier, 29
 Breizh en Oc, 16

C

Ça cartonne, 12
 Ça cirkule, 16
 CDS « Le studio », 16
 Cercle des nageurs de Cugnaux, 6
 CHAD, Cugnaux Hier aujourd'hui demain, 31
 Chanter-marcher-vivre, 26
 Cinq Qi, 10
 Club agility cugnais, 9
 Club plongée sous-marine Maitairoa, 6
 Cloche-Maurens, 32
 Collectif Franczal, 31
 Compagnie Les Petits Bossus, 17
 Conseil Citoyen « Vivier citoyens », 32
 Crèche Lou Pit's Choux nés, 22
 CSF (Confédération syndicale des familles de Cugnaux), 26
 Cugnaux en transition, 31

D

Défense Hautpoul, 32

E

Écolomobile, 31
 Écoute le signe, 22
 Effleur de vie, 10
 Elhéra, 27
 Enfants d'Asie ASPECA, 27

F

FFADVIE Fédération Française des Auxiliaires de vie et des Auxiliaires Médico-Psychologiques, 27
 Fahazavana France, 27
 FCPE Collège, 22
 FCPE École Claudie-Haigneré, 23
 FCPE Lycée, 23
 Femmes actives de Cugnaux, 17
 Florent, lumière de l'autre rive, 28
 Football, 7

G

Génération danse 2000, 17
 Golden dance, 18
 Gym's Club Cugnaux, 6

I-J-K

Impulso', 18
 Jeunesse sportive cugnalaise omnisports, 5
 (Arts martiaux, 5 - Athlétisme, 5 - Basket, 5
 Boule Lyonnaise, 5 - Boxe Cugnaux (sporting), 6
 Cercle des nageurs de Cugnaux, 6 - Club plongée
 sous-marine Maïtaïroa, 6 - Football, 7 - Gym's club
 Cugnaux, 6 - Les archers de Cugnaux, 7
 Pétanque, 6 - RC Saurdrune rugby à XV, 7 - Ski Club,
 7 - Tennis club de Cugnaux, 8 - Tennis de table, 8 -
 Trrolls, 8 - Vélo club de Cugnaux, 8 - Volley-ball, 9)
 Kioskamusik, 18

L

Label Boom Records, 19
 La goutte d'eau association de defense des usagers
 de l'eau toulouse metropole et sivom sage, 30
 La Vue la vie, 28
 Le Plateau, 19
 Les Ailes en Midi-Pyrénées, 35
 Les Amis de la plume envolée, 19
 Les Auxiliaires des aveugles, 28
 Les Archers de Cugnaux, 7
 Les Baladins d'hier et d'aujourd'hui, 19
 Les Elles, 20
 Les Médailleurs militaires Franczal Cugnaux
 section 1749*, 33
 L'Espace d'un moment, 20
 L'Espoir cugnalais, 28
 Les Touch' à l'art, 13
 Le Voyage des papilles, 20

M-N

1001 couleurs, 13
 Modélisme, 13
 Mot à maux berbère, 28
 Nounouland, 23
 Nuances, 11
 Nord de Franczal, 32

P

Paroisse, 34
 Petit Jean Bachecame, 32
 Pétanque, 6
 Pop'images, 20

R

RC Saurdrune rugby à XV, 7
 RESPECTS Occitanie, 31
 Relais Pitchounets Cugnaux, 28
 RM services, 29
 Roller Club Trrolls, 8
 Rotary club de Cugnaux & Franczal, 29

S

Sam'dy on danse, 21
 Scouts et guides de France, 23
 Scrabble, 14
 Scrabble détente, 14
 Secours catholique, 29
 Ski club, 7
 Sophroshoto, 11
 Souvenir français, 33

T

Taï-chi bien vivre, 11
 Tao en mouvement, 11
 Techpartage, 29
 Tennis club de Cugnaux, 8
 Tennis de table, 8
 Théâtre de La Voix Lactée, 21
 TSC Tir sportif cugnalais - Club Gérard Escalière, 9
 Tls4soweto, 29
 Tony Quagliato, 29
 Training camp La Ramée, 9

U

Univers lutin, 21
 Urania, 14

V

Vélo club Cugnaux, 8
 Volley Ball, 9

W-Y

Wédy, 21
 Yoga du rire, 14
 Yoga Jyoti, 11

VOS NOTES



**Direction
Vie associative,
sportive et citoyenne**

Tél : 05 62 20 68 03

vie.associative@mairie-cugnaux.fr



4 minutes pour agir

Chaque année en France, 40 000 personnes meurent d'un arrêt cardiaque. Lorsqu'un cas survient, vous avez 4 minutes pour agir : chaque minute qui passe réduit de 10% les chances de survie. Entièrement automatique, le défibrillateur est un appareil simplifié qui procède à une analyse du rythme cardiaque et à un diagnostic. Dès qu'il détecte une fibrillation ventriculaire, il se charge et administre un choc électrique destiné à faire redémarrer le muscle cardiaque. Un procédé simple qui permet de maintenir le malade en vie en attendant l'arrivée des secours. La ville de Cugnaux souhaite informer les pratiquants associatifs de l'implantation des défibrillateurs disponibles en ville.

Localisation consultable sur le QR code

