

Présidente : Jackie ROQUES 06.06.66.50.04

Vice-président : Bernard BELLOTTI 06.71.37.00.76



# GRAULHET TEMPS LIBRE

Maison des Associations

16 place Bosquet 81300 GRAULHET

E-mail : [contact@graulhettempslibre.fr](mailto:contact@graulhettempslibre.fr)

Site : [graulhettempslibre.fr](http://graulhettempslibre.fr)

**JEUDI 15 JANVIER** Salle GTL à 14h30

« L'EXPÉDITION de LAPÉROUSE »

Conférence Animée par Linda FERRÉ

de l'A.G.I.T. du TARN

**JEUDI 05 FÉVRIER** Salle GTL à 15h00

CRÊPE PARTY



Inscriptions le vendredi 09 JANVIER

**JEUDI 12 FÉVRIER** Salle G.T.L. à 14h30

« ANECDOTES et HISTOIRES

MÉCONNUES des CHÂTEAUX du TARN »

Conférence animée par Florent LAMONTAGNE

**JEUDI 22 JANVIER** FORUM à 14h

**VŒUX 2026 - APRÈS-MIDI RÉCRÉATIF**

Avec **CABARET- SPECTACLE « RÊVES »**

Présenté par la Compagnie

« Et Bien Dansez Maintenant »

et Goûter offerts par GTL.

Inscriptions le vendredi 09 Janvier

**JEUDI 19 FÉVRIER**

Visite guidée du Musée « MARIANNE »

« Parcours du FIL de MARIANNE »

à PUYLAURENS

Départ à 13h15 en covoiturage **12 €**

Inscriptions le vendredi 23 Janvier

**JEUDI 12 MARS** Salle G.T.L. à 14h30

« DU BON USAGE DES MÉDICAMENTS »

Conférence animée par Bernard CHAMPANET

Président du syndicat des Pharmaciens du Tarn

**JEUDI 26 MARS**

Repas au LYCÉE HÔTELIER

Visite guidée « Au fil de la Laine »

à MAZAMET

Départ 10h30 **40 €**

Inscriptions le vendredi 13 MARS

**VACANCES SCOLAIRES 21 février au 08 mars inclus**

Soirées « œnologie »: (restaurant Impérial) 12 février

Histoire de l'ART: 07 janvier - 04 février – 11 mars

Atelier peinture: 14 + 28 janvier – 11 février – 18 mars

Art Floral: 11 février

**Les inscriptions aux sorties se font à la salle aux dates indiquées entre 11h et 12h**

## ACTIVITÉS DISPENSÉES CHAQUE JOUR.

### Lundi :

**Informatique** : 09H00 à 11H30 à la salle.

**Scrabble** : 14h00 à 17H00 à la salle (1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup>).

**Atelier écriture** : 14h à 16h à la salle (2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> du mois).

**Qi gong relaxation** : 17H30 à 18H45, à la salle.

### Mardi :

**Anglais** : 10H00 à 11H30 à la salle.

**Randonnée** : 13H30 départ place Bosquet.

**Marche** : 13H30 départ place Bosquet.

**Balade** : 14H00 départ place Bosquet.

**Atelier écriture** : 14h30 à 16h30, à la salle (2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> du mois).

### Mercredi :

**Cours de peinture** : 9H00 à 12H00 ou **Histoire de l'Art** en alternance.

**Assouplissement corporel** : 10H30 à 11H30 salle judo stade.

**Cours d'Histoire de l'Art** : 10H00 à 12H00 à la salle GTL.

**Jeux de cartes (BELOTE, TAROT) et d'échecs** : 14H00 à 17h30 à la salle

**Art Floral** : 20H30 à 22H00 tous les 2 mois à la salle.

### Jeudi :

**Marche Nordique** : 09H00 à 10H30.

**Certificat médical obligatoire.**

**Sorties** à la journée ou à la demi-journée avec visites guidées. (*Départ place Bosquet*).

**Conférences, vidéo-projections, diaporamas** : 14h30 à la salle.

**Œnologie** à 18h45 au restaurant *L'Impérial* (5 soirées dans la saison).

### Vendredi :

**Informatique** : 09H00 à 11H30 à la salle.

**Danse en ligne** : 14h 30 à la salle (1<sup>er</sup>, 3<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> du mois).

**Tricot, Couture, Loisirs créatifs** : 14H15 à la salle (2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> du mois).

**Gym Pilates** : 17H00 à 17H45 à la salle

### Samedi :

**Initiation yoga** : 9H00 à 10H00 à la salle.

### Activités gratuites :

Les conférences, diaporamas, les jeux de société, les cours d'informatique,

La danse, l'aide à la couture et au tricot.

Les marches à la demi-journée ou à la journée.

Les activités physiques (assouplissement, yoga et qi gong).

### Activités payantes :

Les sorties (à l'inscription) avec repas inclus pour les sorties à la journée.

Gym Pilates payable à l'année.

Les cours d'Art floral, de Peinture et d'Œnologie.

Les cours d'Histoire de l'Art payables au trimestre et non remboursables

Voyage annuel sur plusieurs jours.



**GRAULHET  
TEMPS LIBRE**

**PROGRAMME**  
**JANVIER**  
**FEVRIER**  
**MARS**  
**2026**

*Meilleurs  
Voeux*

**ADHESION à GRAULHET TEMPS LIBRE : 25 € par an**