

# Associations et Activités sportives et culturelles 2019-2020



*Lauzerte  
Montaigu de Quercy*



# Sommaire

## p. 2 Activités sportives

Rugby – Football – Tennis de table - Volley – Badminton - Randonnées - Sports extrêmes - Arts martiaux : Aïkido - Karaté Self Défense - Taï chi Chuan - Yoga - Gym volontaire - Danse - Yoga et Bien Etre

## p. 5 Activités culturelles

Théâtre - Musique - Art - Atelier d'art - Rencontre - Cours de langue - Jeux de société

## p. 7 Centres de Loisirs et centres équestres

## p. 8 Associations caritatives

## p. 10 Liste des Associations/communes

## p. 14 Les médiathèques et points lecture

## p. 15 Fiche animation et association

## p. 17 Coordonnées et horaires des mairies

## p. 18 Carte de la Communauté de Communes Pays de Serres en Quercy



### Points Accueil / Information Tourisme :

**LAUZERTE** : 3, Place des Cornières. 05 63 94 61 94

Ouvert toute l'année :

tous les jours en juillet-août 9h/19h,

le reste de l'année du lundi au samedi 9h/12h et 14h/18h.

**MONTAIGU DE QUERCY** : Place du Mercadiel. 05 63 94 48 50.

Ouvert toute l'année.

# Activités sportives

## RUGBY

### - LAUZERTE

**Lauzerte QPS XV** - Stade (Vignals)  
**Ecole de Rugby** (dès 5 ans) : mercredi Départ 13h15 entraînement à Valence d'Agen  
**Séniors** : mardi à 19h30 et vendredi à 19h30

Contact : 06 89 23 94 81

## FOOTBALL

### - CAZES MONDENARD

**Cazes Olympique** - stade  
**Enfants nés en 2007/2014** - mercredi  
**Entraîneur garçon** : 06 36 50 19 54  
**Entraîneur filles** : 06 85 17 80 47

### - ENTENTE PAYS DE SERRES EN QUERCY

**Enfants 6 ans 8 ans 11ans** - Mercredi 14h30

**Sénior** - Vendredi 20h - Stade Bourg de visa  
Contact 06 71 49 26 46



### - LAUZERTE

**FC Lauzertin** - Stade Vignals  
**Jeunes U14** - Mercredi 17h30  
Contact : 06 42 94 34 53

### - MONTAIGU DE QUERCY

**Sporting Club Montacutain** - Stade  
**Enfant** - mercredi 14h  
Contact 06 72 70 01 93 ou 06 84 14 64 69  
**Adultes** - Séniors - Contact 06 84 14 64 69 ou 06 88 47 90 79

## TENNIS DE TABLE

### - LAUZERTE

**ASQB Tennis de Table**  
**Tout Public** - mardi et vendredi 18h - 20h  
jeudi 20h30 - 22h  
Contact : 06 10 98 96 00

### - MONTAIGU DE QUERCY

**Club International** - salle des fêtes  
**Public** - jeudi 15h-17h  
Contact sarah.pegg@clubintquercy.fr

## TENNIS

### - LAUZERTE

**Tennis Club Lauzertin** - Gymnase  
Contact : Isabelle 05.63.94.63.46

### - MONTAIGU DE QUERCY

**Club International** - terrain de tennis  
**Public** - vendredi 15h- 17h30  
Contact lia.vandesande@clubintquercy.fr

## VOLLEY BALL

### - LAUZERTE

**Volleyball Lauzertin** - Gymnase  
**Tout Public** - vendredi 21h  
Contact 06 72 67 32 05

## BADMINTON

- **LAUZERTE** - salle des fêtes  
**Vivre ensemble en Quercy** - au gymnase  
**Tous niveaux** - mercredi 18h  
Contact chris@tradique.eu



## RANDONNÉES

### - MONTAIGU DE QUERCY

**Club International**  
**Petite** - 10h-12h - 1er mardi du mois  
**Grande** - 9h30-16h - 3e vendredi du mois  
Contact peter.gauntlett@clubintquercy.fr

### Rando Quercy Blanc

**jeudi 14h** - RDV devant l'office de tourisme  
Contact 05 63 94 34 48  
**dimanche 8h45** - RDV au 2e terrain de tennis  
avenue du stade Contact 06 87 44 18 70

# SPORTS EXTRÊMES

## - LAUZERTE

**Lauzerte Gavity Park** - Mountain bike - Enduro, dirt, downhill

Tout Public - pistes de descente et rando

Contact 06 32 75 83 13



## - BOULOC EN QUERCY

**Ecole de parachutisme de Bouloc en Quercy** - Aérodrome Cardinal

Adultes à partir de 15 ans Saut en tandem – stage d'initiation – stage de perfectionnement

Contact 05 63 95 39 46

Ouvert de mars à novembre. Accueil sur réservation à l'avance.

# ARTS MARTIAUX

## - BELVÈZE

**Taï Chi Chuan** - salle des fêtes

Tout Public - lundi 19h

Contact 06 28 25 13 33

## - CAZES MONDENARD - SAVATE BOXE FRANÇAISE

**Boxing Club Cazéen** - Salle de Judo de 14 à 70 ans - mercredi 19h - 21h

Contact : 06 76 17 69 01

## Quercy Arts Martiaux - judo

4 à 6 ans - lundi 17h30 - 18h30

7 à 13 ans - lundi 18h30 - 19h30

+ de 13 ans - lundi 19h30 - 20h30

Contact : 06 35 46 31 23

## Karaté Sasori - Dojo du Dr Pouget

Jeunes - mercredi 14h-15h et samedi 10h-11h30

Contact 06 31 27 71 59 Philippe

## - LAUZERTE

**Lauzerte Aïkido** - SALLE DES FÊTES

Cours adulte - lundi et mercredi 19h30-21h30

Cours ado : mercredi entre 18h et 20h30

Cours jeune : mercredi 18h - 19h30

Contact : 06 71 32 29 98

## - MONTAIGU DE Q.

AVEC KIAÏ-KARATÉ-CLUB-VILLEFRANCHOIS

**Karaté Martial Self Défense** - Dojo

Tout public : vendredi 19h à 20h20

Contact : 06 76 97 07 23

## Taï Chi Chuan – Qi Gong - Dojo

Adultes - vendredi de 20h30 à 22h

Contact : 06 76 97 07 23

# GYM

## - BOURG DE VISA

**Gym Volontaire**

Adulte - mercredi 20h30-22h

Contact 05 53 94 25 54

## - CAZES MONDENARD

**Gym douce** - salle de judo

Adulte - lundi 9h15-10h15

Contact 06 20 15 50 05 Sandrine Decazeaux

## - LAUZERTE - salle des fêtes

**Gym Volontaire**

Adulte - Jeudi de 18h30 à 20h

Contact 06 83 05 80 00 - 06 07 62 50 11



## Fit'Dance

Adulte - lundi 9h -10h

Contact : 05 65 23 71 90

## Ateliers activité physique séniors

Séniors - mardi 14h-15h - salle Eglantine

Contact 07 63 97 73 60

## - MIRAMONT DE QUERCY

### Gym'Attitude - COURS DE PILATES

Adulte - Lundi de 10h30 à 11h30

Colette 06 83 08 40 89 / Valérie 06 70 64 54 97

salle des fêtes ou préau de l'école

## - MONTAIGU DE Q.- salle Séoune (dojo)

### Vita Gym Montaigu

Adulte - Mardi 18h30 - 19h45

Contact : Patricia 06 38 81 26 98

Jan 07 87 65 07 98 - Valérie 06 70 64 54 97

### Dynaform Gym Pilates

Adultes - mercredi 18h15 - 19h15 renforcement musculaire

Tout Public - jeudi 18h15 - 19h15 Gym Pilates

Contact : Maïthé 06 87 94 72 18 -

Angèle 06 65 02 91 00

## - ROQUECOR

**Gym douce avec Linda** - salle des asso

Tout Public - vendredi 9h30-10h30

Contact 09 80 40 60 54

## - SAINT AMANS DU PECH

**Gym Volontaire** - salle des fêtes

Adultes - mardi 20h45

Contact 06 62 56 31 92

## DANSE

### - CAZES MONDENARD

**Zumba** - salle des fêtes

Jeunes - lundi 17h45-19h30 (2 groupes)

Adultes - lundi 20h-21h30

Contact 06 20 15 50 05

### - LAUZERTE - Salle des fêtes

**Dansélite Lauzerte** - Danses de salon

3 niveaux - mercredi 20h à 23h

Contact : 06 81 58 96 00 / 06 84 11 62 63

### Western Dance Country

débutant - jeudi 20h30 - 21h30

Contact : 06 41 56 53 46 / 06 30 38 11 23

### Danse Afro

Ado / Adulte - vendredi 20h - 21h30

Contact : 0 63 94 34 59

**Art en bulle** - danse classique et contemporaine

de 4 ans à ado - lundi 17h-20h30 / mercredi

13h-19h selon niveaux

Contact 06 20 72 62 01

## - MIRAMONT DE QUERCY

AVEC DINTRATZ DIN LA RONDA

**SALSA CUBANO** - salle des fêtes



3 niveaux - mardi 19h - 22h30

Contact 06 38 53 27 63

**Kizomba** - salle des fêtes

Adulte - un dimanche par mois

Contact : 06 26 63 98 46

**Les danseurs du Quercy** - salle des fêtes

Adulte - mercredi 21h-23h

Contact 06 24 99 49 08

- MONTAIGU DE Q. - salle des fêtes

**DANCE FIT - Club International**

Adulte - mercredi 10h30-12h avec Linda

Contact linda.preston@clubintquercy.fr

## - ROQUECOR

**Dance Fit Latino avec Linda** - salle des

asso - Tout Public - 10h45-11h45

Contact 09 80 40 60 54

## YOGA ET BIEN ÊTRE

### - CAZES MONDENARD

**Sophrologie** - médiathèque

Adultes - samedi 9h-10h

Contact 06 12 29 37 48

### Yoga

Adulte - vendredi 19h-20h30

Contact 06 21 21 59 25

**Postural ball** - salle de judo

Adultes - lundi 19h30-20h30

Contact 06 20 15 50 05

- **LAUZERTE** - salle des fêtes

**Yoga** -

Adulte - mardi mercredi vendredi 10h30 - 12h  
lundi et mercredi 18h30 - 20h

Contact : 06 77 01 27 43

**Qi Gong** - relaxation - salle Tournesol

Tout Public - mardi 18h - 19h15

Contact : 05 63 04 59 94 - 06 85 60 07 19

**Do In** - gym énergétique/relaxation

Tout Public - lundi 10h-11h15 ou 11h45-13h  
vendredi 17h-20h

Contact 06 10 77 54 95

- **MONTAIGU DE QERCY**

**Yoga - Club International** - à l'Oustal

Adulte - mercredi 17h-18h30

Contact pat.dron@clubintquercy.fr

- **ST AMANS DU PECH**

**Création - relaxation - méditation** - LD Bétou

Adultes - Sur RDV

Contact 06 86 65 46 45 - ll.or@orange.fr

## THÉÂTRE

- **MONTAIGU DE QUERCY**

**Les Arts Verts**

Contact 06 75 62 49 34

- **CAZES MONDENARD**

**Atelier théâtre**

Contact 05 63 95 30 33 ou 06 24 39 54 20



## MUSIQUE

- **CAZES MONDENARD**

**Accordéon Chromatique** - au presbytère

Basses standard - mercredi après midi

Contact 06 21 93 23 46 Jean-Louis Bergon

**Piano** - à la médiathèque

Adultes et enfants - mardi à partir de 17h

Contact 06 30 68 10 72 Sophie Gomez

**COURS DE MUSIQUE À DOMICILE**

**Rythme and drive**

Tout public - horaires selon disponibilité

Contact : 05 63 04 18 78 - 06 36 56 23 97

- **ECOLE DE MUSIQUE RUE BOURBON**

- **A Lauzerte** - 29 rue de la Garrigue

- **A Montaigu de Q.** - Avenue Louis Resses

Plusieurs niveaux - Claviers, cordes, percussions, cuivres, chant

Contact : Richard 06 86 57 53 66 - Isabelle 06 81 64 07 23

**Atelier "Initiation DJ"** -

Jeune public - Ateliers sur RDV

Contact 06 86 83 75 20

- **MONTAIGU DE QUERCY - CHORALE**

**Quercycorum** - au local du Club International

Adultes - mercredi 20h

Contact 05 63 94 49 75

**ARTS - ATELIER D'ART**

- **CAZES MONDENARD** - à la médiathèque

**Cours de dessin** - Hélène Despeyroux

Adulte - lundi 17h30 - 20h30 ou mardi 10h30 - 12h30

Enfant 6/10 ans - mercredi 14h30 - 15h30

Ado - mercredi 15h45 - 17h15

Contact- 06 07 54 87 55

**Atelier Patchwork** - lieu dit Bigorre Bas

Tout Public - 2 groupes le mardi : 9h30-12h30  
ou 14h30-17h30

Contact 05 63 04 06 03 - Brigitte Dewals

- **LACOUR**

**Atelier couture** - à la bibliothèque

Adulte - mardi 14h-18h

Contact : 06 07 77 18 23

- **LAUZERTE**

**Cours de dessin et peinture**

**Gérard Antigny** - face à la mairie

Tout Public - lundi 14h30 - 17h30

Contact : 05 63 94 47 43

**Atelier Céramique** - 42 GRAND' RUE

**Chamotte et Barbotine**

Tout Public - lundi 15h et 18h30

mercredi et vendredi 18h30

Contact 06 77 56 08 78

**Patchwork et couture** - salle des fêtes

Tout Public - mercredi 14h-17h

Contact joantemple@orange.fr



**Cours de couture** - salle de l'éveillé

Tout Public - vendredi à partir de 16h30

Contact 06 30 14 12 25

**Couleur et carton** - rue du marché

Tout public - ateliers créations sur RDV

Contact 05 63 94 66 56

**SC Enluminure** - rue du marché

Tout public - Ateliers sur RDV

Contact 05 63 94 66 56

**Initiation à la sculpture métal**

Tout public - Ateliers sur RDV

Contact 06 80 59 09 32

**- MONTAIGU DE QUERCY**

**Travaux d'aiguilles** - Club International

Public - vendredi 14h-16h

Contact travaux.aiguilles@clubintquercy.fr

**RENCONTRES - COURS DE**

**LANGUES**

**- LAUZERTE**

**Apéro-poétique** - Médiathèque

Tout public - 2e mercredis du mois - 18h30

Contact 05 63 94 70 03

**- MONTAIGU DE QUERCY**

**Le café du Samedi** - Club International

Tout Public - samedi 10h-12h

Contact clubintquercy@gmail.com

**Conversations :**

Lundi 10h-12h conversation bilingue FR/GB

Lundi 16h-17h groupe lecture

Mardi 14h- 15h conversation espagnole

Mardi 16h-17h30 administration française

Mercredi 9h-10h30 Anglais intermédiaire

Mercredi 10h30-12h Espagnol intermédiaire

Mercredi 12h-13h30 Espagnol débutant

Mercredi 13h45-15h français débutant

Mercredi 15h- 16h15 grammaire française

Mercredi 16h30- 17h30 connaissance de l'art et histoire

Jeudi 9h30-11h conversation française

Jeudi 11h-12h30 français niveau intermédiaire

Jeudi 17h30-18h30 Anglais débutant

Vendredi 10h30-12h café philo

**Atelier Informatique**

Tout Public - mardi 10h-12h

Contact alan.castle@clubintquercy.fr

**JEUX DE SOCIÉTÉ**

**- LAUZERTE**

**Jeux de société** - Club house (stade)

Tout public - jeudi 15h

Contact 05 63 95 73 06 - la Colline Enchantée

**- MONTAIGU DE QUERCY**

**Bridge** - Club International

Public - jeudi 13h30-15h

Contact patrick.keeley@clubintquercy.fr

**- ROQUECOR**

**Concours de belote** - salle des fêtes

Tout Public - tous les mercredis à 21h - du 06/11 au 26/03/2020 ; 7,50€/pers

Contact 07 89 06 40 87

**- SAINT AMANS DU PECH**

**Concours de belote** - salle des fêtes

Tout Public - tous les 1er vendredis du mois 21h ; 8€/pers ; Contact 06 28 13 01 80



## CENTRES DE LOISIRS

### Quercy Loisirs - Centre de Loisirs à Lauzerte

Ouverture mercredi et samedi après midi.  
Repas et goûter préparés sur place  
Possibilité d'aller chercher les enfants aux écoles le mercredi et de les garder à déjeuner

Le centre est ouvert pendant les vacances scolaires en ½ journée ou en journée

Sports en initiation, sports de ballon, Grands jeux, Billard et baby foot. Ateliers nature, Activités de création, Travaux manuels et de décoration, Ateliers de détente  
Semaine à thème pendant les vacances, Sorties détente, culturelles, sportives – Equitation en supplément

Quercy loisirs - Domaine équestre - 82110 LAUZERTE - Tél. : 05 63 94 63 46  
Retrouvez notre blog :  
<http://quercy-loisirs.skyrock.com>

## CENTRES ÉQUESTRES

### Domaine équestre de Lauzerte

A votre disposition : un centre équestre, un poney-club, un séjour de vacances pour enfants et adolescents, une classe de découverte, un accueil pour famille ou un gîte de séjour pour groupes.

L'école d'équitation propose des cours tous niveaux à partir de 4 ans, des animations, des sorties en compétition, des pensions, du travail de chevaux et des stages équestres.

Centre équestre, Poney-club. École Française d'Équitation. Agréée Éducation Nationale, Jeunesse et Sports.  
Écurie de compétition. Cavalerie adaptée à tous les âges et tous les niveaux.  
Équitation de découverte, stages, leçons, compétitions.  
Formation professionnelle. 50 équidés, 2 manèges couverts, carrières et parcours de cross.

Ouvert toute l'année, tous les jours sur rdv.  
<http://www.equi-sejour-lauzerte.com/>  
Les Bordes 82110 LAUZERTE  
05 63 94 63 46  
[equi-sejour-lauzerte@orange.fr](mailto:equi-sejour-lauzerte@orange.fr)



### Alej- Centre de Loisirs à Roquecor

Le Centre de Loisirs est ouvert à tous les enfants de 4 à 15 ans.  
Les jours de vacances scolaires. Du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30  
Les mercredis après-midi de 11h30 à 18h30

Activités manuelles – activités d'éveil et d'expression – activités sportives  
Sorties – grands jeux – Interventions extérieurs – événements

Association de Loisirs pour l'Enfance et la Jeunesse  
Centre de Loisirs. Tel : 05 63 95 27 64 – 06 27 17 06 64

[alejlouspitchounets@gmail.com](mailto:alejlouspitchounets@gmail.com)

### Domaine équestre de Sigbell

Une équipe diplômée et dynamique vous accueille pour des cours d'équitation à cheval ou à poney, des stages, des balades, des randonnées (tous niveaux).

Location de gîte, pension de chevaux, accueil de groupe, le tout sur une cavalerie fiable et adaptée. 1 carrière, 1 manège.

Le centre équestre de Sigbell vous propose des cours d'équitation chevaux et poneys du débutant au confirmé, des stages avec et sans hébergement, des promenades et randonnées, une location d'un gîte de 4 personnes, une pension de chevaux de propriétaires, un travail de chevaux, un accueil de groupes.

Ouvert toute l'année, tous les jours sur rdv (9h/12h et 14h-14h30/18h30) :  
05 63 95 25 65 / 06 75 54 26 16  
Le Chalet, "Grandes Vignes" 82150 St Beauzeil

## Adodane

Prenez le temps de cheminer avec un âne et de découvrir les beaux paysages du Quercy Blanc. Une idée de balade idéale à partager en famille pour faire découvrir de façon ludique la marche aux enfants. Une bonne idée aussi pour ne plus porter des sacs à dos chargés.

Les ânes sont loués avec leur matériel (bât, couverture, sacoches, etc...).

Le départ se fait de Lauzerte, possibilité de faire des départs d'autres villages du Quercy Blanc (frais de transport en plus).

Nous vous proposons aussi "l'Escargoline", machine révolutionnaire, une charrette posée sur 3 roues, capable de transporter des personnes en situation de handicap, ou bien à mobilité réduite (personnes âgées) ou encore des enfants, sur tous types de chemins.

Elle peut être tractée par une ou deux personnes, ou bien par un animal ... (âne, poney, mulet, cheval).

Accueil du lundi au samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h, Mise à disposition des ânes et matériels sur réservation

Période d'avril à septembre et vacances scolaires

"Coudougné" 82110 LAUZERTE

06 74 36 99 40

<https://adodane.jimdo.com/>



## ASSOCIATIONS CARITATIVES ET SOLIDAIRES

### Espace de gratuité "Au 22 des Rainettes"

"Le 22 des Rainettes" est ouvert tous les samedis de 10h30 à 13h.

C'est un espace où vous pouvez déposer ce dont vous n'avez plus besoin, ce que vous souhaitez donner (à condition que ce soit propre, en bon état et réutilisable). Vous pouvez prendre ce que vous voulez même si vous n'avez rien déposé. Donner et récupérer à la place d'acheter et jeter ! Ni troc, ni obligation de réciprocité, ni charité, l'espace de gratuité est aussi un moyen utile de réduire le volume de déchets et de recycler les objets.

Si vous souhaitez visiter ou déposer des choses en dehors de ces horaires, ou pour toute info : 05.63.29.19.13 / 06.46.64.22.39 / 05.63.04.38.29

### Trem-Plein d'Espoir 82

Ouverte à tout public, arrivages réguliers, c'est un espace d'entraide, d'écoute et de partage. Vous pouvez aussi participer, en donnant de votre temps ou faire don d'objets et de vêtements, pour une seconde vie ...

Produits corporels, produits d'entretien, vêtements adultes, enfants neuf et d'occasion, vaisselle, ustensiles ...

Mardi et vendredi : 10h-12h30 / 14h30-18h30

Mercredi : 10h-12h / Jeudi 14h30-18h30

Samedi 9h-12h30

Contactez-nous : 05 63 29 01 41 / tremplein-espoir@gmail.com

27 rue Albert Caillaud 82150 Montaignu de Quercy.

### Maison de Services au Public – Ass Quercy Pays de Serres

Les Maisons de services au public sont destinées aux habitants des territoires ruraux. Elles leur offrent des informations de 1er niveau, jusqu'à un accompagnement sur des démarches spécifiques en direction de leurs partenaires. Un espace numérique est mis à votre disposition gratuitement pour les usagers. Accueil :

Lauzerte : Lundi, mardi, jeudi et vendredi 8h30 / 12h30 et 13h30 / 17h30.

Montaignu de Quercy : Mercredi 9h / 12h30 et 13h30 / 17h30.

Tel : 05 63 94 65 13 / [info-aqps@orange.fr](mailto:info-aqps@orange.fr)

<http://www.aqpslauzerte.fr/>

12 rue du Millial 82110 Lauzerte

### Lieu d'Accueil Enfants-Parents

"Le Petit Nid Voyageur" est un lieu de rencontre, d'écoute et de parole, destiné aux jeunes enfants et à leurs parents.

Il accueille les enfants de 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte (parents, grands-parents, etc.) et les futurs parents. C'est un lieu convivial, de jeux et de partage qui favorise la socialisation. De plus, l'accueil est gratuit et anonyme, sans inscription au préalable.

"Le Petit Nid Voyageur" vous accueillera :

Les mardis à Montaignu de Quercy "Lieu-dit Vignoble" - Route de Lauzerte 9h30 à 12h

(hors vacances scolaires)

En alternance les jeudis à Lauzerte à la salle des expositions de la médiathèque ou à Cazes Mondenard

En alternance un mercredi sur deux sur Roquecor, et Bourg-de-Visa.

Contacts : 09 65 20 69 22 / 06 76 80 53 57  
lepetitnidvoyageur@yahoo.com

## La Croix Rouge Française à Montaigu de Quercy

Un point de distribution alimentaire a vu le jour tous les quinze jours grâce à l'investissement et à l'implication des bénévoles de la Croix-Rouge issus du village. Rendez-vous place de l'hôtel de ville face à la mairie.

Contact : UNITE LOCALE DE MOISSAC 27  
Rue de la solidarité 82200 MOISSAC Téléphone : 05 63 04 41 13 / E-mail : ul.moissac@croix-rouge.fr



## Les Amis des Chats

Fondée en 2000, l'association loi 1901 Les amis des chats travaille avec les habitants, les propriétaires et les bénévoles à améliorer le bien-être des chats errants ou libres et chats de compagnie de nos villages ruraux du sud-ouest de la France par le biais de la stérilisation.

Nos boutiques : A Lauzerte le mercredi, jeudi & vendredi de 15h à 17h et le samedi de 10h à 12h - 10 rue de la mairie (en face de la mairie).

A Roquecor le dimanche et mardi de 10h à 12h30 et jeudi et vendredi 14h à 16h.

Point de vue (derrière la mairie).  
secretaire@les-amis-des-chats.com -  
www.les-amis-des-chats.com

## Restos du Coeur à Lauzerte

Les bénévoles du centre ont décidé de reprendre leurs distributions pour la campagne d'hiver qui a lieu tous les jeudis matin de 10h à 12h à la salle de l'éveillé.

Le rôle des Restos du Coeur ne se limite pas à l'aide alimentaire, c'est l'aide à la personne pour lutter contre l'exclusion sociale, à travers divers ateliers.

Toute personne pouvant apporter une assistance bénévole et souhaitant mettre en place l'un de ces ateliers à Lauzerte, est le (la) bienvenu(e). Toute aide financière que vous nous apporterez, aussi modeste soit-elle, est la bienvenue ! N'hésitez pas à nous contacter : Les responsables, Jocelyne & Thierry  
05 63 95 82 64 / 06 76 53 33 10 / salle de l'éveillé 09 67 57 09 16

## Aide et Espoir aux Réfugiés AIDER-HELP&HOPE

"Aide et Espoir aux Réfugiés-Help & Hope" est une véritable cause HUMANITAIRE issue de l'envie de mener des actions et surtout de pérenniser le projet initial dans la durée.

Notre association est ouverte à toutes personnes désireuses d'apporter sa contribution personnelle que ce soit en terme de temps, d'idées, de moyens financiers ou autres.

Nous voulons: Améliorer les conditions de vie humaine des réfugiés par des actions diverses.

AGIR ensemble dans le but d'essayer de soulager la vie des réfugiés et leur faire garder ESPOIR en de jours meilleurs vers un nouveau départ.

Organiser des événements pour collecter des dons, médicaments, vêtements, autres...

Présidente de l'association : Jacky MALO-TAUX Contact tél : 06 79 63 62 01

Mail : aideetespoir82@gmail.com Site internet : www.aider-helpandhope.org Facebook : AIDE et Espoir aux Réfugiés – Help&Hope

## Association Quercy Cameroun

Cette association a pour objet :

- Soutenir des projets liés au développement avec des actions éducatives auprès des populations du Nord Cameroun;
- Promouvoir les actions d'échange et de partenariat culturel;
- Recueillir et reverser des fonds et des biens permettant d'aider à la scolarisation d'enfants camerounais.

L'association organise des courses-randonnées pour récolter des fonds à destination du collège de Touroua au Cameroun."

Tel : 06 76 61 23 02

Mail : henriet.myriam@outlook.fr

https://sites.google.com/view/association-quercy-cameroun

## Jardin de Cocagne

Un panier de légumes biologiques toute l'année ! L'Association Jardin de Cocagne de Brassac en Quercy est une exploitation maraîchère biologique à vocation d'insertion sociale et professionnelle. A travers la production de légumes biologiques commercialisée sous forme de paniers hebdomadaires, un Jardin de Cocagne est un tremplin pour retrouver un emploi ou construire un projet professionnel. Chaque semaine, retrouvez dans un point de dépôt de votre choix un panier de légumes biologiques. Deux choix de paniers : un demi-panier à 8 € avec 3 variétés de légumes différentes au minimum et un panier « familial » à 15 € avec 5 variétés de légumes différentes au minimum.

Ass. Jardin de Cocagne de Brassac en Quercy - Lieu-dit Canazilles 82190 Brassac Téléphone 05 63 94 32 98 / 07.85.28.80.49

Mail : jardindecocagnebrassac@gmail.com



# LISTING DES ASSOCIATIONS

## PAR COMMUNE

P : Président R : Responsable

### **BELVEZE :**

**ACCA** : P : M Cransac 06 82 45 39 26

**Comité des fêtes** :

P : Mme Queyrau 06 89 94 60 85

**Les Mains Nuages (Taï chi)** :

R : M Tscanias 06 28 25 13 33

### **BOULOC :**

**Asso Bouloc Créative** : N° en attente

**ACCA** : P : M Reversat 05 63 95 70 74

**ASB** : P : Mme Hattab 05 63 95 70 62

**Comité des fêtes** :

P : M Leclancher 06 64 78 89 72

**Ecole de Parachutisme** :

P : M Pechverty 05 63 95 39 46

**Pétanque** : P : M Montagnac 06 98 18 55 48

### **BOURG DE VISA :**

**ACCA** : P : M Poux 09 72 50 05 81

**Club du 3e Age** : P : M Laine 05 63 04 25 07

**Comité des Fêtes** : Mme Pignon 06 84 73 46 09

**Football Club E-Bourg de Visa – Miramont**

P : M Simon 05 63 94 25 75

**Gym Volontaire** : R : Mme Raffy 05 63 94 25 54

### **BRASSAC :**

**ACCA** : P : M Flourens 06 37 09 59 44

**Comité des fêtes** : P : M Bottura 06 70 56 58 52

**L'Age d'Or Brassagais** : N° en attente

**Les Jardins de Cocagne** :

R : Mme Esteve 06 30 09 09 30

### **CAZES MONDENARD :**

**ACCA** : P : M CAULET 06 89 60 91 15

**Amicale des Festivités de Martissan** :

P : M Gayet 06 86 78 06 32

**APEL Notre Dame** : Me Grimal 06 82 57 93 30

**Cazes Loisirs** : M Forneris 06 80 14 23 69

**Cazes Olympique** : P : M Senac 06 81 59 97 50

**Chouette de vie** : Me Garcia 07 78 35 88 38

**Club Savate Boxe** : M. Soulie 06 76 84 53 83

**Comité des fêtes** : M. Custody 06 73 48 29 68

**Etoile Sportive de Tissac** :

P : M. Oddone 06 85 91 62 36

**FNACA** : P : M Correch 05 63 95 83 02

**La Boule Cazéenne** : M Leygue 07 89 45 13 86

**La CASAC** : Mme LE JEUNE 06 68 96 56 27

**Accordéon** : R : M Bergon 06 21 93 23 46

**Dessin et peinture** :

R : Mme Despeyroux 06 07 54 87 55

**Patchwork** : R : Mme Dewals 05 63 04 06 03

**Piano** : R : Mme Gomez 06 30 68 10 72

**Atelier Théâtre** : Me Chesneau 05 63 95 30 33

**Zumba** : R : Mme Decazeau 06 20 15 50 05

**Sophrologie** : R : Me Sergent 06 12 29 37 48

**La Grappe d'Or** :

P : Mme Semenadisse 05 63 95 84 88

**Le Vairon Cazéen** :

P : M Bourthoumiou 06 77 81 40 82

**Les amis de la bibliothèque** :

P : Mme Deshuraud 06 07 13 96 96

**Commerçants de Cazes** :

P : Me Descouls 06 75 51 55 32

**Randonnées Cazéennes** :

P : M. Tomezak 06 33 13 21 36

**Pétanque de Martissan** :

P : M Caumon 05 63 95 80 14

**Tennis Club Cazéen** : Me Arnal 05 63 95 89 76

**Patrimoine Cazillac** : M. Philippi 06 07 88 35 33

### **FAUROUX :**

**Comité des Fêtes** :

P : M Vieillevigne 06 43 66 18 90

**Fauroux Patrimoine** :

P : M Auclerc Galland 06 61 29 83 25

**Société de Chasse** : M Astruc 06 30 10 18 62

### **LACOUR DE VISA :**

**Comité des Fêtes** : P : M Petit 06 49 09 24 95

**Familles Rurales** : Me Fletcher 06 07 77 18 23

### **LAUZERTE :**

**ACAL** : P : Mme Delteil 06 76 21 72 87

**ACCA** : P : M Massol 06 78 65 88 68

**ADPIC** : P : Mme Mudde 05 63 94 74 96

**Aïkido** : P : M Gueguen 06 71 32 29 98

**AQPS Quercy Pays de Serres** :

R : M Denis 05 63 94 65 13

**Art et Artisanat** : R : M Antigny 05 63 94 47 43

**Art Point de Vue** : P : M. Bonnet 06 89 83 16 11

**Atelier Musical Européen** :

P : M Rodrigues 06 10 04 81 93

**Les nuits du jour** :

R : M Buchholtz 05 63 94 70 59

**Chamotte & Barbotine** :

P : Mme Briand 06 77 56 08 78

**Club de Jardinage** :

Vice - P : Mme Wescott 07 86 40 05 29

**Comice Agricole** : M Gierech 06 73 03 31 51

**Comité des Fêtes de Pont Fourcat** :

P : Mme Capmas 05 63 95 74 76

**Danse Afro** : R : Mme Robillard 05 63 94 34 59

**Danselite** : P : Mme Lagranche 06 84 11 62 63

**Domaine Equestre et Quercy Loisirs** :

R : Mme Favrot 05 63 94 63 46

**Ecole de Musique** : Me Yffat 06 64 83 91 70

**Football Club Lauzertin** :

P : M Pierasco 06 42 94 34 53

**Gymnastique** : R : Mme Py 05 63 94 61 49

**La Colline Enchantée** : M Pardo 05 63 95 73 06

**LapetiteGandilhonne:**M. Gigot0680590932

**Lauzert'in Commerçants de Lauzerte :**

P : Mme Goubard 05 63 95 72 93

**Le Goujon Lauzertin :**

P : Mme Billières 06 85 60 94 64

**Les Amis de la Médiathèque :**

P : M. Radomski 05 63 94 27 91

**Les Rainettes des Prés :**

P : Mme Fleckinger 05 63 29 19 13

**Les Restos du Cœurs :** 05 63 94 69 94

**Moto Cross :** P : M Canella 05 63 94 65 92

**Pirouettes :** P : Mme Boillon 05 63 94 53 42

**Rugby Lauzerte :** P : Me Rey 06 89 23 94 81

**Saint Hubert Club Lauzertin:**

P : M Viatge 06 73 27 42 18

**Sauvegarde et d'Animation du Patrimoine**

P : M Badoc 05 63 95 74 93

**Tennis Club Lauzertin :**

R : Mme Prieur 06 69 70 09 05

**Tennis de table :** M Saleveilles 05 63 94 61 63

**Terres Neuves du Sud-Ouest (potiers) :**

P : Mme Brault 05 61 20 69 23

**Via Sahel :** R : Mme Bernard 06 79 64 94 55

**Vivre Ensemble en Quercy :**

P : M Collister 05 63 94 73 86

**Volley Ball :** P : M Bezy 06 72 67 32 05

**Western Dance :** P : Me Victor 06 41 56 53 46

**Yoga :** R : Mme Belleney 06 77 01 27 43

## **MIRAMONT DE QUERCY :**

**ACCA :** P : M Astruc 05 63 94 21 18

**Amicale Miramontoise :**

P : M Castanie 06 27 47 14 10

**Chats du Quercy :** Me Stone 05 63 94 73 97

**Comité des Fêtes :**

P : Mme Gonzales 06 29 92 05 78

**Dintratz din la Ronda :**

P : Mme Aiguier-Winterfeld 06 38 53 27 63

**Les Danseurs du Quercy :**

P : Mme Groussou - Borredon 06 24 99 49 08

**Quercy Plaisir :** P : Mme Lolmède

05 63 95 70 95

**Randonnée :** P : M Castanie 06 27 47 14 10

## **MONTAGUDET :**

**ACCA :** P : M Lasguignes 06 31 21 11 85

**La Gaule Quercynoise :**

M Leygue 06 75 23 58 86

**L'Atelier des Aromatiques :**

P : Mme Van Wissen 05 63 94 78 50

**Les Amis de Montagudet :**

P : Mme Bernard 07 86 95 42 54

**Oasis en Séoune :** Me Cicuto 06 48 88 65 43

**Rando Montagudet :** M Pradin 05 63 94 70 39

## **MONTAIGU DE QUERCY :**

**ACCA :** P : M Lacoste 05 63 95 24 16

**AJT :** P : M Donnadiou 06 75 83 92 03

**Amicale des Sapeurs-Pompiers :**

P : M Hérault 06 76 73 07 86

**APEEcolepublique:**MeGaillac0680892449

**ARAM :** P : Mme Augier 06 88 91 25 04

**ASPAM :** P : M Beragnes 05 63 94 41 63

**Biblio-médias & Co :**

P : M. Emaillé 06 88 59 96 93

**CODET :** P : M Albugues 06 82 27 69 46

**Comité des Fêtes et d'Animations :**

P : M Dolores 07 89 51 46 20

**Comité des Fêtes d'Aurignac :**

P : M Margaridenc 06 29 58 08 26

**Comité des Fêtes de Perவில் :**

P : M Delon 06 80 45 49 03

**Club International :**

P : Mme Guichard 05 63 94 48 51

**Dynaform :** R : Mme Faille 06 87 94 72 18

**FNACA :** P : M Causse 06 78 71 42 96

**Kiāi-Karaté-Club-Villefranchois :**

P : Mme Delaunois 06 09 81 19 14

**Karaté Self Défense :** M Ballyet 06 76 97 07 23

**La Troupe des Acteurs du Quercy :**

P : M Blaus 07 87 65 07 98

**L'Enclos :** P : M Donnadiou 06 75 83 92 03

**Les Arts Verts :** R : Me Labatut 06 75 62 49 34

**Les Chasseurs de Sanglier du Bas Quercy**

P : M Devroux 06 82 60 61 74

**Lil'Oz Enfants :**

P : Mme Roche-Gaudion 05 63 04 29 15

**Passion Quad :** P : M Delmas

**Patrice Animation :** P : M Gaul 06 81 54 91 9

**Pétanque Montacutaine :**

P : M Pertenais 06 07 39 09 36

**Quercycorum :** P : Me Losfeld 05 63 94 49 75

**Rando Quercy Blanc :**

P : Mme Combedouzou 06 87 44 18 70

**Sporting Club Montacutain :**

P : M Donnadiou 06 03 48 86 23

**Téléthon :** R : Mme Maury 05 63 94 40 99

**Trem-Pleind'Espoir:**MeCardin0563290141

**Union des Commerçants, artisans et producteurs :** P : M. Balen 07 88 18 34 16

**Vis ta gym :** Me Semenzato 06 38 81 26 98

## **MONTBARLA :**

**ACCA :** P : M Gary 06 24 06 25 28

**Comité des Fêtes :**

P : M Gladine 06 49 92 27 38

**Sel Soda :** Me Jean Dit Deniaud 05 63 94 60 01

## **ROQUECOR :**

**ACCA :** P : M Vergnet 05 63 95 22 28

**Action Quad 82 :** P : M Botella 06 74 63 26 38

**ALEJ :** P : M Miramon 06 26 47 40 35

**Bibliothèque Municipale :** R : 05 63 95 21 29

**Bon Accueil Roquecortois :**

P : M Vergnet 05 63 95 22 28

**Comité des Fêtes :** M Courret 06 80 33 04 55

## **Commerçants et des Habitants :**

P : M Trepp 06 11 76 53 92

**Flamenca Para Todos :** MPerez0581519268

**La Carmagnole :** P : M Heloir 05 63 04 47 12

**Le Grenier aux Artistes :**

P : Mme Trepp 05 63 94 78 85

**Les Amis des Chats :** MeBishop0680186123

**Les Bleuets Roquecortois :**

P : M Alary 07 89 06 40 87

**Les Pêcheurs Réunis :**

P : M Lacaze 05 63 95 20 18

## **SAINT AMANS DE PELLAGAL :**

**ACCA :** P : M. Quintard 06 45 61 09 95

**Comité des Fêtes :** M. Castanié 06 71 08 32 10

**Concert Trompes de Chasse :**

P : M Burniard 06 81 99 58 38

**Festival du Quercy Blanc :**

P : Mme Pinatel 09 88 18 43 63

## **SAINT AMANS DU PECH :**

**ACCA :** en attente

**Comité des Fêtes :** en attente

**Culture et Loisirs :** M Auclin 06 62 56 31 92

## **SAINT BEAUZEIL :**

**ACCA :** P : M Hebrard 05 63 95 29 59

**Comité des fêtes :** M Goodall 06 77 44 14 34

## **SAINTE JULIETTE :**

**ACCA :** P : M Berra 06 08 40 71 38

**Comité d'Animation :** M Gilbert 06 28 41 54 43

**GCSMS Résidence seniors :**

P : Mme Palmié 05 63 94 67 21

**ADMR services à la personne :**

P : Mme Palmié 05 63 94 67 21

## **SAINT NAZAIRE DE VALENTANE :**

**ACCA :** P : M Donnadiou 06 43 12 25 45

**APE :** P : Mme Villas 05 63 32 59 43

**Comité des Fêtes de Mongaudon :**

P : M Bouyssou remi.bouyssou@orange.fr

**Comité des Fêtes de St Nazaire :**

P : Mme Decuyper 06 11 97 47 57

**Culturelle et Sportive :** M Barra 05 63 94 22 07

**Les Aînés :** P : Molinier 05 63 29 06 81

**Quercimages :** P : M Vacqué 05 63 94 52 47

**Sauvegarde du Patrimoine Nazairien :**

P : M Eyheramono 05 63 94 20 57

## **SAUVETERRE :**

**ACCA :** P : M Grimal 06 76 82 53 89

**Club de Jardinage :**

P : Mme Forshaw 05 63 95 45 42

**Comité des fêtes Lous Festaires :**

P : M Grimal 06 82 02 67 60

**Les Ateliers de l'Orissa :**

P : Mme Quersin 07 82 05 59 60

## **TOUFFAILLES :**

**ACCA :** P : M Broussignac 06 89 67 87 17

**Atelier Musical Européen :** P : M Rodrigues  
06 10 04 81 93

**Comité des Fêtes :** M Henshaw 06 73 65 63 46

**Pétanque Pays de Serres :**

P : M Corraze 05 63 95 31 00

**Tennis Club Touffaillais :**

P : M Bernard 05 63 94 39 60

**Touffaillasses :** P : M Barreau 05 63 94 46 54

## **TREJOULS :**

**ACCA :** P : M Flourens 05 63 9 68 40

**Comité des Fêtes de St Ursisse :**

M. Lasvenes 06 19 86 14 13

**Folavoine :** P : Mme Filippi 05 63 94 61 73

**L'Age d'Or de Tréjoulis :**

P : M Albugues 06 41 44 23 75

**Les Mécaniques Quercynois d'Antan :**

P : M Bernard 05 63 94 62 86

## **VALEILLES :**

**Déclit :** P : M Arbus 06 77 58 35 62

**Office de Tourisme  
Quercy Sud-Ouest**



**3 – Place des Cornières 82110 Lauzerte  
05 63 94 61 94**

**accueil@lauzerte-tourisme.fr  
www.quercy-sud-ouest.com**

Si vous souhaitez faire apparaître votre activité dans ce guide, veuillez remplir le document p.16 et le retourner à un de nos offices de tourisme.

Les informations contenues dans ce document ne sauraient engager la responsabilité de l'Office.

Merci aux associations et municipalités qui nous aident à la réalisation de ce document.



# Médiathèques

## CAZES MONDENARD

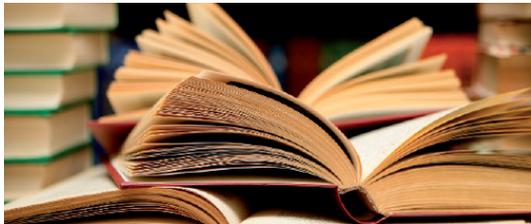
05 63 95 89 76 - bib.cazes@gmail.com  
Mercredi : 14h-18h  
Vendredi : 14h-18h  
Samedi : 10h-12h

## LAUZERTE

05 63 94 70 03 -  
mediatheque.sourbie@free.fr  
Mardi : 8h30-17h30  
Mercredi : 14h-17h  
Jeudi : 13h30-19h  
Samedi : 9h-12h

## MONTAIGU DE QUERCY

05 63 95 38 70 -  
bibliothequemontaigu@hotmail.fr  
Mardi : 13h-17h  
Mercredi : 14h-18h  
Jeudi : 10h-13h et 13h30-17h  
Samedi : 9h-12h30



## Points lecture & Bibliothèques

### BOURG DE VISA

09 88 77 34 75  
mediathequebourgdevisa@gmail.com  
Mercredi : 14h-17h  
Jeudi : 10h-12h

### FAUROUX

05 63 94 26 47 - mairie-fauroux@info82.com  
Lundi : 8h30-12h30  
Mercredi : 8h30-12h  
Vendredi : 8h30-12h30

### LACOUR DE VISA

05 63 95 25 62  
Mardi : 10h-12h  
Mercredi : 15h-17h  
Jeudi : 14h-18h et jeudi matin sur RDV

## MIRAMONT DE QUERCY

05 63 94 57 95  
mediathequemiramont@gmail.com  
Jeudi : 14h-16h  
Vendredi : 9h-12h

## ROQUECOR

07 57 07 72 59  
mediathequeroquecor@gmail.com  
Mercredi : 15h-18h  
Vendredi : 10h-12h  
Dimanche : 10h-12h

## ST AMANS DU PECH

05 63 95 21 91  
Mardi et jeudi : 9h-12h30  
Lundi mardi et jeudi : 13h30-17h30

## TOUFFAILLES

05 63 94 48 91  
mairie-touffailles@info82.com  
Lundi mardi jeudi : 13h30-18h

La communauté de communes du Pays de Serres en Quercy a pris la compétence lecture publique.

Cela signifie que les bibliothèques sur le territoire ne sont plus municipales ou associatives mais dépendent de l'intercommunalité et font toutes partie du réseau de lecture publique de la communauté de communes.

Ce réseau comprend les médiathèques de Cazes-Mondenard, Lauzerte et Montaigu de Quercy, les bibliothèques de Lacour de Visa et Roquecor et les points lecture de Bourg de Visa, Miramont de Quercy, Fauroux, Touffailles et Saint Amans du Pech.

Dès lors qu'un lecteur est inscrit dans un lieu il peut emprunter des documents où il le souhaite. Les conditions d'inscriptions, d'emprunts et d'utilisation du service sont les mêmes dans chaque lieu de lecture.





Place des Cornières  
82110 Lauzerte  
05 63 94 61 94  
accueil@lauzerte-tourisme.fr

## FICHE ANIMATION

### CALENDRIER DES ANIMATIONS D'HIVER 2019-2020

Date de l'animation :

Heure :

(Ou période de ... à ...)

Intitulé de l'animation :

Ville :

Lieu précis (salle des fêtes, nom de place, ...):

Organisateur (nom association ou prestataire, adresse):

Personne à contacter : Nom :

Prénom :

Tél :

Adresse mail :

Tarifs : général :

réduit :

repas :

Réservation à l'avance :  non

oui

avant le :

Description de l'animation :

Programme :

Type de public (pour les activités sportives):

Diffusion de l'animation :

Autorisez-vous l'office à diffuser sur tous ses supports de communication (Facebook, *sortir82*, radio 100%, ADDA, *videgrenier.org*, agenda des sorties, Fest, sortie rando, brocabrac, ...)

Oui

Non (précisez les supports dont vous vous réservez l'exclusivité)



Place des Camézières  
82110 Lauzerte  
05 63 94 61 94  
accueil@lauzerte-tourisme.fr

## Fiche d'information de l'Association

Nom de l'association:

Adresse du siège social :

Bureau :

**Président :** Nom : Prénom :

Tel fixe: Adresse postale :

Tel portable : Adresse email :

**Vice - Président :** Nom : Prénom :

Tel fixe: Adresse postale :

Tel portable : Adresse email :

**Trésorier :** Nom : Prénom :

Tel fixe: Adresse postale :

Tel portable : Adresse email :

**Secrétaire :** Nom : Prénom :

Tel fixe: Adresse postale :

Tel portable : Adresse email :

Fait le :

Signature :

## Coordonnées et horaires de vos mairies

**BELVEZE** : 09 62 05 72 61

Du lundi au mardi : de 15h00 à 19h00

Le jeudi : de 09h00 à 12h00

**BOULOC EN QUERCY** : 05 63 94 67 97

Lundi-Mardi de 8h45 à 12h45

Jeudi de 15h15 à 19h15

**BOURG DE VISA** : 05 63 94 25 45

Le lundi : de 09h00 à 12h00 et de 14h à 18h00

Le mercredi : de 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00

Du jeudi au vendredi : de 14h00 à 18h

**BRASSAC** : 05 63 94 24 94

Le lundi : de 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Le jeudi : de 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

**CAZES MONDENARD** : 05 63 95 83 44

Du mardi au vendredi : de 08h30 à 12h et de 14h00 à 18h00

Le samedi : de 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00

**FAUROUX** : 05 63 94 26 47

Du lundi au mardi : de 09h00 à 12h

Du jeudi au vendredi : de 09h00 à 12h

**LACOUR DE VISA** : 05 63 95 23 25

Le mardi : de 09h00 à 12h00

Le vendredi : de 14h00 à 17h00

**LAUZERTE** : 05 63 94 65 14

Du lundi au vendredi : de 09h00 à 12h et de 14h00 à 17h30 (Accueil ouvert le samedi uniquement 1er et 3e samedi du mois)

Le samedi : de 09h00 à 12h00

**MIRAMONT DE QUERCY** : 05 63 94 64 48

Du mardi au vendredi : de 08h30 à 12h30

**MONTAGUDET** : 05 63 94 60 69

Le mercredi : de 10h00 à 12h00

Le vendredi : de 15h00 à 17h00

**MONTAIGU DE QUERCY** : 05 63 94 45 44

Du mardi au jeudi : de 09h00 à 12h15 et de 13h30 à 18h00

Le vendredi : de 09h00 à 12h15 et de 13h30 à 17h30

Le samedi : de 09h00 à 12h15

**MONTBARLA** : 05 63 95 70 37

Le mardi : de 09h00 à 12h00

Le vendredi : de 09h00 à 12h00

**ROQUECOR** : 05 63 95 21 39

Du lundi au mardi : de 14h00 à 18h00

Du jeudi au vendredi : de 14h00 à 18h00

**SAINT AMANS DE PELLAGAL** :

Téléphone : 05 63 94 75 65

Le mercredi : de 14h00 à 18h00

Le vendredi : de 08h00 à 12h00

**SAINT AMANS DU PECH** : 05 63 95 21 91

Du lundi au mardi : de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Le jeudi : de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h30

**SAINT BEAUZEIL** : 05 63 95 22 04

Du lundi au mardi : de 14h00 à 18h00

Le jeudi : de 14h00 à 18h00

**SAINTE JULIETTE** : 05 63 94 67 21

Le mardi : de 09h00 à 12h00

Le vendredi : de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

**SAINT NAZAIRE DE VALENTANE** :

Téléphone : 05 63 94 26 96

Le lundi : de 09h00 à 12h00

Le mardi : de 13h30 à 17h30

Du jeudi au vendredi : de 13h30 à 17h30

**SAUVETERRE** : 05 63 95 83 38

Le lundi : de 14h00 à 17h00

Le samedi : de 09h00 à 12h00

**TOUFFAILLES** : 05 63 94 48 91

Du lundi au mardi : de 14h00 à 18h00

Le jeudi : de 14h00 à 18h00

Le vendredi : de 14h00 à 16h00

**TREJOULS** : 05 63 95 83 85

Le lundi : de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30

Le jeudi : de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30

Le vendredi : de 09h00 à 12h00

**VALEILLES** : 05 63 95 24 35

Du lundi au mardi : de 08h45 à 12h00

Du jeudi au vendredi : de 08h45 à 12h00

A

B

C

1

2

3

4

5

Vers Villeneuve sur Lot  
Vers Penne d'Agenais  
Vers Tournon d'Agenais

Valeilles

MONTAIGU-DE-QUERCY

Saint Beauzeil

Roquecor

Saint Vincent

St-Amans-du-Pech

Sainte Cécile

Aurignac

Lacour

Moissaguel

Touffailles

Vers Beauville

BOURG-DE-VISA

LOT et GARONNE

Fauroux

Miramont-de-Que

= 1 km



Brassac

St-Nazaire-de-Valentane

Montjoi

Castelsagrat

Vers Valence d'Agen  
Vers Auvoillan  
Vers Agen

Perville

Montesq

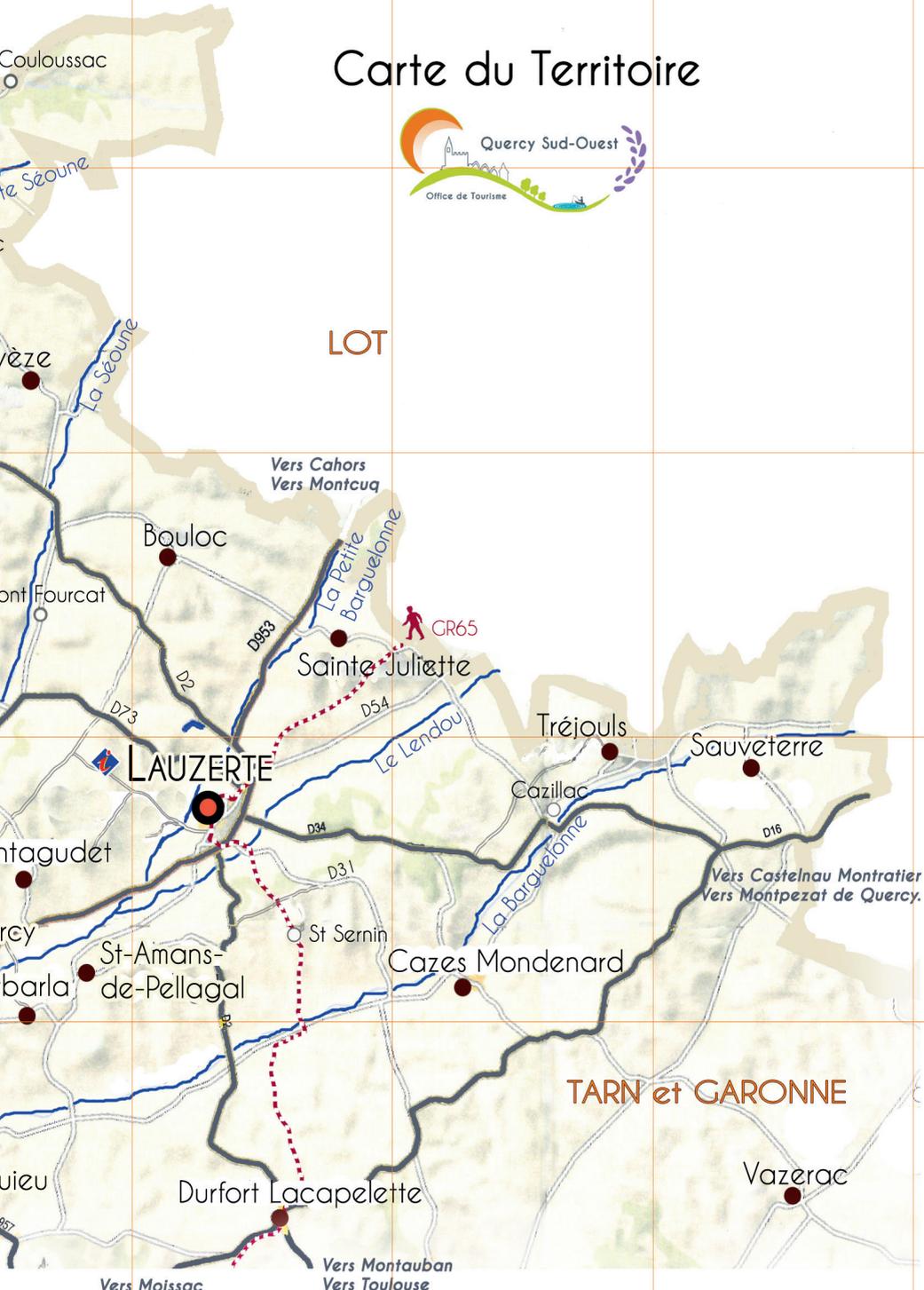
D

E

F

G

# Carte du Territoire





## Communes de

Belvèze	Montaigu de Quercy
Bouloc en Quercy	Roquecor
Bourg de Visa	St Amans de Pellagal
Brassac	St Amans du Pech
Cazes Mondenard	St Beauzeil
Fauroux	Ste Juliette
Lacour	St Nazaire de Valentane
Lauzerte	Sauveterre
Miramont de Quercy	Touffailles
Montagudet	Tréjouis
Montbarla	Vailleilles

## Office de Tourisme Quercy Sud-Ouest

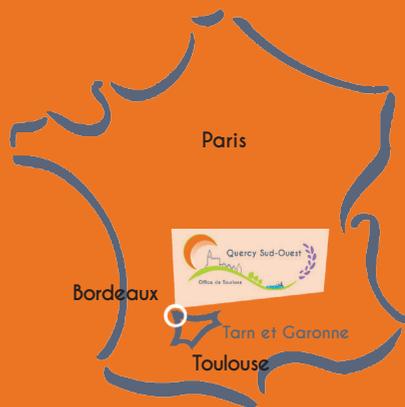
3, Place des Cornières

82110 **Lauzerte**

05 63 94 61 94

[www.quercy-sud-ouest.com](http://www.quercy-sud-ouest.com)

[accueil@lauzerte-tourisme.fr](mailto:accueil@lauzerte-tourisme.fr)



Les informations contenues dans ce document ne sauraient engager la responsabilité de l'Office de Tourisme.

Crédit photographes professionnels :  
Impression 2019 - Publivier.

Ne pas jeter sur la voie publique, Merci.

