**Présidente :** Jackie ROQUES 06.06.66.50.04
**Vice-Président :** Bernard BELLOTI 06.71.37.00.76
**Email :** Asso.gtl81@gmail.com

# GRAULHET TEMPS LIBRE

**Maison des Associations**
16 place Bosquet – 81300 GRAULHET.
Site 1 : http://gtlwifeo.com

## Jeudi 9 janvier
**Salle GTL 14H30**
**DIAPORAMA**
**« RECIT DE VOYAGE dans l'Ouest Américain, du Névada à la Californie. »**
Présenté par Xavier TESSEYRE.

## Jeudi 23 janvier
**FORUM de GRAULHET 14H00 - VOEUX 2025**
**APRES-MIDI RECREATIF**
SPECTACLE avec
LES AMIS DE LA CHANSON
et GOUTER offerts par GTL

Inscriptions le 10 janvier

## Jeudi 30 janvier
**Salle GTL 14H30**
**Conférence GENDARMERIE NATIONALE**
Sensibilisation à la prévention contre
- Les arnaques
- Les cambriolages
- La cybersécurité

## Jeudi 6 février
**Salle GTL 15H00**

CRÊPE PARTY

Inscriptions le 31 janvier

## Jeudi 13 février
**ALBI**
**Visites de la Cathédrale SAINTE-CECILE et de la Cité Episcopale.**
Avec Béatrix JOLLET guide conférencière.
**Départ à 13H45**
22€

Inscriptions le 31 janvier

**INFOS VACANCES D'HIVER :**
**Du 17 février au 02 mars 2025.**

## Jeudi 6 mars
**Salle du FOULON 15H00.**

**THEATRE « NON A L'ARGENT ».**
avec la Troupe « Les Planches pour Rire »
Une pièce de Flavia Coste.
Adhérent : **8€**
Non-adhérent : **10€**

Inscriptions le 21 février

## Jeudi 13 mars
**Salle GTL 14H30**
**GRAULHET 1944 Résistance – Libération.**
Conférence animée par Eric BRUGUIERE

## Jeudi 27 mars
**TERRA VINEA...**
Un site unique à Portel des Corbières.
L'histoire de la vigne et du vin en Narbonnais, de l'Antiquité à nos jours, à 80 mètres sous terre.
**Déjeuner :** Restaurant « LE GRENACHE » **PEYRIAC DE MER**
65€
Promenade découverte autour de la saline
**Départ à 7H00**

Inscriptions le 7 mars

***Histoire de l'Art :*** *15 janvier – 05 février – 05 mars.*
***Atelier peinture :*** *22 janvier – 12 février – 12 et 26 mars.*
***Art floral :*** *12 février.*
***Cours d'œnologie :*** *06 février (restaurant Impérial).*

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

# ACTIVITES DISPENSEES CHAQUE JOUR.

**Lundi** :
- **Informatique** : 09H00 à 11H30 à la salle.
- **Scrabble** : 14h00 à 17H00 à la salle 1er et 3ème.
- **L'écrit du cœur :** 14H30 à 16H30 à la salle 2ème et 4ème du mois.
- **Qi gong relaxation :** à la salle de 17H30 à 18H45.

**Mardi** :
- **Anglais :** à la salle de 10H00 à 11H30.
- **Randonnée** : 13H30 départ place Bosquet. **Certificat médical obligatoire.**
- **Marche (nouveau) :** 13H30 départ place Bosquet **Certificat médical obligatoire.**
- **Balade** : 14H00 départ place Bosquet. **Certificat médical obligatoire.**
- **L'écrit du cœur :** 14H30 à 16H30 à la salle 2ème et 4ème 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 pour une durée de dix heures sur l'année à la salle.
- **Jeux de cartes (BELOTE, TAROT) et d'échecs** : 14H00 à la salle
- **Art Floral** : 20H30 à 22H00 tous les 2 mois.

**Jeudi** :
- **Informatique :** 09H00 à 11H30 à la salle.
- **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 :** à la salle.
- **Œnologie** à 18h45 (5 soirées dans la saison)**.**

**Vendredi** :
- **Danse en ligne :** à 14h30 à la salle (1er, 3ème et 5ème du mois).
- **Tricot, Couture, Loisirs créatifs :** 14H15 (2ème et 4ème du mois).
- **Gym Pilates :** 17H00 à 17H45.

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

***Activités gratuites :***
- Les conférences, diaporamas, vidéo projections, 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 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 : est payable à l'année.
- Les cours d'Histoire de l'Art, d'Art floral, de Peinture et d'Œnologie.
- Voyage annuel sur plusieurs jours.

# GRAULHET TEMPS LIBRE

## Programme 1er trimestre 2025.

## Janvier – Février - Mars.

### L'Ouest Américain

### Spectacle

### Conférence

Gendarmerie nationale

### Crêpe Party

### Cathédrale Sainte Cécile

### Conférence

THEATRE
LES PLANCHES POUR RIRE

80 ANS DE LA LIBÉRATION

TERRA-VINEA

**ADHÉSION A GRAULHET TEMPS LIBRE : 25 €uros à l'année.**