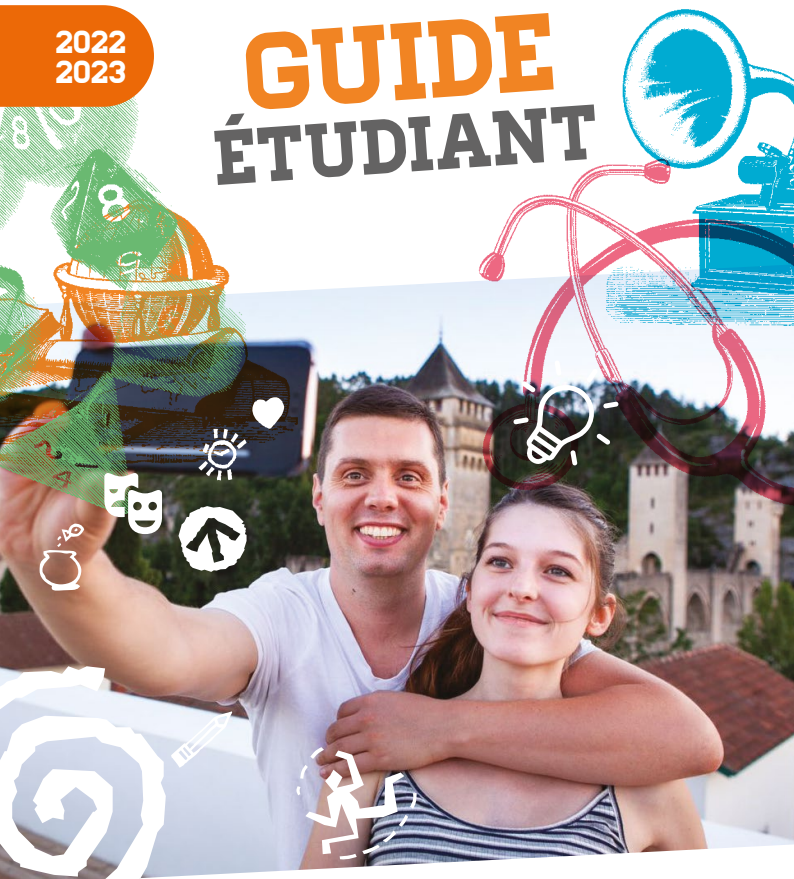


2022
2023

GUIDE ÉTUDIANT



CAMPUS

CAHORS | VALLÉE DU LOT

2022

LA SEM AINE DE L'ÉTUDIANT

Cahors

10 :: 20 octobre

ARTS ET CULTURE
GASTRONOMIE
CONCERTS
DÉCOUVERTE DES SCIENCES
SPORTS
VIE ASSOCIATIVE ET
INITIATIVES ÉTUDIANTES

semaine-etudiant.univ-toulouse.fr
cahorsagglomeration.fr

01000001



Porté par

Bienvenue à vous qui avez choisi d'étudier sur le campus Cahors | Vallée du Lot !

Nous sommes très heureux de vous compter parmi les 1000 étudiants du territoire, répartis dans des formations de secteurs d'activités très variés. Bienvenue à vous qui avez opté pour un cadre d'études et de vie à taille humaine, de qualité, qui foisonne d'opportunités et d'activités. Découvrez ainsi tout ce que Cahors et son territoire, le Lot, ont à vous apporter, que ce soit en termes de vie étudiante (pages 41), d'équipements culturels et sportifs (pages 27-34) ou de découverte de paysages grandioses et d'activités hors du commun (pages 42-43). Et surtout profitez !



BIENVENUE !



Si vous avez la moindre interrogation durant votre parcours universitaire, au sujet de votre vie quotidienne, de santé, de logements ou de loisirs... contactez Emmanuelle Bacou, l'animatrice info jeunes et vie étudiante, au Point Info Jeunes aux Docks à Cahors.

Emmanuelle Bacou / Les Docks
430, allée des Soupirs
46000 Cahors
07 61 72 43 34
infojeunes@grandcahors.fr

f Suivez l'actualité de la vie étudiante sur la page Facebook dédiée :
www.facebook.com/vieetudiantecahors



5

ÉTUDIER

Les formations du Campus connecté
Les formations en présentiel

11

RECHERCHER
INNOVER
ENTREPRENDRE

13

SE LOGER

Logements à l'année
Logements ponctuels

17

SE SOIGNER & SE FAIRE ACCOMPAGNER

Services présents sur le territoire
Services régionaux
Contacts utiles

PAGES CENTRALES

PLAN DE CAHORS

24

SE DÉPLACER

Bus, train, stationnement
et covoiturage

27

SE DIVERTIR
SE DÉFOULER
SE CULTIVER

Les équipements
culturels et sportifs

36

S'INVESTIR

Associations étudiantes
Maison des associations
Office du Sport du Grand Cahors

38

S'INFORMER

Point Info Jeunes
Carte Grand Pass et applis
du quotidien
Les rendez-vous étudiants

42 DÉCOUVRIR CAHORS & LA VALLÉE DU LOT

Graphisme :  Jérôme Soleil Actualisation 2022 : Grand Cahors Impression : Publi Quercy

Crédits photos : Photothèque Ville de Cahors - Grand Cahors : C. Gonzalez, C. Julien, P. Lasvènes, L. Nespoulous,
C. Squassina, CRT Occitanie - Dominique Viet, PhotoAlto - Patrick Shéandell O'Carroll, iStock - peakstock



ÉTUDIÉ



SE FORMER EN PRÉSENTIEL OU EN DISTANCIEL

Aujourd'hui, le Campus Cahors | Vallée du Lot propose plusieurs **formations en présentiel** sur le territoire : **15 formations Bac +2**, **9 formations Bac +3** (3 licences professionnelles, 2 diplômes nationaux, 2 bachelors et 2 diplômes d'État, **2 formations Bac +5** (masters), **2 sessions de stagiairisation** par an de niveau **Bac +7 et plus** (internes en médecine), **1 classe préparatoire** aux grandes écoles.

Le centre universitaire donne accès également au **Campus connecté**, qui démultiplie l'offre de formations postbac et master au bénéfice des étudiants du territoire, **avec plus de 50 formations accessibles en distanciel** ! Avec ce dispositif, vous étudiez pour partie à domicile, pour partie au centre universitaire, en bénéficiant d'**un accompagnement tout au long de l'année** assuré par un coordonnateur issu de l'enseignement supérieur.

L'offre de formation du Campus Cahors | Vallée du Lot est très diversifiée : animation, graphisme, banque et assurances, commerce et distribution, commerce international, économie sociale et familiale, éducation, formation, insertion, diététique, gestion des entreprises, immobilier, industrie, matériel médical, management, numérique, patrimoine alimentaire et gastronomique, psychologie, sociologie, sciences du langage, santé...



En présentiel

- ✕ Formations accessibles après le Bac
- Formations possibles en apprentissage
- Formations accessibles en alternance

DIPLOMES NIVEAU BAC + 7 ET PLUS

Sessions annuelles **stagiairisation** (internes en médecine)

DIPLOMES NIVEAU BAC + 5

Master **Gastronomie, Vins, Cultures et Sociétés**

Master **MEEF** (Métiers de l'enseignement, de l'éducation et de la formation)
mention 1^{er} degré **Professorat des écoles**

DIPLOMES NIVEAU BAC + 3

Diplôme d'État **Audioprothésiste** ✕

Bachelor **Responsable du développement commercial** ●■

Bachelor **Responsable du développement commercial, option banque assurance** ●■

Diplôme d'État **Infirmier** ✕

Licence **professionnelle Viticulture-œnologie : innovation et mondialisation** ●

Licence **professionnelle Maintenance du matériel biomédical** ●

Licence **professionnelle Maintenance industrie du futur**

DNMADE **Graphisme** ✕

DNMADE **Animation** ✕

DIPLOMES NIVEAU BAC +2

BTS **Gestion des PME** ●✕

BTS **Professions immobilières** ●✕

BTS **Négociation digitalisation de la relation client** ●✕

BTS **Économie sociale et familiale** ✕

BTS **Conception des produits industriels** ✕

BTS **Électrotechnique** ●✕

BTS **Maintenance des véhicules, voitures particulières** ●✕

BTS **Maintenance des systèmes, système de production** ●✕

BTS **Management commercial opérationnel** ●✕

DIPLOMES NIVEAU BAC PRO +2

Brevet technique **des métiers Pâtissier Confiseur Glacier Traiteur** ●✕

Brevet de maîtrise **Coiffeur** ●✕

Maîtrise **Installateur des systèmes de génie climatique** ●✕

+ mention complémentaire **Maintenance des équipements thermiques individuels** ●✕

DIPLOME NIVEAU BAC +2 (ACCESSIBLE SANS LE BAC)

Certificat de qualification professionnelle **Technicien supérieur en systèmes et réseaux**

+ CLASSE PRÉPARATOIRE AUX GRANDES ÉCOLES, ÉCONOMIE ET COMMERCE, OPTION ÉCONOMIE ✕



En distanciel

Campus connecté : une offre de plus de 50 formations ✕

(en BTS *(apprentissage possible)*, licences et masters)

TOUTES FILIÈRES



CAMPUS CONNECTÉ DE CAHORS

Centre universitaire Maurice-Faure

273, avenue Henri-Martin

campusconnecte@grandcahors.fr

Tuteur coordonnateur :

Olivier Darrieulat / 06 27 73 47 19

olivier.darrieulat@ac-toulouse.fr

Pour découvrir toutes les matières :

[http://bit.ly/CampusConnecte_](http://bit.ly/CampusConnecte_Formations)

Formations

NOUVEAU ! OFFRE DE BTS EN ALTERNANCE À LA RENTRÉE 2022 :

BTS gestion des PME, BTS négociation
digitalisation de la relation client,
BTS management commercial opérationnel

ANIMATION GRAPHISME

📌 Diplôme National des Métiers d'Art
et du Design / Graphisme

📌 Diplôme National des Métiers d'Art
et du Design / Animation

ENSEMBLE SCOLAIRE ST-ÉTIENNE

Établissement Erasmus

49, rue des Soubirous 46000 Cahors

05 65 23 32 00

contact@st-etienne46.com

ou 04600385@ac-toulouse.fr

cahors.st-etienne46.com/dnmade

www.cahors.st-etienne46.com/dnmade

ASSURANCES BANQUE COMMERCE DISTRIBUTION

📌 Bachelor Responsable
Développement Commercial
spécialité Banque Assurance
(apprentissage et alternance possibles)

📌 Bachelor Responsable de
Développement commercial
(apprentissage et alternance possibles)

📌 BTS Management Commercial
Opérationnel *(en apprentissage
exclusivement)*

📌 BTS Négociation et digitalisation
de la relation client *(en apprentissage
exclusivement)*

CAMPUS PURPLE CAHORS (CCI)

94, rue Hautesserre 46000 Cahors

05 65 20 35 34

cathy.gabillard@lot.cci.fr

www.purple-campus.com

—

📌 Classe préparatoire aux grandes
écoles économiques et commerciales
option Économie


📌 BTS Négociation et digitalisation de
la relation client
(apprentissage possible)

LYCÉE CLÉMENT-MAROT

59, rue des Augustins 46000 Cahors

05 65 35 25 17


ÉCONOMIE SOCIALE ET FAMILIALE

 **BTS Économie sociale et familiale**

LYCÉE CLÉMENT-MAROT

59, rue des Augustins 46000 Cahors
05 65 35 25 17
0460007h@ac-toulouse.fr
clement-marot.mon-ent-occitanie.fr

ÉDUCATION / FORMATION

 **Master MEEF - Métiers de l'Enseignement, de l'Éducation et de la Formation - Mention 1^{er} degré
Professorat des écoles**

**INSTITUT NATIONAL SUPÉRIEUR DU
PROFESSORAT ET DE L'ÉDUCATION
(INSPE)**

Centre universitaire Maurice-Faure

273, av. Henri-Martin 46000 Cahors
Accueil de 8h10 à 11h40
05 65 23 46 01
guilaine.masson@univ-tlse2.fr
Déposer une candidature :
<https://ecandidat.univ-tlse2.fr>

GESTION DES ENTREPRISES

 **BTS Gestion des PME**


LYCÉE CLÉMENT-MAROT

(apprentissage possible)
59, rue des Augustins 46000 Cahors
05 65 35 25 17
0460007h@ac-toulouse.fr
clement-marot.mon-ent-occitanie.fr

PURPLE CAMPUS CAHORS

(en apprentissage exclusivement)
94, rue Hautesserre 46000 Cahors
05 65 20 35 34
cathy.gabillard@lot.cci.fr
www.purple-campus.com

IMMOBILIER

 **BTS Professions immobilières**
(apprentissage possible)

LYCÉE CLÉMENT-MAROT

59, rue des Augustins 46000 Cahors
05 65 35 25 17
0460007h@ac-toulouse.fr
clement-marot.mon-ent-occitanie.fr


INDUSTRIE - MATÉRIEL MÉDICAL - NUMÉRIQUE

 **Certificat de qualification
professionnelle technicien systèmes
et réseaux** *(pas de prérequis de niveau
d'études)*


ECOLE RÉGIONALE DU NUMÉRIQUE


Centre universitaire Maurice-Faure

273, av. Henri-Martin 46000 Cahors
09 72 65 50 93 - info.oc@simplon.co
<https://occitanie.simplon.co>

 **BTS Conception des produits
industriels**

 **BTS Électrotechnique** *(apprentissage
possible)*

 **BTS Maintenance des véhicules
Option Voitures particulières**
(apprentissage possible)

 **BTS Maintenance des systèmes
Option Systèmes de production**
(apprentissage possible)

 **Licence professionnelle
Instrumentalisation médicale -
Maintenance du matériel biomédical**
(en apprentissage exclusivement)


 **Licence professionnelle
maintenance industrie du futur** *(en
apprentissage exclusivement)*

LYCÉE GASTON-MONNERVILLE

Rue George-Sand 46000 Cahors
05 65 20 58 09
mon46.cdt@ac-toulouse.fr
<https://gaston-monnerville.mon-ent-occitanie.fr>



VALORISATION PATRIMOINE ALIMENTAIRE & VITICOLE / VITICULTURE

 **Master Gastronomie, Vins, Cultures
et sociétés (GVCS)**

UNIVERSITÉ TOULOUSE-JEAN JAURÈS ISTHIA

Centre universitaire Maurice-Faure
273, av. Henri-Martin 46000 Cahors
En savoir plus : bit.ly/formations-UT2J
Déposer une candidature :
<https://ecandidat.univ-tlse2.fr>

**Institut Supérieur du Tourisme, de
l'Hôtellerie et de l'Alimentation**
05 65 23 46 04
marie-ange.florentin@univ-tlse2.fr

 **Licence professionnelle Viticulture,
œnologie, innovation et mondialisation
(en apprentissage exclusivement)**

LYCÉE DES TERRITOIRES DE CAHORS LE MONTAT


422, Lacoste 46090 Le Montat
05 65 21 03 67
lpa.cahors@educagri.fr
<http://lycee-du-montat.mon-ent-occitanie.fr>

SANTÉ

 **Diplôme d'État Audioprothésiste
(Licence Réadaptation et Soins)**

ÉCOLE D'AUDIOPROTHÈSE DE CAHORS

Purple Campus Cahors
94, rue Hautesserre
46000 Cahors
05 65 20 48 67
cathy.gabillard@lot.cci.fr
www.purple-campus.com

 **Diplôme d'État Infirmier**

INSTITUT DE FORMATION AUX MÉTIERES DE LA SANTÉ (IFMS)

351, rue Saint-Géry 46000 Cahors
05 65 20 50 14
ifsi@ch-cahors.fr
[www.ch-cahors.fr/formations/
presentation_ifms](http://www.ch-cahors.fr/formations/presentation_ifms)




INTERNAT EN MÉDECINE À CAHORS

Les étudiants en médecine peuvent réaliser leur internat sur le territoire du Grand Cahors. Médecine générale ou médecines spécialisées, au centre hospitalier de Cahors ou en cabinet libéral, les internes choisissent la forme du stage qu'ils souhaitent réaliser. Deux sessions d'internat par an (stages de 6 mois) : mai et novembre.

CENTRE HOSPITALIER



335 rue Wilson - BP 50269
46005 Cahors Cedex
05 65 20 50 50
audrey.martin@ch-cahors.fr
secretariat.medecine-sport@ch-cahors.fr
www.ch-cahors.fr

ARTISANAT ET PROXIMITÉ

-  Brevet de maîtrise des métiers Pâtissier Confiseur Glacier Traiteur
-  Brevet de maîtrise Coiffeur
-  Brevet de maîtrise Installateur des systèmes de génie climatique

CHAMBRE DE MÉTIERS ET DE L'ARTISANAT DU LOT

Rue Saint-Ambroise
46000 Cahors
05 65 35 13 55
www.cma-cahors.fr





-  Diplôme d'études approfondies taxi
-  Diplôme d'études approfondies ambulancier *(en alternance ou en continu)*

MAISON DE L'ARTISAN

Rue Saint-Ambroise . 46000 Cahors
05 65 35 08 01
contact@u2p46.fr

SANS AVOIR LE BAC


Quelques formations accessibles dans les établissements du Grand Cahors :

-  Vendeur Conseiller Commercial (niveau Bac)
-  Réceptionniste polyvalent en Hôtellerie (niveau Bac)
-  Brevet Professionnel JEPS Éducateur sportif mention Activités Physiques pour tous
-  Certificat de spécialisation Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne mention Sport et Santé

Découvrez d'autres formations :

PURPLE CAMPUS CAHORS

94, rue Hautesserre . 46000 Cahors
05 65 20 35 34
cathy.gabillard@lot.cci.fr
www.purple-campus.com

-  Diplôme d'aide-soignant

INSTITUT DE FORMATION AUX MÉTIERS DE LA SANTÉ (IFMS)

351, rue Saint-Géry . 46000 Cahors
05 65 20 50 14
ifsi@ch-cahors.fr
www.ch-cahors.fr/formations/presentation_ifms



RECHERCHER INNOVER ENTREPRENDRE

Certains établissements d'enseignement supérieur du Grand Cahors disposent de cellules ou de démarches Recherche & Développement, source d'expérimentations et d'innovations, sur des sujets aussi variés que l'efficacité énergétique ou la truffe noire. Intéressé ? Prenez contact !

PLATEFORME TECHNOLOGIQUE EFFICACITÉ ÉNERGÉTIQUE D'OCCITANIE

Centre de ressources, lieu d'expérimentation, de démonstration et de conseil dans le domaine de l'efficacité énergétique (mesure, diagnostic, préconisations de solutions sur les fluides d'énergie et les structures des bâtiments).

Plus d'informations : www.pftee.fr

LYCÉE GASTON-MONNERVILLE

Rue George-Sand 46000 Cahors
05 65 20 58 09 - mon46.cdt@ac-toulouse.fr

STATION TRUFFICOLE

La Station trufficole du Lycée des Territoires de Cahors - Le Montat est le centre d'expérimentation, de formation et d'appui technique pour les trufficulteurs de la région Occitanie. Le site comporte 11,5 ha de truffières expérimentales, une serre et un laboratoire d'analyses.

LYCÉE DES TERRITOIRES DE CAHORS - LE MONTAT

Lieu-dit Lacoste 46090 Le Montat
05 65 21 07 56 - station.truffe@gmail.com
www.facebook.com/stationtrufficole

INITIATIVE CCI / RECHERCHE SCIENTIFIQUE EN AUDITION

L'école d'audioprothèse, en partenariat avec le Grand Cahors, porte un programme de recherche scientifique en audition qui comporte deux volets :

- Un projet de santé publique de dépistage et d'examen otoscopique
- Un projet scientifique de recherche clinique sur une cohorte de sujets volontaires durant une dizaine d'années

ÉCOLE D'AUDIOPROTHÈSE DE CAHORS / CCI DU LOT

05 65 20 48 67 - cathy.gabillard@lot.cci.fr

ENTREPRENDRE QUAND ON EST ÉTUDIANT : PENSEZ AU DISPOSITIF PÉPITE ECRIN

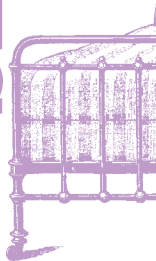
Le dispositif Pépîte Ecrin apporte toutes les informations utiles aux étudiants qui portent un projet de création d'activités. Trois niveaux d'accompagnement à l'entrepreneuriat sont proposés : sensibilisation, formation et pré-accélération. Tous les étudiants peuvent en bénéficier, qu'ils dépendent de l'université ou pas. Les cours se font aussi en distanciel.

ecrin@univ-toulouse.fr

<https://pépîte-ecrin.inook.website/fr>



SE LOGER



VOUS RECHERCHEZ UN LOGEMENT ?

À Cahors, outre les petites annonces et les agences immobilières, plusieurs structures proposent des locations aux étudiants, parfois éligibles au logement social. Dans la revue des logements disponibles, adaptés aux conditions de vie étudiante, les chambres, T1, appartements en colocation sont meublés la plupart du temps. Si vous avez des questions concernant votre logement, des points juridiques à éclaircir ou l'isolation de votre logement à vérifier, les acteurs du territoire se tiennent à votre disposition pour vous accompagner. Enfin, pour effectuer une demande de logement social, adressez-vous à Polygone ou à Lot Habitat (coordonnées page 15).

TROUVER UN LOGEMENT AVEC LE CRIJ OCCITANIE

Un site pratique pour trouver toutes les informations relatives au logement.
<http://crij.org> > Se loger > [GUIDE] Comment trouver un logement ?

DES QUESTIONS À PROPOS DE VOTRE LOGEMENT ?

ADIL - AGENCE DEPARTEMENTALE D'INFORMATION SUR LE LOGEMENT

64, boulevard Gambetta 46000 Cahors
05 65 35 25 41
adildulot@gmail.com
www.adil46.org

SERVICE HABITAT DU GRAND CAHORS

05 65 20 89 18
smorceau@grandcahors.fr
www.cahorsagglo.fr

CAF DU LOT

304, rue Victor-Hugo 46000 Cahors
0 810 25 46 10
www.caf.fr

QUERCY ÉNERGIES

Sensibilisation et accompagnement à la maîtrise de l'énergie. Diagnostic gratuit du logement et des consommations (recommandations d'usage, éco-box)
380, rue de la Rivière
46000 Cahors
05 65 35 81 26
info@quercy-energies.fr
www.quercy-energies.fr

LES AIDES AU LOGEMENT

AIDE AU PAIEMENT DES LOYERS

Pour payer votre loyer, vous pouvez bénéficier d'aides au logement (APL, ALS, ALF), versées par la Caisse d'allocations familiales.

www.caf.fr

AIDE AU CAUTIONNEMENT LOCATIF

La garantie Visale, proposée par Action Logement, offre aux étudiants de 18 à 30 ans, sans conditions de ressources, une caution locative gratuite pour tout type de logement.

www.visale.fr

LABEL LOGEMENT JEUNES

La labellisation des logements pour les jeunes poursuit plusieurs objectifs : garantir un logement adapté à vos besoins et répondant aux normes actuelles, vous accompagner dans vos recherches de logement, lutter contre les mauvaises pratiques générant des conflits locatifs et des départs anticipés en raison de logements ne correspondant pas aux attentes des locataires...

Pour connaître la liste des logements labellisés, contactez Emmanuelle Bacou
07 61 72 43 34
infojeunes@grandcahors.fr



RÉSIDENCE HABITAT JEUNES JEAN-JAURÈS

La résidence propose 29 T1 (22 simples + 7 doubles) d'environ 20 m², avec coin bureau, salle d'eau et kitchenette. Elle propose également 16 logements locatifs sociaux dont 5 T3 en colocation alternée.

Au rez-de-chaussée, sont à la disposition des résidents des salles et des espaces communs : cuisine, jeux, salles d'animation et de réunion.

Le tarif comprend le loyer + les charges (eau, chauffage, électricité, assurances et taxe d'habitation).

Les loyers varient selon la taille :

- pour une chambre supérieure à 20 m² : 395 euros / mois
- pour une chambre inférieure à 20 m² : 295 euros / mois

RÉSIDENCE HABITAT JEUNES JEAN-JAURÈS

188, avenue Jean-Jaurès
46000 Cahors
05 65 31 29 32
fjt46@wanadoo.fr
<http://fjtcordeliers.jimdo.com>

LOT HABITAT

Logements non meublés.
23, Avenue Alphonse-Juin
46000 Cahors
05 65 53 20 20
ophlm46@lot-habitat.com
www.lot-habitat.fr

LES RÉSIDENCES DE POLYGONE

L'organisme dispose de près d'une centaine de logements dont la surface va de 19 à 31 m², tous situés à 15 minutes maximum du centre-ville. Ces logements sont destinés aux étudiants, apprentis et jeunes de moins de 30 ans en contrat de professionnalisation.

Équipements : lit 90 x 190 ou BZ, réfrigérateur, plaque de cuisson, table de cuisine, chaises, bureau, étagère et placards de rangement. Loyers à partir de 135 euros par mois, charges comprises (entretien des communs, ordures ménagères, VMC), éligibles aux APL.

Résidence La Commanderie : 35 studios meublés et 5 T2, salle de travail, wifi, laverie et local à vélos.

Résidence Henri-Martin : 36 logements
Résidence des Augustins : 12 logements

25, boulevard Gambetta
46000 Cahors
05 65 35 40 40
polygone46@polygone-sa.fr
www.polygone-sa.fr

S'ÉQUIPER À PETIT PRIX

Pour équiper ton logement à moindre coût, fais un saut au Secours populaire ou chez Emmaüs ! Meubles, vaisselles, vêtements, livres, chaussures...

SECOURS POPULAIRE

198, chemin Ludo-Rollès - 46000 Cahors
Ouvert le lundi de 14h à 17h et du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h

EMMAÛS - LA PETITE BOUTIQUE

10, rue Victor-Hugo - 46000 Cahors
Ouvert le mardi, jeudi et vendredi de 13h30 à 17h, le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h, le samedi de 9h à 12h.

ASSOCIATION POUR L'HABITAT DES JEUNES EN QUERCY

L'Association pour l'Habitat des Jeunes en Quercy met en location 56 lits de type foyer des jeunes travailleurs, dont 44 au siège de l'AHJQ et 12 chez des bailleurs privés, dans le centre-ville. Logements accessibles à partir de 280/300 euros charges comprises.

Loyer : 30 euros par mois si APL, maxi : 250 euros par personne seule (électricité, chauffage et taxe d'habitation compris).

129, rue Fondue-Haute
46000 Cahors
05 65 35 29 32
afjq46@yahoo.fr
<http://logement-cahors.fr>

VOUS CHERCHEZ UN LOGEMENT PONCTUEL ?

Auberge de jeunesse le CHAI

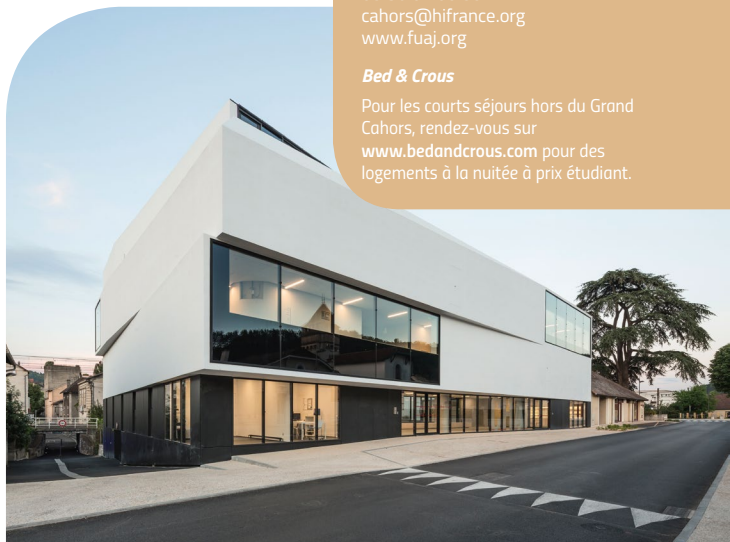
Pour des besoins ponctuels (une nuit, un week-end, une semaine...), au pied du pont Valentré, l'auberge de jeunesse le CHAI offre une capacité de 92 lits répartis dans 38 chambres (chambres de deux ou trois lits) avec salle de douche privative. L'auberge de jeunesse appartient au réseau de la Fédération Unie des Auberges de Jeunesse.

Les prix peuvent varier en fonction de la saison, à partir de 29,90 euros par nuitée et par personne, en chambre partagée, petit déjeuner compris (adhésion à la FUAJ obligatoire pour bénéficier de ces tarifs).

52, Avenue André-Breton
46000 Cahors
05 36 04 00 80
cahors@hifrance.org
www.fuaj.org

Bed & Crous

Pour les courts séjours hors du Grand Cahors, rendez-vous sur www.bedandcrous.com pour des logements à la nuitée à prix étudiant.





**SE SOIGNER
SE FAIRE
ACCOMPAGNER**



PRÉVENTION SANTÉ DES ACTIONS PAR ET POUR LES ÉTUDIANTS

Tout au long de l'année différents dispositifs seront mis en place pour aider les étudiants à prendre soin de leur santé. Des actions de prévention santé autour du sport-santé (pratique sportive), autour des bonnes pratiques alimentaires (atelier de cuisine), autour de la gestion du stress (séance de yoga et de stretching en période de partiel et d'examen). Des « health coffee » sexualité et audition sont également envisagés dans les établissements.

Projet 2022 ! Vous avez des idées et vous souhaitez porter un projet autour de la prévention en santé, un appel à projets étudiants va vous être proposé pendant l'année.

Intéressé ?

Contactez Emmanuelle Bacou

07 61 72 43 34

infojeunes@grandcahors.fr



SERVICES PRÉSENTS SUR LE TERRITOIRE

De nombreux acteurs se mettent à votre disposition et à votre écoute pour vous accompagner à Cahors, sans avance de frais.

CENTRE HOSPITALIER DE CAHORS

Urgences, hospitalisation, consultations
335, rue Wilson 46000 Cahors
05 65 20 50 50
www.ch-cahors.fr

PASS (PERMANENCE D'ACCÈS AUX SOINS EN SANTÉ, 2^E ÉTAGE DE L'HÔPITAL)

Accueil et soin de toutes personnes
présentant un problème de santé et de
couverture sociale
05 65 20 54 40

Urgences - SAMU

Un numéro : le 15

Entrée des urgences : rue Saint-Géry

CENTRE DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE DU LOT

Lieu d'accueil, d'écoute, d'information,
de consultation et de parole sur
toutes les questions : règles, sexualité,
contraception, grossesse, interruption
volontaire de grossesse (IVG), infections
sexuellement transmissibles (IST).
Service gratuit, ouvert aux mineurs et
aux personnes sans assurance maladie.
Centre Hospitalier de Cahors
335, rue Wilson
46000 Cahors
05 65 20 50 25

CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ DU LOT

Centre de prévention : bilans de santé
personnalisés et gratuits pour les
assurés du Régime général (CPAM) : bilan
dentaire, biologie, électrocardiogramme,
audition, vision, spirométrie, point sur les
vaccinations, dépistage des infections
sexuellement transmissibles.

238, rue Hautesserre
46000 Cahors
05 65 20 86 15
ces.cpamcahors@assurance-maladie.fr
www.ameli.fr

CENTRE GRATUIT D'INFORMATION, DE DÉPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC

Dépistage et diagnostic des infections
par le VIH, hépatites virales et infections
sexuellement transmissibles.

Sur rendez-vous
au 05 65 20 54 11

COUP DE POUCE POUR LES COURSES ALIMENTAIRES

À partir de septembre, une aide alimentaire est
proposée aux jeunes qui ne vivent plus chez leurs
parents et qui en ont besoin.

Un mardi sur deux, de 17h à 19h dans les locaux
du Secours populaire :

198, chemin Ludo-Rollès - 46000 Cahors
09 72 52 20 17

LA MAISON DES ADOLESCENTS ET DES JEUNES

Composée d'une équipe pluridisciplinaire (éducateur spécialisé, infirmière, psychologue...), la MDA propose accueil, information, actions de prévention, promotion de la santé, conseils en vie affective et sexuelle, soutien psychologique, accompagnement vers une prise en charge spécialisée des jeunes, de leurs familles et des professionnels qui les entourent. Ouverte aux jeunes de 12 à 25 ans, à leurs parents et aux professionnels, du lundi au vendredi de 10h à 16h30.
299, rue Hautesserre 46000 Cahors
05 65 23 86 88 ou 06 30 56 43 99
maisondesadolescents46@gmail.com

POINT ACCUEIL ÉCOUTE JEUNES 46 & PARENTS

Lieu d'écoute, de soutien, d'accompagnement pour les jeunes et les étudiants, confidentiel, anonyme et gratuit.

Du lundi au vendredi
07 61 73 28 26
permanence mobile le jeudi.
119, boulevard Gambetta
46000 Cahors

f PAEJ46 & parents

📷 PAEJ

www.paej46.fr

SERVICE SOCIAL DU CROUS

Accueil et écoute selon la nature de vos difficultés (sociales, familiales, psychologiques, financières). Des aides peuvent vous être attribuées que vous soyez boursiers ou non.
www.crous-toulouse.fr/social/les-assistantes-sociales



MAISON DES SOLIDARITÉS DÉPARTEMENTALES

Mise en relation avec une assistante sociale.

92, rue Joachim-Murat 46000 Cahors
05 65 53 50 00

CENTRES DE SOINS, D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE

▪ CSAPA ANPAA

Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie
Accompagnement de personnes en difficulté avec toutes formes d'addiction (alcool, tabac, drogues, jeux...)

82, chemin de Bellecroix
46000 Cahors
05 65 53 25 61
anpaa46@anpaa.asso.fr

▪ CSAPA Le Peyry - CEIIS

Consultations jeunes consommateurs et Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues (CAARUD).

377, avenue du 7^e RI 46000 Cahors
05 65 53 67 54
ceiis-csapa-cahors@orange.fr

PLATEFORME OSE 46

Outil numérique à destination des publics et de leur entourage souhaitant discuter et interroger leur rapport aux usages de tabac, de cannabis, d'alcool, de drogues et de jeux. Échanges confidentiels et anonymes. Possibilité prise de rendez-vous par téléphone, mail ou en remplissant un formulaire ou de discussion par chat.

06 31 16 28 01
www.ose46.fr

SERVICES RÉGIONAUX

SERVICE INTERUNIVERSITAIRE DE MÉDECINE PRÉVENTIVE ET DE PROMOTION DE LA SANTÉ

Le SIMPPS est un service médical et social réservé aux étudiants, animé par des professionnels de la santé et du social mobilisables sur de nombreux sujets relatifs à votre santé et à votre vie quotidienne : accueil infirmier (entretien, conseils, orientation, soins), consultations avec des médecins généralistes et spécialistes (gynécologue, planning familial, nutritionniste, tabacologue), rendez-vous avec des assistantes sociales (écoute et aides adaptées aux problèmes universitaires, familiaux, personnels, administratifs et financiers), aide médico-psychologique (psychiatre, psychologues), centre de vaccination et aménagements d'études au titre du handicap.

Sur rendez-vous :

Secrétariat de l'antenne SIMPPS UT2J,
05 61 50 41 41.

Questions du handicap :
Antenne SIMPPS 05 61 50 38 61.

Secrétariat de l'antenne SIMPPS UPS,
05 61 55 73 37.

Accueil infirmier 05 61 55 73 59
www.simpps-toulouse.fr

PASS MUTUELLE ÉTUDIANT

La Région Occitanie déploie, en complémentarité des dispositifs nationaux, une aide spécifique, sous certaines conditions, pour favoriser l'accès aux soins des étudiants.

www.laregion.fr/pass-mutuelle-etudiant-e

CENTRE RÉGIONAL DES ŒUVRES UNIVERSITAIRES ET SCOLAIRES

Le CROUS propose un accompagnement pour l'amélioration des conditions de vie et d'étude des étudiants (bourses, logement, restauration, action sociale/santé, culture, accueil des étudiants étrangers, mobilité).

58, rue du Taur
31000 Toulouse
05 61 12 54 00
www.crous-toulouse.fr



CONTACTS UTILES

URGENCE MÉDICALE / SAMU : 112 OU 15 (GRATUIT)

FIL SANTÉ JEUNES. Dispositif de prévention répondant à distance aux questions de santé physique, mentale et sociale que se posent les jeunes de 12 à 25 ans.

Service anonyme et gratuit tous les jours de 9h à 23h.

0 800 23 52 36

www.filsantejeunes.com

ALLÔ DOCTEUR 3966, service médical de garde dès 20h toutes les nuits, week-ends et jours fériés.

DROGUES INFOS SERVICES

0 800 23 13 13, de 8h à 2h, appel gratuit.

ALCOOL INFO SERVICE

0 980 980 930, de 8h à 2h

(coût appel local depuis un fixe).

ÉCOUTE CANNABIS

0 980 980 940, de 8h à 2h

(coût appel local depuis un fixe).

SIDA INFOS SERVICES

0 800 840 800, appel gratuit.

MALTRAITANCE

119, appel gratuit 24h/24.

NON AU HARCÈLEMENT

Si vous êtes victime ou témoin de harcèlement : 3020 (gratuit)

IVG 0 800 08 11 11

www.ivg.gouv.fr

NIGHTLINE

Service d'écoute nocturne gratuit de 21h à 2h30 du matin

05 82 95 10 11

www.nightline.fr



PLAN DE CAHORS



Hors Cahors

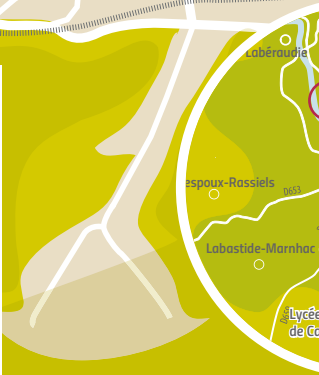
Complexe sportif de Pradines, Halle des sports du Montat et Halle des sports d'Espère, Salle de spectacle La Prade à Pradines, bibliothèques de Catus, Espère, Fontanes, Labastide-Marnhac, Lamagdelaine, Le Montat, Mercuès, Pradines et Trespoux-Rassiels

Lieux de formation

Lieux d'hébergement

Équipements de culture, loisirs et sports

Structures institutionnelles





DÉPLACEMENT
À Cahors, les bus
sont gratuits !

Le Lot

Salle d'escalade

re-de-Tassigny

Rue Émile-Zola

Rue de la Barre

Quai de Rejouard

École de
Musique
Auditorium
Conservatoire
de théâtre

Avenue du 1^{er} RI

Côte des Evêques

Le Lot

L'Archipel,
piscine d'été

Stade
Lucien-Després

Practice
de Golf

Gymnase
Henri-Thomier

Complexe
aqualudique
Divonéo

CABESSUT

Complexe
Sportif

Rue de la Compagnie

Université
de la Haute
Loire
UR
UTZ | INSPÉ | ISTHIA |
Université de la Haute
Loire | Université
du Numérique



Cahors

TERRE ROUGE

Rue Pablo-Picasso

Avenue des FFI et 3^{ème} Régiment d'Infanterie

Courts de
tennis

Complexe sportif
Pierre-libert

Lycée technique
Gaston-Monnerville

Le Montat

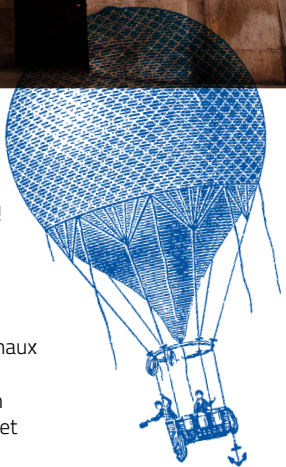
des territoires
Cahors-Le Montat

Cieurac

SE DÉPLACER



À Cahors, de nombreux trajets peuvent s'effectuer à pied. Entre la gare, le centre-ville et le centre universitaire, c'est facile et c'est rapide ! On peut emprunter les transports en commun, les bus Évidence, gratuits, à Cahors comme à Pradines et Arcambal. Cette gratuité s'applique également aux trajets internes à l'agglomération du Grand Cahors assurés par les transports régionaux LiO, sur présentation de la carte Grand Pass. Enfin, pour celles et ceux qui le souhaitent, le train effectue plusieurs navettes par jour entre Cahors et Toulouse. La desserte correspond, en moyenne, à une dizaine d'allers-retours par jour.




BUS ÉVIDENCE

0 806 80 10 60

contact@bus-evidence.fr

www.bus-evidence.fr

f Bus Évidence

 Appli mobile (emplacements des bus en temps réel) : Évidence, Grand Cahors

GARE SNCF

66, place Jouinot 46000 Cahors

www.sncf.fr

COVOITURAGE ET FLIXBUS

L'aire de covoiturage est accessible à l'entrée sud (route de Toulouse, près d'Intersport).

Cahors est desservie par l'offre interurbaine Flixbus, notamment la ligne N705 (en service d'avril à août).

LES LIGNES LIO SUR LE GRAND CAHORS

Plusieurs Lignes intermodales d'Occitanie (LiO) desservent le territoire du Grand Cahors. Les habitants bénéficient ainsi d'un accès libre et gratuit pour tout trajet situé dans les limites géographiques du Grand Cahors, sur présentation de leur carte Grand Pass (voir page 40).

Maison de la Région (Service des Mobilités du Lot)

Numéro vert : 0 805 360 660

www.cahorsagglo.fr > Mon quotidien > Mobilités



UN TARIF DE STATIONNEMENT RÉSIDENT

Tout résident du centre historique (Site patrimonial remarquable) ou au droit d'une rue payante peut bénéficier du tarif de stationnement résident à 10 euros/mois. Il suffit de se présenter au niveau -1 du parking de l'Amphithéâtre (près de l'office de tourisme) muni d'un justificatif de domicile de moins de trois mois, d'une pièce d'identité et de la carte grise du véhicule.

STATIONNEMENT
gratuit, le samedi
de 12h30 à 19h
Parkings aériens
et souterrains

GARAGES À VÉLO SÉCURISÉS

Situés dans les parkings Ludo-Rollès et des Chartreux, ainsi que sur le parvis de la gare SNCF, les garages à vélos sécurisés vous permettent de laisser vos vélos en toute sécurité. La cotisation pour les étudiants est gratuite. Ils sont équipés de stations de gonflage.

STATIONNEMENT GRATUIT SUR LES PARCS-RELAIS & NAVETTE

Autour du centre-ville, plusieurs parcs-relais permettent de garer sa voiture gratuitement, le temps de faire ses achats en ville. Certains d'entre eux sont desservis par la Navette ; deux lignes de navette (lignes A et B) relient les parcs-relais au centre-ville du lundi au vendredi. Le samedi matin, elle permet de se rendre à Divonéo, au stade Desprats, à l'Archipel, à la gare ou encore à la médiathèque.





SE DIVERTIR
SE DÉFOULER
SE CULTIVER

Cahors dispose d'une offre d'équipements culturels et sportifs de dimension départementale. Concerts, théâtre, expositions, sports individuels ou collectifs, nature ou en salle, le plus difficile est sans doute de choisir !



LES DOCKS

Scène de musiques actuelles (label SMAC), les Docks proposent deux salles de concerts (600 et 150 places debout) avec une programmation mêlant têtes d'affiches et concerts découverte. C'est aussi un lieu de résidence pour les artistes, pour des filages professionnels (studios de répétition) et des ateliers de pratique collective (initiation aux musiques actuelles), en lien avec le Conservatoire du Grand Cahors. Les Docks centralisent enfin les informations sur les concerts de la région Occitanie et les formations sur les métiers du spectacle vivant

En juin, les Docks organisent le festival **Let's Docks**, un festival en plein air sur les allées Fénélon, au cœur de la ville. Toute l'année, ils proposent, un jeudi par mois à 21h, les Docks'side au café-concert des Docks, des concerts gratuits pour les étudiants.

430, allée des Soupirs 46000 Cahors
05 65 24 13 60

contact@lesdocks-cahors.fr
www.lesdocks-cahors.fr

f Les Docks - Scène de Musiques Actuelles

i lesdocks_smac_cahors

LE SERVICE JEUNESSE

Le service jeunesse accueille les jeunes jusqu'à 25 ans aux Docks. Autour de l'Urban Park et de l'accueil jeunes, les animateurs proposent des animations de loisirs (graffiti, skate, breakdance) et mettent en œuvre des projets à destination des jeunes.

Accès gratuit à l'Urban Park
Horaires disponibles sur www.facebook.com/urbanparkcahors
Prêt de skate gratuit.

Frédéric, Medhi et Ugo
05 65 24 13 69
servicejeunesse@mairie-cahors.fr

f Urban Park Cahors et Ugo Promeneur du Net

i ugo_promeneur_du_net_46



LE THÉÂTRE

Le théâtre à l'italienne de Cahors propose chaque saison une programmation accessible et ambitieuse, mariant spectacles en tournée nationale et artistes émergents. Au programme chaque année, du théâtre, de la danse, de la musique...

Place François-Mitterrand

46000 Cahors

05 65 20 88 60

billetterie.theatredecahors@

mairie-cahors.fr

Billetterie en ligne :

saisonculturellecahors.fr



LE CONSERVATOIRE DE MUSIQUE ET D'ART DRAMATIQUE PHILIPPE-GAUBERT

Lieu de sensibilisation, d'apprentissage, de pratique et de diffusion, le Conservatoire du Grand Cahors est ouvert à tous.

On peut y débiter ou se perfectionner dans l'étude du chant ou d'un instrument. Les musiciens peuvent également intégrer des orchestres amateurs : cordes, harmonies, big band de jazz, chœurs.

L'apprentissage théâtral dispose d'un deuxième cycle spécialisé en art dramatique (non accessible aux débutants), à raison de 5 heures de cours par semaine.

Place des Consuls 46000 Cahors

05 65 30 18 16

conservatoire@grandcahors.fr

www.cahorsagglo.fr/le-conservatoire-de-musique-et-theatre

L'AUDITORIUM DU GRAND CAHORS

Des concerts de musique toute l'année : classique, jazz, musique contemporaine, musique du monde... Des spectacles de danse et des enregistrements.

Place des Consuls / 46000 Cahors

05 65 30 38 90

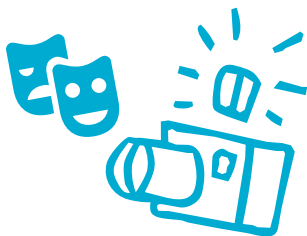


LA PRADE SALLE DE SPECTACLES

La Prade est un équipement culturel et festif installé au cœur de Pradines qui accueille des spectacles et des manifestations tout au long de l'année.

Mairie de Pradines

05 65 53 26 00





LA MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE DE CAHORS

La MJC offre la possibilité de prendre conscience de ses aptitudes, de développer sa personnalité et de se préparer à devenir des citoyens actifs et responsables au sein d'une communauté vivante. Une proposition d'ateliers en arts plastiques, théâtre et clown, musique et voix, danse, santé et bien-être, jeux et plein air... la mise à disposition d'un espace de création et de diffusion, l'organisation de scènes ouvertes. Un champ d'expérimentation s'offre à vous !

201, rue Clémenceau 46000 Cahors
05 65 22 62 62
mjc.cahors@wanadoo.fr
www.mjc-cahors.fr

LE CINÉMA

À Cahors, le Grand Palais propose 7 salles en plein centre-ville, avec un potentiel de plus de 1 000 places. À la fois moderne et convivial, le Grand Palais est avant tout un cinéma de proximité, classé art et essai, et tenu par une équipe amoureuse du 7^e art, avec une programmation pour tous les goûts.

Place Bessières
Rue Pierre-Mendès-France
46000 Cahors
05 65 30 17 74
cinema@cinelegrandpalais.fr
www.cinelegrandpalais.fr



Retrouvez la programmation culturelle du Crous sur www.crous-toulouse.fr/actualite/la-prog-culture

LE MUSÉE HENRI-MARTIN

Au cœur de la ville, le musée Henri-Martin ouvre ses portes dans un écrin entièrement rénové.

On y découvre toute la richesse des collections de la ville, en particulier les cinquantaine d'œuvres du peintre Henri Martin, mais aussi des pièces qui retracent l'histoire de la ville, les beaux-arts et des fonds particuliers comme celui consacré à Léon Gambetta ou des objets d'Océanie.

792, rue Émile-Zola - 46000 Cahors
05 65 20 88 88 - musee@mairie-cahors.fr

CARREFOUR DES SCIENCES ET DES ARTS

Carrefour des Sciences et des Arts aigüise l'esprit critique par des actions de médiation culturelles et scientifiques. Cette association a notamment pour missions de diffuser la culture scientifique sur l'ensemble du territoire, de comprendre le monde qui nous entoure et de donner à chaque citoyen des outils pour se faire sa propre opinion.

10, boulevard Gambetta 46000 Cahors
05 65 22 28 14
contact@carrefour-sciences.org

LA LUDOTHÈQUE

Le Centre Intercommunal d'Action Sociale du Grand Cahors propose une ludothèque qui met à disposition des prêts de jeux (réflexions, stratégie...), des jeux sur place et des animations itinérantes.

Tarifs :

Résidents Grand Cahors / 5 euros par an

Résidents hors Grand Cahors

/ 10 euros par an

Gratuit pour les moins de 18 ans

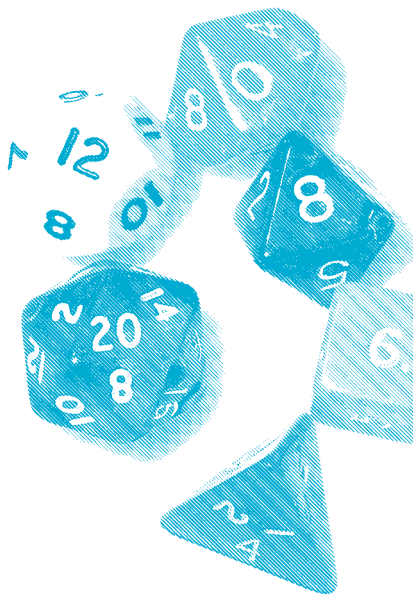
10, boulevard Gambetta 46000 Cahors
05 65 23 21 84

Mercredi : 9h30-12h30 / 13h30-18h - Samedi : 9h30-12h30

LE PHÉNIX CADURCIEN

L'association le Phénix cadurcien, située au sein de la MJC (Maison des Jeunes et de la Culture) de Cahors, est un club de jeux très actif à Cahors qui propose toute l'année des événements autour du jeu. Wargames (jeux de figurines), jeux de société, jeux de rôles, escrime ludique.

05 65 22 62 62 - mjc.cahors@wanadoo.fr



LA MÉDIATHÈQUE

Le réseau de lecture publique du Grand Cahors propose plusieurs centres de ressources aux étudiants :

- La Médiathèque du Grand Cahors
- La Bibliothèque Patrimoniaire et de Recherche (BPR)
- Les bibliothèques de Catus, Espère, Fontanes, Labastide-Marnhac, Lamagdelaine, Le Montat, Mercuès et Pradines.

L'accès à la Médiathèque, aux bibliothèques et points lecture du réseau et la consultation sur place des documents sont libres et gratuits pour tous. L'inscription au réseau est nécessaire pour emprunter des documents à domicile et pour consulter les ressources en ligne (VOD, autoformation, presse...); la carte délivrée lors de l'inscription donne accès à l'ensemble des services du réseau.

La Médiathèque et la BPR offrent des espaces de travail adaptés avec Wi-Fi et espaces de détente.

185, avenue Jean-Jaurès - 46000 Cahors
05 65 23 13 44

Mardi, jeudi et vendredi : 13h30 - 18h
Mercredi et samedi : 10h - 18h

Bon plan étudiants :

La médiathèque organise régulièrement des braderies de livres à petits prix et accueille toute l'année des volontaires en service civique.

Référentes étudiants à la Médiathèque :
Sophie Alaux
salaux@grandcahors.fr



Animations proposées

pour la saison 2022-2023

www.mediathèque.grandcahors.fr



BIBLIOTHÈQUE PATRIMONIALE ET DE RECHERCHE

Place François-Mitterrand
46000 Cahors
05 65 24 09 05
Mardi, mercredi, jeudi : 14h - 18h.
Les matins sur rendez-vous

LES ARCHIVES

ARCHIVES MUNICIPALES ET COMMUNAUTAIRES

Les archives de la Ville de Cahors et du Grand Cahors rassemblent les documents publics des institutions et ceux d'origine privée (particuliers, associations, entreprises).

94, avenue Jean-Jaurès
46000 Cahors
05 65 20 88 11
archives@mairie-cahors.fr

ARCHIVES DÉPARTEMENTALES

Lieu de mémoire, les Archives départementales offrent à tous l'accès au patrimoine historique qu'elles conservent du Moyen Âge au XXI^e siècle. Accès salle de recherche : du mardi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 17h.

218, rue des Cadourques
46000 Cahors
05 65 53 49 00
<https://archives.lot.fr>

UNE LARGE PALETTE D'ACTIVITÉS SPORTIVES

Vous avez une discipline de prédilection ou envie de découvrir une nouvelle activité ? Vous avez le choix : des sports de l'air aux sports de l'eau, des arts martiaux aux sports collectifs, des sports en pleine nature aux sports en salle... Il existe un très grand nombre d'activités sur le territoire. Pour retrouver toutes les pratiques sportives, consultez les sites Internet.

SERVICE DES SPORTS DU GRAND CAHORS

150, rue de la Guinguette
46000 Cahors
sports@grandcahors.fr et
pgrenet@grandcahors.fr
www.cahorsagglo.fr
> Mes loisirs > Sports

OFFICE DES SPORTS DU GRAND CAHORS

Archipel, Quai Ludo-Rollès
46000 Cahors
05 65 35 96 25
osgc@orange.fr
http://officedusportcahors.com
Édition annuelle d'un annuaire
des clubs sportifs

LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS DU GRAND CAHORS

Pour connaître les équipements sportifs du Grand Cahors, allez sur www.cahorsagglo.fr rubrique Mes loisirs > Sports.

DIVONÉO, ESPACE AQUALUDIQUE D'HIVER

Divonéo est un espace aqualudique et de balnéo-détente. Les bassins en inox, l'eau bleue grisée, l'alliage du bois et de la lumière offrent aux visiteurs un lieu unique de détente et de plaisir. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

150 rue de la Guinguette
46000 Cahors
05 65 24 09 46

L'ARCHIPEL, PISCINE D'ÉTÉ

Ouvert de juin à septembre (dates précisées chaque année). Avec une eau chauffée à 26°, des plages engazonnées, 3 bassins de nage et de détente et plusieurs toboggans, l'Archipel est un lieu idéal pour profiter des plaisirs de l'été seul, en famille ou entre amis.

Île de Cabessut / 46000 Cahors
05 65 24 09 46

COMPLEXE SPORTIF DE CABESSUT

Un dojo, une salle omnisports et une salle de musculation, une salle polyvalente, le bureau du Service des Sports.

Rue de la Guinguette / 46000 Cahors

STADE LUCIEN-DESPRATS

Sur un même lieu, un site dédié au rugby avec un terrain d'honneur ceinturé d'une piste, quatre terrains annexes, vestiaires, tribunes, club house ; un plateau sportif (basket et handball) et un mini-golf.

Rue de la Rivière / 46000 Cahors

COMPLEXE PIERRE-ILBERT

Un site dédié à la pratique du football (1 terrain d'honneur, 3 terrains annexes dont un synthétique, vestiaires, tribunes, club house), une piste d'athlétisme, un gymnase (1 salle omnisports avec tribunes, salles de gymnastique spécialisées, 1 salle de boxe, 1 salle polyvalente) et un plateau sportif (basket, handball).

Rue Robert-Schuman
46000 Cahors

PALAIS DES SPORTS

Salle omnisports (parquet) avec tribunes et vestiaires.

Place Bessières / 46000 Cahors

COMPLEXE SPORTIF DE LA CROIX-DE-FER

- Une salle d'escalade
- Une salle de boxe
- Une salle polyvalente

24 avenue Alphonse-Juin
46000 Cahors - 06 37 94 26 84

GYMNASE HENRI-THAMIER

Salle omnisports, petit dojo, vestiaires.
Quai Ludo Rollès - 46000 Cahors

PRACTICE DE GOLF

Practice, puttinggreen synthétique.
Rue de la Rivière 46000 Cahors

COURTS DE TENNIS

5 courts couverts et 5 courts extérieurs, vestiaires et club house.

Rue des Pensées / 46000 Cahors

HALLE DES SPORTS DU MONTAT

Salle omnisports (gymnastique, judo, basket-ball, volley-ball, tennis et badminton).

178 La Croix Rouge
46090 Le Montat

COMPLEXE SPORTIF DE PRADINES

Salle omnisports avec tribunes, un dojo, une salle polyvalente et des vestiaires.

Allée Pierre-de-Coubertin
46090 Pradines

HALLE DES SPORTS D'ESPÈRE

Salle omnisports

Route de Caillac / 46090 Espère


LE SPORT ENTRE ÉTUDIANTS

Chaque semaine, faites du sport entre étudiants le mercredi soir à 21h au gymnase Henri-Thamier à Cabessut !
Ce jour-là, le complexe est mis à la disposition des associations étudiantes.
Une belle occasion de rencontrer les étudiants d'autres formations.



S'INVESTIR



LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

SANG'ESI'T

L'association Sang'Es'i'T rassemble les étudiants de l'IFMS de Cahors (infirmiers et aides-soignants). Elle a pour but de dynamiser la vie étudiante et de soutenir les projets des étudiants de l'IFMS de Cahors. Elle s'investit également dans la vie étudiante au niveau national en collaboration avec les associations de Montauban et Toulouse principalement et avec la Fédération Nationale des Étudiants en Soins Infirmiers.
sangesit@gmail.com

LE CAHORS COCHLEE CLUB

Le Cahors Cochlee Club (CCC) regroupe les étudiants de l'École d'audioprothèse de Cahors et organise des événements (soirées étudiantes...) toute l'année des opérations de dépistage (tests auditifs) au bénéfice des habitants de Cahors et alentours. Il mène des actions de prévention sous forme de collecte pour des causes (Movember, Octobre rose...)
bde.cahorscochleeclub@gmail.com



BUREAU DES ÉTUDIANTS DE SAINT-ETIENNE

Le Bureau des étudiants fédère les formations DNMADE Animation et Graphisme autour d'événements divers et leur offre des avantages auprès de ses partenaires à Cahors.
bdesaintetienne@gmail.com

ASSOCIATION DES INTERNES DE MÉDECINE GÉNÉRALE DE MIDI-PYRÉNÉES

Basée à la faculté de médecine de Rangueil à Toulouse, elle regroupe également les internes en médecine de Cahors.
06 88 09 50 97
contact@aimg-mp.com

ASSOCIATION ÉTUDIANTE DE L'ISTHIA INTER-CAMPUS

Association Team Forum
isthiateamforum@gmail.com

Projet 2022 ! Vous avez des idées et vous souhaitez porter un projet autour de la prévention en santé, un appel à projets étudiants va vous être proposé pendant l'année.

Intéressé ?

Contactez Emmanuelle Bacou
07 61 72 43 34
infojeunes@grandcahors.fr





DEVIENS BÉNÉVOLE

Tu as envie de te rendre utile tout en pratiquant ton activité favorite ? Deviens bénévole ! Pour trouver l'association qui te conviendra le mieux : <http://cahorsagglo.fr> > Mes loisirs > Vie associative

MAISON DES ASSOCIATIONS

La Maison des Associations propose un accompagnement sur l'ensemble des aspects qui touche à la vie associative.

Liste des associations :

www.cahorsagglo.fr > Mes loisirs > Vie associative

Espace Clément-Marot

Place Bessières / 46000 Cahors

05 65 24 13 70

maisondesassociations@mairie-cahors.fr

Accueil du lundi au vendredi de

10h à 12h et de 14h à 17h

L'OFFICE DU SPORT DU GRAND CAHORS

L'OSGC regroupe une majorité des associations sportives du territoire. Vous pratiquez une activité et avez envie de vous investir au sein d'un club ?

Archipel | Quai Ludo-Rollès

46000 Cahors

05 65 35 96 25

osgc@orange.fr

<http://officedusportcahors.com>

Recherche de financements :

Le Crous soutient et accompagne les initiatives étudiantes.

www.crous-toulouse.fr/culture/aides-aux-projets/cultureactions

S'INFORMER



Situé aux Docks, le Point Info Jeunes (PIJ) répond à vos questions de manière personnalisée, anonyme et gratuite sur tous les sujets :

Emploi : offres d'emploi, droit du travail, aide à la rédaction de CV et lettres de motivation...

Formation : métiers, études, bourses...

Vie quotidienne : santé, aide aux projets, offres de logement sur Cahors...

Loisirs et vacances : séjours en France et à l'étranger, chantiers de jeunes, liste des associations sportives et culturelles...

Mobilité internationale : voyager, travailler, étudier à l'étranger...

LE POINT INFO JEUNES

Une interlocutrice unique à Cahors :

Emmanuelle Bacou

Animatrice info jeunes et vie étudiante

Les Docks

430, allée des Soupirs 46000 Cahors

07 61 72 43 34

infojeunes@grandcahors.fr

f Information Jeunesse Grand Cahors
et Emmanuelle Promeneur du Net

ig emmanuelle_promeneur_du_net_46



info Grand Cahors
Jeunes
EXPLORER LES POSSIBLES

eurodesk
France



Promeneurs du Net

LES PROMENEURS DU NET DU GRAND CAHORS

Créer, maintenir le lien, écouter, conseiller, soutenir : les Promeneurs du Net, une autre manière d'être en relation avec les jeunes sur Internet.

Vous pouvez retrouver les Promeneurs du Net de Cahors sur les différents réseaux sociaux (Facebook, Instagram, Snapchat...) ou via la page Facebook "Promeneur du Net Cahors Agglo".

Ugo, Promeneur du Net - Docks jeunes

Hamza, Promeneur du Net - Espace social et Citoyen Croix-de-Fer / Sainte-Valérie

Hina, Promeneur du Net - Espace social et Citoyen Terre-Rouge

Zoher, Promeneur du Net - Espace France Service Saint-Géry-Vers

Emmanuelle, Promeneur du Net - PIJ

LA BOUSSOLE DES JEUNES

Aide aux démarches, mine d'information !

La Boussole des jeunes est un dispositif national, relayé localement, pour vous aider à rencontrer un professionnel près de chez vous, trouver un emploi, un métier, une formation, un logement, et, en 2021, des informations sur la santé...

<https://boussole.jeunes.gouv.fr>





CARTE GRAND PASS : ABONNEZ-VOUS !

Le Grand Pass est une petite carte qui permet aux résidents du territoire du Grand Cahors de bénéficier de tarifs préférentiels à différents services : piscine, médiathèque, transports publics saison culturelle du Théâtre, de l'Auditorium et des Docks...

La carte permet également de retirer des sacs jaunes pour les déchets recyclables.

Où se la procurer ?

- Accueil Wilson : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h15 et de 13h15 à 17h,
- Médiathèque : mardi, jeudi et vendredi de 13h30 à 18h, mercredi de 10h à 18h, samedi de 10h à 17h.



Vous avez des attentes en ce qui concerne la vie étudiante ? Des suggestions pour améliorer le guide ? Envoyez un message à Emmanuelle Bacou ou laissez vos questions et suggestions dans la boîte à idées au PIJ (Les Docks).



LES APPLICATIONS MOBILES DE VOTRE QUOTIDIEN

Des applications mobiles facilitent votre quotidien sur le territoire. Téléchargez-les !



Evidence Grand Cahors :

voyager sur le réseau de transports en commun



Ma Bibli : parcourir le catalogue de votre bibliothèque



TellMyCity : signaler un dysfonctionnement aux équipes d'agents techniques



Flowbird et PayByPhone :

payer son stationnement à distance

LES RENDEZ-VOUS ÉTUDIANTS

Plusieurs temps forts rythment la vie étudiante tout au long de l'année à Cahors.

■ À LA RENTRÉE

Prérentrées : l'animatrice info jeunes et vie étudiante du Grand Cahors présente, dans chaque établissement, le guide de l'étudiant et les services à destination des étudiants sur le territoire.

Welcome Coffees : moments informels et conviviaux d'accueil et d'échanges organisés autour d'un café lors de la pause méridienne avec l'animatrice info jeunes et vie étudiante et les partenaires du territoire : Point Accueil Écoute Jeunes, Centre d'examen de santé du Lot, Médiathèque, Scène de musiques actuelles Les Docks...

Semaine de l'étudiant

Toute une programmation pour découvrir Cahors, rencontrer les étudiants des autres disciplines, profiter des concerts et autres animations proposées à cette occasion de manière conviviale et gratuite. Programme à découvrir en début d'année universitaire (septembre).

■ CHAQUE JEUDI, un concert gratuit

Les concerts des Docks'Sides sont des concerts gratuits organisés à raison d'un jeudi par mois à 21h dans la petite salle des Docks, avec un programme varié (folk, électro, pop, rock...).

■ CHAQUE MERCREDI, du sport entre étudiants

Le mercredi soir, au gymnase Henri-Thamier à Cabessut, les étudiants toutes disciplines confondues peuvent se retrouver pour faire du sport.



■ TOUTE L'ANNÉE

La page facebook [@vieetudiantecahors](https://www.facebook.com/vieetudiantecahors) permet de suivre les informations et les animations, et d'intégrer le réseau des étudiants du territoire.



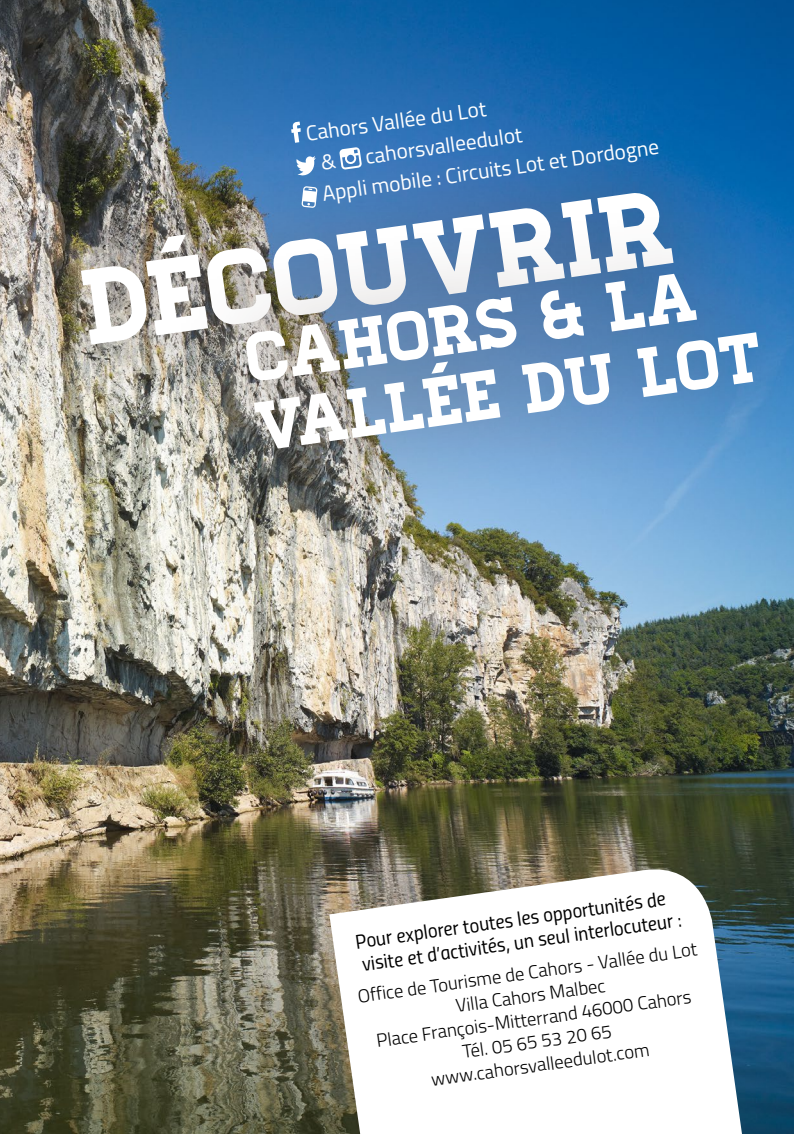
Des spots à ne pas manquer !

Lors de votre temps libre, découvrez tous les atouts du territoire du Grand Cahors et du Lot. Parmi les spots à ne pas manquer : la vue sur Cahors depuis le mont Saint-Cyr, le pont Valentré, les balades sur la rivière, le chemin de halage près de Saint-Cirq Lapopie, la piste cyclable entre Mercuès et Douelle, le vignoble, le marché aux truffes de Lalbenque, les marchés de Cahors, Montcuq et Prayssac, le lac vert de Catus...

OH
MY
LOT!

Installe-toi à Cahors !

Tu te plais à Cahors ? Tu as envie de continuer à y vivre et y travailler ? On t'accompagne dans tes démarches ! Va sur www.choisirlelot.fr, choisis le territoire où tu aimerais t'installer et contacte ton référent accueil.



f Cahors Vallée du Lot

& cahorsvalleedulot

Appli mobile : Circuits Lot et Dordogne

DÉCOUVRIR CAHORS & LA VALLÉE DU LOT

Pour explorer toutes les opportunités de
visite et d'activités, un seul interlocuteur :

Office de Tourisme de Cahors - Vallée du Lot
Villa Cahors Malbec

Place François-Mitterrand 46000 Cahors

Tél. 05 65 53 20 65

www.cahorsvalleedulot.com



CAMPUS

CAHORS | VALLÉE DU LOT

Une dynamique territoriale

