

# PAULHE

[Facebook de la mairie de Paulhe](#) ↗

Une riche vie associative à Paulhe permet à chacun(e) de trouver son bonheur. Lieux de rencontres et de partages les activités proposées s'adressent à toutes les générations. Qui dit de nombreuses associations, dit aussi de nombreux bénévoles que l'ensemble de l'équipe municipale tient ici à remercier vivement.

## ▼ Liste des associations

**Ecrire à**  
**[contact@mairie-paulhe.fr](mailto:contact@mairie-paulhe.fr)**  
**ou 05 65 59 87 10 pour toute demande,**  
**qui orientera vers l'association de votre choix.**

**LO MESCLADIS qui propose de nombreuses activités très variées à des jours et horaires différents.**

**LOS JOGAIRES**, pour de joyeuses parties de jeux de société avec pause gourmande pour le goûter. Un bon moment de détente, de convivialité et de bien être.

Lundi de 14h à 17h au première étage de la mairie.

**YOGA** : Hatha yoga - relaxation/postures/souffle/méditation OU Yoga Nidra - le corps s'endort mais l'esprit reste conscient pour un voyage entre veille et sommeil.

Mercredi de 16h à 17h pour les enfants à partir de 3 ans - salle des fêtes

Mercredi de 19h30 à 20h45 pour les adultes - salle des fêtes

**RANDONNEE** : marcher pour le plaisir et pour conserver la santé sur des petits sentiers autour de la commune, sans difficulté particulière.

Mardi à 14h15 au croisement de la côte de la Grave et du chemin des Bouzigues.

**COUTURE** : chacun(e) arrive avec son projet pour coudre dans la bonne humeur. Grâce à l'aide et expérience de certain(e)s de belles réalisations aboutissent avec fierté.

Mercredi de 14h à 17h - salle communale de Carbassas

**PETANQUE** : Vendredi de 17h à 20h sur le parking du cimetière ou sous la halle de Paulhe en cas de mauvais temps.

**GYM** : des séances d'éducation physique adaptée à tous les âges.

Mercredi de 17h40 à 18h40 à la salle des fêtes.

**SOPHROLOGIE** : atténuer les douleurs, gérer le stress, les insomnies ou encore les émotions négatives.

Mardi de 10h30 à 12h à la salee communale de Carbassas.

## JARDINS FAMILIAUX

En partenariat avec la mairie, les jardins familiaux gèrent et cultivent 14 parcelles dans la plaine alluviale sous Carbassas. Une activité intergénérationnelle et naturelle avec un règlement qui interdit l'utilisation de désherbants, pesticides et incite à travailler la terre autrement.

## MAISON DE LA CERISE

La Maison de la Cerise a pour objectif la sauvegarde et la mise en valeur du patrimoine culturel et humain que constitue la culture de la cerise dans la vallée du Tarn. Une musée conservatoire, un musée et une boutique. Plusieurs animations/manifestations rythment l'année comme des apéros concerts, balades, la randonnée blanche.

La Maison de la Cerise participe à plusieurs manifestations comme les marchés nocturnes estivaux du territoire, la foire d'automne, la fête de la Truffe,...

## AMICALE DE CARBASSAS

Les amis de Carbassas se voit proposer des animations tout au long de l'année. Du feu de la st Jean à la visite du Père Noël, en passant par le repas traditionnel de Septembre sur l'Aire Grande. L'occasion de rencontres entre jeunes et moins jeunes, natifs de Paulhe ou nouveaux arrivants, pour partager de bons moments ensemble.