

Guide des ASSO CIA TIONS

2025/2026

Saint-Orens
de Gameville



ÉDITO

MERCI À TOUS LES BÉNÉVOLES !

Le 1er juillet 1901, Pierre Waldeck-Rousseau faisait adopter la grande loi républicaine sur la liberté d'association au terme d'une longue bataille parlementaire.

Cent vingt-quatre ans plus tard, le nombre d'associations à but non lucratif ne cesse de croître. C'est tant mieux, car qui dit association dit bénévolat. C'est grâce aux bénévoles qui donnent de leur temps pour une cause qui leur est chère que nos associations peuvent agir efficacement.



Notre Ville est riche de plus de 100 associations oeuvrant dans les domaines les plus divers (sport, culture, environnement, solidarité, éducation, mémoire, etc.). Elles contribuent à la formidable vitalité associative saint-orennaise.

Soucieuse de les aider, la Ville met à leur disposition salles et équipements, rénove leurs installations, leur apporte un soutien logistique, construit de nouvelles infrastructures (Villa Massot) et leur verse des subventions pour l'accomplissement de leurs missions.

Dans cette nouvelle édition du Guide des associations, vous découvrirez l'extraordinaire richesse de la vie associative saint-orennaise qui fait notre fierté. Merci aux dirigeants, salariés et bénévoles ! Et merci aux agents communaux qui les accompagnent !

Bonne lecture et vive le bénévolat !

Dominique Faure,

Maire de Saint-Orens de Gameville
Vice-présidente de Toulouse Métropole

Carole Fabre-Candebat,

Adjointe au maire en charge de la vie associative

SOMMAIRE

ANIMATION

• Accueil	3
• Aînés	3
• Anciens combattants.....	3
• Clubs d'entreprises	4
• Festivités.....	5
• Loisirs	5

CADRE DE VIE

• Amap	6
• Environnement	6
• Quartiers	8

CULTURE

• Arts Graphiques	9
• Chorales	9
• Cinéma.....	9
• Danse	9
• Écriture	10
• Philosophie.....	10
• Photographie	10
• Théâtre.....	11

ENFANCE

• Aumônerie	12
• Clae.....	12
• Cours scolaires.....	12
• Parents d'élèves	13
• Travail Manuel	13

SOLIDARITÉ

• Aides Humanitaires	14
• Droits de l'humain	14
• Handicap	15

SPORTS

• Arts Énergétiques de Santé.....	16
• Arts Martiaux	16
• Badminton	18
• Basket.....	18
• Chasse.....	18
• Cyclotourisme.....	18
• Disc Golf	19
• Escalade.....	19
• Équitation.....	19

• Football.....	19
• Gymnastique	20
• Natation	20
• Pétanque	20
• Randonnée.....	21
• Roller.....	21
• Rugby	21
• Sports Loisirs	21
• Squash.....	21
• Tennis	21
• Tennis de table	22
• Volley.....	22
• Yoga.....	23

Guide pratique des associations de Saint-Orens de Gameville – Édition 2025 / 2026
• Édité par la Ville de Saint-Orens – Tous droits de reproduction réservés • Tirage : 8900 ex. • Directeur de la publication : Carole Fabre-Candebat, Adjointe à la Communication, tel : 05 61 39 54 34 – Courriel : communication@mairie-saint-orens.fr • PAO : Service Communication • Impression : Imprimerie Ménard - 05 61 00 37 00 • Distribution : Mairie de Saint-Orens de Gameville • Photos et illustrations : service Communication.





ANIMATION

ACCUEIL

AVF (Accueil Villes de France)

- Maison des Associations,
salle des Lauriers
- 07 67 28 28 32
- avfsaintorens@gmail.com
- @avfsaintorens.fr
- Mahité CASTEL,,
Référente Service Accueil

Activités proposées :

Activités contribuant à l'accueil de toutes personnes en recherche de lien social :

- Culture : Cinéma, conférences, Généalogie, visites, excursions
- Sport et bien être : danse en ligne, marches, randos, VTT
- Jeux : Bridge (initiation), Échecs, Guitare et chants, Tarot, Théâtre, Scrabble
- Loisir pratique : Cuisine, (Enologie, Informatique, Jardinage, Langues (Anglais, Espagnol, Italien), Restauration véhicules anciens
- Artisanat : Carterie, Encadrement, Miyuki (Perles), Peinture sur soie, Vitrail

AÎNÉS

AAMR (Les Amis de la Maison de Retraite Labouilhe)

- Place du souvenir
- 06 20 62 00 48
06 60 27 30 17
- labouilheassociation@gmail.com
- @AamrLabouilhe
- Béatrice BARTHÈRE,
Présidente
Chantal MARTY, Secrétaire

Activités proposées :

Nous intervenons à la Maison de Retraite de Labouilhe, nous finançons et participons aux animations musicales, ateliers thérapeutiques tels que les clowns, organisons de grands événements à Pâques, une mini-ferme en juin, la semaine bleue en octobre, des jardinous pour cultiver des plantes et fleurs. Si vous disposez de quelques heures, venez rejoindre notre équipe motivée et enthousiaste!

CLUB DES AÎNÉS DE SAINT-ORENS

- Espace Lauragais
- 06 88 38 47 86
- fr.camerin@orange.fr
- @clubdesaines-saintorens.
over-blog.com
- Francine CAMERIN,
Présidente
Nicole GOUZY,
Responsable communication

Activités proposées :

- LUNDI A.M. cours d'anglais (débutants et confirmés) + Chorale
- MARDI A.M. Marche 5 et 10 km + jeux de cartes et atelier de tricotage
- MERCREDI Matin Gymnastique douce
- JEUDI A.M. Loto + Goûter

- VENDREDI Matin Gymnastique (Pilate/yoga) + A.M. Atelier de confection d'objets.

- Tous les mois un repas animé préparé par les Cuisines Centrales de notre ville
- Concours de belote le 1^{er} et 3^e vendredi du mois
- Séance de cinéma (1 mercredi) Studio7 à Auzielle
- 4 LOTOS Village en Novembre/Décembre/Février/Mars
- 1 Fête du CLUB / grillade
- Banquet de Noël et Réveillon du jour de l'An.

ANCIENS COMBATTANTS

AMICALE DES ANCIENS COMBATTANTS DE SAINT-ORENS

- Maison des Associations
- 06 63 80 61 00
- ancienscombattants31650@gmail.com
- Amical AC St Orens
- Christophe CORMARY, Président
Frédéric LE DEUN, Trésorier

Activités proposées :

Nous œuvrons à perpétuer la mémoire des anciens combattants et nous participons à toutes les cérémonies patriotiques de la commune.

ANIMATION



FNACA Comité de SAINT-ORENS

- ⌚ Maison des Associations
- 📞 06 89 67 49 41
- ✉️ pierre31.martin@orange.fr
- 👤 Pierre MARTIN, Président
Christian HERNANDEZ,
Vice-Président

Activités proposées :

Relation avec les pouvoirs publics et les représentants de l'Office National des Anciens Combattants. œuvrer en faveur de la paix en commémorant le « cessez-le-feu » ayant mis fin officiellement à la Guerre d'Algérie, le 19 mars de chaque année. Assister aux cérémonies patriotiques. Perpétuer le souvenir en exposant l'histoire de la guerre de l'Algérie au collège Jacques Prévert. Renforcer des liens de camaraderie et de solidarité. L'association est ouverte à tous ceux qui ont pris part à titre militaire à la guerre.

Adhésion

L'adhésion est de 28 € avec la revue l'Ancien d'Algérie et le calendrier

1761^e SECTION DES MÉDAILLES MILITAIRES

- ⌚ Maison des Associations, bureau du monde Combattant
- 📞 06 81 04 40 45
- ✉️ jc.metgy@gmail.com
- 👤 Jean-Claude METGY

Activités proposées :

Porteuse de l'histoire, la Médaille Militaire est plus actuelle que jamais, car elle est l'emblème de l'engagement populaire

accessible à tous ceux qui, sans être officiers et dans le cadre de la Défense Nationale, contribuent à la protection de la patrie, avec sa devise "Honneur et Patrie" "Valeur et Discipline".

La section est présente avec son Drapeau à toute cérémonie qui implique le devoir de mémoire et au Monument aux Morts de Saint-Orens.

CLUB D'ENTREPRISES ET COMMERCANTS

APLICA - Les Pros de Sto (Association des Professions Libérales, des Commerçants et des Artisans de Saint-Orens)

- ⌚ Animations chez les commerçants et événements de la ville
- 📞 06 74 15 22 91
06 47 85 95 32
- ✉️ accueil@prosdesto.fr
president@prosdesto.fr
- 👤 prosdesto.fr
- 👤 @Pros de St O Aplica
- 👤 @prosdesto
- 👤 Émilie ARTEIL, Présidente
Christel DREUILHET,
Trésorière

Activités proposées :

L'association des Professions Libérales et Commerçantes de Saint-Orens regroupe des professionnels engagés pour faire vivre le commerce local. Par des événements, des ateliers et un afterwork mensuel, nous favorisons les échanges entre adhérents et développons des actions pour inciter les Saint-Orennais à consommer local. Notre objectif : créer du lien, dynamiser notre commune et soutenir l'économie de proximité.

CLUB DES ENTREPRENEURS DE ST ORENS ET DE L'EST TOULOUSAIN

- ⌚ Château Catala
- 📞 05 61 39 04 84
- ✉️ contact@cesoet.fr
- 👤 Philippe RERAT, Président
Francis HIPPOLYTE, Secrétaire

Activités proposées :

Le Club des Entrepreneurs de Saint-Orens et de l'Est Toulousain (CESOET) fédère les acteurs économiques locaux pour dynamiser le territoire. Il favorise la croissance, l'innovation et les partenariats, tout en promouvant la Responsabilité Territoriale des Entreprises (RTE). Ouvert à tous les entrepreneurs partageant ses valeurs, Le Club offre un réseau dynamique, favorise le dialogue avec les institutions et soutient les projets locaux dans un esprit de collaboration et selon des principes éthiques.

AVENUE DES RÉSEAUX DE SAINT-ORENS DE GAMEVILLE

- ⌚ Maison des Associations
- 📞 06 15 07 39 95
- ✉️ contact@adr-st-o.com
- 👤 adr-st-o.com
- 👤 Stéphane MALLET, Président
Patrice SPINOSA, Trésorier

Activités proposées :

Club d'entreprises basé à Saint-Orens de Gameville Nous organisons une rencontre par mois, généralement le premier lundi de 18h30 à 21h.



FESTIVITÉS

COMITÉ DES FÊTES DE SAINT-ORENS

- 🏡 Espace Lauragais et buvette des chênes Pl. Jean-Bellières
- 📞 07 88 30 12 29
07 61 73 74 64
- ✉️ comitedesfetesstorens@gmail.com
brotonspatrickarlette@hotmail.fr
- 🌐 https://comite-fetes-storens.fr
- 👤 @Comité des Fêtes de Saint-Orens de Gameville
- 👤 @comitedesfetes_saintorens
- 👤 Patrick BROTONS, Président
Michael CAPELLO, Vice Président

Activités proposées :

Événements festifs tout le long de l'année.

LOISIRS

AGRANAT

- 🏡 Salle Agranat
- 📞 06 63 98 26 91
- ✉️ yvette.gamboni@orange.fr
- 👤 Yvette GAMBONI, Présidente

Activités proposées :

Loisirs créatifs, couture, tricotage et échanges.

AMICALE LOISIRS ALTIGONE

- 🏡 Place Jean Bellières
 - 📞 05 61 13 30 24
06 05 24 12 53
 - ✉️ al.altigone@gmail.com
 - 👤 Francis HIPPOLYTE, Président
- Activités proposées : Passer des moments conviviaux et respectueux autour de parties de pétanque et de cartes.

ALCA 31 (Association de loisirs culturels et artistiques)

- 🏡 Château Catala
- 📞 06 21 20 59 06
06 75 48 89 03
- ✉️ maryse.carrier@alca31.com
2m.carrier@gmail.com
- 👤 alca31.com

- 👤 Maryse CARRIER, Présidente
Michel CARRIER, Trésorier
- Activités proposées :

Concours International et francophones «Les Arts littéraires» il entre dans sa 15e année d'existence et est ouvert à tous dans les catégories Roman, Théâtre, Nouvelle, Poésie. La cérémonie de remise des Prix au château Catala avec attribution de nombreuses récompenses dont le Prix de la Ville de Saint-Orens, est accompagnée d'une exposition de tableaux d'intermèdes musicaux.

Conditions d'inscription et règlement sur le site : alca31.com

BRIDGE CLUB DE SAINT-ORENS

- 🏡 Espace Marcaissonne
- 📞 06 23 98 56 78
06 86 07 77 34
- ✉️ bridge.saintorens@free.fr
daniel.ferry@orange.fr
- 👤 Daniel FERRY, Président
Pierre GROS, Vice-Président

Activités proposées :

Tournois hebdomadaires : le lundi soir, le mercredi et le vendredi après-midi.

Rendez-vous festifs : prévus pour conserver l'esprit d'amitié et de convivialité qui règne dans le club.

École de bridge : les enseignements sont assurés par un Maître-Assistant, et

cinq moniteurs Diplômés FFB, du niveau débutant au perfectionnement.

Cours débutant le mardi après-midi et soir. Cours de perfectionnement le jeudi soir et le vendredi matin.

PATBRUNE'S CRAFT

- 🏡 Lieux d'exposition et domicile

- 📞 06 17 62 35 22
- ✉️ patbrune@free.fr
- 👤 Patbrune.free.fr
- 👤 patbrune's Craft
- 👤 Patbrune

- 👤 Patricia BERTHELÉ

Activités proposées :

Miniatures, dioramas, laine feutrée, créations artistiques, couture: Promouvoir des activités artistiques et manuelles (expositions, créations à la demande)

SAINT Ô BRAZIL

- 🏡 Salle du CLAE (le jeudi soir).
- 📞 06 83 59 61 42
- ✉️ jeanpierremalacamp@gmail.com
- 👤 saint-o-brazil.jimdosite.com
- 👤 Muriel BIAU, Présidente-Trésorière / Jean-Pierre MALACAMP, Chargé de communication

Activités proposées :

Batucada (orchestre de rue utilisant des percussions brésiliennes fournies par l'école de musique).

ANIMATION



CADRE DE VIE

AMAP

AMAP Vegetorens

📍 Ferme de Cornac
📞 06 85 45 09 06
✉️ vegetorens@laposte.net
✉️ @vegetorens.free.fr
👤 Bertrand JANNEL, Président
Marie-Christine CHAMAILLARD, Secrétaire

Activités proposées :

L'AMAP propose une démarche d'alimentation solidaire et durable. C'est un partenariat de proximité entre des producteurs de légumes, fromages, produits bios, pain, poulets, œufs, fruits, bière, viande bovine,... et un groupe de mangeurs qui s'engage sur une période définie par contrat pour chaque type de produit. Les terres agricoles s'éloignant des centres urbains au profit de projets immobiliers ou routiers anachroniques, l'Amap permet de concilier des échanges équitables sur le long terme, des circuits de distribution réellement courts et une alimentation de saison, sans intermédiaires, saine et durable.

ENVIRONNEMENT

2 pieds 2 roues (antenne de St-Orens)

📞 06 51 16 76 39
✉️ saintorens2p2r@gmail.com
✉️ @2p2r.org
👤 Michel SARRAILH, Animateur

Activités proposées :

L'association promeut l'usage du vélo au quotidien et la marche en ville. L'antenne de St-Orens participe aux réunions de consultation organisées par la municipalité. Elle fait connaître le Baromètre des villes cyclables. Elle propose des aménagements structurants pour des déplacements sécurisés à vélo, participe à des actions de sensibilisation à la sécurité routière et au respect du Code de la route, notamment aux abords des écoles. Elle signale les défauts des infrastructures actuelles, en demandant des améliorations concernant les zones dangereuses, les obstacles (panneaux mal placés, chicanes, végétation débordante) et l'entretien des pistes existantes.

AJEP

(Association des Jardins d'En Prunet)

👤 Jardins familiaux, chemin des Tuilleries
📞 06 84 80 78 97
✉️ mchristophe520@gmail.com
👤 Christophe MARGALEJO, Président

Activités proposées :

Association à but non lucratif dont l'objet est la gestion, la promotion et le développement des jardins familiaux.

Développer avec les jardiniers :

- Le sens de l'entraide et de la solidarité;
- Le goût des échanges, des méthodes, du savoir-faire, des expériences;
- La pratique de l'action collective : plantations, achats groupés de graines, de plantes, d'outils, etc.
- L'initiation au développement durable.

CAFÉ'IN

📍 Espace culturel Altigone, ancienne gendarmerie (Café Bricol)
📞 06 51 16 76 39
✉️ michel.sarrailh@gmail.com
cafeinsainto@gmail.com
✉️ @cafeinsainto.fr
👤 Michel SARRAILH, Président
Christine DELTEIL, Secrétaire

Activités proposées :

Café'invous propose des Cafés débats, pour échanger sur des questions de société, des ateliers de l'esprit critique, des Cafés numériques, pour utiliser au mieux les outils numériques : ordinateurs, téléphones portables, et tablettes, des aides à la lecture pour les jeunes, des Café Bricol' pour apprendre à réparer et éviter de jeter, le Caf'échange pour emprunter du matériel de bricolage ou de jardinage.

Adhésion

10€ pour les usagers du Café Numérique et du service prêt et de 5€ pour les bénévoles.

CAMINAREM

📞 06 71 87 73 52
06 75 59 63 54
✉️ c.brustel@wanadoo.fr
andynick.roy@gmail.com
✉️ caminarem31.over-blog.com
👤 Christiane BRUSTEL, Présidente
Nicole ROY, Secrétaire



Activités proposées :

- Ouverture et réouverture de chemins ruraux ou sentiers et aménagement, depuis 1994, pour la promenade et la randonnée.
- Entretien et amélioration de plusieurs GR et PR en Haute Garonne.
- Mise en place de parcours d'observation botton et entretien de haies.
- Participation à de nombreuses fêtes et manifestations.
- Veille régulière sur le réseau des chemins du Sicoval et participation au balisage des boucles de promenade.

SOAPI (Saint-Orens Apiculture)

- Local SOAPI 13, route de Cayras. Ruchers associatifs Marcaissone et Cassin
06 80 77 86 81
soapi.asso@gmail.com
@ soapi-asso.fr
f SoApi
Jean-Luc ARNAUD, Président
Mélanie LHOPITAL, Secrétaire

Activités proposées :

- Mise à disposition d'emplacements dans quatres ruchers associatifs sur les terrains mis à disposition par les communes (St Orens, Flourens, Auzelle)
- Formation aux bonnes pratiques apicoles (par des conférences, des cours et la pratique)
- Support collégial pour la conduite de colonie d'abeilles
- Accompagnement pour la fabrication de ruches
- Mise à disposition de ruches pédagogiques sous tutorat et de matériel apicole (miellerie, extracteurs...)

- Organisatio sur St Orens de Plan National de Lutte contre le Frelon Asiatique
- Animation scolaire et périscolaire de sensibilisation.

Adhésion

30 €

SOBC

(Saint-Orens Bas Carbone)

- Salles municipales, écoles,...
07 87 51 40 86
saintorensbascarbonne@gmail.com
Manon PETITJEAN-LEGEROT, Présidente
Laurent LAFOND, Secrétaire

Activités proposées :

Accompagner la mairie et les citoyens de Saint-Orens dans les actions de réduction de leur empreinte carbone. Sensibilisation et information sur le marché, dans les écoles, lors des événements municipaux. Animation de fresques (climat, mobilité) et d'ateliers (2tones, Ma vie en Bas Carbone). Participation citoyenne aux projets de la mairie et d'autres associations saint-orennaise par groupes de travail thématiques (Alimentation, Mobilités et challenge Allons-Y A Vélo -(AYAV), Végétalisation, Plan Climat Air, Énergie St Orens.

SONE (Saint-Orens Nature et Environnement)

- Salle Jean Dieuzaise et espaces naturels de la Ville
06 03 02 91 84
sone@sone.fr
@ sone.fr et biodiv.sone.fr
f Saint-Orens-Nature-Environnement
Pierre JOUFFRET, Président
Michel SARRAILH, Secrétaire

Activités proposées :

Dédiée à la protection environnementale, SONE œuvre à la sensibilisation et à la formation de ses adhérents (adultes et enfants) à l'environnement :

- Sorties nature (flore, faune, milieux...)
- Réunions, expositions et conférences (exposition champignons...)
- Préservation de l'environnement, inventaire de la biodiversité de la commune, construction de nichoirs à oiseaux, opérations de protection des hirondelles, des hérissons, des orchidées, des milieux.

Adhésion

15 € (individuel), 25 € (famille)

Nature En Occitanie

- 14 Rue de Tivoli, 31000 Toulouse
05 34 31 97 00
06 02 42 00 43
contact@natureo.org
vieasso@natureo.org
www.natureo.org
NatureEnOccitanie
Fanny AUTARD, Chargée de communication
Carla REMUS, Chargée de la vie associative régionale

Activités proposées :

Nature En Occitanie est une association créée en 1969. Reconnue d'intérêt général, elle a pour objectif la protection et la valorisation du patrimoine naturel régional grâce une amélioration des connaissances naturalistes et la conservation des espèces et de leurs habitats, des actions de sensibilisation auprès de tous les publics, de la veille écologiques sur des projets d'aménagement du territoire. Sur la commune, elle participe à la mise en place

CADRE DE VIE



d'un Atlas de la Biodiversité Communale et accompagne les élus à une meilleure prise en compte des problématiques environnementales.

QUARTIERS

ALAC (Association Loisirs et Animations de Catala)

Château Catala, Halle Catala
05 61 20 68 20
06 84 21 03 00
henriroger.larhue@orange.fr
Christiane LARRUE,
Présidente

Activités proposées :

Crée en 1972, l'ALAC œuvre pour le bien-vivre ensemble dans un cadre de vie agréable. Elle est un relais avec les collectivités. Sorties, galettes des rois, loto, gym, subvention jeunes, achat d'une nouvelle table de ping-pong posée près de la Halle, installation de panneaux arboretum pour identifier les arbres remarquables du parc, achat de rosiers pour compléter la roseraie.

BIEN VIVRE AU SUD-EST DE SAINT-ORENS

Salle Jean Dieuzaide
06 03 08 24 52
06 18 79 70 34
latcher.christophe@gmail.com
marinejacquin@hotmail.com
Christophe LATCHER,
Président
Marine JACQUIN, Secrétaire

Activités proposées :

Défense de la qualité de vie dans notre quartier et création de lien social entre voisins.

LA CÔTE

Quartier Cammas
05 61 39 85 98
f6itd@aol.com
Jean-Pierre BERTHOUMIEUX,
Président

Activités proposées :

Crée en 2001, notre association est en relation avec la municipalité. Elle défend d'une manière générale le cadre de vie du quartier Cammas et des zones limitrophes. Elle veille particulièrement au respect de l'environnement, au bien vivre, à la convivialité et aux conditions de sécurité en matière de circulation. Elle défend le cadre architectural, les paysages urbains et ruraux, une unité de composition urbanistique à proximité du Cammas qui est un milieu pavillonnaire.

SAINT-ORENS ENSEMBLE

06 16 93 20 04
saintorens.ensemble@free.fr
saintorens.ensemble.free.fr
Olivier CASAMITJANA,
Président

Activités proposées :

L'association fait le lien entre les habitants de la cité et les instances locales avec pour objectif :

- De fédérer toutes celles et tous ceux qui souhaitent se rassembler afin de contribuer à l'amélioration de la vie des habitants de Saint-Orens dans le cadre des actions de la municipalité;
- De recueillir les suggestions et avis formulés par les Saint-Orennais s'inscrivant dans cet objectif;

- De coopérer avec les instances locales, institutions et organismes officiels, en particulier pour l'organisation d'actions diverses.

SAINT'O CITOYENNE

05 62 24 88 60
contactca@st-o-citoyenne.fr
st-o-citoyenne.fr
Gisèle MONTAUBRIC
Denise DELEUZE

Activités proposées :

Promouvoir et favoriser toutes les activités de sorte à développer le lien social et l'engagement citoyen à Saint-Orens. La veille citoyenne sur la commune et la défense de la laïcité.

Organisation d'événements :

- culturels, d'éducation populaire et citoyenne...
- covoiturage culturel

Adhésion

15 €/an - 5 € pour les jeunes et personnes en situation de précarité.



CULTURE

ARTS GRAPHIQUES

ARTGOS

- 📍 Altigone et Ferme de Cornac
- 📞 07 67 01 18 52
- ✉️ association.artgos@gmail.com
- 👤 @artgos.pepsup.com
- 👤 Manon ABESSOLO, Présidente

Activités proposées :

ARTGOS est une association créée en 1992 qui a pour but de développer la connaissance, et la pratique pédagogique, technique et thérapeutique des Arts Plastiques. Elle propose des cours de dessin, peinture, aquarelle, modelage et poterie pour adultes, adolescents et enfants. Le tout dans une ambiance conviviale et chaleureuse !

CHORALES

ENSEMBLE VOCAL CANT'ORENS

- 📍 École municipale de musique
- 📞 06 78 51 71 58
06 32 26 35 02
- ✉️ chorale.cantorens@gmail.com
- 👤 @cantorens.fr
- 👤 Ensemble vocal Cant' Orens
- 👤 Béatrice SECRET, Présidente
Marie-Lise GERGONNE, Secrétaire

Activités proposées :

Ensemble Vocal Cant'Orens à l'École municipale de Musique de Saint-Orens. Chœur mixte amateur - débutants bienvenus! Dirigé par Nathalie Accault, cheffe de chœur professionnelle.

Répertoire : classique et contemporain. Répétitions : Lundi soir de 20h30 à 22h30 à l'école de musique de Saint-Orens.

Adhésion

Adhésion annuelle hors partitions 115 € (Saint-Orennais) et 121 € (extérieurs).

quotidienne, accueil de groupes scolaires, seniors et autres, rencontres, débats, animations jeune public, création du « festival Moteur! », cinéma en plein air l'été, décentralisation des festivals régionaux...

DANSE

ALTIDANSE

- 📍 Centre Culturel Altigone, Espace Marcaissonne, Écoles
- 📞 05 61 39 95 56
07 71 16 80 78
- ✉️ altidanse@orange.fr
altidanse@gmail.com
- 👤 @altidanse
- 👤 @altidanse_
- 👤 Christine Arsac, Présidente

Activités proposées :

Chorale d'amateurs qui se retrouvent pour le plaisir de chanter, sous la houlette d'un chef de chœur professionnel. Nous sommes environ 22 personnes, notre répertoire est varié et composé de musique du monde plus ou moins rythmées (africaines, espagnoles, françaises etc.) Débutants acceptés. Les répétitions ont lieu tous les jeudi de 20h00 à 22h00.

Adhésion:
140€/ an payable en 3 fois

CINÉMA

CINÉMA STUDIO 7

- 📍 7, ch. des Écoliers, Auzielle
- 📞 05 61 39 02 37
- ✉️ contact@cinemastudio7.com
- 👤 @cinemastudio7.com
- 👤 studio7auzielle
- 👤 Stéphanie COLY, Directrice
Annick BRULE, Présidente

Activités proposées :

Cinéma associatif art et essai qui propose actualité cinématographique de façon

CULTURE



Saint O Dance

- Boulodrome
- 06 50 64 95 63
- 06 23 36 39 03
- lamaymie@gmail.com
saintodance@gmail.com
- Corinne LARROQUE
HERNANDEZ, Présidente
Jean-Claude PECH, Vice
Président

Activités proposées :

Tous les lundis soir hors vacances scolaires, notre association vous propose l'apprentissage et la pratique de danses de société. Saint'O Dance priviliege les danses du moment : bachata, salsa sans oublier les plus classiques comme le rock, le cha cha, danse de salon.

AMANTICA

- Centre amantica
17, bd du Libre Échange
- 06 87 25 46 36
- besso.joelle@orange.fr
- bessodanse.fr
- @bessoballetacademie
- Ballet Besso
- Danielle BESSO, Présidente

Activités proposées :

Cours de danse classique et de danse de caractère. À partir de l'âge de 6 ans, tous niveaux. Stages de danse (classique, jazz, contemporain, caractère) ouvert à tous, à chaque vacances scolaires y compris en juillet et août. Participations à des spectacles de danse et préparation à des concours de danse.

ÉCRITURE

TEXT'ORENS

- Maison des Associations
- 06 43 00 85 59
- 06 88 82 88 06
- cathy-cap@hotmail.fr
pascale.polle.perreau@gmail.com
- Cathy GALAUP, Présidente
Pascale POLLE,
Vice Présidente

Activités proposées :

Atelier d'écriture dès 18 ans.
Ecrire des textes sur des consignes variées, en temps limité et les partager par la lecture.
Ambiance chaleureuse, plaisir d'écrire et de créer des liens.

PHOTOGRAPHIE

EPSO (Expression Photographique Saint-Orennaise)

- Maison des Associations
- 06 03 15 03 30
- contact.epsophoto@gmail.com
jocelynesaris@gmail.com
- epsophoto.com
- EPSO31650
- Jocelyne ROIT-LEVEQUE,
Présidente
Sabato RENZULLO,
Vice-Président

Activités proposées :

Voir ou revoir les bases de la photographie. Discussions photographiques, studios, ateliers analyse d'images, expositions, marathons photo, sorties photo.

PHILOSOPHIE

PHIL'ORENS

- Maison des Associations
- 06 29 82 42 10
- 06 43 00 85 59
- godfroyfrancoise1@gmail.com
cathy-cap@hotmail.fr
- Françoise GODFROY MERLIN,
Présidente
Cathy GALAUP, Vice
Présidente

Activités proposées :

La philo pour tous : une nouvelle pratique de la philosophie à expérimenter en ateliers adultes pour échanger dans le respect des différences et dans un climat d'écoute, détendu et bienveillant. Venez apprendre à penser pour vous-même, par vous-même et avec les autres. Un samedi par mois de 10h15 à 12h30, Maison des associations. Renseignements par mail ou par téléphone.



THÉÂTRE

COMÉDIE DE SAINT-ORENS

- Espace Marcaisonne
- 06 31 74 74 74
- comediedesaintorens@gmail.com
- fncta-midipy.fr/comedie-de-saint-orens
- Didier CARRAL, Président
Marie-Claude LATRUBESSE,
Secrétaire

Activités proposées :

La Comédie de Saint-Orens est une troupe de théâtre qui accueille uniquement les adultes et leur propose de « monter » une pièce de théâtre, choisie par la metteuse en scène, Claire Hardy, avec la troupe en fonction du nombre d'adhérents afin que chacun y trouve un rôle.

Durant l'année, au rythme d'une répétition par semaine le mardi soir, nous apprenons le texte et la manière de jouer le personnage choisi. Une représentation de la pièce est prévue en fin d'année et permet à chacun de jouer devant un public. Si l'ensemble de la troupe est d'accord nous pouvons rejouer la pièce durant l'année suivante.

RIONZENSEMBLE

- Espace Marcaisonne
- 06 83 59 61 42
- jeanpierremalacamp@gmail.com
- rionzensemble.fr
- Jean-Pierre MALACAMP,
Chargé de communication
Françoise TEXIER, Trésorière

Activités proposées :

La principale activité est la troupe de Théâtre qui joue ses propres créations dans toute la région. À cela s'ajoutent diverses activités ludiques: initiation au Tango argentin (avec DansonZensemblle, 2h un samedi matin sur deux) et ponctuellement des soirée à thème.

CULTURE

11



ENFANCE

AUMÔNERIE

- AEP** (Aumônerie de l'Enseignement Public)
- Centre Paroissial place du souvenir
 - 05 61 00 51 09
 - aumonerie.castasainto@gmail.com
 - Maxence RAMBAUD

Activités proposées :

L'aumônerie de l'enseignement public est un lieu de rencontre, de débat et d'échange sur la foi chrétienne et sur tous les sujets de la vie.

CATÉCHISME PAROISSE NOTRE DAME D'AUTAN

- Centre Paroissial, Place du Souvenir, 31650
 - 05 61 00 51 69
 - ktainto@gmail.com
 - Gaëlle WICKLER, Animatrice
- Activités proposées :**
- Séances ludiques pour permettre à l'enfant de découvrir l'amour de Dieu, connaître Jésus.

LAMPE (L'Association du Ministère Protestant Évangélique)

- Espace Marcaissonne, Château Catala
- 05 61 99 80 42
07 60 03 67 44
- reese@netcourrier.com
- Roy REESE, Président
Margaret REESE, Trésorière

Activités proposées :

Concerts de musique ex. Gospel, Fête de Noël, conférence/débats, vente de littérature chrétienne.

CLAE

AMICALE LAÏQUE SAINT-ORENS

- Écoles, Mix'Ados
- Secrétariat : 05 61 39 18 59
- secretaire@amicalelaïque.com
- amicalelaïque.com
- Fabien MERY, Président

Activités proposées :

Son but est d'offrir un espace éducatif à tous les enfants et adolescents durant les temps périscolaires et extrascolaires en complémentarité des institutions scolaires et des familles. Elle accueille les enfants et adolescents au sein des CLAE maternelle et élémentaire, de l'espace jeunes Mix'ados, du CLSH et du dispositif d'accompagnement à la scolarité (CLAS). Elle propose aussi des événements tout au long de l'année (Carnaval, festival, journées festives).

COURS SCOLAIRES

INTERSCOL

- 35, avenue de la Marqueille à Saint-Orens
- 09 81 20 62 88
- asso.interscol@gmail.com
- @assointerscol31
- Mariella RICOU, Présidente
Carole BIRAL, Trésorière

Activités proposées :

- Séances de soutien scolaire hebdomadaires en petit groupe du lundi au samedi, avec un engagement au trimestre pour toutes les matières et tous les niveaux (primaire, collège, lycée).
- Accompagnement des élèves scolarisés au CNED (sport-études), du primaire au lycée.
- Ateliers linguistiques en anglais ou en espagnol (maternelle, primaire, collège, lycée).
- Cours d'anglais du soir pour adultes.
- Stages de pré-reentrée à partir de la mi-août.
- Stages intensifs sur les périodes de vacances scolaires dans toutes les matières.
- Stages de préparation aux examens en juin.



ASEEM

❖ Cours à domicile ou à l'hôpital.
❖ 05 61 55 33 42
❖ aseem@wanadoo.fr
❖ @aseem31.com
❖ Didier BRAVO, Président
Françoise LACABANNE,
secrétaire

Activités proposées :

Notre association anime un réseau d'enseignants bénévoles assurant une continuité dans les études des enfants ou adolescents dont la scolarité est interrompue ou perturbée par la maladie ou l'accident.

PARENTS D'ÉLÈVES

ALISO 31

❖ Écoles
❖ 06 79 09 02 92
❖ contact@aliso31.com
president@aliso31.com
❖ @ aliso31.com
❖ Nicolas AMBLARD, Président
Amale YAHYAOUI, Secrétaire

Activités proposées :

Aliso agit pour le bien-être et la mise en œuvre de conditions de travail favorables à la réussite de vos enfants dans les établissements scolaires de Saint-Orens, de l'école maternelle au lycée.

Aliso est une association des parents d'élèves affiliée à l'UNNAPE qui officie sur les établissements élémentaires (maternelle et primaire) et secondaires de la ville (collège et lycée).

FCPE DES ÉCOLES DE ST-ORENS DE GAMEVILLE

❖ 06 21 03 81 67
❖ christophe.gaelle@free.fr
❖ Christophe LLORET,
Président

Activités proposées :

Présente sur les trois groupes scolaires de Saint-Orens, la FCPE participe à la vie des écoles en partenariat avec les interlocuteurs de l'éducation : enseignants, mairie, Amicale Laïque... en siégeant aux conseils d'école et en participant aux différentes rencontres de la mairie.

Les principes que nous défendons :

- Conception démocratique de l'école dans le respect des droits de l'enfant et des parents
- École inclusive
- Lutte contre l'échec scolaire
- Laïcité et citoyenneté
- Co-éducation
- Restauration : suppression des plastiques, conversion bio et locale
- Être attentif aux situations de harcèlement scolaire

TRAVAIL MANUEL

L'OUTIL EN MAIN

❖ Ancienne gendarmerie,
4, avenue de Revel
❖ 06 20 09 78 01
06 51 16 76 39
❖ jeanmarcadamus@gmail.com
❖ @loutilenmain.fr/associations.
asso459.html
❖ Jean-Marc ADAMUS,
Président
Michel SARRAILH, Secrétaire

Activités proposées :

Initier les jeunes de 9 à 14 ans aux métiers manuels avec des professionnels retraités bénévoles. Ateliers de menuiserie, ferronerie, mécanique, électricité en fonction des disponibilités des bénévoles de l'association.

Un bénévole pour un ou deux enfants maximum pour une meilleure initiation personnalisée, leur permettant de découvrir les matériaux, les outils, de développer leur dextérité manuelle en stimulant leur confiance en eux.

But : Faire réaliser aux enfants des objets qu'ils conservent en fonction des ateliers suivis..

Séance : mercredi de 14h à 16h en période scolaire.



SOLIDARITÉ

AIDES A L'EMPLOI

LE TREMPLIN

📞 05 61 81 98 98
06 74 79 52 96

✉️ storens@letremplin31.com

👤 Naïma RUCQUOI,
Conseillère en insertion
professionnelle

Acteur majeur de l'Économie Sociale et Solidaire, fort de 35 ans d'expérience, certifié organisme qualité norme ISO 9001 et agréé ESUS (Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale). Le Tremplin est à vos côtés pour faciliter votre quotidien. En 2024, 48 clients de Saint Orens et sa périphérie nous ont fait confiance sur des missions de ménage et jardinage notamment... Comme eux bénéficiez de 50 % de déduction fiscale et de l'avance immédiate de l'Urssaf. Fournissez le matériel et les consignes, le Tremplin se charge du reste.

AIDES HUMANITAIRES

PETITS FRÈRES DES PAUVRES

👤 Espace Marcaissonne,
Maison des Activités
Multidisciplinaires (MAM),
Maison des Associations,
Salle Jean Dieuzeide

📞 06 70 05 76 61
07 78 37 71 26

✉️ storens.castanet@
petitsfreresdespauprives.fr
bernard.pascal64@sfr.fr

👤 Bernard PASCAL,
Responsable de l'équipe
Félix DANIEL, Membre du
Conseil d'équipe

Activités proposées :

Accompagnement des personnes âgées de plus de 50 ans isolées, exclues et en situation de précarité à travers la visite de bénévoles sur le lieu de vie (domicile, EHPAD, foyers...) et l'organisation de sorties et autres actions individualisées.

SECOURS CATHOLIQUE

🏡 Maison des Associations

📞 06 78 69 92 42

✉️ saint-orens.311@secours-
catholique.org

👤 Marie-Christine MANTEAU,
Coordinatrice

Pour lutter contre toutes formes de pauvreté, l'équipe propose :

- Un accueil social : en dernier recours, quand l'accès aux dispositifs de droit commun est éprouvé.
- Des ateliers socio-linguistiques : apprentissage du français et alphabétisation pour adultes complétés d'ateliers conversationnels ou culinaires (facilitant l'intégration et l'insertion professionnelle). L'accompagnement scolaire pour enfants ou adolescents au domicile familial.
- L'aide aux courses : service du CCAS : des bénévoles accompagnent des personnes à mobilité réduite.
- Des temps conviviaux durant l'année.

SECOURS POPULAIRE

🏡 5 rue de Partanaïs, 31650

📞 05 61 39 08 11

✉️ spf.st.orens@orange.fr

👤 Mado PREVOST, Secrétaire
générale
Jean-Paul MONTEIL,
Trésorier

Activités proposées :

Notre comité a vocation à accueillir toutes les personnes en difficultés sans distinction. Sur dossier nous sommes susceptible de fournir une aide alimentaire, financière ou aide pour partir en vacances, en lien avec les CCAS ou les services sociaux du département. Pour cela, nous appeler le matin du lundi au vendredi au 05 61 39 08 11.

DROITS DE L'HUMAIN

AMNESTY INTERNATIONAL

📞 06 01 63 22 17

✉️ balmastorens@
amnestyfrance.fr

👤 amnesty.fr

👤 @amnestytoulouse

👤 Odile PRUD'HON, Présidente

Activités proposées :

Nous sommes une organisation internationale de millions de militants. Nos actions portent sur la dénonciation des violations des droits humains en France et partout dans le monde. Nous menons également des actions auprès du grand public afin de le sensibiliser à la cause des droits humains qui concerne chacun d'entre nous. Localement, nous sommes cinq groupes répartis sur le Grand Toulouse.



LES ENFANTS DE MALISADIO

- 🏡 France / Mali
- 📞 06 18 59 76 22 ou 09 88 57 37 67
- ✉️ @ malisadio.free.fr
- ✉️ enfantsdemalisadio31@gmail.com / nfrantis@gmail.com
- 🌐 @Enfants de Malisadio
- ✉️ Nouhoum FRANTAO

Activités proposées :

- Organiser des manifestations en vue de faire connaître le Mali, à travers l'association;
- Promouvoir la vente d'objets artisanaux maliens et de produits confectionnés par les élèves et parents d'élèves;
- Sensibiliser donateurs, pouvoirs publics et bénévoles, afin de récolter des fonds nécessaires à son fonctionnement et la réalisation des projets.

GADD (Groupement d'Acteurs du Développement Durable)

- 🏡 Burkina Fasso / Siège à Saint-Orens
- 📞 06 18 41 69 76 06 79 92 71 53
- ✉️ @ www.gadd-asso.org
- ✉️ ber.laurent@orange.fr
- 👤 Bernard LAURENT, Président
Ernest HAJZLER,
Vice Président

Activités proposées :

Le GADD a pour objet de réunir les acteurs capables de mettre en œuvre les moyens visant à améliorer durablement la satisfaction des besoins élémentaires des membres des communautés villageoises dans les pays les moins avancés pour renforcer et accompagner l'action des États dans leur lutte contre la pauvreté et l'analphabétisme.

HANDICAP

ADIM'S "LE RELAIS DE JOCELYNE"

- 🏡 2, chemin de Ribaute, 31400 Toulouse
- 📞 05 61 34 06 06 07 84 72 84 41
- ✉️ adim.relaistdejocelyne@hotmail.com / lesateliers.relaistdejocelyne@gmail.com
- 🌐 @lerelaistdejocelyne
- 👤 Jacques BARDOU, Président
Georget BORDIER, Vice Président

Activités proposées :

L'ADIMS, association créée il y a 35 ans, a pour objectif de favoriser le lien social. Les membres de l'association se déplacent éventuellement à domicile pour des cas difficiles. Les activités proposées sont diverses : cuisine, maquillage, arts-plastiques, sorties, repas, loto, etc. Distribution de colis alimentaires. Le mercredi après-midi est la journée des petits avec leurs parents. Nous agissons principalement sur le handicap, mais nous sommes une association très ouverte à tous. L'ADIMS siège à la MPDH. Nous cherchons des partenariats de tout genre.

Adhésion

À l'année à partir de 15€-18€;
Famille 29€

AGAPEI

- 🏡 Dans nos bureaux
- 📞 05 34 41 38 70
- ✉️ CT31@agapei.asso.fr
Sfontana@agapei.fr
- ✉️ @ agapei.asso.fr
- 🌐 AgaPei CT31
- ✉️ @agapei_asso
- 👤 Michel STAROZINSKI,
Président/ Syviane FONTANA,
Vice Présidente

Activités proposées :

Défense de la cause du handicap.
Accompagnement d'enfants et adultes en situation de handicap.
Soutien aux parents d'enfants handicapés

AMARYLLIS

- 📞 06 75 12 57 94
- ✉️ mh.lansard@wanadoo.fr
- 👤 Marie-Hélène LANSARD,
Présidente
Alex INSA, Trésorière

Activités proposées :

Proposer des projets permettant l'autonomie et l'accès aux loisirs culturels des travailleurs de l'ESAT Occitanie.

SOLIDARITÉ



SPORTS

ARTS ÉNERGÉTIQUES DE SANTÉ

QI GONG S-H-E-N Saint-Orens

📍 Espace Marcaissonne
📞 06 98 81 14 93
06 82 81 20 00
✉️ qi.gong.shen31@gmail.com
anmarie.bur@gmail.com
👤 @qi-gong-shen.fr
👤 Anne-Marie BUR, Présidente
Isabelle CLEMENT,
Enseignante

Activités proposées :

Arts énergétiques: Qi Gong, Dao Yin et méditation.
La discipline utilise les principes de la médecine chinoise.
Au travers de mouvements, amples et fluides; de la respiration, douce et naturelle; de la concentration/coopération de l'esprit, on parvient à faire circuler l'énergie, le Qi. Ainsi, l'équilibre, le calme et l'harmonie s'installent. La pratique régulière de cet art permet de cultiver la paix intérieure pour préserver une bonne santé. Notre pratique est accessible à tout âge de vie.

ARTS MARTIAUX

AEMC ST-ORENS (Arts Énergétiques et Martiaux Chinois)

📍 Espace Lauragais
📞 06 75 03 82 83
✉️ contact@aemc-saintorens.fr
👤 @aemc-saintorens.fr
👤 Thierry HUGUET, Président

Activités proposées :

Kung fu Enfants de 9 à 14 ans.
Kung Fu ado/adultes + 15 ans.
Le style enseigné à l'école est le Tang Lang QI Xing ou style de la mante religieuse des 7 étoiles.
C'est un style vif et puissant, privilégiant les attaques rapides de poings et de coude, ainsi que le travail sur les articulations. Tai Chi Chuan style Yang Adultes: cet art martial, souvent défini comme une méditation en mouvement, une relaxation active, se caractérise par la pratique d'un enchaînement lent, fluide et harmonieux. Qi Gong Adultes : La voie du calme pour cultiver l'énergie vitale et apaiser l'esprit.

AMSO (Arts Martiaux de Saint-Orens)

📍 MAM et Espace Lauragais
📞 07 81 72 31 70
✉️ contact@am-so.fr
👤 @am-so.fr
👤 @artsmartiauxsaintorens
👤 Loic MOUROT, Président

Activités proposées :

Les disciplines enseignées sont :
• Le Karaté (Shotokan) : art de combat composé d'un ensemble de techniques offensives et défensives.

- L'Aïkido : discipline qui enseigne la maîtrise de soi, le respect du partenaire, en permettant l'expression de toute l'énergie du pratiquant.

- Le Nihon Taï Jitsu (Self Défense) : méthode moderne d'autodéfense.
- Le Tai-chi-chuan : à la fois une gymnastique de santé, et un art martial chinois, dit « interne »
- Le Qi Gong : regroupe un ensemble de techniques énergétiques issues de la médecine traditionnelle chinoise.

BUDOKAN JUDO SAINT-ORENS

📍 Maison des Activités Multidisciplinaires (MAM)
📞 06 75 08 49 45
✉️ contact.judoclub@gmail.com
👤 @budokanjudosaintorens.com
👤 @BudokanJudoStOrens
👤 @budokanjudosaintorens
👤 Serge SELLERIAN, Président

Activités proposées :

Judo et Jujitsu : voie de la souplesse et méthode de défense fondée sur le contrôle. Activité proposant un développement technique, moral et physique en vue de s'épanouir en harmonie avec soi-même et les autres.
Encadré par des professeurs haut gradés et diplômés d'état, il est prodigué l'apprentissage de la motricité pour les enfants à partir de 4 ans. Puis, apprentissage des techniques et valeurs liées au code moral du judo tant pour les enfants que les adultes. Ces derniers développent leur savoir-faire technique et/ou la préparation à la compétition. Le Jujitsu apprend le contrôle de soi et de l'adversaire.



ÉCOLE DIDIER DON BOXE - KARATÉ FULL CONTACT

- ⌚ La ruche aux sports
20, allée des Champs Pinsons
- 📞 06 88 87 77 23
- ✉️ dondidier@orange.fr
- ✉️ @engagetalentdidierdon.fr
- 👤 Didier DON, Président
Brice THIRION, Secrétaire

Activités proposées :

Enseignement de la boxe pieds et poings, qui se pratique en toute sécurité. Ouvert aux ados, femmes et loisirs. Nous privilégions la boxe santé et la boxe éducative. Plus éducateur qu'entraîneur pour une boxe ludique et conviviale.

Horaires:

Le mardi : 19h45 - 21h15

Le jeudi : 19h45 - 21h15

JSSO SAVATE BOXE FRANÇAISE

- HomeAspace Lauragais
- 📞 07 69 85 42 92
- ✉️ jsso.savatebf31@gmail.com
- ✉️ @https://jsso.fr
- 📠 @JssoSavate
- 📠 @jsso_savate
- 👤 Jacob RAJNA, Président
Lucie TORTI, Trésorière

Activités proposées :

Cours de Savate Boxe Française, sport de combat pieds poings à partir de 6 ans avec une école de boxe pour les enfants encadrés par des moniteurs diplômés dont un multiple champion du Monde, d'Europe et de France. Il existe des cours débutants et confirmés pour les adultes à partir de 14 ans. Nous proposons aussi du Cross Training et du Cardio Boxing. Notre club se compose aujourd'hui de 50 % de féminines

sur environ 160 Adhérents annuels dans la bonne humeur et la convivialité pour ce club loisir proposant aussi la compétition pour les plus motivés.

LIEN CH'I

- HomeAs Mam et École Henri Puis
- 📞 06 84 21 89 00
- ✉️ arnaudelmas@free.fr
- ✉️ @associationlienchi.free.fr
- 👤 Arnaud DELMAS, Président

Activités proposées :

L'association Lien Ch'i vous propose de venir découvrir le Kung-Fu, art martial millénaire.

La pratique du Shaolin permet de développer l'agilité, la dynamique et la souplesse du corps et de l'esprit, celle du Chi Kung et du Tai-Chi-Chuan permet de développer la fluidité du corps, la patience, la capacité de s'écouter soi-même et de se recentrer. Cours proposés le mardi au Dojo de la MAM (20h30 / 22h30) et le dimanche (10h/12h). D'autres entraînements focalisés sur des développements de capacités spécifiques seront proposés au cours de la saison en complémentarité aux entraînements.

TAÏSO - GYM PRÉPARATRICE DU CORPS (BJSO)

- HomeAs Maison des Activités Multidisciplinaires (MAM)
- 📞 06 75 08 49 45
- ✉️ contact.judoclub@gmail.com
- ✉️ @budokanjudosaintorens.com
- 📠 @BudokanJudoStOrens
- 👤 Serge SELLERIAN, Président

Activités proposées :

Préparation du corps venant des arts martiaux basée sur le gainage, la souplesse, l'endurance et la relaxation. Discipline qui s'adresse à un public sans limite d'âge (14 à 77 ans) : débutants, sportifs ou non recherchant un loisir axé sur la culture et l'entretien physique. Alternative ludique aux nombreux sports comme le Pilate, le Taïso est une approche très douce des arts martiaux, sans chute ni coups; ce qui le rend accessible et extrêmement attrayant.

TAEKWONDO SAINT-ORENS

- HomeAs Gymnase de la MAM
- 📞 06 30 98 56 26
- ✉️ sainto.tkd@gmail.com
- 👤 Éric DA SILVA, Directeur Sportif

Activités proposées :

Le Taekwondo, art martial d'origine coréenne, allie techniques de pieds spectaculaires, self défense et discipline mentale. Accessible dès le plus jeune âge, il développe la souplesse, la concentration, la confiance en soi et le respect des autres. En club, la pratique se fait dans un cadre encadré et convivial, avec des cours adaptés à chaque niveau et tranche d'âge, dès 6 ans. Les élèves y progressent à leur rythme, à travers des exercices techniques, des mises en situation, et parfois la préparation à des compétitions ou des passages de ceinture.



CONTACT PIEDS & POINGS FULL CONTACT

- ⌚ Salle «La ruche aux sports»
- 📞 06 88 87 77 23
- ✉️ dondidier@orange.fr
- Ⓜ️ E&T Didier Don Engage and Talent
- Ⓜ️ FULL CONTACT DIDIER DON
- 👤 Didier DON, Président
Brice THIRION, Secrétaire

Activités proposées :

Proposer une boxe éducative pour nos ados et une boxe santé pour les plus anciens. Axer notre boxe sur le noble art et de faire des Hommes libres. Depuis 40 ans Didier DON et son équipe vous accompagne pour prendre du plaisir avec un goût de dépassement.

BADMINTON

SAINT-ORENS BADMINTON (SOBAD31)

- 🏠 Gymnase Collège René Cassin et MAM
- 📞 06 82 00 79 70
06 87 31 14 47
- ✉️ sobad31@gmail.com
- Ⓜ️ https://sobad31.ffbad.club
- 📠 @sobad31
- Ⓜ️ @sobad31badminton
- 👤 Ludovic FAVRET, Président
David BRACHET, Secrétaire

Activités proposées :

Cours de badminton tous niveaux, créneaux de jeux libre. Adultes et enfants entraînements par des encadrants formés et professionnels, jeux libres, tournois, individuels et par équipes (non obligatoires), 6 à 7 équipes d'interclubs adultes (pré-nationale à départementale) et interclubs jeunes.

École labellisée 3 étoiles sur 5.
Inscription à partir de 6 ans.

AS COLLÈGE RENÉ CASSIN

- 🏠 Gymnase collège René Cassin
- 📞 05 61 00 94 20
- ✉️ sylvain.lapeyre@ac-toulouse.fr
- 👤 Sylvain LAPEYRE, Trésorier

Activités proposées :

Dans le cadre de l'UNSS encadrement de plusieurs activités sportives dont le badminton et le futsal.

BASKET

CLUB DE BASKET ST-ORENS

- 🏠 Gymnases: Lycée Riquet et Collège Prévert , Complexe sportif (salle verte)
- 📞 06 20 44 08 96
- ✉️ presidente@basket-st-orens.fr
secretaire@basket-st-orens.fr
- Ⓜ️ basket-st-orens.fr
- 📠 BASKET Saint Orens
- Ⓜ️ @basketsaintorens31
- 👤 Céline BONNESTÈVE, Présidente
Béatrice DUMONT, Secrétaire

Activités proposées :

Accueil des joueurs de Baby (4 ans) à Seniors, encadrés par des éducateurs diplômés.

Les équipes de jeunes et seniors garçons et filles évoluent en championnat (départemental et régional).

Nouveauté pour cette saison : la création d'un créneau loisirs pour les mamans de licenciés et le projet d'une équipe U13 Filles. Le club veut s'inscrire dans le tissus de la commune en proposant un lien social avec les ainés (en tant que supporters, bénévoles).

CHASSE

ACCA DE SAINT-ORENS

- 📞 06 01 78 99 02
- ✉️ avialars@wanadoo.fr
- 👤 Alain VIALARS, Président

Activités proposées :

Chasse dans les périodes légales, sur des terres agricoles privées.

CYCLOTOURISME

VÉLO CLUB SAINT-ORENS

- 📞 06 81 59 96 09
- ✉️ michel.cabassud@orange.fr
- Ⓜ️ vcs0.fr
- 👤 Michel CABASSUD, Président

Activités proposées :

Randonnées cyclos sur les petites routes du Lauragais, depuis la place Henri Puis les dimanches, mardis et jeudis.

- Participation à des randonnées organisées par d'autres clubs
- Participation à des brevets (longue distance, montagnards, flèche Vélocio...).
- Sorties montagne en été.
- Sorties "cyclo-découverte" sur des circuits courts de 40 à 60 km.
- Séjour en famille le week-end de l'Ascension.
- Voyage itinérant accompagné (Tour en Occitanie en 2021).
- Pilotage d'un tandem pour la prise en charge d'un adhérent non-voyant.
- Début septembre : organisation d'une randonnée qui accueille les cyclos de la région.



DISC GOLF

SPACE DISC - Disc Golf Club

- Stade de la Marcaissonne, route de Cayras
- 06 86 70 01 05
- space.discgolf.club@gmail.com
- @spacediscgolf31.wordpress.com
- @space.discgolf.31
- @space.disc
- Cédric BRONDY, Président

Activités proposées :

Sport de Frisbee de plein air avec des règles similaires au golf.

Le club propose des animations tout public, se déplace sur des compétitions nationales et régionales, a une section loisir et famille.

ESCALADE

PIED'ESCALE

- Gymnase Collège René Cassin
- 06 76 84 58 29
- piedescale@free.fr
- @piedescale.com
- f piedescale
- Jonathan ARENS, Président
- Fabien HENIN, Vice-Président

Activités proposées :

Pied'Escale est affiliée à la FFCAM, Fédération Française des Club Alpins et de Montagne. Nous proposons des cours structurés d'escalade sur un mur artificiel, qui amènent les grimpeurs à l'autonomie en site naturel, ainsi que des sorties en site naturel. Le mur du gymnase Cassin, refait en 2017, offre une grande variété de grimpe pour tous. Un espace bloc permet aussi de découvrir une autre approche de la grimpe.

Nos cours s'adressent aux enfants à partir de 7 ans, jusqu'aux adultes sans limite d'âge. Les débutants sont les bienvenus !

et sportive permettent de : Promouvoir et développer la pratique du football à tous âges, tous niveaux, garçons et filles, encadrer avec compétence.

ÉQUITATION

PONEY CLUB DE LA TUILERIE

- Saint-Orens
- 05 61 39 96 76
06 50 95 49 09
- murielneautuilerie@gmail.com
- Muriel NEAU

Activités proposées :

École élémentaire d'équitation, cours pendant la période scolaire et stages pendant les vacances.

FOOTBALL

SAINT-ORENS FOOTBALL CLUB

- Complexe sportif
- 05 61 39 08 39
06 08 66 47 99
- saintorensfc@wanadoo.fr
- @saintorensfc.com
- ST ORENS FC Officiel
- @saintorens_fc
- Jean-Guy BOARO, Président
Eddy VIALETTES, Secrétaire

Activités proposées :

Nous proposons la pratique du football à tous les âges et niveaux des Débutants aux Séniors, sans oublier les Vétérans, les «Fun Foot Loisirs», les Féminines de 6 à 16 ans et Féminines Séniors. 603 licencié(e)s en 2024-2025, une équipe dirigeante de 140 bénévoles, une École de football Bronze (2022-2025). Les actions de notre structure éducative

LES COMÈTES DE SAINT-ORENS

(Foot US)

- Stade de la Marcaissonne, route de Cayras
- 06 38 66 52 92
06 23 35 27 89
- cometes.footus31@gmail.com
- @cometes-footus.com
- @CometesFootUS
- @cometesfootusoff
- Robin CORONA, Président
Bertrand COMBETTES, Secrétaire

Activités proposées :

Nous proposons la pratique du football américain et du flag (version sans contact) pour tout le monde dans différentes sections à partir de 8 ans (équipes séparées : enfants, mixtes, seniors). Dès le début de la saison et jusqu'au 1^{er} novembre, nous invitons tout le monde à venir essayer gratuitement ce sport avec une préparation physique et technique sans contact, les lundis et mercredi de 20h à 22h pour les adultes, le mercredi de 18h à 20h et le samedi de 10h à 12h pour les jeunes (jusqu'à 19 ans).

SPORTS



GYMNASTIQUE

GRSO

- 🏠 Gymnases : MAM, Lycée, Collège Cassin ou Prévert
- 📞 06 88 17 34 90
- ✉️ contact@grso.fr
- ✉️ @grso.fr
- 🌐 GR Saint-Orens
- 🌐 @gr.saintorens
- 👤 Ingrid SICARD, Présidente

Activités proposées :

La Gymnastique Rythmique est une discipline sportive à composante artistique très proche de la danse classique. Les gymnastes peuvent évoluer en équipe de 4 à 6 gymnastes, parfois en duo, ou individuellement. À la GRSO, nous pratiquons la GRS en équipes ou en duo uniquement. Les gymnastes évoluent en musique sur une chorégraphie imposée (ou non), tout en manipulant 1 ou 2 des 5 "Engins": ruban, corde, cerceau, ballon et massues. Les passages se déroulent sur un "Praticable" de 13 m sur 13 m. Notre objectif principal est de participer à l'épanouissement de nos gymnastes.

Adhésion

Informations et inscriptions sur le site. Pièces à fournir:

- 1 photo d'identité.
- 3 chèques encaissés après inscription définitive en septembre
- 1 certificat médical avec mention GRS en compétition

GYM SAINT-ORENS

- 🏠 Espace Lauragais
- 📞 07 44 53 57 04
06 74 88 32 88
- ✉️ gymsaintorens@gmail.com
- 👤 Christine DELSOL, Présidente
Chantal ASSEMAT,
Trésorière

Activités proposées :

Gym mixte pour adultes : renforcement musculaire/stretching.

Inscription

À la salle J.Dieuzaide le mardi 9/09 et le jeudi 11/09 de 17h à 19h30

NATATION

NAUTIC CLUB DE L'HERS

- 🏠 Piscine intercommunale du Sicoval
- 📞 06 03 59 37 43
06 03 62 45 26
- ✉️ nauticclubbers@gmail.com
- ✉️ @nauticclubbers.fr
- 🌐 @NauticClubdelHers
- 👤 Philippe BRIONGOS,
Président

Aline HIRON, Secrétaire

Activités proposées :

Le Nautic club de l'Hers propose des cours pour tous les niveaux du débutant au confirmé. Les entraîneurs professionnels sont à l'écoute de vos besoins et adaptent les exercices en conséquence. Les activités proposées permettent d'améliorer sa technique et sa condition physique tout en passant un agréable moment (Cours enfants, adultes, session compétitions, perfectionnement, aquagym, sport adapté).

TOLOSA HANDISPORT

- 🏠 Piscine intercommunale du Sicoval
- 📞 06 19 25 22 22
06 26 4211 01
- ✉️ contact@tolosahandisport.com
- 🌐 https://tolosahandisport.wixsite.com/tolosa-handisport
- 🌐 @tolosahandisport
- 👤 Emilie FUMERON, Présidente
Patricia GUERET, Secrétaire

Activités proposées :

Cours de natation pour les personnes ayant un handicap physique ou sensoriel à la piscine de St Orens ou Castanet.

PÉTANQUE

SAINT-ORENS PÉTANQUE CLUB

- 🏠 Bouleodrome de Catala
- 📞 06 72 51 10 57
- ✉️ serge.mexes@wanadoo.fr
- 👤 Serge MEXES, Président

Activités proposées :

Pratique de la pétanque en amical et en compétition.



Randonnée

STOM

(Saint-Orens Montagne)

- 📞 06 63 87 01 53 (président)
06 95 40 24 72 (secrétaire)
- ✉️ stom.secretaire@gmail.com
dbachelier31@gmail.com
- 🌐 https://www.
saintorensmontagne.fr/
- 👤 Dominique BACHELIER,
Président
Thierry CARILLON, Secrétaire

Activités proposées :

Randonnées pédestres en montagne niveaux N1, N2 et N3. Adhérer à STOM, c'est partager notre passion de la montagne en sécurité et dans une ambiance conviviale. Les randonnées sont encadrées par des bénévoles diplômés FFME et FFRandonnée. Le calendrier est visible sur : <https://saintorensmontagne.fr/>; Case « Événements ». Sorties en semaine (mardi ou jeudi) et en fin de semaine (samedi ou dimanche), sur un WE ou sur plusieurs jours (1 ou 2 séjours d'une semaine en été).

Le covoiturage est de règle et les frais sont partagés. Possibilité de participer à une randonnée découverte avant adhésion. STOM est affilié à la FFRandonnée.

ROLLER

RSSO (Roller Skating Saint-Orens)

- 📍 Complexe sportif salle verte, Skate park de Saint-Orens et MAM
- 📞 06 71 03 56 29
- ✉️ club@rsso.fr
contact@rsso.fr
- 🌐 www.rsso.com

👤 @clubrsso

👤 Sophie LACROIX, Présidente
Frédéric DELEPORTE,
Secrétaire

Activités proposées :

ÉCOLE DE ROLLER : enfants de 5 à 13 ans.

Trois niveaux : Débutant, Avancé et Confirmé.

SECTION RANDONNÉE : à partir de 13 ans (ados et adultes) Apprendre et/ou perfectionner les techniques de roller pour rouler en extérieur 3 niveaux de cours: débutant et confirmé.

SECTION ARTISTIQUE : À partir de 4 ans. Le roller artistique en patins. Il existe une école, des groupes loisirs et compétitions.

SECTION ROLLER HOCKEY : À partir de 6 ans.

Initiation (école de hockey), Compétition (jeunesse et seniors), Loisir.

SECTION SKATE : À partir de 6 ans Apprentissage du skate et de la trottinette.

Guy SANCHEZ, Secrétaire

Activités proposées :

Le Stade Saint-Orennais XV compte actuellement environ 300 licenciés de tous âges, garçons et filles. Les plus petits de 3 ans à 14 ans pratiquent leur sport dans le cadre de l'École de Rugby. Les 15-19 ans sont en rassemblement avec le Club de Castanet. Nos équipes adultes masculins sont engagées en championnat Régionale 2 Occitanie. Nos Féminines sont engagées en compétition. Le point commun est de partager les valeurs du Rugby.

SPORTS LOISIRS

RSSTO (Retraite Sportive de Saint-Orens)

📍 Lieux multiples

📞 09 51 32 82 40

✉️ rssto@free.fr

🌐 www.rssto.org

👤 Claude LEVEQUE, Président
Josiane CORTINOVIS,
Secrétaire

Activités proposées :

Activités sportives non-compétitives pour seniors de plus de 50 ans. Activités proposées : Activités sportives et culturelles aux personnes désireuses de préserver leur capital santé : randonnée, Pilates, Qi gong, aquagym, yoga, swin golf, tir à l'arc, piscine, atelier lecture, séances cinéma, sorties culturelles et jeux de société.

SPORTS



SQUASH

SQUASH ENERGEIA

- 🏠 La ruche aux sports,
20, allée des Champs Pinsons
- 📞 06 61 31 66 97
- ✉️ squashenergeia@gmail.com
- 👤 @AssociationSquashEnergeia
- 👤 Quentin GOUIN, Président
André LAVERGNE, Trésorier

Activités proposées :

Promotion de la pratique du squash pour tous. École de squash pour les plus jeunes. Cours de perfectionnement pour les adultes. Organisation de tournois régionaux homologues FFS avec lots. Organisation de rencontres amicales à thème, trimestrielle, ouvertes à tous les niveaux et non réservées aux membres de l'association.

TENNIS

CLUB DE L'HERS (Tennis/ Padel/ Badminton/ Football)

- 🏡 23, avenue de la Marqueille
- 📞 05 61 39 10 00
- ✉️ clubdelhers@orange.fr
- 👤 @clubdelhers.fr
- 👤 @clubdelhers
- 👤 Béatrice NICOLAU,
Présidente

Activités proposées :

Complexe Multisports composé de 3 Terrains de Tennis Couverts en Terre Battue Traditionnelle, 5 terrains de Padel, 7 terrains de Badminton, 1 Terrain de Football 5X5, 1 Terrain de Paintball Enfant extérieur, 1 piste d'Athlétisme.

Service Restauration le midi du lundi au vendredi.

Stages Multisports Enfants pendant les vacances scolaires. Tenni - Padel - Badminton : cours collectifs et individuels pour enfants et adultes.

École de football le mercredi après-midi pour les 6/10 ans.

Inscriptions

Du 3 au 10 septembre 2025

TCSO (Tennis club

Saint-Orens)

- 🏡 Complexe Sportif, Salle Verte
- 📞 07 67 50 98 71
- ✉️ tcsoc@fft.fr
- 👤 @club.fft.fr/tcso
- 👤 Tennis Club de Saint-Orens
- 👤 @tcso31
- 👤 Yohann DUPONT, Enseignant
Antoine SPICQ, Président

Activités proposées :

8 terrains de tennis :
Extérieur : 4 terrains en dur éclairés, 2 en terre battue.
Intérieur : 2 green-sets éclairés.
Tennis loisir et compétition. École de Tennis avec encadrement de professeurs, stages pendant les vacances, cours individuels, cours collectifs, animations pour tous (jeunes, familles, adultes),pour partager et se retrouver.

Tournoi Open Seniors (Août), Coupe de l'école de tennis (Noël), Dimanche en famille (Avril), Tournoi Jeunes Magic Circuit (Mai), Fête école de tennis (Juin), Double des familles (Juin)
Rassemblements jeunes 8-10 ans (2 à 3 par an)

TENNIS DE TABLE

SAINT-ORENS TENNIS DE TABLE

- 👤 Maison des Activités
Multiculturelles (MAM)
- 📞 06 80 48 26 99
- ✉️ saint.orenstt@yahoo.com
- 👤 saint-orenstt.com
- 👤 Dominique PAILLET,
Président
Laurent CORBARIEU,
Entraîneur

Activités proposées :

Le ping sous toutes ses formes : École de tennis de table, compétition, loisirs, créneaux retraités,...

VOLLEY

VOLLEY BALL SAINT-ORENNAIS (VBSO)

- 🏡 Gymnase Collège Prévert
- 📞 05 61 39 21 89
- ✉️ secretariat.vbso@gmail.com
- 👤 @vbso.fr
- 👤 vbso31
- 👤 Siegried VEGLER, Président
Maxime GRAS, Secrétaire

Activités proposées :

Pratique du Volley-Ball en loisir et compétition pour les jeunes (9 à 18 ans) et pour les adultes de tous niveaux.

Club convivial avec des objectifs sportifs. Le club se veut à la fois une école formatrice grâce à sa section pour les jeunes, et également pour les adultes débutants. Nous avons des équipes engagées dans le championnat FSGT à des niveaux allant d'Honneur à Excellence. Le VBSO permet une pratique en loisir hors compétition pour les adultes, et en compétition pour les jeunes et les adultes.



- Lundi 21h 6x6 Mixtes et 6x6 Féminine
- Mardi 20h30 4x4 mixtes
- Mercredi et vendredi 18h30 / 20h30 jeunes
- Jeudi 20h30 6x6 masculines
- Vendredi 20h30 Loisir adultes (Volley pour tous)

YOGA

ANAHATA YOGA et méditation

- Espace Marcaisonne
■ 06 59 61 82 00
■ anahata4a@gmail.com
■ www.anahata-storens.yoga
■ Catherine MORENO,
Présidente

Activités proposées :

Nos séances de YOGA s'adressent aussi bien aux débutants qu'aux confirmés, aux plus jeunes comme aux plus âgés. Les cours se structurent en général autour: une alternance de postures de Hatha yoga debout, assises et allongées, accompagnées d'une concentration sur le souffle, d'une attention intérieurisée au corps, de visualisations et de respirations (pranayamas), suivies d'un temps de relaxation approfondie guidée, ou de méditation. Lundi 18h30-19h45/ mardi 18h15-19h30/ mercredi 9h45-11/ jeudi 20h-21h15. Séance d'essai offerte. Venez vous détendre et vous recharger en énergie!

HAMSA

- Espace Marcaisonne
■ 07 27 16 22 21
■ hamsa.asso@gmail.com
■ Marie BATAILLE, Présidente
■ www.yogahamsa.fr

Activités proposées :

Nommé Hatha yoga, le yoga est une pratique corporelle qui s'adresse à tous les niveaux de notre être: physique, mental et énergétique. Les séances (lundi, mardi, mercredi, jeudi) se déroulent essentiellement autour de postures (âsanâ) et de respirations conscientes, voire de contrôle du souffle (prânâyama). Tout cela amenant à la saveur de l'instant. Le yoga nidra ou yoga du sommeil s'invite dans 5 ou 6 séances annuelles et à certains créneaux. Possibilité d'ajouter des séances de méditation lundi 20h-21h.

HASTI

- Espace Marcaisonne
■ 06 61 74 21 05 (Gestuelle du dos) et 06 23 74 17 70 (Yoga)
■ assoc.hasti@gmail.com
■ association-hasti.fr
■ Dominique GERIN,
Enseignante Gestuelle préventive du Dos
Solange FAUCHER,
Enseignante Yoga

Activités proposées :

Cours hebdomadaire de Gestuelle du dos et cours de Yoga (lignée Madras).

Le **Yoga** est une discipline millénaire qui passe par un travail corporel avec des enchaînements et des postures guidées par le souffle. Des espaces de prise de conscience et d'écoute des sensations, des temps de relaxation et de méditation.

La **gestuelle** préventive du dos est une forme de Yoga pour tonifier, assouplir et soulager le dos, toujours en relation avec le souffle: étirements des chaînes musculaires, assouplissement et renforcement des muscles profonds et des abdominaux, relaxation.

SPORTS

23



Vie Associative et Logistique
05 61 14 88 41 - sava@mairie-saint-orens.fr
Centre Technique Municipal
10 rue du Négoce - 31650 Saint-Orens de Gameville

