

Edition n°6 - 2020 / 2021

GUIDE DES ASSOCIATIONS

ART
Sport
Découverte
PARTAGE
Sérénité
Culture

FORUM DES ASSOCIATIONS
SAMEDI 5 SEPTEMBRE : 13H30 À 18H



Castelnaud
d'Estrétefonds

SOMMAIRE

Guide d'information municipale

Mairie de Castelnau d'Estrétefonds - Parvis des citoyens - CS 40001 - 31620

Téléphone : 05 34 27 05 27 - Courriel : contact@mairiecastelnau.fr

Site internet : www.castelnau-estretefonds.fr

Journal réalisé en interne

Directeur de la publication : Daniel DUPUY

Rédactrices en chef : Sandrine SIGAL et Nadine ABAD

Composition graphique et réalisation : Service communication

Responsable rédaction : Laurence DESMOULIN

Impression : Equinox 05 63 40 23 00



Sport

7

• ASCE Football	7	• Fit'Forme Castelnau	16
• Castel'Country Dance	8	• Judo Club de Castelnau	17
• Cercle Nautique de Grenade et de Castelnau	9	• Poney Club de Carmantran	18
• Créadanse	10	• Sérénité Yoga	19
• CRBP RAID 31	11	• USCE - Tennis Club	20
• Castelnau Cyclo Club	12	• Wushu Tao	21
• Les Chaussons de Castelnau	13	• Yunmen - Porte des Nuages	22
• Les Dauphins du Frontonnais	14	• Zanshin Karaté Club	23
• Fight XXXI Kick Boxing / Pancrace	15		



Culture et Loisirs

24

• ACDC - Aéromodélisme Club de Castelnau	24	• École de Musique Intercommunale du Frontonnais	31
• Artcolang - Art Communication et Langues	25	• L'Orchestre d'Harmonie du Frontonnais	32
• Association Communale de la Chasse ACCA	26	• Association Partage & Bien-être	33
• Le Café Culturel de Castelnau	27	• Le Club de Pétanque	34
• Chordaria	28	• Club Vivons Heureux	35
• Comité des Fêtes	29	• Vivre et Connaître Castelnau	36
• L'École des Sens	30		



Enfance Jeunesse

37

• APE - École Laïque	37	• ALAE - Accueil de Loisirs Associé à l'École	41
• APEF - Groupe scolaire Fondada	38	• CAJ - Centre Animation Jeunesse	42
• AP2EM - « Les Petites Fontaines »	39	• Bambins Concertation	43
• APEL - École Saint Martin	40	• Le Nid des Bambins	44
• ALSH - Accueil de Loisirs Sans Hébergement	41	• Les P'tits Fontains	45



Social

46

• Agir Vers l'Insertion et l'Emploi	46	• FNATH	48
• FNACA	47	• Fraternité BASAA Midi-Pyrénées	49



Un territoire, des associations....

Chères Estrétefontaines, chers Estrétefontains,

Avec près de 40 associations actives sur notre commune, nous avons la chance de pouvoir pratiquer des activités variées dans de très nombreux domaines : sportif, culturel, humanitaire, développement durable, social... Le tissu associatif de notre commune ne cesse d'évoluer et de s'enrichir, preuve d'un dynamisme dont nous ne pouvons que nous réjouir, tant ce réseau est important pour le lien social et le cadre de vie.

Ainsi nous avons fait le choix de tout mettre en œuvre pour les accompagner au mieux dans leurs projets, en favorisant la pratique associative sous toutes ses formes et pour tous les publics, en construisant, en entretenant et en équipant des locaux et équipements municipaux mis à disposition des associations pour toutes leurs activités. Dans cette perspective, la commune va ouvrir en 2021 son superbe complexe sportif sur le site de Fondada avec 1 558 m² destinés aux différents publics (clubs, associations, écoles, collège, centre de loisirs...). Une grande salle équipée d'un mur d'escalade et d'un plateau omnisports permettra la pratique des sports collectifs (handball, basket-ball, badminton, volley...). C'est aussi 422 m² de multiactivités dédiées à la danse, gymnastique... et aux sports de combat (209 m²). Pour permettre à tous d'accéder à la culture, la ville réalise également en centre-ville, une médiathèque avec un espace citoyen et un auditorium. Elle ouvrira ses portes début décembre 2020.

J'ai le plaisir de vous adresser le guide associatif 2020/2021, véritable annuaire à l'image du dynamique

tissu associatif de Castelnau d'Estrétefonds ! Il est le complément permanent du forum des associations, organisé comme toujours, le premier samedi du mois de septembre, au cours duquel se rencontrent associations et familles. Il vous aidera dans vos recherches d'activités. Ce « livret ressources » qui vous est offert a été réalisé en étroite partenariat avec les dirigeants du tissu associatif local qui ont apporté leurs propres données pour vous aider à mieux connaître le large panel d'activités qui vous est proposé. Vous retrouverez également tous ces renseignements et bien d'autres, sur le site de la commune : www.castelnau-estretefonds.fr

Pour la cinquième année consécutive et pour les moins de 18 ans, la municipalité propose le « Pass associatif » qui permet à tout jeune Estrétefontain de bénéficier d'une aide financière facilitant ainsi l'accès aux associations de la commune.

Avant de vous laisser découvrir ce guide, nous profitons de ce support de communication pour rendre hommage aux bénévoles qui s'investissent avec dévouement et passion pour rendre notre commune plus dynamique et plus conviviale. Nous les remercions pour leurs actions menées et leur contribution unique au service d'une ville active, unie, fraternelle et toujours plus solidaire. Ils pourront compter sur une équipe d'élus compétents et disponibles pour les aider dans leur activité.

Suivez le guide et belle année associative à tous, pleine d'activités et de découverte.

Daniel DUPUY, Maire de Castelnau d'Estrétefonds



Lieux d'activités des associations

9 COMPLEXE SPORTIF Route de Villeneuve-lès-Bouloc



8 MÉDIATHÈQUE Parvis des citoyens



7 SALLE DES CARABINIERS

Impasse des Petites Fontaines
> L'Ecole des Sens



6 MAISON DE LA

3, avenue de Montauban
> Les Chaussons de Castelnau
> Yunmen - Porte des nuages
> Artcolang
> Fit'Forme Castelnau





1 Espace Colucci - Salle des fêtes

8, avenue de Montauban
> Fit'Forme Castelnaudary
> Crédanse



2 MAISON DES ASSOCIATIONS

29, rue de l'Eglise
> Fit'Forme Castelnaudary
> Crédanse
> Sophrologie



3 LA HALLE

12, rue de l'Eglise
> École des Sens
> Fight 31



4 PLAINE DES SPORTS Jacques Robert

Chemin de la Garrigue
> ASCE Foot
> Pétanque club
> USCE Tennis club



5 SALLE MULTISPORT

Avenue de Montauban (face à la mairie)
> Judo club
> Yunmen - Porte des nuages
> Karaté club
> Sérénité yoga
> Fit'Forme Castelnaudary
(zumba enfants)
> Castel'Country Dance



Fondada

> Aéromodélisme

Base nautique

> Club d'aviron

Eglise

> Chordaria

CULTURE



► Le Pass Associatif

Pour la cinquième année, la municipalité offre une participation financière aux familles pour aider à régler les frais de cotisation, d'adhésion ou de licence nécessaires à la pratique d'une activité sportive, culturelle ou de loisir auprès d'une association de la commune pour vos enfants de moins de 18 ans.

En 2019, le montant total des aides accordées dans le cadre du Pass Associatif s'élève à 5 389,50 € pour un total de 128 enfants.

LE PRINCIPE :

Le Pass Associatif est soumis à conditions de ressources, en fonction du Quotient Familial (QF) CAF du mois en cours. L'aide est plafonnée à 60 € / enfant par an et valable pour une association.

COMMENT L'OBTENIR ?

- Se procurer, remplir le formulaire et le faire compléter par l'association.
- Retourner le formulaire au CCAS avec l'attestation

du Quotient Familial CAF (du mois en cours) .

- Fournir la copie de la carte d'invalidité au nom de l'enfant, si ce dernier est en situation de handicap.
- Récupérer le coupon d'aide accordée et le déposer à l'association.

Date limite de dépôt des dossiers le 31 décembre 2020.

RENSEIGNEMENTS :

Centre Communal d'Action Sociale de Castelnaud
05 34 27 66 40
ccas@mairiecastelnaud.fr
29 Grande rue - Maison Lagleyse

QF-CAF	Participation de la commune	Participation en cas d'handicap
1^{ère} tranche : inférieur à 500	50%	70%
2^{ème} tranche : de 501 à 1000	25%	45%
3^{ème} tranche : de 1001 à 1500	10%	30%



UN ENCADREMENT AU SERVICE D'UN CLUB

ASCE Football



L'ASCE Football compte plus de 400 licenciés. L'école de foot accueille les enfants à partir de 5 ans le mercredi et le vendredi. Elle est labellisée au niveau régional et est dotée de dynamiques et passionnés éducateurs qui offrent aux enfants des moments de plaisir, de partage et de convivialité autour de ce sport.

L'école de football féminine s'est développée depuis l'année dernière et compte plus de 40 licenciés de 5 à 16 ans. Ainsi, 3 équipes évoluent en championnat. Les équipes de foot à 11 composent les équipes U14 à Séniors en passant par les vétérans et l'équipe de foot loisir.

Notre équipe fanion évolue au niveau régional (R3).

NOS OBJECTIFS :

- Le tournoi des drôlets (week-end de Pentecôte)
- Le tournoi entreprises (au mois de juin)

INSCRIPTIONS :



Forum des associations

Reprise des entraînements de l'école de foot
Portes ouvertes en septembre 2020.

NOS OBJECTIFS :

- **Accueillir** tous les joueurs désireux de découvrir ou s'initier à la pratique du football.
- **Transmettre** une éducation sportive, sur la base des valeurs de respect, de politesse, de fair-play et de vivre ensemble.
- **Développer** un état d'esprit fondé sur la volonté de progresser, pour favoriser l'épanouissement personnel.
- **Perpétuer** l'esprit de convivialité inhérente au club et nourrir les ambitions sportives des jeunes avec la progression des performances des différentes équipes

RENSEIGNEMENTS :

École de foot :

 Mouloud RAMDANI ☎ 06.64.81.17.52

Foot à 11 et partenariat :

 Romain BOURDEAUX ☎ 07 81 42 81 91

 asce-secretaire@hotmail.com

 www.asce-foot.footeo.com

LA PASSION DE LA DANSE ET DE LA MUSIQUE COUNTRY

Castel'Country Dance

Le club Castel'Country Dance accueille, dans une ambiance conviviale et chaleureuse, dès la rentrée prochaine jeunes, moins jeunes, débutants ou confirmés, souhaitant apprendre, réapprendre ou se perfectionner à la danse country.



Pas besoin de cavalier ou cavalière pour partager le plaisir de la danse en ligne ! N'hésitez pas à nous rejoindre le mercredi et jeudi de 20h30 à 22h30 à la salle multisports de Castelnau.

Des bals sont organisés tout au long de l'année, ouverts à tout public souhaitant découvrir l'esprit festif américain. L'ambiance et la programmation étant toujours excellentes, de nombreux clubs voisins ou de départements limitrophes n'hésitent pas à nous rejoindre pour passer une bonne soirée.

Un grand festival country a lieu, depuis plusieurs années, sur le parvis de la salle des fêtes à l'Espace Colucci. L'entrée est gratuite afin de permettre à tout le monde de venir découvrir l'univers de l'ouest américain ; vous y verrez bien sûr des danseurs et des groupes de musique country, mais aussi des voitures US, des camps de militaires US ou de soldats de la guerre de sécession, de nombreux stands et des jeux pour petits et grands.

 **Forum des associations** : présents au forum, comme chaque année, nous vous donnerons toutes les informations souhaitées pour vous inscrire et répondrons à vos questions. Quelques démonstrations vous seront proposées.

- Dimanche 6 septembre 2020 : vide-grenier
- Samedi 17 octobre 2020 : Bal
- Samedi 7 novembre 2020 : Bal
- Samedi 25 novembre 2020 : Téléthon
- Fin mai 2021 : Festival Country

Toutes les dates indiquées sont bien évidemment valables dans le cas de la reprise potentielle des activités selon les décisions gouvernementales prises face au coronavirus. Cordialement et prenez soin de vous. Countryment.

RENSEIGNEMENTS :

-  Présidente et animatrice : Marie-France CANGUILHEM
-  06 63 54 83 27
-  castel.countrydance@gmail.com
-  www.castelcountrydance31.fr
-  www.facebook.com/Club-de-castel-country-dance



➤ L'AVIRON DEPUIS 1931

Cercle Nautique de Grenade et de Castelnau

L'aviron est un sport accessible à tous, hommes, femmes, jeunes ou adultes, à condition de savoir nager 25 mètres et d'avoir au moins 10 ans.

Sport très complet, de glisse et d'équilibre, il permet d'acquérir et d'entretenir forme physique et maîtrise de soi tout en profitant du plein air et de la nature. C'est aussi un sport de compétition qui associe concentration, rigueur, technique, dépassement de soi, solidarité, humilité mais aussi assiduité.

Le CNGC est labélisé École Française d'Aviron (1 étoile) et à ce titre accompagne petits et grands dans le cadre du passage des brevets d'aviron, organise une journée jeune rameur entre clubs d'Occitanie et du rame en 5^e avec des collèges. Une section UNSS est en cours de création avec un lycée et une autre avec un collège.

La pratique en compétition de l'aviron se déroule hors du club et des déplacements sont nécessaires. Le CNGC participe à de nombreuses régates et championnats tout au long de l'année (Fenouillet, Almayrac, Cazaubon, Moissac, Libourne, Brive, Vichy, Mâcon, Gérardmer...), à certaines courses longue distance (marathon à l'aviron de Carnon, 25 km du Coudraix-Montceau...), sortie en aviron de mer, et randonnées au choix pour les loisirs (traversée de Lyon, descente du Lot...). Les rameurs bénéficient de stages au club, auprès du comité départemental d'aviron et de la ligue Occitanie.



En période hivernale, les entraînements ont lieu sur l'eau ou en salle, en ski de fond, en footing et sorties vélo, l'été en sorties montagne.

Inscriptions 2020-2021 : sur rendez-vous au club dès la fin juin. Les tarifs sont consultables sur notre site internet et affichés au club.

Le club est uniquement ouvert en présence de bénévoles diplômés les mercredis et samedis après-midis. Les samedis et dimanches matins de septembre à fin juin et l'été pour les centres de loisirs.

Le 5 septembre 2020, les encadrants fédéraux, 6 initiateurs, 2 éducateurs et 3 entraîneurs vous accueilleront pour une initiation personnalisée sur le canal (10 € pour 30 min déductible si adhésion) avec des consignes techniques.

Le CNGC sera présent au forum des associations de Castelnau et de Grenade et est adhérent du Pass Associatif.



RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Co-Présidents Jean-Pierre LHERM - Damien GRIMAL
- ☎ 05 61 35 10 34 (horaires d'ouverture du club)
- ✉ cngc@laposte.net
- 🌐 site cngc.free.fr
- 📘 facebook.com/aviron.cngc.
- 📷 instagram/cerclenautiquegrenadecastelnau

➤ DANSE AFRICAINE, DANSE CABARET...

Créadanse



Inscriptions au forum des associations avec démonstrations de nos activités

NOUVELLE SAISON DE DANSE :

Eveil (4/6 ans) et Initiation (6/8 ans) : Cours ludique qui permet l'approche de la musique et de la danse sur des musiques dynamiques et actuelles.

Modern Street Jazz (de 8 ans à adultes) : danse actuelle, dynamique, vivante, qui développe la coordination, la souplesse, la technique.

Hi-Hop (de 8 ans à adultes) : Les différents styles de hip-hop (danse au sol et danse debout) sont travaillés dans nos cours de façon très variée, l'improvisation sous forme de Battle est aussi mise en avant.

Twirling (à partir de 6 ans) : Le twirling repose sur le maniement du bâton et sur la danse qui associe des mouvements de bâton à des chorégraphies.

Compagnie : spécifiquement dédiée à la création et à la réalisation de spectacles.

Danse Africaine : l'apprentissage de la danse africaine se fait autour des danses traditionnelles pratiquées essentiellement en Afrique de l'Ouest, cours dynamique accompagné par un musicien percussionniste.

Danse Cabaret : mélange de danse jazzy sensuelle et de comédie, d'expression scénique, apprentissage de la danse cabaret, la tenue, les positions, la démarche, les pas du célèbre French Cancan, travail sur le style des revues parisiennes ainsi que de Broadway.



PROJETS À VENIR :

Téléthon : Nous participerons au Téléthon comme l'année précédente où nous proposons une initiation aux danses du monde et un flashmob pour clôturer cette manifestation.



Spectacle de la Compagnie Créadanse : Le 7 mars dernier, nous avons organisé un dîner spectacle soirée dansante à la salle des fêtes, le spectacle était assuré par les danseuses de la compagnie et le groupe ados de hip-hop de Créadanse accompagnés d'un humoriste et chanteur professionnel, une nouvelle soirée dîner spectacle est prévue pour 2021.

Nous proposons nos spectacles amateurs ou même professionnels à toutes associations, comités d'entreprises ou même particuliers qui seraient intéressés. Pour plus d'informations contacter Joanna.

Carnaval : Confection d'un char, participation à la journée et soirée du carnaval.

Spectacle de fin d'année : Nous clôturerons la saison avec notre spectacle de fin d'année, vous y découvrirez tous nos danseurs ainsi que le travail qu'ils auront effectué durant l'année, le thème reste encore secret, il aura lieu au Bascala en juin 2021.

Stages de danse : plusieurs stages à thème avec différents styles de danse seront proposés au cours de l'année : Ragga/Reggaeton, claquettes, danse orientale, de couple...

Bonne saison de danse à tous !

RENSEIGNEMENTS :

 Joanna

 06 74 83 01 88

 jo.creadanse@yahoo.fr

 Creadanse Castelnau d'Estrétefonds

➤ À PIEDS OU À VÉLO, MAIS TOUJOURS À CASTELNAU !

CRBP RAID 31

L'association CRBP Raid 31 de course à pieds et de VTT, se veut atypique dans sa création et son fonctionnement avec comme unique but : se dépenser dans la bonne humeur.

L'histoire commence fin 2015 : une bande de potes crée un groupe fermé sur les réseaux sociaux qui leur permet d'organiser des sorties de VTT et de course à pieds.

La philosophie du groupe : pratiquer le sport en pleine nature dans la bonne humeur et la convivialité ! Les sorties se clôturent généralement d'ailleurs, autour d'une plancha ou d'un ravitaillement gourmand.

Rapidement, la bande s'agrandie et elle compte aujourd'hui près d'une centaine de femmes et d'hommes qui organisent des sessions VTT, trail, plusieurs fois par semaine et occasionnellement des sorties en montagne. Le CRBP s'est aussi l'association organisatrice d'un événement atypique qui s'est fait en trois ans une renommée dans la région : **l'Épicurienne trail**.

Les courses proposées sillonnent les coteaux, les jolis sentiers, les trois domaines viticoles de la commune. Cette année, l'Épicurienne trail est prévue le **samedi 12 septembre 2020**.



RENSEIGNEMENTS :

 Olivia PEIRASSO
 06 07 51 91 29  crbpraid31@gmail.com
 Epicurienne-trail.com



➤ LE CLUB DE CYCLOTOURISME EST AFFILIÉ À LA F.S.G.T

Castelnau Cyclo Club

Le cyclo club est toujours affilié à la FSGT pour la saison 2020/2021.



 **Nous sommes présents au Forum des associations pour présenter le club.**

Nous recherchons des cyclos confirmés pour rouler en groupe. Toutes personnes voulant s'impliquer dans la vie du club seront les bienvenues.

RENSEIGNEMENTS :

-  Président : Bernard BLANC
-  06 37 97 73 19
-  blanc.nanou@orange.fr



➤ ENTREZ DANS LA DANSE... AVEC LES CHAUSSONS DE CASTELNAU !

Les Chaussons de Castelnau

 **L'édition 2020 du forum des associations aura lieu le samedi 5 septembre et nous enchantera par son affluence et son entrain manifeste pour l'esprit associatif.**

L'association Les Chaussons de Castelnau est fière de participer annuellement au forum des associations où s'échangent les idées, les motivations à rejoindre l'universalité de la danse classique, en tant qu'art vivant.



Nous vous y attendons très nombreux afin de vous renseigner sur l'éveil corporel, la danse classique et la barre à terre/Pilates... C'est une combinaison unique d'exercices d'assouplissement de barre à terre et d'exercices de Pilates de renforcement musculaire profond. Cette méthode allie la formation initiale à la danse (DE de professeur de danse) et la certification en Pilates Matwork (matwork 1, 2 & 3 et certifications spécifiques pour les femmes enceintes et séniors & petit matériel) de notre professeur Valérie SOUM. Venez faire un essai gratuit un cours de danse, d'éveil corporel et artistique (pour les plus petits) ou de barre à terre /Pilates (pour tous).

A partir du **lundi 14 septembre 2020**, les ballerines et danseurs assidus reprendront leur place à la barre. Les retardataires seront toujours les bienvenus à rejoindre le corps de ballet pour une reprise des cours ou un cours d'initiation à leur convenance.

LES RENCONTRES DE L'ANNÉE 2020-2021 :

- Participation au Télétthon en décembre
- Journées portes ouvertes les 16 et 18 décembre
- Stage de Noël le samedi 19, dimanche 20 et lundi 21 décembre 2020 de 10h à 13h avec 2h de danse



classique et (ou) 1h de barre à terre/Pilates. Ouvert à tous les adhérents et non adhérents.

- Nous programmons le samedi 20 Décembre 2020, à 15h une sortie au Théâtre du Capitole : Bayadère est une oeuvre fastueuse à ne pas manquer. Ballet sur un livret de Marius Petipa, musique de Ludwig Minkus, version de Thomas Edur.

L'ANNÉE 2021 :

- Participation de plusieurs élèves au Concours régional de la Confédération de la Danse en février 2021 au théâtre Bascala de Bruguères.
- Stage de danse classique et de barre à terre/Pilates de Pâques le samedi 17, dimanche 18 et lundi 20 avril 2021.
- Spectacle de fin d'année en Juin 2021 à la salle des fêtes de Castelnau d'Estrétefonds.

Et dans l'attente et au plaisir de partager notre passion, nous restons à votre écoute pour guider vos pas en cadence vers la danse classique.

RENSEIGNEMENTS :

-  Présidente : Sabrina FRECHIN
-  06 09 47 42 45
-  sabrina.frechin@hotmail.fr / valeriesoum@free.fr
-  leschaussonsdecastelnau.e-monsite.com

➤ AFFILIÉS À LA FFSS (FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SAUVETAGE ET DE SECOURISME)

Les Dauphins du Frontonnais

Le club Les Dauphins de Frontonnais est affilié à la FFSS (Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme).



Cette discipline comporte des épreuves en piscine et en côtier (lac ou mer). Les différentes épreuves nécessitent des qualités de nageurs mais aussi de sprinter (Beach Flag, Course Nage Planche...). C'est pourquoi nous proposons des séances d'entraînement en piscine mais aussi en gymnase.

Nous participons à des compétitions de sauvetage sportif départementales, régionales, nationales et internationales. Le club compte parmi ses licenciés des champions du Monde, d'Europe et de France. Notre fierté, permettre à certains jeunes d'avoir une formation pour l'avenir : maître-nageur, surveillant sauveteur, surveillant de baignade en complément du BAFA, secouriste...

FORMER :

Nous organisons des formations pour l'obtention des diplômes de secourisme ou d'activité aquatique :

- SB à partir de 18 ans
- BNSSA à partir de 17 ans
- PSC1 à partir de 10 ans

- PSE1 à partir de 16 ans
- PSE2 – Recyclage PSE1 et PSE2

ORGANISER :

Nous assurons des postes de secours pour toutes manifestations sportives et culturelles de petite ou moyenne envergure.

LES ENTRAÎNEMENTS :

À la halle des sports de Fronton :

- Mardi de 19h30 à 21h00 (pour les - de 13 ans)
- Jeudi de 19h30 à 21h00 (pour les + de 13 ans)

À la piscine de Fonneuve - à confirmer :

- Samedi de 14h00 à 16h00 (d'octobre à avril)

Au lac de Saint-Jory :

- Dimanche de 10h00 à 12h00 (date : voir le site)

TARIF ADHÉSION :

Club de compétition, bon niveau de natation requis
Participer aux compétitions.

Tarif : voir le dossier d'inscription sur le site web :

RENSEIGNEMENTS :

- Président : Xavier VOLTZ
- 07 71 05 25 70
- dauphinsdufrontonnais@gmail.com
- www.dauphinsdufrontonnais.fr
- www.ffss.fr



➤ KICK BOXING / PANCRACE

Fight XXXI Kick Boxing / Pancrace

*Mélange de tous les styles de boxe : pieds/
poings, de lutte et de travail au sol.
Ce sport complet est mixte et ouvert aux
enfants, adolescents et adultes.*

Cours à partir de 8 ans.

LES COURS :

«La Halle» au 12 rue de l'église à Castelnau.

LES HORAIRES :

- Cours enfants : le jeudi de 18h50 à 19h30.
- Cours adultes : le lundi et le jeudi de 19h30 à 21h.



Présent au forum des associations

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Président : Jak DAGOBERT
- ☎ 06 19 54 24 31
- ✉ jacques.dagobert@sfr.fr
- 🌐 www.fight31-castelnau.fr
- 📌 Fight31



► GYM ENFANTS, FITNESS, SOPHROLOGIE, FLAMENCO...

Fit'Forme Castelnau

Présente sur la commune depuis 1987, notre association propose une palette d'activités sportives, intellectuelles et de bien-être, assurées par des professeurs diplômés et émérités.



Cours ouverts à tous, dès l'âge de 6 mois, pour apprendre ou réapprendre à connaître son corps sans recherche de performance et dans un souci de bien-être. Activités en adéquation avec le rythme biologique et capacité de chacun. Jeunes et aînés trouvent leur juste place et s'épanouissent ensemble.

COURS ENFANTS ET ADOS :

Gym bébé/parents ou bébé/nounou (dès 6 mois) ; Baby-gym dès 3 ans ; accro-gym, gymnastique sol ; Zumba kid's (dès 6 ans), Zumba parents/enfants (de 5 à 7 ans), Zumba ados ; Flamenco (dès 6 ans) ; Pole dance (dès 8 ans) ; Pilates enfants dès 5 ans.

COURS ADULTES :

Zumba, Abdos/Fessiers/Cuisses, cardio mix, Step, Lia, body-barres, power ball, gym tonic, Pole dance..... Flamenco, Buléria, Sévillanes ; Zumba séniors.

COURS BIEN-ÊTRE, SANTÉ :

Marche active, gym équilibre, gym douce, atelier mémoire, gym dos, gym hypopressif, Pilates, stretching, Yin yoga.

REPRISE DES COURS ET PORTES OUVERTES :

- Reprise : lundi 14 septembre 2020
- Pour tous les nouveaux adhérents : du 14 au 26 septembre 2020.

LES INSCRIPTIONS - MAISON DES ASSOCIATIONS :

- Samedi 29 août 2020 : 10h à 12h et 14h à 18h
- Mercredi 2 septembre 2020 : 14h à 19h
- Samedi 5 septembre 2020 : 13h30 à 18h au forum des associations, à la salle des fêtes.

L'ATELIER SOPHROLOGIE :

L'atelier sophrologie propose des activités à la carte.

- Le mercredi 19h-20h et le vendredi 12h30/13h30.
- Stages thématiques le dimanche matin (stress, sommeil), ateliers parents/enfants (6-10 ans) et pour les ados (11-15 ans).
- Initiation à la méditation de pleine conscience sur 5 séances (samedi matin).

> Information sophrologie :

- Contactez Agnès au 06 45 08 00 49
- Site web : www.sophro-castelnau.com dans la rubrique cours collectifs.

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Présidente : Nadine ABAD
- ☎ 06 26 28 93 70
- 👤 Sylvie PELLIZZARI
- ☎ 06 50 12 83 71
- ✉ fitformecastelnau31@gmail.com
- 🌐 www.fitformecastelnau.com

VOUS ACCUEILLE AU DOJO

Judo Club de Castelnau

Le Judo Club de Castelnau et ses deux professeurs vous accueillent dès septembre prochain au dojo. Que vous ayez 3 ans ½ ou que vous soyez adulte, il n'y a pas d'âge pour débiter.

Rejoignez-nous dans une ambiance conviviale et sportive. Débutant ou non, compétiteur ou juste pour le plaisir, vous trouverez un cours adapté à votre envie.

LES COURS :

Les mardis (plus dédiés à la technique) :

- De 18h à 19h pour les moyens (7/12 ans)
- De 19h à 20h pour les grands (à partir de 12 ans et adultes)

Les vendredis (plus intensifs) :

- De 18h à 18h45 pour les babys (3 ans ½ à 6 ans)
- De 18h30 à 19h45 pour les moyens (7 ans à 12 ans)
- De 19h30 à 21h pour les grands (+ 12 ans et adultes)

LES ÉVÉNEMENTS :

Cette année nous organisons une compétition chez nous et participerons, entre autres, à un tournoi international. Venez partager ces événements avec nous !

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Président : Mickaël LENCEL
- ☎ 07 70 67 93 42
- 👤 Professeur : Gérard ROBLÈS
- ☎ 06 29 89 32 38
- ✉ judocastelnaudest@yahoo.fr
- 📍 Judo-Castelnau-d'Estrétefonds



Forum des associations. N'hésitez pas à venir nous rencontrer pour de plus amples informations.

Les cours reprendront la même semaine.

Pour ceux qui souhaitent essayer, les deux premiers cours sont gratuits et sans engagement.

PASS ASSOCIATIF :

Le club est adhérent au Pass Associatif mis en place par la mairie pour les jeunes de la commune (renseignements à la mairie et lors du Forum des associations) qui permet, selon votre quotient familial, une prise en charge partielle du coût des cotisations.



➤ ÉLEVAGE DE PONEYS WELSH ET ANGLO ARABES

Poney Club de Carmantran

Le poney club de Carmantran se situe au carrefour des communes de Castelnau d'Estrétefonds, Bouloc et Fronton dans le cadre verdoyant des collines boisées surplombant le vignoble de Fronton.

Il est le prolongement naturel d'un élevage de poneys Welsh et anglo arabes, nés et éduqués pour assurer une remonte très adaptée, qualiteuse pour un enseignement diversifié, précis et toujours sécurisé.

Tous nos cavaliers viennent pratiquer le poney et le cheval bien au delà de la seule équitation. L'encadrement est assuré par des enseignants DE ayant choisi d'exercer auprès des enfants et des poneys.

Le poney club de Carmantran, labellisé «école française d'équitation» par la Fédération Française d'Equitation, remplit en tous points les prescriptions de la charte de qualité requise pour les équidés - l'enseignement - les installations le bien-être animal et la sécurité.

Nos élèves de 2 à 22 ans et parfois leurs parents, commencent en balade en main ou en baby poney, continuent classiquement par la mise en selle, le travail sur le plat, le dressage et l'obstacle : en carrière, en manège et très fréquemment en extérieur.

Pour le savoir et le plaisir, ils pratiquent très régulièrement le pony games, le horse ball, le trec, la voltige, l'équifun, l'équifeel, l'éthologie et d'autres disciplines.

Au cœur de l'élevage, l'enseignement de l'équitation à pied est très important : longe, longues rênes afin de pouvoir pratiquer le « travail du jeune cheval », du sevrage aux premières sorties en compétition. Ce travail d'élevage avec les autres disciplines est fondamental pour acquérir une authentique culture équestre liant théorie et pratiques diversifiées.

Sans distingo, les enfants peuvent choisir leur équitation : enseignement avec ou non passage de « galop » - loisir sportif ou non (promenade ou endurance) compétition de découverte ou de championnat de France et cela en concours de saut d'obstacle (CSO), concours complet d'équitation (CCE), dressage ou hunter.



Le tout ponctué de nombreuses balades sur les chemins de vignes ou forestiers environnants et de randonnées de plusieurs jours en été.

Ainsi, en découvrant le plaisir d'apprendre, de rencontrer les autres, de partager, de recommencer et enfin réussir, chacun à son rythme peut découvrir l'infinie richesse du « monde du cheval » dans l'un des derniers coin de ferme offert aux enfants pour une relation vraie avec le cheval.

Cette pratique peut être individualisée avec plein de formules : carte de 10 heures, forfait 1h/semaine hors vacances scolaires, forfaits mensuels 1h, 2h ou 3h ou forfait concours pour des cours assurés y compris pendant les vacances avec des possibilités de stages.

Elle peut être collective, de très nombreuses écoles et centres aérés ont compris l'intérêt de la belle pratique de l'équitation Poney/Enfant qui ne singe pas celle des grands et dispose de moyens adaptés pour un vrai loisir éducatif.

Pour tout vous expliquer une visite s'impose. Chaque enfant de 2 à 22 ans et plus, mérite attention pour qu'une réponse lui soit apportée et l'aide à grandir. Nous vous attendons.

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Président : M. Philippe KUNTZ
- ☎ 05 61 74 15 10
- ✉ poneyclubdecarmanttran@orange.fr
- 🌐 www.poneyclubdecarmanttran-31.ffe.com
- 📍 2195 chemin de Flotis 31620 Castelnau d'Estrétefonds

► COURS DE YOGA

Sérénité Yoga

« Je tiens à ce que mes cours suivent la tradition des Maîtres indiens, qu'ils soient dynamiques, empreints de rigueur mais également doux et porteurs du feu intérieur et de la joie des Yogi, qu'ils soient chaque jour renouvelés, qu'ils s'imprègnent de la philosophie du yoga traditionnel en général, quelle que soit l'appartenance, sans sectarisme aucun. Je souhaite que mes cours soient le vecteur d'un esprit d'ouverture, d'ouverture à soi-même, aux autres, d'ouverture du coeur tout simplement ».
Yolande Puch, Professeure certifiée.

BIOGRAPHIE DE YOLANDE PUCH :

Je pratique le Yoga depuis les années 90 et je l'enseigne depuis 1999, aussi bien pour les enfants que pour les adultes, y compris les personnes âgées.

J'ai été formée à l'Institut du Yoga Traditionnel de Toulouse dirigé par Monsieur Robert Cottet. J'ai également reçu l'enseignement de plusieurs maîtres indiens comme Sri Sri SriSatchidananda de Madras ; le maître Natha Matsyendranath d'Australie, l'Acharia Sri Shankar de Bangalore ainsi que de grands enseignants de Yoga comme Ram Singh, professeur de Kundalini Yoga à l'Ecole Dharamsal de Toulouse et Kamal Singh, enseignant d'Ashtanga Yoga de Rishikesh.

LES COURS :

- le lundi de 19h15 à 20h45,
- le mardi de 9h à 10h45,
- le vendredi de 14h15 à 15h45

LES STAGES :

Tout au long de l'année, environ tous les trois mois, nous organisons des stages sur la pratique et l'approfondissement du Yoga autour d'un thème différent. Nous communiquerons ultérieurement leur date.

RENSEIGNEMENTS :

 Yolande PUCH
 06 29 74 49 54
 puchyolande@gmail.com



LA PASSION DU TENNIS

USCE - Tennis Club

Le club de tennis USCE est une association sportive proposant de l'enseignement ainsi que des équipements tennistiques.



Composé d'un conseil d'administration, le club assure ses cours par 2 professeurs diplômés d'état (D.E), 1 Moniteur de Tennis (AMT), 1 Initiateur Fédéral (IF) ainsi que 2 Juges Arbitres (JAT2).

L'école de tennis accueille les enfants dès l'âge de 6 ans. Il organise les groupes de manière à répondre aux besoins et objectifs de chacun. Le club propose du mini tennis, tennis loisir, tennis perfectionnement ainsi qu'un pôle Avenir (Compétiteur) sans oublier le Tennis Adulte loisir et Equipe Séniors compétitions. Cette année nous allons développer le Tennis Féminin au sein de notre structure.

Les cours jeunes et adultes sont aménagés tout au long de la semaine (du lundi au samedi), de septembre à juin. Toujours dans une optique d'apprentissage et d'efficacité, les groupes sont soigneusement formés par les éducateurs en fonction des disponibilités et volontés et niveau des adhérents. En complément, des stages Jeunes et Adultes sont proposés durant les vacances scolaires ainsi qu'une tournée d'été.

NOS INFRASTRUCTURES :

Le club vous accueille dans un complexe composé de 3 courts dont 2 couverts ainsi qu'une salle d'accueil, vestiaires, bureau, sanitaires (norme PMR).

ACTIVITÉS DU CLUB SUR L'ANNÉE :

- Week end sportif pour les adultes en septembre

- Interclubs par équipes jeunes et adultes tout au long de l'année, avec et pour la première fois depuis l'histoire du club, l'équipe 1 en division pré-nationale.
- Animations festives et sportives
- Une fête du tennis en juin pour clôturer la saison sportive
- Organisation de tournois homologués
- Magic Circuit (tournoi jeune, jusqu'à 16 ans) et Galaxie pour les 9-10 ans
- Tournoi interne jeunes et adultes, ouvert à tous les adhérents du club
- Tournoi Open séniors
- Soirées thématiques tout au long de l'année pour mobiliser et réunir les adhérents

PRATIQUE DU TENNIS POUR TOUS :

- > **Accueillir** sans esprit sélectif, tous les jeunes joueurs.
- > **Transmettre** dès le plus jeune âge, une éducation sportive.
- > **Développer** un état d'esprit fondé sur la volonté de progresser.

Venez découvrir l'esprit sportif et convivial de notre association.

TARIFS ADHÉSION 2020/2021 :

Adulte 145 € / Jeune (-18 ans) 90 €.

ENSEIGNEMENT :

- École de tennis de 115 € à 255 €.
- Cours Adulte Loisir : 165 €.

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Président : Christophe BEGUE
- 👤 Trésorier : Christophe HIGADERE
- ☎ 05 62 10 67 99 – 06 03 17 78 71
- ✉ tennisclub.usce@yahoo.fr
- 🌐 www.club.ffr.fr/tennisclubcastelnau.fr
- 📍 USCE TENNIS



BIENVENUE À L'ÉCOLE DE KUNG FU & SANDA

Wushu Tao

Le Kung-fu est un art martial Chinois ancestral de plusieurs millénaires qui s'est développé en plein cœur de la Chine au temple de Shaolin.

Les moines bouddhistes guerriers se sont inspirés des animaux pour développer leurs techniques martiales afin de se défendre contre les pillers et les voleurs.

Ensuite, il a été utilisé sur les champs de guerre de la Chine antique par les armées des plus grands empereurs, plus récemment il a été popularisé par Bruce Lee puis Jackie Chan ou encore Jet Li au cinéma.

Aujourd'hui on considère le kung-fu comme le plus vieux art martial au monde et c'est pour cela que l'on dit que «tous les arts martiaux sont nés sous le ciel de Shaolin». Vous voulez pratiquer une discipline qui allie le corps et l'esprit, l'équilibre et la souplesse, le self-défense et l'art du combat, la puissance et la détermination, la confiance et la maîtrise de soi ?



PROGRAMME ET HORAIRES DES COURS :

Kung fu shaolin quan traditionnel : la boxe de shaolin. **Sanda** boxe chinoise utilisant les pieds/poings/projections.

> **Cours adultes (à partir de 11 ans) :**

• Lundi de 20h30 à 22h / Mercredi de 19h à 20h30.

> **Cours enfants (de 6 à 10 ans) :**

• Mercredi de 18h à 19h.

• Vendredi de 16h45 à 17h45

De plus, de nombreux stages tous niveaux d'initiation et de perfectionnement sont organisés tout au long de l'année durant les WE par la fédération française de Wushu.



COTISATIONS :

- Adulte : 280 € (licence & assurance comprise)
- Enfant : 260 € (licence & assurance comprise)
- Pass associatif enfants de Castelnau d'Estrétefonds (jusqu'à -70% de remise sous condition).

Alors quel que soit votre âge ou votre niveau de pratique sportive, que vous vouliez pratiquer en loisir ou en compétition, n'attendez plus et venez découvrir le Wushu avec nous, l'enseignement est accessible à tout le monde sans exception, nous vous proposons 2 cours d'essai gratuits ! A bientôt.

RENSEIGNEMENTS :

👤 Christopher BRONDES ☎ 06 01 24 10 49

👤 Jean-Luc JALAO

✉ chris31.wushu@gmail.com

🌐 www.wushutao.net

📧 wushutao

📍 taowushu

📱 wushutao

🏠 eboutique : wushutashop

➤ QI GONG

Yunmen - Porte des Nuages

Très ancienne discipline liée à la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), le Qi Gong entre dans la catégorie des Arts Energétiques. Accessible à tous, respectueux des capacités de chacun, le Qi Gong, littéralement «maîtrise de l'énergie», associe auto-massages et pratiques gymniques douces au travail du souffle.

Les méthodes de Qi Gong, basées sur les principes de la MTC, permettent de nourrir et de renforcer l'énergie vitale ou Qi (prononcer tchi), d'assouplir les articulations, de favoriser la coordination, l'enracinement, l'équilibre, de développer la concentration et la conscience corporelle.

Les méthodes de Qi Gong, basées sur les principes de la MTC, permettent de nourrir et de renforcer l'énergie vitale ou Qi (prononcer tchi), d'assouplir les articulations, de favoriser la coordination, l'enracinement, l'équilibre, de développer la concentration et la conscience corporelle.

Le Qi Gong est une discipline bienveillante pour le corps, qui évolue à son rythme, dans le respect de ses capacités, et bienveillante pour l'esprit, délié de la notion

de performance. Il aide à réguler les émotions et réduit le stress. C'est une méthode de maintien de la santé.

Le programme de l'année 2020-21 se focalisera plus particulièrement sur le travail des Cinq Organes et les méthodes destinées à stimuler l'immunité.

L'animatrice, Viviane RABADAN, pratique le Qi Gong depuis 2006. Elle a suivi une formation de trois ans à l'Institut Xin'an de Jean-Robert et Colette GILLARDEAUX et un an aux Temps du Corps de Maître KE Wen. Titulaire du diplôme de la Fédération des Enseignants en Qi Gong Art Energétique (FEQGAE) et du CQP ALS Sports pour tous.

TARIFS ADHÉSION 2020/2021 :

Adhésion : 10 €

Cours de Septembre à Juin : 240 €

- Mardi de 10h30 à 11h30, Maison des Sports
- Mercredi de 20h15 à 21h15, Maison de la Culture
- Début des cours le mardi 15 septembre 2020



RENSEIGNEMENTS :

Président : Jean-Michel MEROUR

Viviane RABADAN

05 34 27 41 46 ou 06 32 42 76 71

porte.des.nuages@orange.fr

www.yunmen-portedesnuages.fr

ART MARTIAL

Zanshin Karaté Club

Le Karaté-Do, art martial ancestral japonais, utilise les armes naturelles du corps tels que les pieds et les poings. Il est une école de la vie par ses différents principes de respect, de courage et d'humilité.



La pratique régulière permet de relier le corps et l'esprit, et ainsi de permettre aux plus jeunes de s'épanouir et aux plus anciens d'être en forme physique et mentale.

Pour ceux qui le souhaitent, nous vous préparons et accompagnons pour participer à diverses compétitions officielles et amicales.

La courte saison 2019/2020 a apporté pas mal de réussites à nos compétiteurs avec beaucoup de médailles au niveau départemental et régional malgré le contexte. Venez nous rejoindre pour un cours d'essai au dojo, face à la mairie.



LES COURS :

Les lundis et jeudis :

- 18h à 19h pour les enfants (dès 6 ans).
- 19h à 20h15 pour les ados et adultes.

LES PROFESSEURS :

- **Yvan Loupy** : Brevet d'état 2^{ème} degré, 3^{ème} Dan, Champion de France et d'Europe, ancien membre de l'équipe de France.
- **Christophe Behlert** : Diplômé DIF, 2^{ème} Dan, Coach National A.
- **Cédric Mouchet** : Diplômé DAF, 2^{ème} Dan.

RENSEIGNEMENTS :

👤 Président : Cédric MOUCHET

☎ 06 20 65 98 14

👤 Yvan Loupy :

☎ 06 16 77 60 52

👤 Christophe Behlert :

☎ 06 64 90 64 65

✉ zanchinkarateclub31@gmail.com

📍 zanshin karate club castelnau d'estretefonds

CLUB D'AÉROMODÉLISME

ACDC - Aéromodélisme Club de Castelnau

Depuis 2005, des passionnés de tout âge partagent leur intérêt pour tout ce qui vole en modèle réduit (avions, planeurs, drones, jets, hélicoptères...).

C'est dans une ambiance conviviale que chacun peut évoluer, apprendre à construire et progresser à son rythme. Grâce à l'apparition des kits prêts à voler et des simulateurs, l'aéromodélisme est maintenant facilement accessible et les débutants peuvent commencer à voler quelques heures à peine après l'acquisition de leurs modèles.

Avec l'aide et les conseils des autres adhérents, vous choisirez le bon modèle pour débiter, apprendrez comment le régler et le faire voler en toute sécurité. Nos pilotes les plus expérimentés pourront vous faire réaliser des vols d'initiation en double commande.

Différentes activités sont pratiquées au sein de notre association : vol à vue ou en immersion, voltige, vol maquette, vol de pente, de durée ou de précision, vol indoor, vitesse,...

Nos adhérents ont la possibilité de participer à de nombreuses manifestations organisées sur notre terrain ou celui des clubs alentours (Grisolles, Castelmaurou, Faudoas, Bruguères, Fronton, Caussade,...)

MANIFESTATIONS ORGANISÉES À CASTELNAU :

- le 27 septembre 2020 : Journée Portes Ouvertes
- le 25 octobre 2020 : Après-midi Châtaignes
- le 7 février 2021 : Interclub Indoor
- le 25 avril 2021 : Challenge EasyStar
- le 22 mai 2021 : Interclub
- le 26 juin 2021 : Initiation au vol de pente
- le 29 et 30 août 2021 : Université d'été



INSCRIPTIONS :

Nous vous donnons rendez-vous au forum des associations ou sur notre terrain situé chemin de Fongastou à Castelnau (direction de Boulloc, derrière la maison de retraite, après les jardins partagés). Nous serons heureux de vous présenter notre activité, vous faire des démonstrations et nos pilotes les plus expérimentés pourront vous faire réaliser un vol d'initiation en double commande. Pour avoir plus d'informations sur notre association, visitez notre blog : acdcsuite.blog4ever.com



RENSEIGNEMENTS :

- Fabien ROUQUETTE
- aeroclubdecastelnau@free.fr
- acdcsuite.blog4ever.com



➤ DEPUIS 2005 À CASTELNAU D'ESTRÉTEFONDS !

Artcolang - Art Communication et Langues

École associative de langues depuis 2005 à Castelnau : anglais, espagnol, français pour tous à partir de 4 ans (enfants, ado, adultes). Nous nous adaptons au rythme de chacun, en petits groupes de travail, avec des méthodes pédagogiques conviviales et interactives.



Nous nous adaptons au rythme de chacun avec des méthodes pédagogiques conviviales et interactives telles que jeux de rôles, chansons, conversations, mises en situation de communication... dans un esprit convivial et de bonne humeur.

- Du soutien scolaire, pour aider l'enfant ou l'adolescent dans son apprentissage dans toutes les matières.
- Des séjours linguistiques pour les enfants et adolescents en groupe qui s'inscrivent dans la continuité de l'apprentissage des langues en classe avec des jeux de rôles, des travaux pratiques, pour découvrir les pays, les cultures du monde en s'amusant... avec ou sans cours, dans nos familles hôtesse habituelles.
- Des séjours en immersion en pays anglophone à la carte dans nos familles habituelles soigneusement sélectionnées, avec un programme d'intégration dans un collège ou lycée gallois pour 1 à 8 semaines, un programme de placement dans des boutiques (dans des job expérience)
- La possibilité de recevoir des lycéens australiens et américains chez vous et d'être famille hôtesse à votre tour et faire découvrir votre culture et votre région...
- Des voyages scolaires avec tes professeurs avec les collèges et lycées pendant l'année scolaire plus de

80 établissements nous font confiance...

- Des week-ends et des circuits en famille en Europe et le reste du monde avec nos partenaires Tours Opérateurs sur place.



Tous nos voyages et séjours sont organisés en partenariat avec l'Aroeven (Association Régionale des Œuvres Éducatives et de Vacances de L'Éducation Nationale).

N'hésitez pas à nous contacter pour toutes questions et renseignements.

RENSEIGNEMENTS :

- Présidente : Fabienne GOMBERT
- 06 77 98 03 31 / 05 34 27 13 99
- artcolang@gmail.com
- www.artcolang.com

➤ UNE ASSOCIATION ANCESTRALE

Association Communale de la Chasse ACCA

L'association communale de chasse agréée de Castelnau d'Estrétefonds a pour but d'assurer une bonne organisation technique de la chasse.



Elle favorise sur la commune le développement du gibier et de la faune sauvage dans le respect d'un véritable équilibre en limitant les nuisances causées au monde agricole, aux autres usages de la nature et aux jardins des propriétés.

Elle a également pour objet d'apporter la contribution des chasseurs à la conservation des habitats naturels de la faune et de la flore sauvages. A titre d'exemple, ce ne sont pas moins de 1 200 kg de déchets qui ont été retirés de nos bois et prairies l'année dernière en collaboration avec les coureurs du CRBP.

Au travers de son service de garderie, elle assure également le contrôle des bonnes pratiques de ses membres et la surveillance des incivilités. Les associations communales et intercommunales de chasse

agréées collaborent avec l'ensemble des partenaires du monde rural. Avec la régulation de la faune, la lutte contre la déprise agricole, l'éducation à la nature et la mise à disposition de ses gardes pour assurer la police de l'environnement, l'ACCA assure, au-delà d'une dynamique locale, des missions de service public pour le bien et dans l'intérêt de tous.

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à venir nous rencontrer lors du forum des associations.

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES :

 Loïc CONSTANS
 06 24 29 30 21





UN NOUVEAU LIEU DE CONVIVIALITÉ À CASTELNAU POUR 2021

Le Café Culturel de Castelnau

Dessine-moi le Café Culturel de Castelnau !

En mai 2020 à l'initiative d'habitants de Castelnau, une nouvelle association s'est créée sur la ville pour installer un espace café citoyen, convivial et écoresponsable.

L'idée est de proposer à partir du printemps 2021 des animations autour de la culture et de l'environnement, puis de trouver un local pour ouvrir au quotidien, devenir un lieu d'échanges, de programmation artistique, d'animations et d'information sur la transition écologique.

Atelier de création, de recyclage, rencontres de producteurs locaux, soirée concerts, débats, jeux...

Fondé sur le principe de la participation, ce café sera le fruit de vos propositions à toutes et tous !

N'hésitez pas à venir prendre part au projet :

«Dessine moi le café culturel de demain...»



RENSEIGNEMENTS :



Présidente : Elise CARPENTIER



Vice Présidente : Pascale DAURIAC



cafeculturelcastelnau@gmail.com

Et bientôt sur les réseaux sociaux !

➤ CHORALE Chordaria

Vous aimez chanter ? Chordaria est un ensemble vocal créé en 2019 qui trouve son équilibre entre travail et plaisir. Le coeur est dirigé par Julie Perrin.



Des œuvres intégrales classiques sont travaillées lors de répétitions hebdomadaires denses et conviviales, incluant de la technique vocale ainsi que des stages.

L'association recrute des choristes motivé(e)s.

HORAIRES ET LIEU DE RÉPÉTITION :

Tous les mardis soirs (sauf vacances scolaires) de 20h30 à 22h30 à l'église de Castelnau d'Estrétefonds.

N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou courriel.

RENSEIGNEMENTS :

 Dominique ou Christian
 06 86 06 24 58 / 06 15 56 00 84
 chordaria.contact@gmail.com
 clocri@orange.fr





LA FEST'TEAM Comité des Fêtes

Le Comité des Fêtes agit pour le rassemblement, la convivialité et le divertissement de chacun dans notre beau village qui se doit d'avoir des moments chaleureux et sympathiques partagés par tous.



Notre but est de resserrer les liens entre les habitants et dynamiser le village par le biais d'un programme de qualité tout au long de l'année qui comprend en plus de la fête locale, des vides greniers, des soirées dansantes, une chasse aux œufs de Pâques, des buvettes lors de manifestations (Carnaval, Fête de la Musique, Forum des Associations, Téléthon, Marché de Noël...).

Nous nous emploierons toujours à faire de notre mieux pour divertir tous les estrétefontaines et estrétefontaines dans la joie et la bonne humeur.

Le Comité des Fêtes est très actif et toujours prêt à accueillir de nouveaux volontaires, ce nombre n'est pas restrictif.

Bien au contraire nous accueillerons avec plaisir les bonnes volontés avec des idées et un peu de temps disponible. N'hésitez pas à nous contacter !

AGENDA 2020 :

Ce début d'année 2020 nous a obligés à annuler nos manifestations, nous espérons pouvoir vous retrouver au plus vite, voici notre programme pour cette fin d'année, en espérant que ces événements pourront avoir lieu :

- 4 octobre 2020 : Vide-grenier
- 14 novembre 2020 : Soirée Dansante
- 28-29 novembre 2020 : Marché de Noël

RENSEIGNEMENTS :

 M. Rémi SOUMER

 07 68 76 07 94

 comitedesfetes.castelnau31@gmail.com

 [Castelnau.Extreme.Fete](https://www.facebook.com/Castelnau.Extreme.Fete)



➤ ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CULTURELLES

L'École des Sens



Depuis 2006, L'École des Sens, propose des activités artistiques et culturelles aux enfants, aux adolescents et aux adultes sous forme de cours hebdomadaires et de stages.

Son projet pédagogique singulier permet, dans un cadre bienveillant, de développer créativité, sens artistique, qualités citoyennes pour un meilleur épanouissement personnel. Les cours, en petits groupes, sont assurés par des enseignants expérimentés et diplômés dans leurs disciplines.

garder ou retrouver un équilibre général harmonieux.

STAGES :

- > Vacances scolaires : langue des signes, musique, création de bijoux, court-métrage...
- > Adultes (en week-end) : chant choral, Danse Bûto...

PETITE ENFANCE ENFANTS & ADOS :

- **Initiation Danse, dès 3 ans :** Aborder l'expérimentation sensorielle du corps de façon ludique. Prendre conscience du lien entre soi, l'autre et le monde
- **Danse contemporaine, à partir de 6 ans :** Travail technique & chorégraphique et ateliers d'improvisation pour une plus grande liberté d'expression par le mouvement
- **Théâtre/cours débutants et perfectionnement :** Découvrir ou approfondir le jeu scénique, l'expression théâtrale, l'improvisation...
- **Dessin/Arts plastiques, dès 6 ans :** Favoriser l'imagination et créativité via de nombreuses techniques et élargir sa culture générale visuelle
- **BD/Illustration/Manga, dès 7 ans :** Inventer, dessiner, animer des personnages, construire des histoires...
- **Atelier d'éveil sonore bébé/parent :** Partager avec son tout petit un moment de complicité autour de la découverte du monde sonore et des jeux musicaux
- **Éveil sonore 3/5 ans :** Aborder la musique à partir de comptines, de jeux chantés et dansés. Développer son oreille musicale...

COURS ADULTES :**> Peinture & pratique picturale**

- Pratiquer la couleur comme phénomène chimique, optique & psychologique.
- Assimiler notions techniques, savoir-faire et connaissances en Histoire de l'Art.
- Peinture acrylique (techniques sèche et humide).

> Danse contemporaine

Travail technique, chorégraphique et improvisation pour développer sa propre interprétation du mouvement

> Gymnastique sensorielle pour adultes

Pratiqué en musique, ce cours singulier permet de

BIEN-ÊTRE :

> **La méthode Feldenkrais™** est une prise de conscience par le mouvement qui prend en compte l'ensemble de la personne. Des mouvements doux, lents, guidés pas à pas, permettent un apprentissage cadré et exploratoire pour une meilleure connaissance de soi.

- Séances individuelles ou collectives animées par Ghyslaine Vaysses, praticienne certifiée.

> **Méthode Educative 3C (Concentration, Calme, Contrôle de soi)** est une technique psychocorporelle adaptée à l'enfant. Elle lui donne des outils pratiques pour gérer son monde intérieur, ses émotions et pensées et ses aptitudes physiques. Aide à trouver calme & bien-être, à développer ses potentialités et la confiance en soi.

- Atelier individuel ou collectif à partir de 6 ans.
- Stage ou session « spécial ados » : 12 séances.
- Atelier parent/enfant pour un moment de détente.

> **Méthode 3C Sénior :** Retrouver sérénité, bien-être, calme et détente. Développer ses facultés cognitives et mentales. Entretenir sa mobilité corporelle.

> Gymnastique sensorielle

Pratiqué en musique, ce cours singulier permet de garder ou retrouver un équilibre général harmonieux. Travail approfondi pour améliorer sa posture, sa musculature profonde, sa souplesse...

> Nouveau

« Les ateliers du week-end » pour prendre soin de soi, seront programmés tout au long de l'année : ME3c, Gym Sensorielle, Méthode Feldenkrais, Bûto, méditation...

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Présidente : Patricia BASSET
- 📞 Direction : Mariannick HOUTANÉ
- ☎ 06 20 08 19 44
- ✉ contact.ecoledessens@gmail.com
- 🌐 www.ecoledessens.fr

► EMIF - UN SERVICE DE LA CCF

École de Musique Intercommunale du Frontonnais

L'École de Musique Intercommunale du Frontonnais est une structure d'enseignement de la musique ouverte à tous.



Service de la CCF, offre un vaste choix de pratiques aussi bien individuelles que collectives.

> **16 disciplines** : formation musicale, éveil musical, parcours découverte... dont 10 ateliers de pratiques collectives.

> Une équipe enseignante qualifiée et expérimentée, présente sur deux sites à Castelnau et à Fronton.

> Une programmation annuelle riche en animations, concerts, auditions, master-class, stages...

RENSEIGNEMENTS :

☎ 06 50 65 04 86

✉ direction.emi-frontonnais@leccgs.org

🌐 www.cc-dufrontonnais.fr



FORMATION MUSICALE

L'Orchestre d'Harmonie du Frontonnais (OHF)

L'Orchestre d'Harmonie du Frontonnais avec ses 43 musiciens, plus vieille formation musicale de Haute-Garonne, plus de 140 ans d'existence, sera heureux de vous accueillir pour renforcer ses rangs.



Avec plus de 10 concerts par an et des cérémonies officielles, nous nous produisons dans la CCF mais aussi dans les départements voisins.

Nous recrutons des musiciens de tout âge et tout niveau (à partir de fin de 1^{er} cycle). Alors clarinettes, flûtistes, trompettistes, percussionnistes... venez nous rejoindre dans une ambiance conviviale !

> Le tarif d'adhésion est de 15 € par an et la gratuité pour les élèves mineurs de l'École Intercommunale de Musique du Frontonnais.

Les répétitions ont lieu les vendredis soir de 20h30 à 22h30 dans la salle de l'Harmonie 49, avenue Escudier à Fronton.

RENSEIGNEMENTS :

 Christophe LEROUX
 06 03 37 39 71
 www.ohf31.fr
 www.facebook.com/ohf31





DEUXIÈME ANNÉE D'EXISTENCE

Association Partage & Bien-être

Partage & Bien-être est une association loi 1901 qui fête sa deuxième année d'existence sur la commune de Castelnau d'Estrétefonds. Elle a pour but de permettre à travers l'expression du corps, la relaxation, l'échange, le partage, le débat, la création, de vivre un moment de détente et bien-être et de développer les compétences sociales et émotionnelles de chacun.



Plusieurs ateliers vous seront proposés à partir de la rentrée de septembre 2020 et d'autres seront à découvrir durant l'année 2021.

COURS ADULTES :

- **Sophrologie** : Exercices simples et accessibles à tous pour retrouver une sérénité au quotidien, vivre bien, vivre mieux en développant la confiance et l'affirmation de soi.
- **BodyZen** : Entraînement combinant respiration, concentration et renforcement musculaire.
- **Shiatsu** : Technique de massothérapie d'origine japonaise qui utilise le toucher pour ramener l'équilibre et l'énergie dans le corps.

COURS ENFANTS :

- Sophrologie ludique « **La danse des émotions** »
- Exercices ludiques de **respiration, relaxation, éveils des sens** permettant d'appréhender son corps, ses émotions, développer confiance et estime de soi.
- **Débats à visée philosophique** et pratique de l'attention

Moment d'écoute active permettant de construire

une réflexion personnelle et la faire évoluer au sein d'un groupe dans la bienveillance et le non jugement.

POUR TOUS :

Ateliers colibri : temps d'expériences sensorielles, ludiques et créatives pour s'entraîner à l'expression de soi.

NOUVEAUTÉ :

Ateliers de parents : « Comment faut-il que je te parle pour que tu écoutes ? » Clés de communication pratiques, accessibles et concrètes pour mieux comprendre et mieux échanger avec vos enfants.



Forum des associations

Vous pouvez consulter en ligne les jours et heures des différents ateliers proposés sur le site.



RENSEIGNEMENTS :



Marie PILIPCZUK



06 76 12 28 97



marie.pilipczuk@free.fr



www.sophro-harmonie.net/partagebienetre

► UN CLUB OÙ TOUT ROULE !!!

Le Club de Pétanque

Un endroit de convivialité où se mélangent toutes les générations...

Un endroit de convivialité où se mélangent toutes les générations : jeunes et anciens de tous âges, compétiteurs ou amateurs, tireurs ou pointeurs, boulistes ou joueurs de cartes, râleurs ou bons esprits, dans notre sport favori : la pétanque.

Nos structures nous permettent d'organiser un concours CZC féminins et masculins en même temps : **18 octobre 2020 sur toute la journée.**

Notre prochain vide-grenier est prévu le **dimanche 27 septembre 2020** sur nos terrains de pétanques ainsi qu'autour du stade. Pensez à réserver au plus tôt vos emplacements.

Un concours intervillage sera organisé à Castelnau d'Estrétefonds avec les clubs de Labastide-Saint-Sernin, Bazus, Montberon et Villariès.

Le club est ouvert le mercredi, le samedi et le dimanche à partir de 16h.



TARIFS DES LICENCES :

- 35 € adulte.
- Gratuit pour les minimes, cadets et juniors.

RENSEIGNEMENTS :

 Président : M. Laurent ALBAJARA

 06 08 61 73 94

 baudoumy@sfr.fr





CLUB DES AÎNÉS

Club Vivons Heureux



Le Club Vivons Heureux compte plus de 340 adhérents et a pour objectif de répondre au mieux aux attentes de ses adhérents afin de créer des liens et des moments de convivialité au sein du Club.

Rencontrez nous, vous pourrez consulter nos programmes et faire votre choix dans les diverses activités tout au long de l'année.

LES ACTIVITÉS DU CLUB :

- Des lotos tous les 15 jours le mardi à partir de 14h
- Cours informatiques le jeudi matin (horaire à préciser)
- Atelier de tricot, broderie, couture le jeudi après-midi à partir de 14h
- Atelier mémoire le lundi matin (horaire à préciser)
- Cours de danse le lundi après-midi (horaire à préciser)
- Généalogie le lundi matin de 9h-11h
- Jeux de cartes, le jeudi après-midi à partir de 14h (Belote, Tarot, Rami etc.)
- Concours de belote le vendredi soir à 21h tous les 15 jours d'octobre à avril
- Nous organisons des repas, des sorties d'un jour et des voyages de 4 à 7 jours.
- Nous assistons à des pièces de théâtre ou musicales au Zénith ou Théâtre de Toulouse.

AGENDA À PARTIR DE SEPTEMBRE 2020 :

- Le 08/09/2020 - Repas des Adhérents
- Du 23 au 30/09/2020 – Voyage en Corse du Sud
- Octobre (date à définir) – Sortie au Pas de la Case
- 12/10/2020 – Spectacle au Casino Barrière de Toulouse « Les Pépites de l'Amérique du Sud »
- Du 27 au 30/10/2020 – Séjour en Espagne à Salou (Tournée festive Totalement 80)
- Novembre (date à définir) – Sortie dans le Lot et Garonne « Fête de l'Agneau »
- 17/11/2020 – Repas des adhérents
- Novembre (date à définir) – Sortie au Pas de la Case

- Décembre (date à définir) – Sortie dans le Lot et Garonne « Fête du Chapon »
- 15/12/2020 – Repas de Noël

AGENDA 2021 :

- Janvier : Sortie dans le Gers – « La Ronde des Crèches »
- Janvier : Assemblée Générale du Club
- Février : Repas des Adhérents
- Février : Journée Promotionnelle
- Mars : Sortie d'un Jour (lieu et date à définir)
- Mars : Sortie au Pas de la Case
- Avril : Sortie à Narbonne « Le Grand Buffet de Narbonne »
- Avril : Repas des Adhérents
- Mai : Sortie à Béziers « les Ecluses du Canal du Midi »
- Mai : Sortie au Pas de la Case
- Juin : Prévision d'un séjour de 4 jours
- Juin : Repas de fin de saison
- Sept : Prévision d'un voyage de 7 jours et plus

Le programme de chaque trimestre est adressé par e-mail ou par courrier par la secrétaire du club.

RENSEIGNEMENTS :

Le Club est situé 8, Avenue de Montauban

☎ 05 62 10 78 08

✉ vivonsheureux@orange.fr

👤 Président : Yves ELASRI

☎ 06 76 01 11 41

✉ yvesye56@gmail.com

👤 Secrétaire : Aline GIACOMIN

☎ 06 89 01 06 00

✉ zanini-giacominaline@orange.fr



➤ VALORISATION DU PATRIMOINE

Vivre et Connaître Castelnau



L'association créée en 1986 a pour but de faire connaître Castelnau d'Estrétefonds, sa topographie, son patrimoine, son histoire et son évolution.



Documents et témoignages sont toujours activement recherchés et conservés afin de constituer la mémoire du village.

Vivre et Connaître Castelnau a d'abord publié des ouvrages relatant l'histoire du village de ses origines à nos jours. Ses dernières parutions :

- Vie paysanne à Castelnau d'Estrétefonds 1900-1960.
- Castelnau d'Estrétefonds en noir et blanc 1902-1950 : recueil de cartes postales du début du XX^{ème} siècle.
- Le petit Castelnau d'Estrétefonds de poche : en quelques pages ce qu'il faut savoir du village d'hier et d'aujourd'hui.

A cela s'ajoutent des expositions à thèmes, des cartes postales, magnets et sets de table. Chaque année, l'association organise les journées du Patrimoine, en partenariat avec la mairie, pour faire visiter le village, son château, son église, sa cheminée et quelques demeures typiques de son passé. Elle est présente au forum des associations et au marché de Noël. Vous êtes invités à venir nombreux participer à ces moments d'histoire et de convivialité. Vous y serez aimablement accueillis par les adhérents de Vivre et Connaître Castelnau. Vous pourrez vous procurer leurs ouvrages et participer aux

visites guidées et commentées.

Si Castelnau d'Estrétefonds vous intéresse ou si tout simplement vous aimez connaître l'histoire des lieux, rejoignez Vivre et Connaître Castelnau.

AGENDA 2020 :

Sous réserve de la conjoncture du covid 19.

> **Samedi 19 septembre, à l'église :**

- Après-midi : visite commentée de l'orgue.
- En soirée : concert d'orgue et chorale.

> **Dimanche 20 septembre, à l'espace Colucci :**

- Animations et départ des visites commentées des monuments et de quelques maisons remarquables.
- Repas à 12h (à définir).

Les animations, visites et concert seront GRATUITS. Le programme détaillé sera communiqué ultérieurement par voie de presse, affiches, flyers et site de la mairie.



RENSEIGNEMENTS :

- Président : René LABRUNE
- 05 61 35 14 23 ou 06 67 57 21 21
- vivre.connaître.castelnau@gmail.com



➤ ASSOCIATION DES PARENTS D'ÉLÈVES DE L'ÉCOLE LAÏQUE

APE

L'association de parents d'élèves de l'école laïque « APE » est composée de parents bénévoles, élus, qui œuvrent pour le bien-être des enfants pour leur permettre d'effectuer leur scolarité dans des conditions optimales.



LES MISSIONS : Elle facilite le dialogue entre les équipes enseignantes, les familles, la mairie et les services scolaires et périscolaires. Elle est le porte-parole des familles. Elle soutient également l'équipe enseignante dans les projets d'école et crée une dynamique au sein de l'école. Elle représentera les familles lors des 3 conseils d'école de l'année.

Tout au long de l'année, elle propose (parfois même, en collaboration avec l'association de parents d'élèves de l'école de Fondada) des événements dans le but de faciliter le financement des sorties scolaires.

Rentrée 2020-2021:

- 1er septembre 2020 : Rentrée scolaire : café d'accueil
- Septembre 2020 : Forum des associations, tenue d'un stand
- Septembre 2020 : portes ouvertes ALAE
- Octobre 2020 : organisation des élections des

représentants des parents d'élèves

- 15/11/20 : soirée thématique avec l'APEF à la salle des fêtes (boum déguisée, loto, ou autres...)
- Décembre 2020 : participation au Téléthon
- Décembre 2020 : participation au marché de Noël de la Coopérative scolaire
- Décembre 2020 : marché de Noël de la commune (stand sucré avec l'APEF)
- Mars 2021 : Élaboration d'un char pour le Carnaval.

RENSEIGNEMENTS :

- 👤 APE : Karine BRIAND
- ☎ 06 10 03 41 68
- ✉ apecastelnau@gmail.com
- 🌐 apecastelnau.blogspot.fr
- 📘 www.facebook.com/apec.castelnau

➤ ASSOCIATION PARENTS D'ÉLÈVES DU GROUPE SCOLAIRE FONDADA APEF

L'association de parents d'élèves du groupe scolaire Fondada se compose de parents bénévoles, élus, qui œuvrent pour le bien-être des enfants et pour faciliter le dialogue entre les équipes enseignantes, les services scolaires et périscolaires de la Mairie et les familles.



LES MISSIONS : Ses missions sont multiples : soutenir les enseignants dans leurs projets d'école, créer une dynamique au sein de l'établissement, participer à la réflexion permanente en œuvre pour des conditions optimales d'apprentissage et d'accueil des élèves, être le porte-parole des familles pour favoriser le « bien vivre ensemble », participer au financement des sorties scolaires, etc. Pour cela, l'APEF propose tout au long de l'année, souvent en collaboration avec d'autres associations de parents d'élèves, des événements pour faciliter les rencontres et s'engager dans la vie communale.

Programme 2020-2021:

> Au mois de septembre :

- 01/09 : Rentrée scolaire : café d'accueil
- 05/09 : Forum des associations, tenue d'un stand
- Portes ouvertes ALAE
- Sept./oct : Fête de l'école (stand sucré/salé)

> Au mois d'octobre :

- Organisation des élections des représentants des parents d'élèves.

> Au mois de novembre :

- 08/11 : spectacle de conte avec l'AP2EM (stand sucré/salé)
- Représentation lors de 3 conseils d'école de l'année
- 20/11 : soirée thématique avec l'APE à la salle des fêtes (boum déguisée, loto...)
- Vente de sapins de Noël
- 28 et 29/11 : Marché de Noël de la commune (stand sucré avec l'APE)

> Au mois de décembre :

- 04 et 05/12 : participation au Téléthon
- Commandes groupées de chocolats

- Participation au marché de Noël de la Coopérative scolaire

> Au mois de janvier-février 2020 :

- Loto des maternelles (participation avec l'AP2EM)
- Opération « p'tits bonhommes » (vente de produits dérivés sur lesquels sont imprimés les dessins réalisés par les élèves)

> Au mois de mars-avril :

- Carnaval, élaboration d'un char avec le concours de l'ALAE et des autres associations de parents d'élèves
- Soirée thématique à la salle des fêtes avec l'APE (boum déguisée, spectacle de magie...)
- Commandes groupées de chocolats pour Pâques

> Au mois de mai-juin-juillet :

- Mai/juin : organisation d'une tombola
- 21 juin : Fête de la musique de la commune (stand sucré)
- Juin/juillet : organisation de commandes de fournitures scolaires et de commandes d'étiquettes nominatives
- Au fil de l'année : vente de crêpes à la sorti



RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES :

👤 APEF : Cora MARROT – NATIVEL

☎ 06 16 29 37 49

✉ apecastelnau@gmail.com

📘 www.facebook.com/APEF-Castelnau-d'Estrétefonds



➤ ASSOCIATION DES PARENTS D'ÉLÈVES DE L'ÉCOLE MATERNELLE **AP2EM - «Les Petites Fontaines»**

Notre association a pour but principal d'être un relais entre les enseignants, les parents d'élèves et la mairie afin de veiller, ensemble et dans la concertation, au bien-être de nos enfants. Elle est constituée uniquement de parents bénévoles.



NOTRE RÔLE :

> **Veiller** aux conditions d'un bon épanouissement scolaire et périscolaire des enfants de la maternelle par l'intermédiaire des représentants des parents d'élèves qui participent aux conseils d'école.

> **Venir en aide** aux enseignants lors des différentes manifestations proposées par l'école et destinées à subventionner les projets d'école (spectacles, sorties scolaires...) afin de soulager le budget des familles.

> **Être à l'écoute** et au service des parents.

L'AP2EM récolte également des fonds au profit exclusif de la Coopérative scolaire au travers de manifestations diverses. Ainsi en 2018/2019 nous avons remis plus de 2000 € à l'école grâce entre autres à la vente de chocolats de Noël, de boîtes métalliques décorées des dessins des

enfants, de bulbes de printemps, à la tombola du Loto de l'école...

L'AP2EM PARTICIPE À LA VIE DE LA COMMUNE :

Téléthon, Carnaval, Salon Autour du Jardin, ciné plein air...

Enfin chaque année nous offrons à tous les enfants de la commune un moment privilégié à la salle des fêtes (généralement une représentation de conte de qualité).

C'est grâce à la volonté et à l'investissement de bénévoles que cette association perdure.

Même si vous avez peu de temps, nous avons besoin de vous pour continuer à exister !

Venez nous rejoindre dans une ambiance conviviale !



RENSEIGNEMENTS :

Présidente : Marion ZUCHETTI
06 61 44 90 32
ap2emcastelnau@gmail.com

➤ ASSOCIATION DES PARENTS D'ÉLÈVES DE L'ENSEIGNEMENT LIBRE **APEL - École Saint Martin**

L'APEL St Martin, Association des Parents d'élèves de l'Enseignement Libre, est composée de parents d'élèves de l'école Saint Martin désireux d'être associés à la vie de l'établissement scolaire de leurs enfants.



Au quotidien nous collaborons activement aux projets éducatifs de l'établissement dans un mouvement apolitique et non confessionnel, capables de dépasser nos différences en nous unissant autour d'un projet commun.

NOS MANDATS SONT :

- Représentation des parents, au sein des établissements comme auprès des responsables de l'Institution scolaire et des pouvoirs publics.
- Accompagnement des parents dans leur tâche éducative au travers des différents services qu'elle leur offre.
- Informations et conseils auprès des familles.
- Participation au débat éducatif.
- Continuation de la défense de la liberté d'enseignement et du choix de l'école.

- Organisation de nombreuses animations : Pot d'accueil, Boum, Bourse aux jouets, Téléthon, Carnaval (en partenariat avec l'APE), Fête de l'école, Salon Playmobil.

AGENDA :

- **15 novembre 2020** : Bourse aux Jouets et aux Vêtements, à la salle des fêtes. Buvette et restauration sur place.
- **Avril 2021** : Salon Playmobil 2^{nde} Édition.

NOTRE OBJECTIF :

- Établir un lien entre parents et équipes administratives et pédagogiques.

NOS RESPONSABILITÉS SONT :

- Accueil et écoute des parents d'élèves.
- Aide et soutien à l'équipe éducative.
- Participation à la vie de l'établissement scolaire.
- Information via Assemblées Générales, conférences.



1^{ère} édition du salon Playmobil 2019



RENSEIGNEMENTS :

- 👤 Président : Julien GALACHE
- ☎ 06 03 91 55 08
- ✉ stmartinapel@gmail.com
- ✉ secretariatapelstmartin@gmail.com
- ✉ tresorerieapelstmartin@gmail.com
- Adresse : 54, Rue de l'Église



➤ ACCUEIL DE LOISIRS ASSOCIÉ À L'ÉCOLE (ALAE)

ALSH - Accueil de Loisirs Sans Hébergement ALAE - Accueil de Loisirs Associé à l'École

L'Accueil de Loisirs Associé à l'École (ALAE) et l'Accueil de Loisirs Sans Hébergement (ALSH) sont des services publics administratifs facultatifs.

> **L'ALAE fonctionne en période scolaire** et propose un accueil des enfants scolarisés au sein des écoles publiques chaque matin avant la classe, durant la pause déjeuner, et chaque soir après la classe.

> **L'ALSH fonctionne les mercredis après-midis en période scolaire et pendant les vacances scolaires**, il accueille les enfants âgés de plus de 3 ans et de moins de 12 ans.

Ces services reçoivent chaque année l'agrément des services de la Direction Départementale de la Cohésion Sociale et une convention signée avec la Caisse d'Allocations Familiales permet aux familles de bénéficier de réductions pour l'ALSH (sous conditions de ressources).

L'encadrement est assuré par des animateurs diplômés, membres du personnel municipal. Des activités sont développées sur place et peuvent donner lieu à des sorties.

En période scolaire, les enfants de l'école maternelle, « Les petites fontaines » et de l'école élémentaire « L'école Laïque » sont accueillis à l'Accueil de Loisirs A.M. Laffont-Igrec. Les enfants du groupe scolaire « Fondada », sont accueillis à l'ALAE Fondada.

En période de vacances scolaires, tous les enfants sont accueillis à l'Accueil de Loisirs A.M. Laffont-Igrec.

> **Le Projet Éducatif Territorial (PEDT)**, élaboré en collaboration avec les services de l'Éducation Nationale, les services de la Cohésion Sociale, la Caisse d'Allocations Familiales de la Haute-Garonne et les parents d'élèves, précisent les axes, objectifs et actions de la politique municipale en matière d'éducation.

Des formalités en ligne ont été développées grâce à un portail famille pour faciliter aux usagers certaines démarches. Il est ainsi possible de gérer son dossier d'inscription, réserver les périodes de vacances en Accueil de

Loisirs, consulter et payer ses factures en ligne.

> **Adresse du portail famille :**

www.logicielcantine.fr/castelnau

HORAIRES DE L'ALAE

Tous les matins : 7h - 8h40 (sauf à Fondada, 7h-8h50).

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis : 12h - 13h50 et 16h15 - 19h.

HORAIRES DE L'ALSH

Les mercredis : 12h00 - 19h00.

Vacances scolaires : 7h30 - 19h00 (sauf l'été, fermeture à 18h30)



RENSEIGNEMENTS :

Site Fondada

Directeur : M. Philippe RIGAL

05 61 09 39 08

alae.fondada@mairiecastelnau.fr

Site Laffont-Igrec

Directeur : M. Julien MICHELAN

05 61 35 00 13

animation@mairiecastelnau.fr

Coordinateur enfance : M. Romain COSTE

coordination@mairiecastelnau.fr

➤ LOISIRS ÉDUCATION & CITOYENNETÉ GRAND SUD

CAJ - Centre Animation Jeunesse

Structure d'animation agréé par la DDCS Haute-Garonne et gérée par Loisirs Éducation & Citoyenneté Grand Sud pour la CCF. Le CAJ contribue à l'éducation des jeunes et a comme objectifs pédagogiques la citoyenneté, la socialisation, l'autonomie et l'ouverture culturelle.

LE FONCTIONNEMENT :

« **Organise tes loisirs** » : les jeunes choisissent et définissent leur projet de loisirs, un animateur les accompagne (Où, quand, comment, avec qui, à quel tarif, etc). Les activités proposées par les animateurs sont ludiques, culturelles ou sportives et/ou ils peuvent utiliser librement les jeux tels que : billard, baby foot, jeux de société...

LES PROJETS EN COURS ET À VENIR :

Différents clubs sont mis en place tout au long de l'année les mercredis et les samedis scolaires.

> **Les Premières Scènes (chant/Musique)**

Ce projet permet aux jeunes et artistes entre 11 et 25 ans de mettre en avant leurs talents artistiques : chant, beat box, hypnose, magie, musique, danse, stand up, etc. L'équipe d'animation les accompagne dans le montage des ces actions ainsi que dans les manifestations tout au long de l'année (Premières Scènes).

> **Web Radio**

La Webradio propose aux jeunes de débattre sur des sujets traitant de leur propre environnement, de l'actualité locale et internationale mais aussi des thématiques jeunesse, musique, politique, sport...etc.

> **Développement Durable :**

Nous voulons agir concrètement pour protéger notre environnement et mettons en place de nombreuses actions par et pour les jeunes de la CCF. Eco citoyenneté, gobelets Eco/CAJ, récupération de matériel, traitement et gestion de l'eau, tri sélectif, nettoyage de différents lieux.

> **Sport**

Nous souhaitons permettre aux jeunes de participer à des jeux et à des animations sportives sur le thème des valeurs citoyennes du sport.

> **Projet Photo/Vidéo**

L'équipe d'animation propose aux jeunes qui le désirent, de faire de la photo portraits, paysages, light painting, montage et finalisation des productions.

> **Projet Passerelle ALSH/CAJ**

Des actions passerelle entre l'ALAE et le CAJ sont réalisés.

L'objectif majeur de ce projet sera de créer du lien entre les CM2 (enfants ayant 11 ans dans l'année scolaire) et le CAJ (lieu d'accueil de loisirs pour les 11-18 ans)

PUBLIC, HORAIRES ET TARIF :

Le CAJ est ouvert aux jeunes de 11 à 17 ans .

> Période Scolaire : Mercredis 14h à 18h / Vendredis 17h à 19h sur projets / Samedis 14h à 18h

> Période Vacances : Du Lundi au Vendredi 8h30 à 19h



RENSEIGNEMENTS :

 M. Xavier ARBEILLE / Mme Laure CHAUBET

 05 61 09 86 36

 caj-castelnau@loisireduc.org

 www.cc-dufrontonnais.fr

 www.facebook.com CAJ Castelnau

9, chemin de la Garrigue



LE RELAIS D'ASSISTANTES MATERNELLES - RAM - PARENTS / ENFANTS

Bambins Concertation

Le relais propose des informations générales pour les parents qui recherchent un mode de garde. Il accueille les assistantes maternelles candidates ou agréées et les employées en garde à domicile lors des matinées d'éveil.



LES MISSIONS DU RAM :

- Informer les familles sur TOUS les modes de garde à Castelnau et St Rustice
- Favoriser les rencontres et les échanges entre assistants maternels, enfants et parents,
- Aider les parents dans leurs démarches en tant que parents-employeurs: droits /devoirs des employeurs et des prestations sociales : PAJE, CMG, CESU....
- Informer les assistantes maternelles de leur statut de salariée et de professionnelle de la Petite Enfance: droits et devoirs des assistantes maternelles, employées des gardes à domicile
- Susciter et promouvoir la professionnalisation des assistantes maternelles et des employées à domicile
- Assurer une animation d'ateliers d'éveil et des soirées thématiques
- Développer un réseau de partenaires : CCF, Mairie, association, CCAS, RAM écoles, ALAE, CAF

LES PROJETS DU RELAIS BAMBINS CONCERTATION :

- Accueil convivial avec les parents lors des rencontres famille/assistantes maternelles : Noël, Fête des Assistantes maternelles et des enfants de la CCF (Mai) et la sortie à la ferme (juin /juillet)

- Organisateur de Conférence sur La Petite Enfance (Mars)
- Sorties ou animations culturelles et/ou sportive : éveil à la danse, conte...
- Ateliers divers : atelier Montessori, relaxation, confection d'un conte d'automne, pâtisserie et éveil sensoriel en confection des outils ludiques

HORAIRES D'ACCUEIL :

> **Les matinées d'éveil** : les lundis, mardis, jeudis et vendredi de 9h à 12h : Accueil collectif des enfants, des assistantes maternelles et des employées en garde à domicile de Castelnau et St Rustice au RAM.

> **Les entretiens individuels** : Les lundis et les mardis de 13h à 18h. Permanence téléphonique et accueils sur rendez-vous des parents-employeurs, des parents, des assistantes maternelles ou employées à domicile. Les jeudis de 13h à 17h, permanence téléphonique et accueils sur rendez-vous.

RENSEIGNEMENTS :

👤 Responsable : Katy NOUNES
☎ 09 60 49 30 65
✉ ramcastelnau@orange.fr
8 av. de Montauban



LA STRUCTURE MULTI ACCUEIL

Le Nid des Bambins

Accueille pendant la journée des enfants de moins de 4 ans en accueil régulier ou occasionnel, du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30 sans interruption, permettant ainsi aux parents de concilier leur vie professionnelle et leur vie familiale.



L'équipe professionnelle composée de 23 professionnelles (éducatrices de jeunes enfants, auxiliaire de puériculture, professionnelles ayant un cap petite enfance et puériculture) accompagne 50 enfants quotidiennement répartis en 4 groupes :

- 1 groupe de bébés (2 mois et demi 15 mois).
- 3 groupes d'âges mélangés (9 mois 3 ans 1 /2).

Ce lieu contribue à l'éveil et à la socialisation de vos enfants à travers le projet pédagogique défini par l'équipe professionnelle.

Différents projets sont mis en place pour développer l'autonomie des enfants, comme la communication gestuelle associée à la parole ou encore la motricité libre.

Ainsi chacun peut s'exprimer et découvrir son corps à son rythme.

***La crèche a fêté ses 10 ans
l'année passée.***

À cette occasion la Mutualité Française de la Haute-Garonne et l'équipe ont invité les enfants et leurs familles à célébrer cet événement.

RENSEIGNEMENTS :

👤 Mme Stéphanie IZARD

☎ 05 62 22 76 28

✉ niddesbambins@orange.fr



► L'ASSOCIATION DES ASSISTANTES MATERNELLES

Les P'tits Fontains

Notre association compte 54 assistantes maternelles de notre commune mais aussi des communes voisines (Fronton, Saint-Jory, Bruguères...)



Toute assistante maternelle qui souhaite nous rejoindre est invitée à se faire connaître, en nous contactant par mail par exemple.

Grâce au volontariat de nos membres, nous proposons, chaque semaine, des matinées créatives et ludiques. Dans la salle qui nous a été mise à disposition par la mairie.

Des ateliers hebdomadaires, en partenariat avec des associations de la commune sont proposés pour les enfants :

- Atelier d'éveil musical avec l'association l'École des Sens
- Atelier baby gym avec l'association Fit'Forme.

Tout au long de l'année les enfants accueillis par les assistantes maternelles membres de l'association ont pu participer à :

- Matinée Halloween
- Spectacle de Noël
- Goûter de Noël avec surprise offerte aux enfants
- Chasse aux oeufs
- Sortie poney

- Participation au spectacle de fin d'année de l'association Fit'Forme, pour les plus grands.
- La **fête de l'été** qui permet aux parents, enfants et assistantes maternelles de se retrouver autour d'un moment convivial.

L'association est active et présente dans certaines manifestations organisées par la commune comme le **Téléthon**, le **Carnaval** avec la création d'un char.

Chaque année, dans le courant du mois de mars, nous organisons notre traditionnelle **Braderie Petite Enfance** qui remporte un grand succès.

RENSEIGNEMENTS :

- Présidente : Sabine SAURY
- lespitsfontains@gmail.com
- www.lespitsfontains.fr

➤ ASSOCIATION INTERMÉDIAIRE - ÉCONOMIE SOCIALE ET SOLIDAIRE

Avie - Agir Vers l'Insertion et l'Emploi

Notre équipe est à votre disposition ! Forte d'une expérience de plus de 20 ans, Avie, structure de l'économie solidaire, poursuit un double objectif d'utilité sociale.



> **Proposer une solution «clés en main»** aux particuliers, entreprises, collectivités locales, associations pour répondre à leurs besoins en personnel ponctuels ou réguliers.

> **Accompagner des personnes en transition socioprofessionnelle** : écoute, accompagnement socio professionnel, construction du projet professionnel, mise en situation de travail.

NOTRE DEVISE :

«Simplicité, Souplesse, Solidarité et Service».

Alors n'hésitez plus : choisissez l'économie solidaire !
Pour plus de renseignements, contactez-nous !

Nos Conseillères en Insertion Professionnelle assurent des permanences d'accueil des demandeurs d'emploi sur des communes en Haute-Garonne et en Tarn-et-Garonne, en fonction des besoins et des possibles.



VOUS ÊTES UN PARTICULIER

Besoin en personnel pour le ménage, repassage, jardinage, déménagement, des petits travaux ?

VOUS ÊTES UNE ENTREPRISE

Besoin en personnel pour un remplacement congés, arrêt maladie, surcroît d'activité...?

AVIE met à votre disposition rapidement du personnel motivé à un tarif étudié et personnalisé.

Aucune charge administrative : AVIE est l'employeur et vous gardez le contrôle et la responsabilité de la réalisation du travail.

VOUS RECHERCHER UN EMPLOI

Garde d'enfants, ménage, manœuvre, jardinage, agent de collectivité...

Rejoignez-nous pour une reprise progressive de l'activité adapté à vos besoins.

ENVIE DE BÉNÉVOLAT

Vous avez du temps à nous consacrer, des compétences à partager...

RENSEIGNEMENTS :

-  AVIE Montauban - 17, Avenue du 19 Août 1944
-  05 63 91 90 09
-  contact82@avie-asso.fr
-  AVIE Villemur sur Tarn - 2, Rue des remparts
-  05 61 35 46 91
-  contact31@avie-asso.fr
-  www.avie-asso.fr
-  Association AVIE

➤ COMITÉ D'ENTENTE DES ANCIENS COMBATTANTS DEPUIS 1958 FNACA

Soixante quatorze années nous séparent du 8 mai 1945 qui a vu la capitulation sans condition de l'Allemagne nazie.

Ce moment déterminant mettait un terme à la guerre en Europe et annonçait la fin proche de la seconde guerre mondiale. Honorons la mémoire de toutes celles et tous ceux qui ont été victimes de l'atroce réalité des événements de la seconde guerre mondiale.

Conscients que la paix et les valeurs humanistes qui sont les leurs sont particulièrement fragiles, les françaises et les français regrettent que les espérances nées de cette victoire historique du 8 mai 1945 soient bafouées.

Le monde connaissant encore aujourd'hui, des situations de guerre, de violence, de racisme et de haine. J'invite donc chacune et chacun, particulièrement les jeunes, à œuvrer pour un monde de liberté, de fraternité, de solidarité et de paix.

**Vive la république !
Vive la France !**

Le bureau du comité a perdu deux membres :
Monsieur Roger Ponsolle décédé le 23 avril 2020, était l'adjoint de monsieur Guy Nonis.
Monsieur Christian Pegue est décédé le 23 mai 2020, il était le porte drapeaux.

RENSEIGNEMENTS :

-  Président : Guy NONIS
-  06 86 87 37 28
-  Porte drapeaux :
M. Guirbal Raymond et M. Castagné Pierre
-  Boîte aux lettres mairie de Castelnau



➤ L'ASSOCIATION DES ACCIDENTÉS DE LA VIE FNATH

L'association reconnue d'utilité publique s'engage pour vous soutenir.

NOTRE MISSION :

Apporter de l'aide et des solutions à toutes les personnes accidentées, malades ou handicapées, par le conseil et la défense de leurs droits, par le soutien individuel, par l'accompagnement vers la réinsertion.

NOTRE ACTION :

Informier, prévenir et sensibiliser aux risques rencontrés dans la vie quotidienne ou dans le milieu du travail.

NOTRE AMBITION :

S'engager pour une société plus juste, plus sûre et plus solidaire.

RENSEIGNEMENTS :

Présidente : Mme Josette TOURNIER

06 14 92 09 37 OU 05 61 82 02 90

Secrétaire Mme Gabrielle CETTELO

06 78 37 38 32 OU 0561824593

Adresse courrier :

Chez Mme Gabrielle Cettolo

5 impasse Jantantony 31620 Fronton

Mail : gaby31620@yahoo.fr



➤ ASSOCIATION HUMANITAIRE & CULTURELLE

Fraternité BASAA Midi-Pyrénées



Un Jour un Regard, une Main pour Toujours

Association humanitaire & culturelle loi 1901, FRATERNITÉ BASAA MIDI-PYRÉNÉES, a pour vocation de rassembler dans la fraternité, la solidarité et le respect, tous les Basaa, amis et sympathisants de bonne volonté du sud de la France.

NOTRE OBJECTIF :

Association humanitaire & culturelle loi 1901, FRATERNITÉ BASAA MIDI-PYRÉNÉES a pour vocation de rassembler dans la fraternité, la solidarité et le respect, tous les Basaa, amis et sympathisants de bonne volonté du sud de la France.

NOTRE OBJECTIF :

Notre objectif est de créer les conditions et actions permettant de récolter des fonds, dons et autres ressources afin de réaliser des œuvres caritatives & sociales, initier et réaliser des projets de développement durable au profit des écoles, centres de santé et hôpitaux des villages **Basaa au Cameroun**.

COMMENT ?

Par l'organisation de manifestations, soirées festives, culturelles, vides-greniers participation à des séminaires/salons culturels, Téléthon, et bien sûr la création et le pilotage de projets de développement.

QUAND ? 4 dates majeures sont à retenir :

> Dimanche 26 avril 2020 était programmé notre **vide-grenier annuel**. Malheureusement, les événements sanitaires ont eu raison de ce grand rendez-vous de bonnes affaires. Nous prions le seigneur afin qu'il rende ce rassemblement possible en avril 2021.

> Samedi 31 octobre 2020, salle des fêtes de Castelnaud, **soirée festive Franco-Camerounaise** et l'occasion



également de découvrir nos réalisations 2019, notamment notre projet "phare" eau & assainissement encours depuis 2 ans... Nous comptons sur le soutien, dons, parrainages et la mobilisation de tous.

- > **Forum des associations** en septembre,
- > **Marché de Noël**

L'agenda 2020/2021 prévoit également entre autres, un vide-grenier et une soirée festive : les dates seront précisées ultérieurement.

Merci, mille fois pour votre confiance.



RENSEIGNEMENTS :

- Président : Paul MUNLONG NGUE
- 06 80 90 52 84/ 06 86 27 79 26
- fraternitebasaa.mp@gmail.com
- www.facebook.com/fraternitebasaa



➤ Le complexe sportif, le dernier né des grands projets...

Le complexe sportif de la ville bientôt disponible pour les estréfontaines et estréfontains en 2021...

Les travaux de ce chantier de grande ampleur commencés en début du mois de mai 2019 se poursuivent. Ce complexe sportif d'une superficie totale de 3 000 m² est situé à Fondada, à côté du groupe scolaire, il disposera de plusieurs espaces.

- Une salle omnisports de 1 550 m² incluant un mur d'escalade et des tribunes de 100 places. Elle sera aux normes des fédérations au niveau départemental et par conséquent, opérationnelle pour les compétitions de handball, basket-ball, badminton...
- Un ensemble de 3 salles multiactivités, pour la gymnastique, la danse et toutes les autres disciplines de 600 m². Cet ensemble vient compléter les locaux existants à disposition des associations. Par ailleurs,

il est question d'une salle pour les sports de combat, arts martiaux et boxe et de locaux de stockage des accessoires et équipements.

Afin de limiter les coûts d'exploitation et être en conformité avec les engagements du Développement Durable, la ville a fait le choix de l'énergie géothermique. La chaleur naturellement présente dans le sous-sol représente une source d'énergie, naturelle, renouvelable, constante et gratuite.

Le principe de la géothermie consiste en la circulation d'eau dans deux tubes en forme de U descendant à 150 m de profondeur, permettant ainsi l'obtention d'une



MES NOTES :



AFMTELETHON

INNOVER POUR GUÉRIR

4 / 5 et 6 DÉCEMBRE 2020

