



Livret d'accueil des nouveaux habitants Commune de Souseyrac-en-Quercy

Mars 2025

Bienvenue à Souseyrac-en-Quercy !

Vous venez de vous installer à Souseyrac-en-Quercy et nous sommes ravis de vous accueillir dans notre belle commune. Dans ce livret, vous trouverez toutes les informations pratiques et utiles à votre bonne intégration dans la vie locale.

Bonne lecture !

Sommaire

Présentation de la commune	4
Services médico-sociaux	5
Ambulance – VSL – Taxi	5
Pharmacie du Ségal	5
EHPAD Jacques Dumas.....	6
ADMR	6
Ecole publique maternelle et primaire Gaston Monnerville	7
Garderie	7
Cantine scolaire.....	7
Transport scolaire	7
ALSH	7
RPE « Les pitchous ».....	7
Assistanteres maternelles	7
Equipements sportifs	8
Piscine intercommunale	8
Stades de football	8
City-stade	8
Terrains de pétanque.....	9
Cours de tennis.....	9
Gymnase intercommunal.....	9
Equipements culturels et de loisirs.....	10
Bibliothèque.....	10
Espace multimédia.....	10
Espace France Services	10
Salles des fêtes.....	11
Lacs communaux et base de loisirs.....	12
Sentiers de randonnée.....	12

Commerces & services	13
Commerces alimentaires	13
Bar-restaurant	13
Garages automobiles	14
Artisans du bâtiment	14
Commerces & Entreprises agricoles	15
Travaux forestiers	16
Vêtements, coiffures, esthétiques	16
Services divers	17
Vie associative	18
Commerces, culture et loisirs	18
Environnement	18
Histoire et patrimoine	18
Social et solidarité	19
Soins & santé	19
Sport	19
Comité des fêtes	19
Numéros utiles	20
Les Mairies	20
Urgences	20
Permanences services publics sur Rendez-vous	20
SPANC (Service Public d'Assainissement Non collectif)	20
Gestion des déchets	21
Association Ségala-Limargue	22

Présentation de la commune

Sousceyrac-en-Quercy est une commune nouvelle créée le 1^{er} janvier 2016 de la fusion des cinq communes historiques qui la composent : Calviac, Comiac, Lacam d'Ourcet, Lamativie et Sousceyrac. Ces dernières sont devenues des « communes déléguées ».

Les maires

Maire de Sousceyrac-en-Quercy
Francis LABORIE

Maire délégué de Calviac
Gérard LAFAGE

Maire délégué de Comiac
Jean-Philippe COLOMB-DELSUC

Maire déléguée de Lacam d'Ourcet
Véronique GALOPPIN

Maire délégué de Lamativie
André ROUSSILHES

Maire délégué de Sousceyrac
Marcel PIOTTE

Les adjoints

1^{er} : **Didier VISTOUR**
2^{ème} : **Nadine BENNET**

3^{ème} : **Michel FOUILLAC**
4^{ème} : **Carole THEIL**

5^{ème} : **Patrick ROISIN**

Les conseillers

Marie-Laure BOY (Calviac) – **Sylvie CAPEL** (Sousceyrac) – **Aurélien INSERTES** (Sousceyrac) – **Nicole FRAYSSE** (Sousceyrac) – **Eric MAZET** (Calviac) – **Coraline MORAND** (Sousceyrac) – **Ophélie ROUDERGUES** (Calviac) – **Nathalie VERGNE** (Sousceyrac)

Le conseil municipal 2020 - 2026



Photo : Mairie de Equipe municipale de Sousceyrac-en-Quercy en 2020

Services médico-sociaux

Maison de santé pluriprofessionnelle

Adresse : 11, rue neuve
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 40 38 80

Consultations sur rendez-vous

Secrétaire médicale : Evelyne CANTAGREL

Médecins généralistes :

- Dr Elsa POTAPOFF
- Dr Antoine CHARAZAC
- Dr Patrick VIARD

Kinésithérapeute :

- Cynthia GAROFALO
- Sophie PLANCHE
- Catherine MAUPAS

Ostéopathe :

- Antoine Lemercier : 06 73 39 97 20

Infirmières :

- Audrey VERMANDE

Infirmière hors maison médicale :

- Nathalie VIDAL : 05 65 11 96 70

Ambulance – VSL – Taxi



Pharmacie du Ségala

Adresse : 11, rue de Latronquière
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 33 02 68

Pharmacie de garde : 3237

Ouvert du Lundi au Vendredi de 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 19h00

& le Samedi de 09h00 à 12h00



Pompes funèbres Couderc

Monsieur Romain COUDERC

Adresse : 2, rue Châtaignal de la Devezé
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 11 61 56

Site web : www.pompesfunebrescouderc.fr

« Installées depuis 3 générations à Souseyrac, les pompes funèbres Couderc proposent des services personnalisés 24h/24 et 7j/7 dans le but de faciliter les démarches aux familles. Chambre funéraire. »



EHPAD Jacques Dumas

Adresse : 2, rue des Ursulines
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 40 49 40

Site web : www.ehpad-jacques-dumas.fr

Horaires d'accueil :

- Du lundi au jeudi : 8h30 – 12h30 et 14h – 18h
- Vendredi : 8h30 – 12h30 et 14h – 17h

Union mutualiste la Roseraie

Présentation :

Créé en 1966 dans l'ancien couvent du bourg de Souseyrac, l'EHPAD Jacques Dumas peut accueillir jusqu'à 115 pensionnaires, dont 97 en chambre individuelle et 18 en chambre double, toutes rénovées en 2006. L'eihpad oriente ses services en fonction des besoins des résidents et des évolutions de leurs pathologies.

Etablissement privé non-lucratif, l'EHPAD Jacques Dumas accueille ses résidents dans le cadre d'un hébergement permanent et offre des accompagnements spécifiques avec un Pôle d'Activité et de Soins Adaptés (PASA) labellisé. En 2023 une unité de vie protégée Alzheimer de 9 places a été ouverte.

Depuis janvier 2024, l'EHPAD est géré par L'union mutualiste : La Roseraie.



Assistantes sociales

Une assistance sociale du Département du Lot vous accueille à Souseyrac les lundis en semaines impaires, sur rendez-vous.

Contact : Julie AYROLES
Téléphone : 05 65 53 46 20



ADMR

Adresse : 10, place des Condamines
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 11 66 21

Horaires d'ouverture :

- Mardi : 9h – 12h et 14h – 17h
- Vendredi : 14h – 18h00

Présentation :

L'association d'aide à domicile en milieu rural propose aux particuliers des services de ménage/repassage, petit bricolage/jardinage, services pour personnes en situation de handicap, téléassistance.



Enfance et jeunesse



Ecole publique maternelle et primaire Gaston Monnerville



Téléphone : 05 65 11 62 98

Direction : Sylvie FADAT

Adresse : 6, allée Gaston Monnerville
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Garderie

Le matin de 7h à 8h40 : 1,90 €

Le soir de 16h30 à 18h30 (18h le vendredi) : 2,10 €

Matin & soir : 3,50 €



Cantine scolaire

Le repas scolaire est au prix de 4,30 € (tarif 2023-2024).



La cantine est gérée par la mairie de Sousceyrac-en-Quercy ; tous les repas sont préparés sur place.

ALSH

Pendant les vacances scolaires et tous les mercredis en période scolaire, l'école Gaston Monnerville est le lieu d'Accueil de Loisirs Sans Hébergement. Il est géré et organisé par l'association Ségala Limargue.



Plus d'informations : 05 65 38 98 17

Site web: www.association-segala-limargue.fr

Transport scolaire

La mairie de Sousceyrac-en-Quercy organise le transport scolaire sur toute la commune - nouvelle.

Pour toute nouvelle demande, s'adresser à la mairie avant le 1^{er} avril 2025.

Service gratuit

RPE « Les pitchous »



Ouverture du Relai Petite Enfance le vendredi de 9h à 12h –

Accès libre pour tous

Permanence administrative sur RDV le vendredi de 14h à 15h

✉️ lespitchous46190@gmail.com

06 77 74 93 34

Responsables : Stéphanie BLAZY et Philomène SUDRIE (Educatrices Jeunes Enfants)



Assistantes maternelles

Brigitte ALVAREZ

8, rue de Lacam d'Ourcet
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

☎️ 05 65 33 05 49

Aurélie COLLIER

Aurelie.collier@gmail.com
☎️ 06.41.21.29.05

Dominique MORAND

2, rue du Champ Grand
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

☎️ 05 65 33 05 76

Véronique DEFURNE

Pédagogie Montessori et accueil des enfants en langue des signes

☎️ 06 69 18 50 88



Equipements sportifs

Piscine intercommunale



1, rue du Lavoir
46190 Sousceyrac-en-Quercy

📞 05 65 33 06 73

➡ d'informations auprès du gestionnaire CAUVALDOR



Stades de football



Rue du stade



2 clubs de football : voir page 19



46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

RD29 (vers le lac des Vergnes)

Comiac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

City-stade

Rue du Lavoir (à côté de la piscine)
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

En libre accès



Terrains de pétanque

Chaque commune déléguée dispose d'un ou de plusieurs terrains de pétanque.



Skate-Park (à côté du Gymnase)

3 rue du stade
Sousceyrac
46190 Sousceyrac-en-Quercy



Courts de tennis

Rue du stade
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY



Gymnase intercommunal

SALLE MAURICE BLAZI
3, rue du stade
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY



Capacité d'accueil : 700 personnes

Conditions de réservation : salle réservée aux associations pour des manifestations à dominante



Vous pouvez consulter les plannings d'occupation de la mezzanine et de la salle d'activité sur le site internet de CAUVALDOR ; rubrique : Famille et solidarités / activités sportives /gymnases.

Pour réserver l'accès, contactez CAUVALDOR : 05 65 27 02
10 Service des sports.

Equipements culturels et de loisirs

Bibliothèque

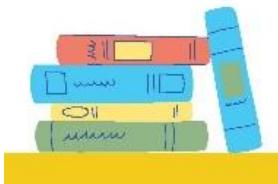
Ouvrages à disposition sur place ou à emporter chez soi. Renseignements auprès des bénévoles.

<https://bibliotheque-sousceyrac-en-quercy.fr/>

05 65 38 17 65

biblio.sousceyrac@orange.fr

3, pl. de l'église 46190 Sousceyrac-en-Quercy



Venez lire, échanger, vous rencontrer...

Le mercredi de 10h à 12h

Le vendredi de 10h à 12h

Le dernier vendredi du mois de 16h à 19h

LOT Médiathèque numérique

Venez découvrir la
Médiathèque Numérique !
Cinéma, concerts, livres,
formations, espace enfant...
Inscription gratuite !



Espace multimédia

Adresse : 3, place de l'Eglise Saint-Martin
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Téléphone : 05 65 38 17 65

Horaires d'ouverture de l'espace multimédia :

Lundi : 16h – 19h

Mardi et vendredi : 9h – 13h et 14h – 15h

Jeudi : 9h – 13h

Antenne de SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

ACCUEIL	Accompagnement Individualisé	Usage libre en autonomie
Lundi	Uniquement	16h - 19h
Mardi		9h-13h/14h-15h
Jeudi	SUR	9h - 13h
Vendredi	rendez-vous	9h-13h/14h-15h

Un Espace France Services pour vous accueillir et vous renseigner, vous accompagner dans vos démarches administratives en ligne et hors ligne, vous faciliter l'usage des outils informatiques et d'internet.

Accompagnement individualisé sur rendez-vous dans un espace de confidentialité. Equipment de visioconférence.

Mise à disposition d'un équipement informatique et d'une connexion Internet en usage libre.

Ateliers collectifs d'initiation à l'informatique / Internet et aux outils multimédias proposés en itinérance.



Liberté
Égalité
Fraternité

Salles des fêtes

Calviac



Route de Bel Air
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Réservation : 05 65 11 60 30

Capacité : 100 places assises, 150 places debout

Comiac



Route du pré de Moulène
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Réservation : 05 65 33 87 93

Capacité : 135 places assises, 160 places debout

Lacam d'Ourcet



Place du 7 septembre 2015
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Réservation : 05 65 33 05 75

Capacité : 50 places assises, 60 places debout

Lamativie



Place de l'église de Lamativie
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Réservation : 05 65 33 05 32

Capacité : 30 places assises, 50 places debout

Sousceyrac



Adresse : 9, rue de Saint-Céré

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Réservation : 05 65 33 00 82

Capacité : 232 places assises

Espace socio culturel La Grange



Place de l'église
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

Capacité : 70 personnes

Réserve aux associations

Lacs communaux et base de loisirs

Lac des Vergnes



RD 29
Comiac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
Camping, lac de pêche, randonnée

Lac des communaux



RD km140 (sur la route du Rouget)
Sousceyrac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
Lac de pêche, ponton PMR, randonnée

Base de loisirs du Tolerme



RD 653
46210 SENAILLAC-LATRONQUIERE

Site web : www.letolerme.fr

Plage, activités nautiques, restauration, animations, parcours santé

Sentiers de randonnée

Balisage Jaune

Au départ de Calviac

Les vieux chemins d'Auvergne : 12.7 km

Boucle de Lacaze : 11 km

Au départ de Comiac

Le lac des Vergnes : 11.3 km

Au départ de Lamativie

Au pays des verriers : 6.4 km

Au départ de Sousceyrac

Le Cayla : 9 km

Les hauts de Sousceyrac : 9.5 km

Les Cambous : 7.8 km

Au départ de Pontverny

De Pontverny à l'Arboretum : 12 km

Retrouvez les documents élaborés et diffusés par l'Association Loisirs Culture Patrimoine du pays de Sousceyrac à l'accueil de votre Mairie déléguée ou sur le site internet de la Commune



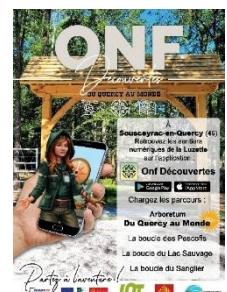
Découvrez le sentier de pleine nature (forêt communale) à travers des balades interactives grâce à l'application ONF Découvertes

La boucle du lac des pescofis Chasse au trésor : 3.1 km soit 1h30 ;

La boucle du sanglier Balade guidée : 5.1 km soit 3h ;

La boucle du lac sauvage Balade guidée : 3.3 km soit 1h30 ;

L'Arboretum « du Quercy au monde » 4 parcours thématiques : 1h30.



Parcours TERRA AVENTURA (application à télécharger)

Zouch' à l'école buissonnière

Forêt communale Chasse au trésor



Commerces & services

Commerce alimentaires

Boulangerie Martial LAURENT

4, place du portail Notre-Dame

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 02 84

Horaires : du mardi au dimanche : 7h30 – 12h15 et
14h – 19h

La Caverne aux épices

Capichou

Sousceyrac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 34 96 62

www.epicesaveur-bio.fr

Horaires : du lundi au vendredi
9h – 17h30



Panier Sympa

6, place des Condamines

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 04 42

Alimentation générale, dépôt de gaz, livraison à domicile



Bar-restaurant

Bar du Centre – Chez Sev et Pat

1, place du portail Notre-Dame

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 39 74 08

www.chez-sev-et-pat.fr

« Produits frais locaux cuisinés avec passion »



Chez Brigitte

Le bourg- Calviac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

06 10 89 38 36

« Petite table de campagne lotoise »



Restaurant Annie FREGEAC

Le bourg - Calviac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 02 13

« Cuisine traditionnelle, en semaine uniquement »

Proxi

1, rue de Saint-Céré

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 00 02

Alimentation générale, tabac, Française des Jeux, presse, relais pick-up, dépôt de pain le lundi, livraison à domicile les mardis et jeudis



Fermes de Figeac (Gamm Vert)

Route de Latronquière

Sousceyrac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 01 36

Horaires : Lundi 8h – 12h



Du mardi au vendredi 8h – 12h et 14h – 18h30

Samedi 9h – 12h et 14h – 18h

Produits locaux, fromagerie, boucherie, cave

EARL Les Gourmandines

Le Marguil Vieux

Sousceyrac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 04 91

Production œufs et volailles bio

Restaurant Au déjeuner de Sousceyrac

2, allée Gaston Monnerville

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 00 56

« Une cuisine raffinée longtemps étoilée au Michelin »



La Caminade

Le bourg

Comiac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

09 75 60 74 08

« Bar - restaurant convivial »



Snacks et commerces ambulants

La pizza Del Tio
place des Condamines
05 65 40 47 61
Le jeudi 17h-21h30
Pizzas

Snack du camping Le Castagnol
Rue du stade 06 98 67 77

Marché de Sousceyrac
Place des condamines
2^{ème} mercredi du mois

D'autres commerces ambulants stationnent dans le bourg des communes déléguées, renseignements auprès de votre mairie.

Snack-bar et restaurant du camping Les 3 sources
2158 route de Lamativie
05 65 33 03 01

Le snack-bar est ouvert tous les jours à partir de 13h pour des pauses gourmandes, tandis que le restaurant prend le relais dès 18h avec une carte variée, des pizzas maison et des soirées à thème conviviales et festives.

Garages automobiles

Garage Jacques COUDERC
Peyrebrune - Calviac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 03 80 / 06 84 53 74 50
garage.jcouderc@orange.fr

Mécanique auto, matériel agricole, motoculture de plaisir, Transport scolaire, Taxi véhicule petite remise

Patrick FRONTY
05 65 33 03 07
Mécanique générale, location de matériel

GARAGE / STATION-SERVICE / LAVAGE CAZARD
28, route de Saint-Céré
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 03 96
garage-cazard@orange.fr

Garage, mécanique, carrosserie, peinture, vente véhicules (neufs et occasions récentes)

Anthony RODES
06 46 73 77 65
Mécanicien automobile à domicile

Artisans du Bâtiment

OHM ATOUT FER
Rémy DAVAL
06 89 38 21 85

Tous travaux de bricolage et réparation chez les particuliers

Clément PIGANIOL
06 08 62 75 93
Travaux, bricolage, réparation

BATI VERT TANGHE
05 65 38 83 90
Tous travaux de maçonnerie, plaquisterie, peinture, menuiserie

Fred Peinture
05 65 11 61 80
Peinture, Placoplatre, revêtements de sols, carrelage

PICCA JEROME
07 77 97 96 15
Peintures extérieures / intérieures

MAJESTIC PEINTURE
06 43 30 36 56
Peintures extérieures / intérieures et décoration

Lamenuise atelier Arnaud Colombo 06 30 87 26 61 <i>Petite construction bois, ébénisterie</i>	La Menuis'hier Emilie Druart 06 14 07 05 45 <i>Menuiserie, ébénisterie</i>	SARL David MAMBERT 06 82 85 37 14 <i>Menuiserie, charpente, couverture</i>
Pierre LARRIBE 05 65 11 96 70 <i>Menuiserie intérieure et extérieure (bois, PVC, alu)</i>	Sylvain FOUILLAC 06 73 76 66 77 <i>Charpente, couverture, zinguerie, menuiserie</i>	Paul-Antoine HAUCHARD 06 87 41 10 82 <i>Couverture, Zinguerie</i>
Maçonnerie Eric BENNET 05 65 33 04 12 <i>Maçonnerie générale</i>	Maçonnerie Mathieu SOULHOL 06 82 05 65 15 <i>Maçonnerie générale</i>	Maçonnerie Francis MONTBERTRAND 05 65 33 86 48 <i>Maçonnerie générale</i>
Patrick CALMEJANE 05 65 40 37 56 <i>Travaux publics</i>	EDS Jean-Pierre LARRIBE 06 87 90 11 11 <i>Electricité générale, portail automatique Câblage informatique, chauffage</i>	GRANERO FUMISTERIE ATRERIE 07 75 75 22 71 <i>Installation et maintenance de poêles à bois et à pellets</i>

Lutte contre les insectes nuisibles

Chasseur de frelons et autres insectes nuisibles

Anthony Lefebvre

lechasseurdefrelons@protonmail.com

07 88 60 27 51

Gardiennage, services à domicile vides maisons

SOS guêpes et frelons 46/15

Stéphane Berthelot

07 70 86 88 71

Commerces & Entreprises agricoles

AGRI QUERCY SERVICES

Route de Latronquière
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 40 38 65

Réparation agricole, vente de tracteurs, matériel neuf ou d'occasion, de matériel d'élevage toutes espèces, dépannage et service après-vente, espace parcs et jardins

André ROUSSILHES

Le Maziol - Lamativie
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 00 72

Engrais alimentation animale

Shana & Jörgen

07 74 96 58 12
Shana.jorgen@gmail.com

Entretien de votre jardin et de votre maison, bricolage intérieur extérieur, potager

Gamm Vert (Fermes de Figeac)

Route de Latronquière - Sousceyrac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 01 36

Jardinerie, bricolage, quincaillerie

Entreprise agricole Xavier VISTOUR

Labouygue - Comiac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
06 20 26 84 61

Entreprise de travaux agricoles

A2P PAYSAGE

06 64 45 41 16
a2p.paysage@gmail.com

Entretien de jardins ou espaces verts, tonte, débroussaillage, taille de haie

Travaux forestiers

Pierre COLOMB-DELSUC

Las Places - Comiac

05 65 38 87 45

Bûcheron

Nicolas LHERM

Puechal - Lamativie

06 70 41 30 74

Débardage, abattage mécanisé, exploitant forestier

SARL VERMANDE

Lieu-dit La Croix de Lissarthe - Sousceyrac

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 33 01 96

Exploitation forestière, scierie, feuillus et résineux

Plats, avivés, charpente

Plancher, parquet, volige

Corentin GOLARD

Calviac

06 30 09 52 71

corentingolard@gmail.com

Artisanat d'art

NANY-MADE CRÉAS

Laurence Pécaud

06 13 96 09 96

Créatrice textile et tricot depuis 2010

Patrick ROUET

06 60 42 40 46

Ferronnerie d'Art

CROUZ...ISO

Christian CROUZAT

Activités photographiques (photos,
vidéos évènement)

Crouzat.christian@orange.fr

06.81.37.52.70

L'arbre à souhaits

Isabelle Botton et Didier Valentin

Le Cassan

Lacam d'Ourcet

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

06 04 13 41 86

Atelier de cuir, maroquinerie d'Art

LOLIVE CREATION

06 48 01 72 02

lolivecreation@gmail.com

Création bijoux et autres pièces

uniques en époxy

JK ATELIER COUTURE

Allée Gaston Monnerville

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

07.64.01.13.38

Retouches, créations vêtements et
accessoires, ameublement

Atelier d'art

Nadine CARBO

Artiste plasticienne créatrice

07.80.05.87.03

Soins, Bien-être, Beauté

Sabine Coiffure

12, allée Gaston Monnerville

46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY

05 65 11 63 52

Plonger en nous

Claire Thesmier

06 75 62 11 22

Initiation plongée sous-marine, soins thérapeutiques,
Astro yoga et soins Reïki

Hypnose, méditation

Marie-Laurence GREAR

06 72 66 34 16

Accompagnement en soins individuels

Nadine CARBO

07.80.05.87.03

Ose ta santé

Michelle ANDREW

Thérapie psycho corporelle et transpersonnelle, Formatrice - Tantrica, certifiée Scan Thérapeutique et massages

Bien Être

nesoispassage@gmail.com

06 09 10 52 01

Loisirs, évènementiel

Cal Camina
Lacam d'Ourcet
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
06 77 06 99 37
Hugo.marchandin@yahoo.com
*Groupe de musiques traditionnelles
d'ici et d'ailleurs*

**Animations soirées privées, location
de matériel**
Didier BLAZI
05 65 33 06 16
06 85 16 24 92

FESTYLIVE
Evènementiel tous types de soirées,
concerts, mariages
06.82.76.54.17

Autres services

Mutuelle communale MUTUALIA

M. Pierre CATHELAIN
Mardin matin à l'espace France Services
05 46 90 07 07
06 87 18 51 30



Entre nous, c'est humain

GROUPAMA assurances

Pour Calviac, Lacam d'Ourcet, Lamativie et Sousceyrac :
Nom du référent : Quentin DOUDARD
Bureau de Saint-Céré



Agence postale de Sousceyrac

10, allée Gaston Monnerville
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 11 09 82

Horaires : du lundi et vendredi de 9h à 13h
Mardi de 9h à 13h et de 14h à 16h30
Jeudi de 14h à 18h



LA POSTE

Agence postale de Comiac

Le bourg - Comiac
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 81 19

Horaires : du lundi au vendredi de 09h00 à 12H00,
le Samedi de 09H00 à 11h00

Portage de repas CAUVALDOR

06 71 92 00 77





Vie associative

Commerce, culture et loisirs

ACAIPS

Présidente : en cours de modification

Association des commerçants, artisans et industriels du Pays de Sosseyrac

Le Petit théâtre de Sosseyrac

Président : André CHANTELOT
Troupe de théâtre amateur

ALCP

Présidents : Gérard SALGUES

Association loisirs, culture et patrimoine

Organisation de manifestations culturelles toute l'année

Arpège

Présidente : Viviane RINGOT
Chorale associative, dirigée par Paule DE VERDALE

Chill & chouille

Président : Hugo VERGNE

La Solidaire

Organisation d'évènements festifs et culturels, Club Nature, entretien des chemins de randonnée

Environnement, sport de pleine nature

Association de chasse de Calviac

Président : Patrick ASFAUX

La Diane

Président : Julien MONTBERTRAND
Société de chasse de Comiac

Société de chasse de Lacam d'Ourcet

Président : Robert CAPSAL

Société de chasse de Lamativie

Président : Jean-Claude CAPMAU

Société de chasse de Sosseyrac

Président : Didier BIAUDIS

Rando Verte du haut-Ségala

Président : David MARTINIE

Promouvoir des randonnées vertes pluridisciplinaires

Les Pescofis Sosseyracois

Président : en cours de modification

Association de pêche, organisation de concours

Club nautique du Haut-Ségala

Président : Harry HAMMERSCHMIDT

Aviron

Histoire et patrimoine

FNACA

Président : André ASFAUX

Fédération Nationale des Anciens Combattants d'Algérie

Social et solidarité

Association des aînés de Souseyrac

Présidente : Philippe GLORIEUX

Club d'animations destiné aux séniors

Le cercle des eaux vives

Présidente : Odette FOULHAC

Club d'animations destiné aux séniors de Calviac et Lamativie

Association des Parents d'élèves

Présidentes : Pauline BENNET et Noémie ISSERTES

Association Ségal-Limargue

Président : Pascal LEWICKI

Soutenir, coordonner et développer des initiatives sociales, économiques et culturelles

Mutuelle Entraide Coups durs

Présidente : Nadine BENNET

Assistance aux agriculteurs et exploitants

Soins & santé

ADMR

Présidente : Dominique ROUSSELLE

Aide à Domicile en Milieu Rural (voir page 6)

Amicale cantonale des donneurs de sang bénévoles

Président : Pierre MAS

Organisation de dons de sang

Amicale des Sapeurs-Pompiers

Président : Yannick MAZIERES

Sport

Club de Tennis du Ségal

Présidentes : Céline Marbeau et Carole BLAZI

Club de pétanque

Président : Jacques GOUZOU

Entente Ségal Foot

Président : Corentin ISSERTES

Club de football de Souseyrac

USC Comiac

Président : Francis MONTBERTRAND

Club de football de Comiac

Kung Fu Win Chu

Président : Marc ICHTERS

Music Olt Country

Présidente : Marie-Louise BENNET

Little Boots 46

Présidente : Chantal CROS

Club de danse country

Club de danse country

Théâtre du murmure Cie et bien dansons maintenant

Présidente : Isabelle DUCOU

Danse

Twirling Bâtons

Présidentes : Annick COYER et Elsa

PEYROL

Gymnastique du Ségal

Présidente : Isabelle TENNER

Comité des fêtes

L'éveil de Calviac

Président : Florian BOY

Vivre à Comiac

Président : Francis MONTBERTRAND

Cap de far (Lacam d'Ourcet)

Président : Bernard TEYSSIEU

Comité des fêtes de Lamativie

Président : Nicolas LHERM

Comité des fêtes de Souseyrac

Présidents : Alexis BLAZI & Margot ROUSSEL

Pour tout autre renseignement, s'adresser à la mairie

Numéros utiles

Les Mairies

Mairie de Sousceyrac-en-Quercy 05 65 33 00 82 secretariat@sousceyrac-en-quercy.fr Horaires : du lundi au vendredi de 13h30 à 17h30	Mairie déléguée de Calviac 05 65 11 60 30 calviac@sousceyrac-en-quercy.fr Horaires : mercredi 8h30 – 12h	Mairie déléguée de Comiac 05 65 33 87 93 comiac@sousceyrac-en-quercy.fr Horaires : lundi : 13h30 – 17h30 vendredi : 9h – 12h
Mairie déléguée de Lacam d'Ourcet 05 65 33 05 75 lacamdourcet@sousceyrac-en-quercy.fr Horaires : mercredi : 9h – 12h	Mairie déléguée de Lamativie 05 65 33 05 32 lamativie@sousceyrac-en-quercy.fr Horaires : jeudi 14h – 16h30	

Urgences

Gendarmerie

Adresse : 16, rue de Saint-Céré
46190 SOUSCEYRAC-EN-QUERCY
05 65 33 02 17
Horaires : mercredi 8h – 12h et samedi 14h – 18h

SAMU : 15

Pompiers : 18 et 112

Médecin d'urgence (week-end & jours fériés) : 116 117

Pharmacie de garde : 3237

Permanences services publics sur Rendez-vous

ADIL (Agence Départementale d'Informations sur le Logement)

Permanence les 2^{ème} mercredi du mois à l'antenne France Services
05 65 35 25 41

Conciliateur de Justice

Sur demande à l'antenne France Services
05 65 38 98 17

Permanence des impôts

Tous les lundis de 14h à 17h à l'antenne France Services
En période de déclaration, la permanence des impôts se tient les lundis et vendredis après-midi.
05 65 38 98 17

Permanence Centre Social droits des femmes et égalité femmes – hommes

À l'antenne France Services. Sur rendez-vous, en accueil physique individualisé, écoute active par une animatrice sociale.
2^{ème} lundi du mois de 9h à 12h.
05 65 38 98 17

SPANC (Service Public d'Assainissement Non collectif)

Communauté de communes Cauvaldor
Jean-Louis LESTRADE (Lacam d'Ourcet et Sousceyrac)
06 83 14 37 97



Gestion des déchets

Tous les déchets sont gérés, triés et valorisés par le SYDED du Lot.

Sousceyrac-en-Quercy dispose d'une déchetterie, implantée sur la route de Pontverny à Calviac

Horaires d'ouverture de la déchetterie :

Mardi et samedi : 9h – 12h

Mercredi, jeudi et vendredi : 14h – 18h

déchetterie : 05 65 10 69 53
SYDED (siège à Catus) : 05 65 21 54 30



Jetons moins & jetons mieux

LES DECHETS RECYCLABLES

Au Récup'

VERRE

Emballages seulement



Bouteilles, bocaux, pots, sans bouchon ni couvercle

INFO TRI : 05 65 21 54 30

Dans le Bac vert ou en sac transparent*

<p>PAPIER</p> <p><i>Non souillé</i></p>  <p>TOUS LES PAPIERS : Journaux, revues, prospectus, enveloppes...</p>	<p>TOUS LES EMBALLAGES</p> <p>carton</p>  <p>Boltes & briques</p>	<p>métal</p>  <p>Boltes, canettes, aérosols, barquettes...</p>	<p>plastique</p>  <p>Bidons, bouteilles, flacons, boltes, pots, barquettes, films, blisters, sachets, tubes...</p>
--	--	---	--

QUELQUES PRÉCISIONS :

- Ne déposez rien qui puisse blesser un agent de tri (verre, seringue...)
- Les autres objets en plastique ne se recyclent pas actuellement (jeux, ficelles...)
- Inutile de laver les emballages ; il suffit de bien les vider.
- Aplatir les gros cartons pour éviter l'encombrement du bac vert.

** Sacs transparents mis en place sur certaines communes uniquement.*

...ET TOUT LE RESTE :
dans le bac marron / gris ou (selon le cas) à la déchetterie

TERRITOIRE ZÉRO DÉCHET

zér
GASPILLAGE

**Je jette moins,
JE COMPOSTE !**

Épluchures
Restes de repas
Thé, filtres et marc de café
Papier essieu-tout...

Photo non contractuelle
PA1-F-37 - Février 2019

95 cm



NOUVEAU KIT 2018
20€
AVEC TIGE AÉRATRICE

Bon de commande **KIT COMPOSTAGE**

Conditions d'acquisition : un seul kit par foyer, résider dans le Lot ou sur ces communes aveyronnaises : Asprières, Balaguier-d'Olt, Capdenac-Gare, Causse-et-Diège, Salvagnac-Cajarc et Sonnac.

Mode de paiement : uniquement par chèque

Composition du kit : 1 composteur de 320 l (à monter soi-même), 1 tige aératrice, 1 seau de 10 l, 1 guide du compostage domestique.

NOM, Prénom : _____

Commune : _____

Livraison souhaitée sur la déchetterie de : _____

Délai de livraison : environ 4 semaines

Numéro de téléphone : _____ (impératif info livraison)

Envoyer un chèque de 20 € à l'ordre du **TRÉSOR PUBLIC** accompagné de ce coupon au SYDED du Lot, les Matalines 46150 CATUS.

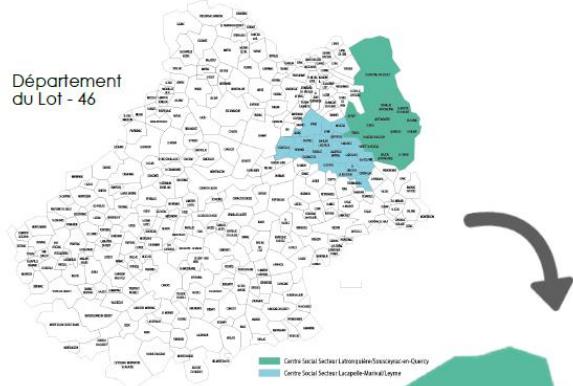
Signature : _____

Le ____ / ____ / ____ ,

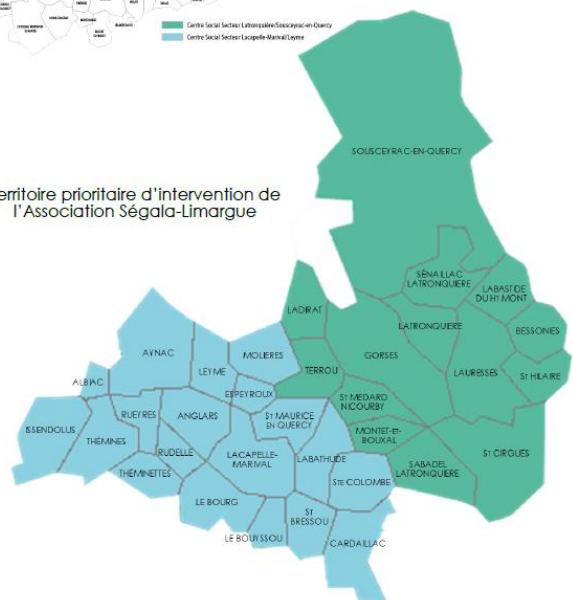
à _____



Siège administratif : 202 rue principale - 46 120 LEYME
 Tél : 05.65.38.98.17 / Mail : association@segalalimargue.fr
 Site Internet : www.segala-limargue.fr
 Facebook : Association Ségala-Limargue - Facebook



Territoire prioritaire d'intervention de l'Association Ségala-Limargue



Petite enfance

Développement, en partenariat avec les collectivités locales et les habitants, de services d'accueil au niveau de la petite enfance.
 Relais Petite Enfance, relais d'accueil petite enfance/assistantes maternelles/parents/futurs parents
 Des itinérances dans d'autres communes sont organisées en fonction des besoins repérés ou des demandes exprimées.

MICRO CRÈCHE "LES PETITS PRINCES"

à Latronquière. Capacité d'accueil de 10 places, du lundi au vendredi.

STRUCTURE MULTI-ACCUEIL SMA

"LES PREMIERS PAS EN SÉGALA"

à Labathude. Capacité d'accueil de 18 places, du lundi au vendredi.

RPE des Petites Mains

RPE

- LES PETITES MAINS -

Site de Lacapelle-Marival : accueil et animations le mardi de 9h à 12h et le jeudi de 9h30 à 12h. Les permanences administratives ont lieu le mardi de 13h à 15h et le jeudi de 13h à 14h.



RPE « Les Pitchous »

Site de Souceyrac-en-Quercy : accueil et animations le vendredi de 9h à 12h. Les permanences administratives ont lieu le vendredi de 14h à 15h (sur rendez-vous).

Site de Latronquière : en lien avec la Micro-crèche « les Petits Princes », créneau horaire dédié (1/2 journée par semaine).

POINT D'ACCUEIL PÉRISCOLAIRE DE LEYME

Fonctionne durant l'année scolaire, avant et après le temps scolaire.

DES ACTIVITÉS ÉDUCATIVES ET DE LOISIRS

Sont proposées les mercredis et durant les vacances scolaires pour les enfants : animations à thèmes, sorties à la journée, stages, etc.

Accueil de loisirs à Leyme.

Accueil de loisirs à Souceyrac-en-Quercy. Transport possible en minibus 9 places. Au départ de Lacapelle-Marival (accueil matin/soir au centre social) pour Leyme. Au départ de Latronquière (accueil matin/soir au centre social) pour Souceyrac-En-Quercy.

Possibilité de paiement : aides CAF, MSA, chèques ANCV, chèques CESU, Aide CE, Tarifs dégressifs frattés.

PARENTALITÉ

Mise à disposition auprès de structures, de fonds documentaires regroupant plusieurs thématiques (petite enfance, adolescence, éducation, familles, scolarité, handicap, prévention...). Organisation de soirées jeux, soirées ciné-débats, sorties familiales, activités de sensibilisation autour du handicap, ateliers parents/enfants, ateliers créatifs autour de la Gazette Petite Enfance, et autres animations, etc.

VACANCES EN FAMILLE - FAMILLES EN VACANCES

Des collaborations avec la CAF 46 et l'ANCV permettent d'accompagner des familles pour des temps de loisirs, de vacances. Moments privilégiés pour l'épanouissement et le renforcement de la cellule familiale.

AIRE À LA PRATIQUE SPORTIVE

L'ASL est relais de proximité, associée à la DDETSPP 46, au Conseil Départemental 46, aux communautés de Communes Grand-Figeac et Cauvaldor, au CDOS du Lot, pour permettre un égal accès à la pratique du sport, en proposant une aide financière aux familles ayant un quotient familial inférieur ou égal à 1000 €.

"ENSEMBLE, ASSOCIATIONS NOUS"

Promotion et renforcement du tissu associatif local : soutien individualisé aux associations pour trouver des réponses à des besoins spécifiques, supports de communication, mise à disposition de minibus 9 places pour les associations, accueil de jeunes en service civique en partenariat avec des associations, projets collaboratifs inter-associations, etc.

PROJETS CULTURELS DE TERRITOIRE

ATELIERS DE PRATIQUE ARTISTIQUE

EXPOSITIONS

Réalisations artistiques participatives dans lesquelles les habitants en sont les principaux acteurs, accompagnés par des artistes en résidence et par "l'Orange Fluo", association locale à l'initiative du projet.



RESSOURCERIE DU HAUT-SÉGALA

A l'initiative d'un groupe d'habitants du Haut-Ségala et d'élus de Latronquière, un projet de création d'une ressourcerie a progressivement vu le jour courant 2019 - 2020. La municipalité de Latronquière a fait appel à l'Association Ségala-Limargue pour la soutenir dans le montage de ce projet. L'ASL, en tant que Centre Social, est donc porteuse de ce projet de territoire. La Ressourcerie se situe dans les locaux de l'ancienne gendarmerie. C'est un espace convivial de rencontre pour les habitants du territoire, de récupération de jeux, jouets, livres, vêtements, vaisselle, meubles, électroménager, etc. et de revente à tout petit prix, organisation de deux braderies par an, un lieu d'échange et de transmission de savoir-faire, de partage de centres d'intérêts, autour d'ateliers de couture, de relooking de meubles, de fabrication de cosmétiques et produits d'entretien, de loisirs créatifs, de créations artistiques, etc.

L'Association Ségala-Limargue (ASL) - créée en 1982 - a pour objet de soutenir, coordonner et développer des initiatives sociales et culturelles, la vie associative et communautaire du territoire Ségala-Limargue (secteurs Lacapelle-Marival, Leyme, Latronquière et Sosseyrac-En-Quercy).

Elle a pour but de :

- répondre aux aspirations des habitants de ce territoire à travers la mise en œuvre et le développement d'initiatives, d'actions ou de services concourant au maintien ou à l'amélioration de la qualité de vie sociale locale.
- mettre en place des services et des actions d'intérêt collectif et public sur la base de contrats d'objectifs négociés avec diverses catégories de partenaires.

L'ASL regroupe deux centres sociaux :

Espaces de proximité, de dialogue et de rencontre, espaces de construction, de gestion de projets qui contribuent à la vie locale, au mieux vivre des habitants, espaces où sont pris en compte les dimensions familiales et intergénérationnelles, espaces de construction collective dans le droit au respect et à la dignité de tout être humain quels que soient son origine et son statut social, espaces de solidarité face aux diverses formes d'exclusion et de discrimination, espaces d'ouverture vers les autres ...

En quelques lignes, les principales actions et activités menées :



Labelisée depuis le 1er Janvier 2020. L'objectif de cette structure est qu'en un lieu unique, identifié par les habitants, ceux-ci puissent être accompagnés dans les démarches administratives de la vie quotidienne en ligne ou hors ligne par des agents polyvalents spécifiquement formés.
CAF, CPAM, CARSAT, MSA, La Poste, Pôle Emploi, DGIFP, les Ministères de la Justice et de l'Intérieur sont les neuf opérateurs historiques auxquels se rajoutent des partenaires locaux : le but étant de rassembler et diversifier dans un même espace les partenaires et redonner de la proximité entre les usagers et l'administration.
Sur rendez-vous, 2 sites : Leyme - Sosseyrac-en-Quercy.



Plusieurs lieux d'enseignement sur le territoire et disciplines variées.
Par ex : événement musical, solfège, accordéon, batterie, percussions, clarinette, guitare, piano, saxophone, trombone, trompette, chant, atelier jazz et musique actuelles, groupe de rock, chorale enfants/ados, chorale adultes, atelier MAO, etc.

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN ADULTES ET SENIORS

Par une éducatrice sportive à Latronquière, Gorges et dans le cadre d'associations de gymnastique.

HATHA YOGA

A travers l'apprentissage de postures et de leur mise en séquence, le hatha yoga permet de développer l'écoute de soi, la conscience du schéma corporel, l'exploration de la respiration, etc. dans une pratique alliant activité physique et lâcher prise, à Lacapelle-Marival.

ATELIERS "LOISIRS CRÉATIFS ADULTES"

Patchwork, couture, mosaïque, punch needle, bougies naturelles, cartonnage, etc. Convivialité autour de boissons chaudes et de gâteaux faits maison, rencontres et échanges sont au programme. Des sorties à thème, des visites, des stages sur telle ou telle technique sont également organisés.
Sur le secteur Lacapelle-Marival, rencontres le mardi après-midi alternativement dans différentes communes.

Sur le secteur Sosseyrac-En-Quercy, rencontres le mardi de 20h à 22h par quinzaine.

STOP AUX VIOLENCESEXISTES ET SEXUELLES EN SÉGALA LIMARGUE, UN ESPACE AU FÉMININ POUR SENSIBILISER, PRÉVENIR, SOUTENIR, AGIR

Rencontres régulières autour de différentes thématiques et à partir de supports variés. Prévention santé, isolement, fracture numérique, violences familiales et conjugales, etc. Lieu d'expression collectif.

L'animatrice sociale peut vous rencontrer, en individuel, sur les secteurs de Lacapelle-Marival, Latronquière, Leyme et Sosseyrac-en-Quercy.

LA POSTE PRESERVATION D'UN SERVICE DE PROXIMITE DE PRÉSENCE POSTALE

Convention de gestion de l'Agence Postale Communale entre la commune de Leyme et l'Association Ségala-Limargue.

ACTIONS COLLECTIVES DE PROMOTION DE LA SANITÉ GLOBALE

Organisation avec transport collectif en minibus 9 places pour la participation d'habitants au bilan de santé /centre d'examen Cahors, journée prévention santé, alimentation, hygiène de vie, etc.

GROUPES D'EXPRESSION ET DE SOUTIEN

Rencontres thématiques, journées conviviales, etc. animées par un-e psychologue

- à destination des personnes atteintes de sclérose en plaques à Planèzes
- à destination de personnes atteintes de rhumatismes inflammatoires chroniques à Sosseyrac-en-Quercy.

BON VIVRE EN SÉGALA-LIMARGUE

Un programme d'activités diverses et variées pour découvrir, partager, chanter, bouger, imaginer, se relaxer, sortir, préserver son autonomie, entretenir du lien social, prendre soin de sa santé, aller vers les autres etc. dans la convivialité et la bonne humeur.

LIEN SOCIAL ET PRÉVENTION

Favoriser le lien social, la transmission de savoir-faire, la valorisation du territoire ; promouvoir les ressources et compétences individuelles des habitants dans une dynamique collective : visites et rencontres avec des producteurs et des artisans locaux, animation d'ateliers cuisine / de loisirs créatifs et autres, etc. sur l'ensemble du Ségala-Limargue.

ACCUEIL DES NOUVEAUX ARRIVANTS

SUR LE TERRITOIRE

Conception d'une démarche d'accueil des nouveaux habitants.

Possibilité de rencontrer une animatrice sociale afin de faire connaissance, mieux connaître les territoires et les services proposés, et recueillir les souhaits, besoins, aspirations.

ACCUEIL DE POPULATIONS « SPÉCIFIQUES »

En partenariat avec des municipalités, la Préfecture du Lot, le Conseil Départemental : accompagnement à l'intégration de familles réfugiées d'origine syrienne ou autres, accueillies en situation régulière sur le Nord Est du département du Lot.

LEYME, 46 120

- * Accueil individuel / Centre Social, Pôle multiculturel communautaire - Tél : 05.65.38.98.17
- * Accueil de Loisirs Sans Hébergement - Tél : 05.65.38.85.86
- * France Services Ségala-Limargue - Tél : 05.65.38.98.17 ou 05.65.10.07.82
- * Agence Postale Communale - Tél : 05.65.14.08.76
- * Accueil Droits des Femmes - Tél : 05.65.38.98.17 ou 07.70.11.62.44

LACAPELLE-MARIVAL, 46 120

- * Accueil individuel / Centre Social, Maison des services - Tél : 05.65.11.07.98
- * Ecole de musique, Maison des services ou Salle des pratiques Collectives, rue du Château - Tél : 05.65.38.98.17
- * Relais Petite Enfance "Les Petites Mains" - Tél : 06.30.30.30.80
- * L'Oustal des familles / Proches aidants, Maison des services
- * Accueil ramassage pour l'Accueil de Loisirs Sans Hébergement, Maison des Services
- * Accueil Droits des Femmes - Tél : 05.65.38.98.17 ou 07.70.11.62.44

LABATHUDE, 46 120

- * Structure Multi-Accueil "Les Premiers Pas en Ségala", La Remise - Tél : 05.65.11.65.43

LATRONQUIERE, 46 210

- * Accueil individuel / Centre Social, Maison Communautaire - Tél : 05.65.40.32.29
- * Micro-Crèche "Les Petits Princes", rue Montanier - Tél : 05.65.11.03.68
- * Ecole de musique, école primaire - Tél : 05.65.38.98.17
- * Accueil ramassage pour l'Accueil de Loisirs Sans Hébergement, Maison Communautaire
- * Accueil Droits des Femmes - Tél : 05.65.38.98.17 ou 07.70.11.62.44

SOUSSEYRAC-EN-QUERCY, 46 190

- * France Services Ségala-Limargue, Espace socio-culturel La Grange - Tél : 05.65.38.98.17 ou 05.65.38.17.65
- * Accueil de Loisirs Sans Hébergement, Le bourg - Tél : 05.65.33.04.72
- * Ecole de musique, le bourg - Tél : 05.65.38.98.17
- * Relais Petite Enfance "Les Pitchous" - 6 place du Prieuré - Tél : 06.77.74.93.34
- * Accueil Droits des Femmes - Tél : 05.65.38.98.17 ou 07.70.11.62.44



Retrouvez Sosseyrac-en-Quercy sur les réseaux

