

GUIDE ETUDIANT



Bons plans

Se loger

Se soigner

Se déplacer

Dates à ne pas
manquer

Jobs

Stages

Partir à l'étranger

Associations
étudiantes

Associations
sportives

Chers étudiants,

Vous voici maintenant fuxéens (oui oui, c'est comme ça que ça se dit !) et vous vous apprêtez à vivre dans un univers nouveau. Vous n'êtes sans doute pas ici par hasard et vous allez vite vous en rendre compte : l'Ariège fourmille d'initiatives solidaires, équitables et durables. Les montagnes et le climat agréable en plus, vous n'avez pas encore idée des jours heureux qui vous attendent !!

Afin de vous accueillir comme il se doit, **la Ligue de l'Enseignement, le Conseil général, la Mairie de Foix et le Centre Universitaire** vous proposent ce guide pratique, plein de bons plans et d'astuces... Bien sûr, les infos sont non exhaustives et nous comptons sur vous pour partager vos bonnes adresses !

En espérant que la rentrée et l'année vous seront agréables à Foix.



SOMMAIRE

Présentation

- 04 Les établissements
- 08 Les assos étudiantes
- 09 Ils sont avec vous

Vivre à Foix

- 10 Se loger
- 11 Bien manger
- 12 Se soigner

Travailler

- 15 Jobs

Bouger

- 16 Partir à l'étranger
- 17 Se déplacer

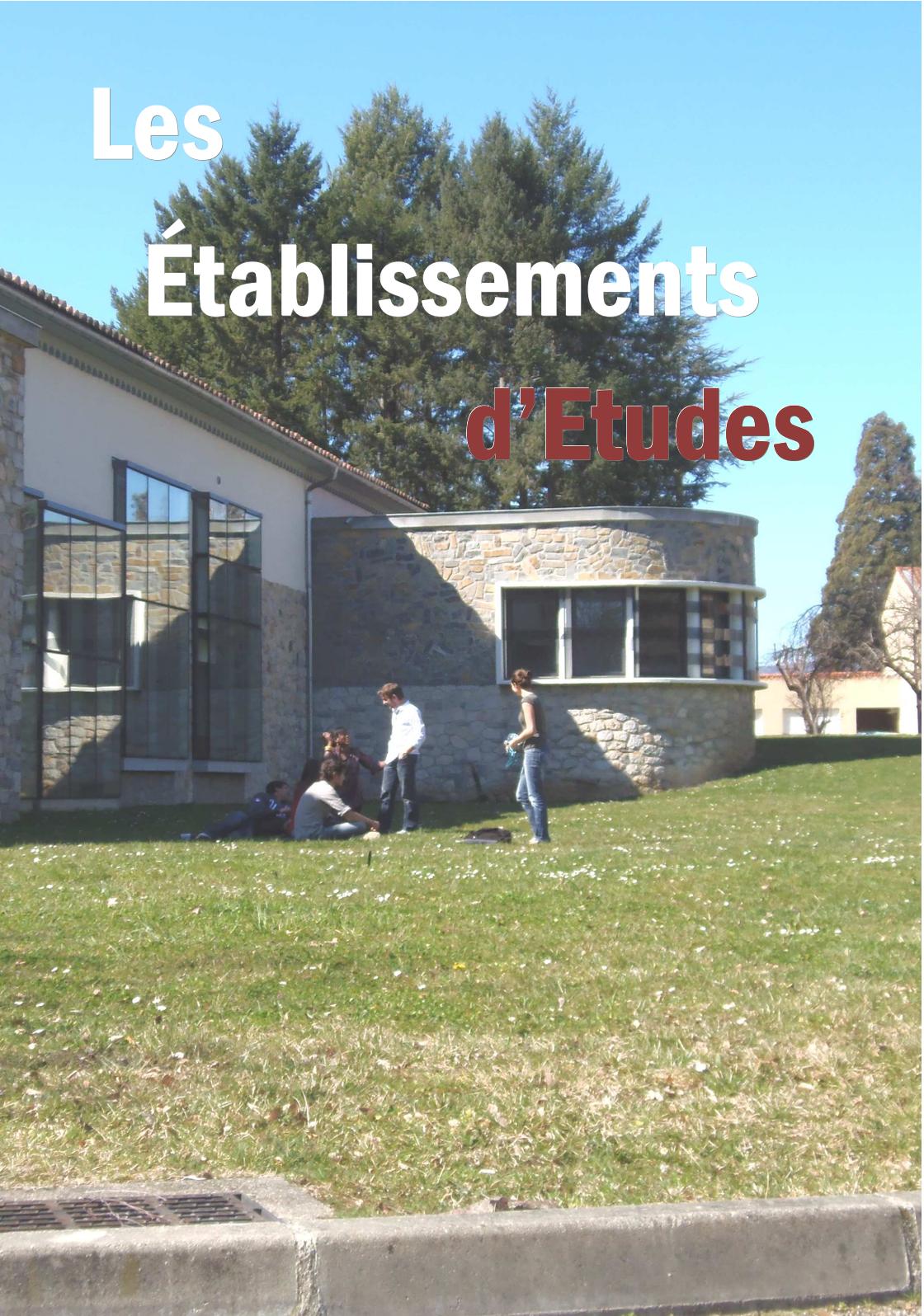
S'investir et se divertir

- 18 Asso humanitaires et sociales
- 19 Se changer les idées
- 20 Asso culturelles
- 21 Calendrier Animations
- 22 Faire du sport

Les

Établissements

d'Études



Le Lycée général et technologique Gabriel Fauré

www.gabriel-faure.entmip.fr

Le lycée Gabriel Fauré propose deux BTS : BTS CGO (Comptabilité et Gestion des Organisations), BTS Tourisme, qui regroupe les deux anciens BTS AGTL et VPT.

Le lycée a été rénové et remis à neuf, ces dernières années. Vous y trouverez une cour très agréable, pleine de verdure, un foyer pour les étudiants, pour travailler ou se détendre, des salles de travail avec du matériel informatique de qualité...

Les étudiants sont prioritaires au self. Des tickets sont en vente au secrétariat (2,60€ / ticket en 2011/2012).



L'IFA : Institut de Formation en Alternance

www.ariège.cci.fr -> « se former et gérer les RH »

L'institut de formation en alternance est un centre de formation d'apprentis (CFA), géré par la Chambre de Commerce et d'Industrie Territoriale de l'Ariège.

Trois BTS en alternance sont proposés à l'IFA : BTS Assistant de gestion PME-PMI, BTS Management des Unités commerciales, BTS Négociation relation client.



Le CFA de la Chambre des Métiers et de l'Artisanat

www.cm-ariège.fr/apprentissage

Le CFA propose plusieurs CAP, classique ou en alternance : boucher, boulanger, carreleur mosaïste, coiffure, constructeur bois, cuisine, employé de commerce multi-spécialités, employé de vente spécialisé, installateur sanitaire, installateur thermique, maçon, maintenance des véhicules automobiles, menuisier, pâtissier, peintre, peinture en carrosserie, plâtrier-plaquiste, réparation des carrosseries, restaurant, serrurier métallier.



Le Centre Universitaire Robert Naudi

www.centre-universitaire-ariège.fr



Le site universitaire de Foix accueille des étudiants de la France entière et de l'étranger grâce à un pôle de formations professionnelles **spécialisé et reconnu autour des questions de développement des territoires, de tourisme durable, de patrimoine et de formation aux métiers de l'éducation.**

Grâce au soutien continu et fondamental du Conseil général de l'Ariège et de la ville de Foix, étudiants et enseignants bénéficient :

- D'un accueil au quotidien par l'ADUA (Association pour le Développement Universitaire de l'Ariège) qui apporte des services de qualité et personnalisés en matière de restauration, d'hébergements ;
- D'équipements informatiques et multimédias en nombre (salles informatiques, salle de cartographie...) :
- D'un centre de ressources avec un environnement de travail et un

accueil remarquables (fonds documentaire spécialisé sur les domaines de formation présents sur le site) ;

- D'un cycle de conférences commun aux différentes formations, mobilisant des scientifiques et des experts dans les domaines du tourisme, de l'aménagement des territoires, du développement durable... associé à des manifestations scientifiques (colloques, séminaires, assises..) qui sont organisées à intervalles réguliers sur le site de Foix ;
- D'un pôle de valorisation « Tourisme, Alimentation, et développement durable » qui agrège différentes données, études, recherches sur les domaines concernés et qui engage des travaux de recherche en lien avec le monde professionnel sur les questions de tourisme durable et solidaire (dans le cadre de l'Eurorégion et de programmes de coopérations transfrontalières en lien avec le Conseil Général de l'Ariège).





Le Centre de ressources

Ouvert aux étudiants et enseignants du réseau Archipel spécialisés en géographie, tourisme et métiers de l'enseignement, le Centre de Ressources est également ouvert au public extérieur à jour de la cotisation annuelle.

Cet espace mutualisé regroupe les ressources du CETIA (Centre d'études du tourisme, de l'hôtellerie et des industries de l'alimentation - UTM), du département de Géographie (UTM), de l'IUFM et du CDDP de l'Ariège.

Le centre de ressources met à disposition de ses usagers :

- des espaces de travail individuels et de groupes,
- 14 ordinateurs en libre accès,
- un accès wifi pour les étudiants des universités de Toulouse,
- la possibilité de scanner et d'imprimer des documents,
- 3 postes dédiés à l'interrogation du Catalogue Archipel,
- une salle d'étude avec des horaires d'ouverture élargis.
- un espace presse actualité convivial (autour d'une boisson) permet la consultation de la presse locale et nationale.

La restauration

Ambiance conviviale, service à table, les cuisiniers se font un plaisir de mijotter de bons petits plats préparés à base de produits locaux.

Le prix du repas est fixé par le CROUS, pour l'année 2011/2012, il est de 3.05 euros.

Les repas sont servis à heure fixe, les étudiants se présentent à la cantine à 12h15 munis de leur ticket.

Les tickets sont vendus par carnets de 10 au secrétariat général le mardi matin et le jeudi matin de 8h45 à 12h15.

La résidence universitaire

Les hébergements, agréés par la CAF, sont situés à proximité des espaces d'enseignement.

Ils sont destinés aux étudiants du Centre en priorité, mais également aux étudiants du lycée en BTS, ou aux étudiants en stage dans le département, pour une plus courte période.



Les Associations



Association Forum

L'association « Forum » a pour but de rassembler les étudiants du site universitaire de Foix, et du Lycée Gabriel Fauré, toutes formations confondues, et promouvoir une vie étudiante active.

Elle organise le week-end d'intégration, les soirées étudiantes, les projections de documentaires, et d'autres événements comme le week-end ski.

Pour permettre aux nouveaux étudiants, aux actuels et aux anciens de rester en contact, proposer de nouveaux projets, s'exprimer et suivre les actus de l'asso... Forum vous propose son groupe facebook !

Etudiantes

Association des BTS Tourisme

Association qui rassemble les étudiants en BTS Tourisme du Lycée Gabriel Fauré de Foix. Organisation de soirée d'intégration et organisation de spectacles pour financer le voyage d'étude.

Association Desman

Il existe également une association étudiante du département géographie du Centre Universitaire.

N'oubliez pas :

Ce sont les étudiants qui font fonctionner les associations étudiantes. Vous pouvez en faire partie, proposer de nouvelles idées, aider à l'organisation des sorties et soirées.

Les Organismes

Qui vous suivent

Ligue de l'Enseignement

Ses activités principales sont : les séjours (vacances pour tous), la vie associative, le sport (UFOLEP, USEP), l'éducation et la culture ainsi que l'insertion professionnelle.

13 rue Paul Delpech

05 61 02 80 02

www.laligue09.org

Mairie de Foix

La Mairie est là pour vous informer de tout ce qui se passe à Foix.

5 Avenue de l'Ariège

05 34 09 35 10

La Mission Locale

Espace d'intervention au service des jeunes. Fonction d'accueil, d'information, d'accompagnement sur l'emploi, la formation, le logement, la santé.

18 rue l'Espinet

05 34 09 32 09

Club Léo Lagrange

Association proposant à la fois hébergement, restauration et club d'activités très variées : cours de langues, musique, chant, danse, informatique, sophrologie, yoga, rando, arts plastiques, écriture, échecs, jeux de société...

16 rue Peyrevidal

05 61 65 09 04

www.leolagrange-foix.com

BIJ/PIJ de Foix

Informations des jeunes.

Espace Olivier Carol

05 61 02 86 10

www.bij09.org

Office du tourisme

29, rue Delcassé

05 61 65 12 12

www.tourisme-foix-varilhes.fr

Conseil Général de l'Ariège

5 rue du Cap de la Ville

05 61 02 09 09 (standard)

www.cg09.fr

Se loger

BIJ / PIJ de Foix

Propose un grand choix de logements et colocations (descriptifs, coordonnées, loyer et charges, situation géographique)

Espace Olivier Carol

05 61 02 86 10

www.bij09.org « Vie pratique »

Centre Universitaire

Logement en résidence universitaire à proximité du Centre Universitaire (studio ou chambre)

4, avenue Raoul Lafagette

05 61 02 19 80

Foyer Léo Lagrange

Propose un hébergement temporaire au centre ville de Foix

16, rue Peyrevidal

05 61 65 09 04

www.leolagrange-foix.com

Foyer Soleil

Le Centre Communal d'Action Sociale assure la gestion locative du Foyer Soleil, comportant 25 logements (studios ou chambres meublées)

9 et 11 rue du Rival

05 61 05 42 08

CAF : Caisse d'Allocations Familiales

La CAF propose une aide au premier logement (APL). Vous pouvez effectuer votre demande ou calculer le montant de votre aide en ligne

5, rue Victor Hugo Peysales

0 810 25 09 10

www.caf.fr « étudiants »

Ciléó

Propose une aide à la location, accordée sous conditions (avance gratuite du dépôt de garantie)

05 61 14 52 52

www.interlogement.com

Liens utiles

www.le09.fr

www.leboncoin.fr

www.mapiaule.com

www.colocation.fr

www.appartager.com

Bien manger

Les paniers bios de viandes d'Ariège

L'association vous propose une sélection de viandes issues d'élevages biologiques ariégeois. Réservez par téléphone et savourez.

Civam Bio 09

Cottes 09240 La Bastide de Sérou

05 61 64 01 60

www.bioariege.fr

Point relai à Foix : BIO FORME

52 bis Av Général Leclerc

05 61 03 65 83

AMAP Cœurs d'Artichaut

Association pour le maintien d'une agriculture paysanne. Distribution de paniers de légumes bio.

Lieu dit Bounague 09000 Ganac

09 54 16 04 32

APPAM' AMAP

Distribution de fruits, légumes, viandes, produits laitiers, pain, confitures...

09 51 72 45 14

amap09.pamiers@free.fr

www.apam-amap.org

Le Zeste vert

Dans le but de promouvoir et faire vivre une agriculture durable et de proximité, l'association propose la vente équitable de fruits et légumes issus de l'agriculture raisonnée.

06 09 67 61 11

05 61 64 32 87

vignausonia@yahoo.fr



Marchés

Foix : vendredi matin

Mirepoix : lundi matin

Pamiers : mardi, jeudi, samedi (matins)

St Girons : samedi matin

Varilhes : mardi matin

Se soigner

Protection Sociale

Moins de 20 ans : Sécurité sociale des parents salariés

Plus de 20 ans : Affiliation à la sécurité sociale obligatoire

Ce sont les mutuelles étudiantes qui gèrent le régime de sécurité sociale. Dans le dossier d'inscription de l'établissement d'études vous devrez choisir un centre de paiement :



97, rue Riquet 31000 Toulouse
3260



16, rue Riquet 31000 Toulouse
0 825 825 715

Mutuelle étudiante

Vous pouvez souscrire à un contrat complémentaire santé proposé par les mutuelles pour un meilleur remboursement des soins, mais ce contrat est facultatif.

Centre de Planification et d'Education Familiale

Consultations médicales et gynécologiques gratuites, dépistage anonyme du SIDA et des IST, diagnostic de grossesse, entretiens ponctuels ou suivis.

Centre local ADS

9, rue Paul Delpech
05 61 05 06 10

Centre Hospitalier du Val d'Ariège

Consultations, examens médicaux, hospitalisations, urgences.

RN20 sortie 9, 09000 St Jean de Verges

05 61 03 30 30

www.chi-val-ariege.fr

**Centre Médico-
Psychologique**
Consultations gratuites
18 bis Allées Villote
05 81 09 14 20

Médecins Généralistes

Cabinet Médical Lakanal

Dr Baudeigne, Dr Estèbe
14, Allées Villote
05 61 02 87 50

Bouche Jean-Jacques

2, rue Verdun
05 61 65 20 98

Centre Médical Dr Clarens, Dr
Guintoli, Dr Malagoli, Dr Vézinet
2 ter, Av Cardié
05 61 02 98 10

De Saint-Martin Monique

Homéopathe
4, rue Violet
05 61 65 30 15

Durand Didier

18, Allées Villote
05 61 64 90 13

Elman Marc

3, rue Albi
05 61 02 82 40

Fondère Jean-Noël, Monique

12, rue Delcassé
05 61 65 07 73

Groupe Médical Laënnec

Dr Guyon, Dr Mejean
9, Av Lérida
05 61 65 12 00

Marmorat-Chardenoux D.

Acupuncteur
66, Av Général de Gaulle
05 61 02 95 76

Allo Médecins
Médecins de garde
Av Fémouras 09100 Pamiers
05 61 69 71 70



Médecins Spécialistes

Allergologue :

Goyeau Tignol Elisabeth
15, Av Général de Gaulle
05 34 09 81 21

Dermatologues :

Eclache François
10 bis, Av Lakanal
05 61 65 33 30

Mansour Monbrun Fabienne
23, Bd Alsace Lorraine
05 61 02 98 33

Gynécologues :

Dersarkissian Jutta

6, Allées Villote
05 61 65 16 66

Surga Francis

7, rue Laquière
05 61 65 50 52

Ophthalmologiste :

Durr Daniel

Résid le Pyrrhon
7, rue Laquière
05 61 63 24 61

ORL :

Elreda Marc

15, Bd Alsace Lorraine
05 61 02 78 34



Dentistes :

Docteurs Amardeil

62, Av Général Leclerc
05 61 65 02 85

Dupuy-Durliat Marion

13, Pl 59ème Régiment Infanterie
05 34 09 80 90

Durbain Epifanie Trapé

15, rue Bayle
Dr Durbain Paul Marie
05 61 65 26 59

Dr Epiphanie Vincent

05 61 02 68 28

Dr Hoscheid Jean-Paul

05 61 65 08 53

Dr Trapé Thierry

05 61 01 94 35

Ganet Frédéric

23, Allées Villote
05 61 65 01 77

Leschelle Anne-Cécile

28, Av Barcelone
05 61 01 17 74

Chirurgiens Dentistes Nadal

2, Chemin Plaine Cadirac
05 61 02 86 02

Perroud Michel

16, Allées Villote
05 61 65 49 31

Pineau Joël

22, rue Peyrevidal
05 61 02 71 60

Cabinet Dentaire Mutualiste

2, rue Salenques
05 34 09 34 46

Kinésithérapeutes :

Rejade Dr Albiac, Dr Larnaudie, Dr Meda

3 bis, rue Résistance
05 61 02 83 37

Blandinières Henri

4, Pl Georges Duthil
05 61 65 32 04

Dr Cousteau, Dr Genève, Dr Segria

19, Av Lakanal
05 61 02 80 40

Crespo Dominique

3, rue Sénateur Paul Laffont
05 61 01 68 98

Gevaudan Olivier

5, rue Pont
05 61 01 94 76

Rodriguez-Dupuch Eliane

9, Av Lérida
05 61 65 07 64

Therci Marianne

14, rue Longue
05 61 65 40 86

Tisseyre Bertrand

62 B, Av Gén Leclerc
05 61 01 75 03

Masseurs Kinés Ariège

Calvin 1, rue Verdun
05 61 64 13 77

Radiologues :

Centre Radiologie Imagerie

4, rue Salvador Allende
05 61 65 12 11

Travailler

BIJ/PIJ de Foix

Possibilité de consulter une offre ou de déposer une demande d'emploi en ligne sur **www.bij09.org** rubrique « jobs en Ariège »

Agences d'Intérim

ADECCO Travail Temporaire

3, rue Delcassé, Foix
05 34 09 38 38

Ariège Intérim

25, rue Victor Hugo, Pamiers
05 34 01 30 80

MANPOWER

78, Bd Alsace Lorraine, Pamiers
05 34 01 30 70

CRIT

66, Bd Alsace Lorraine, Pamiers
05 34 01 00 24

Randstad Intérim

50, rue Victor Hugo, Pamiers
05 34 01 30 20

Ariège Emploi et Carrière

10, Bd Delcassé, Pamiers
05 61 68 12 89

Ariège Profession Animations

Emplois saisonniers, maître nageur, animations...

05 61 02 98 97

BAFA (Brevet d'Aptitude à la Fonction d'Animateur)

Devenez animateur dans les centres de vacances ou de loisirs, le temps d'un été ou d'une colo. Formation payante pour laquelle des aides peuvent être accordées par différents organismes.

Renseignements :

Ligue de l'Enseignement

05 61 02 80 02

www.laligue09.org

Service Civique

Ce n'est ni du bénévolat, ni du salariat. Il s'agit d'engagement volontaire de jeunes de 16 à 25 ans, allant de 6 à 12 mois, sur des projets d'intérêt général dans une association. Une indemnité mensuelle est versée par l'Etat.

Renseignements :

www.service-civique.gouv.fr

www.laligue09.org

www.pole-emploi.fr rubrique « offres saisonnières »

**3, rue Victor Hugo, Foix
3949**

Partir à l'étranger

Restez couverts

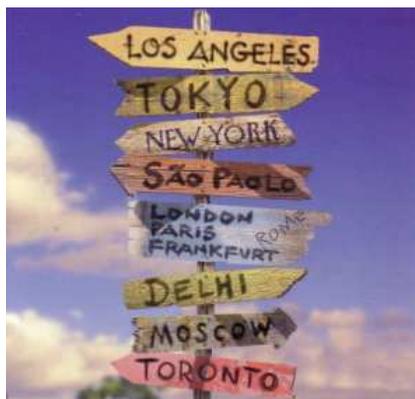
La carte européenne d'assurance maladie (CEAM, valable un an) permet de bénéficier, lors d'un séjour temporaire en Europe, de la prise en charge des soins médicaux. Demandez-la à votre mutuelle étudiante.

www.couchsurfing.org

Réseau international qui connecte les voyageurs aux autochtones dans plus de 230 pays du monde. Les membres s'hébergent mutuellement : les hôtes ont l'opportunité de rencontrer des gens du monde entier sans quitter leur maison, tandis que les voyageurs peuvent participer à la vie locale du pays qu'ils visitent.

Volontariat international

Partez pour une mission professionnelle à l'étranger tout en bénéficiant d'un statut public protecteur et d'une indemnisation, pour une durée de 6 à 24 mois. Tous les métiers et structures (entreprises, administrations, organisations internationales et associations) sont concernés.
www.civiweb.com



www.diplomatie.gouv.fr

Rubrique « conseils aux voyageurs »

Le Ministère des Affaires Etrangères vous informe : conseils pratiques, actualités du pays que vous vous apprêtez à découvrir...

Liens utiles

www.pole-emploi-international.fr

www.teli.asso.com

www.jcomjeune.com

www.eurodesk-France.org

www.servas-France.org

Se déplacer

Navette urbaine Foix-Montgailhard

Avec la carte mensuelle Campus, déplacez-vous autant de fois que vous le souhaitez du 1er au dernier jour du mois (- 26 ans) : 12€ en 2012.

Renseignements : 0800 00 09 01
www.mairie-foix.fr



Un bus pour l'Andorre

Denamiel Voyages : départ de l'ancienne piscine à 12h les mercredi et samedi

Saalt Voyages : départ de la Cci les mercredi et samedi à 12h10

Réservation indispensable la veille : 05 34 01 21 50

Le covoiturage

Convivial, pas cher et beaucoup moins polluant...

www.enroute09.org

www.covoiturage.fr

www.123envoiture.com

SNCF

Ski-rail : ce billet de train combine l'aller-retour et le forfait de remontées mécaniques journée, il est disponible dans toutes les gares d'Ariège et durant toute la période d'ouverture des stations de ski.

Renseignements : Gare de Foix

Carte 12/25 : Voyagez en train pendant un an et économisez au minimum 25% sur vos trajets.

www.12-25-sncf.com

Carte Pastel : Voyagez léger en Midi-Pyrénées, la carte magnétique Pastel remplace, pour les abonnés hebdomadaire ou mensuel Midi-Pyrénées Actifs ou Elève- Etudiant-Apprenti, les titres de transport papier.

www.ter-sncf.com

0 891 677 677



S'investir

Asso. pour l'Enseignement aux enfants malade en Ariège

05 61 69 33 70

aeema@wanadoo.fr

Asso. Information Prévention Drogue

05 61 05 01 93

aidp09@wanadoo.fr

Asso. Nationale de Prévention Alcoolologie et Addictologie 09

05 34 09 84 50

comite09@anpa.asso.fr

Asso. des Paralysés de France

05 61 03 86 70

sandrine.pierson@apf.asso.fr

Ariège Autisme

05 61 69 29 21

autismariego@gmail.com

Centre d'Information des Droits de la Femme et de la Famille

05 61 02 81 77

cidff.ariège@wanadoo.fr

Croix Rouge Française (Foix)

05 61 02 62 64

dl.foix@croix-rouge.fr

Fais moi un signe

Langage des signes

05 34 09 03 86

Ligue des Droits de l'Homme

Lutte inégalités, racisme...

05 61 67 21 59

morisse.christian@yahoo.fr

Restaurant du cœur

05 61 65 01 21

ad09.siege@restosducoeur.org

Secours Populaire

05 34 09 37 27

contact@spf09.org

UDAF : Union Départementale des Associations Familiales de l'Ariège

Assistantes sociales, aides aux familles...

05 61 65 01 70



Se divertir

Médiathèque de Foix

40000 livres, 5000 CD et plus de 80 titres de revues, ainsi qu'une salle de travail sont à votre disposition. Consultation sur place gratuite, emprunt soumis à inscription (tarif étudiant).

Espace Olivier Carol

20, Av Général de Gaulle

05 34 09 37 80

bibliotheque@mairie-foix.fr

L'estive : Scène Nationale de Foix

Spectacles, théâtre, cirque, Art et Essai...

Espace Olivier Carol

20 Av Général de Gaulle

Billetterie : 05 61 05 05 55

www.lestive.com

Radio Transparence 93.7

Radio associative ariégeoise libre, aux programmes musicaux éclectiques. Possibilité de passer un message ou de faire une émission.

www.radio-transparence.org

Cinéma Le Rex

2, Place du 8 Mai 1945

www.cine-rex.com

Bars de nuit

Cryscos-Club

3 cours Irénée Cros

05 61 65 22 17

La Buche

Col del Bouich

St Martin de Caralp

05 61 02 99 47



Square des Jeunes

Lieu de vie (accueil, animations, bar sans alcool), le square des jeunes se propose d'accompagner les projets à l'initiative des 13-25ans (ateliers, sorties, projets humanitaires...)

FAJIP

Espace Olivier Carol

05 61 02 73 55

Les Associations

Culturelles

Camera au Poing Réalisations de films, stages ...
www.cameraupoing.site.voila.fr
cameraupoing@free.fr

Ecole de musique Instruments à vents, percu, jazz et musique assistée par ordinateur.
05 61 02 74 23

Foix Terre d'Histoire Organisation de manifestations historiques, théâtre médiéval.
05 61 02 88 26
accueil@foixterredhistoire.org

Les Chocolats Blancs Musique africaine.
06 30 73 33 15
chocolats-blancs@orange.fr

Regard Nomade Projection de films, rencontres, débats, organisation Festival Résistances.
05 61 65 44 23

Terre de Cirque Ecole de cirque itinérante.
06 36 95 21 59

Les Farfadets Création, production et représentation théâtrale.
05 81 29 23 68
theatrelesfarfadets@yahoo.fr

Photo club de Foix
05 61 66 22 30
georgeshenriel@orange.fr

Art'rière Organisation Festival Jazz.
05 61 01 18 30
artriege@wanadoo.fr
www.jazzfoix.com

Equi'nox Promotion du cheval au travers de manifestations artistiques et culturelles.
05 61 02 87 43
Equi-nox09@hotmail.fr

Comité des fêtes de Foix Organisation fête (septembre).
05 61 64 99 10
christianlhostis@wanadoo.fr

Ingénieuse Afrique Organisation Festival.
05 61 03 60 29
ingenieuse-afrique@orange.fr
www.ingenieuseafrique.info

Les Tours de Foix Echecs
05 61 65 09 04
bruno.lanllier@wanadoo.fr

Trad'Estiu Danses traditionnelles et organisation du festival.
05 61 65 55 55

Calendriers des Animations

Février

De l'Oxygène pour les Oreilles (Ax les Thermes) Un programme détonnant avec du ski la journée et des concerts le soir pour se réchauffer (musiques actuelles).

Mai

Fêtes de la transhumance Accompagnez les bergers et leurs troupeaux dans les estives et découvrez leur métier, partout en Ariège, entre Mai et Septembre.

Juin

Fête de la musique (Foix) De la musique dans tous les bars, et dans toutes les rues de la ville (groupes locaux).

Juillet

Festival Résistances (Foix) Voyage en images venues des quatre coins du monde, rencontres alternatives et débats autour du 7ème art.

Fiesta (Pamiers) Ambiance Féria, bodegas et village artisanal...

Festival Terre de Couleur (Daumazan) Voyages musicaux éclectiques portant sur les cultures sociales et solidaires.

Trad'Estiu (Foix) Festival traditionnel occitan (bals trad, contes, initiations à la danse, concert...).

Festival Jazz (Foix) Concerts en plein air et animations dans la ville pendant une semaine.

Aout

Ingénieuse Afrique (Foix) A la rencontre de l'Afrique pendant deux semaines (animations de rue, marché artisanal, restauration africaine, contes, concerts,...).

Nuit du cheval (Foix) Manifestation artistique et culturelle autour du cheval.

Septembre

Fête à Foix Musique, concerts, manèges,... Le premier week-end de septembre (4 jours).

L'agenda des manifestations en Ariège

www.tourisme-foix-varilhes.fr

www.cg09.fr (abonnement à la newsletter)

Faire du sport

Complexe sportif de l'Ayroule

3 terrains d'athlétisme, 3 terrains de football, 3 terrains de rugby, un stade d'eau vive et canoë-kayak, un vélodrome, 7 courts de tennis en plein air, 2 courts de tennis couverts.

Renseignement : Mairie

05 61 05 42 14

Foix Canoë-Kayak Eau Vive

05 61 03 85 76

www.foixcanoe.wifeo.com

foixckev@wanadoo.fr

UFOLEP

Fédération multisport, pratique sportive accessible au plus grand nombre.

05 61 02 06 42

ufolep@laligue09.org

Base de Plein Air (juillet aout)

09000 Labarre

05 61 65 44 19

Base Nautique Télési (juin-sept)

Route d'Amplaing 09400 Mercus

05 61 05 80 50

Centre Equestre Cantegril

09000 St Martin de Caralp

06 24 64 46 27

Parc Nautique Neptunia

Chemin Bourges 09100 Pamiers

05 34 01 33 01

Stations de ski

Ax-Trois Domaines (ax-ski.com)

Ascou-Pailhères (ascou-ski.com)

Guzet

Goulier

Le Chioula

Les Monts d'Olmes

(montsdolmes.com)

Mijanes-Donezan (donezan.com)

Plateau de Beille (beille.fr)

Ski Club du Comté de Foix

05 61 02 71 62

skiclubfoix@orange.fr

Danse

Atelier Chorégraphique de l'Ariège

05 61 02 73 76

Il était une fois la Country

05 62 66 70 90

Sous le Manguier (Danse Africaine)

06 84 49 47 15

souslemanguier@laposte.net

Association Créatique (Hip-Hop)

06 70 25 32 40

Skate Parc

Espace Olivier Carol

Bd François Mitterrand

05 61 02 73 55

Florida Gym 13 Pl Champs de Mars

05 61 65 53 00

**Parc Nautique de Foix
A partir du 1er trimestre 2013**

Aikibudo Club de Foix
06 08 03 14 55

Aikido
06 83 08 15 06

Art Taoïste « Au fil de soi »
05 61 01 73 55
www.aufildesoi.org
aufildesoi2@yahoo.fr

Tai Chi Chuan « Fleur de Pommier »
05 61 02 60 77
bgoulesque@gmail.com

Entente Athlétique Pays de Foix
05 61 03 85 58
raymond.brule@sfr.fr

Asso de Badminton de Foix
06 75 46 60 44
assobadfoix@yahoo.fr

ASPTT Barguillère Foix Basket
06 50 19 64 68
www.asptt.foix.basket.free.fr
j.barnault@free.fr

Billard Club Fuxéen
05 61 65 33 23
billardclubfuxeen@hotmail.fr

Guidon Fuxéen
05 61 01 85 60

Les Gypaetes (Parapente)
06 78 55 39 26
www.gypaetes.com

Cercle d'Escrime de Foix
06 88 74 79 29
cercle.escrime.foix@orange.fr

Pandémonium (Escalade)
06 08 95 13 09
www.pandemoniumescalade.e-monsite.com
pandemoniumescalade@yahoo.fr

Football Club de Foix
05 61 02 84 60

Golf de l'Ariège
05 61 64 56 78

Foix Athlétic Club (Gymnastique)
05 61 02 79 65

Rythmique Club du Comté de Foix-Montgailhard (GRS)
05 61 05 79 35

Hand-Ball Club de Montgailhard
06 37 12 61 44
quatreveaux.albert09@gmail.com

Dojo Fuxéen 09 (Judo, Yoga...)
06 82 37 72 24
david.loze@orange.fr

Karaté Club Fuxéen
05 61 60 84 08
serju.pellegrin@wanadoo.fr

Joyeuse Pétanque Fuxéenne
05 61 65 54 24
jolibert.gilbert@wanadoo.fr

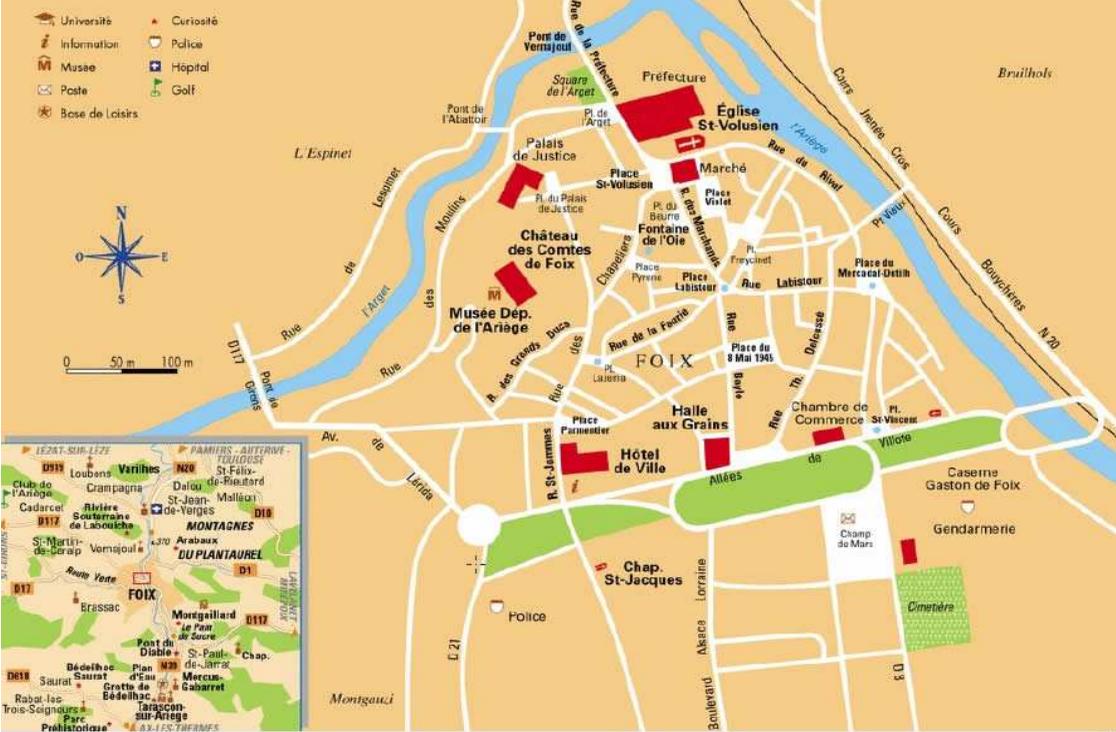
Ping-Pong Fuxéen
05 61 05 37 16

Club Alpin Français des Montagnards Ariégeois
05 61 65 01 09
cafma@free.fr

Union sportive Fuxéenne (Rugby à XV)
05 61 65 59 96
www.usfoix.com
usfoix@orange.fr

Tennis Club de Foix
05 61 65 07 02
tennis.club.foix@wanadoo.fr

Tarascon/Foix Volley Ball
05 61 05 50 53
tfvb@wanadoo.fr



Ce Guide vous est proposé par :



Ville de Foix



CONSEIL GÉNÉRAL

