

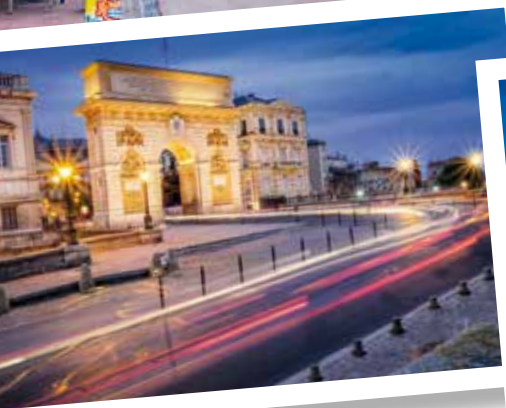
ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES

AVF

SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

Montpellier

M
Montpellier



Label
2019/2021



Vous changez de ville ?
AVF vous accueille
et vous accompagne.

2021

7, rue de la Verrerie Basse – 34000 MONTPELLIER
Tél : 04 67 66 15 44 – avf.montpellier@gmail.com
avfmontpellier.fr

AVF.ASSO.FR





Culligan[®]
le meilleur de l'eau

**Demandez un
Devis Gratuit**

Culligan[®]
le meilleur de l'eau

ZAE Via Domitia - 360 Rue du Trident
34270 VENDARGUES
04 67 912 812 - contact@culligan34.com

Bureau Vallée

Le discount est dans notre nature

Livraison
Possible

Montpellier Centre
RONDELET

TOUTES NOS FOURNITURES À PRIX DISCOUNT
POUR PARTICULIERS ET PROFESSIONNELS

PAPETERIE

CARTOUCHES

MOBILIER

HIGH-TECH

DÉCOUVREZ NOTRE ESPACE SERVICES :
LES SERVICES PROS À PRIX DISCOUNT !

Votre magasin met à disposition
un éventail de services
afin de répondre à tous vos besoins !



IMPRESSIONS NUMÉRIQUES



PLASTIFICATIONS



IMPRESSIONS GRAND FORMAT



RELIURES



TAMPONS

BUREAU VALLEE MONTPELLIER CENTRE - 9 RUE RONDELET - 34000 MONTPELLIER
04.99.63.76.16 - BV.MONTPELLIER-CITY@BUREAU-VALLEE.FR
DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 19H

SOMMAIRE



5

Edito de la Présidente de l'AVF

7

Edito du Maire

9

BIENVENUE À L'AVF MONTPELLIER

Bienvenue	10
Le Conseil d'Administration	11
Montpellier, une nouvelle ville.....	12
pour de nouveaux horizons	
Service du Nouvel Arrivant S.N.A.	13
Accueil AVF.....	14
Planning des animations.....	15
Descriptif des animations	16

23

MONTPELLIER, NOTRE VILLE

Plan de Montpellier	24
Index des rues.....	27
Une ville, une histoire.....	28
Les plus belles places du centre historique..	31
Patrimoine et musées.....	34
Fêtes & traditions	38
Les marchés.....	42

43

MONTPELLIER PRATIQUE

Au centre d'un territoire en mouvement	44
Une ville créative au coeur des secteurs	45
innovants	
Comment venir à Montpellier.....	46
Comment se déplacer à Montpellier.....	49



France Publishing

Agence de communication
Editeur - Régie publicitaire

Siège social : 16 Rue Brunel
75017 Paris
Tél. (33) 01 45 72 12 19
Délégation régionale Sud-Est :
Immeuble Le François
34170 Castelnau-le-Lez
Tél. 04 30 96 52 92
Site : www.france-publishing.com

- Direction : Mickaël MIMOUNI
- Publicité :
- Maquette : www.imagein.fr
- Impression :
- Crédits photos : Shutterstock

Reproduction même partielle interdite. Toute contrefaçon ou utilisation de nos modèles à des fins commerciales, publicitaires ou de supports, sans notre autorisation, sera poursuivie (art. 19 de la loi du 11/03/57). Les informations contenues dans ce guide ne sont pas exhaustives et vous sont données à titre indicatif. Malgré les efforts de l'éditeur, elles peuvent être partielles, périmées ou comporter des inexactitudes. France publishing ne garantit pas l'exactitude et l'exhaustivité des informations qu'il contient.

Selon une jurisprudence constante, les éditeurs ne sont pas responsables des erreurs ou omissions commises involontairement dans les ouvrages qu'ils publient.

Nous remercions tous les partenaires et annonceurs d'avoir contribué à la réalisation de cette publication. Nous invitons nos lecteurs à aller découvrir leurs produits et services et à s'identifier comme nouvel arrivant ou lecteur du guide afin de pouvoir bénéficier des offres qui figurent sur les publicités.

Nous remercions la Mairie & l'Office du Tourisme
pour leur aimable contribution rédactionnelle



Où stationner à Montpellier.....52
 Démarches administratives.....53
 Propreté & déchets.....54

57

NOS PAGES GOURMANDES

Nos bonnes tables58
 Nos adresses gourmandes.....63

67

ÉDUCATION

73

SHOPPING DANS L'ECUSSON

77

SPORTS & LOISIRS

81

MONTPELLIER UTILE

Les appels d'urgence.....82
 Autres numéros utiles.....83
 A votre service85
 Santé & Bien-être88
 Automobile.....91

93

HABITAT & LOGEMENT

La ville & ses quartiers.....94
 Se loger à Montpellier96
 Les nouvelles façons d'habiter98
 à Montpellier



MAISON & SERVICES
 Entretien ma maison et mon jardin

Espace Garosud - Local 24
 150 rue Claude Balbastre
 34000 MONTPELLIER
 Tél : 04 99 54 43 63
 Mail : msmontpellier@maison-et-services.com

www.maison-et-services.com



OFFRE EXCLUSIVE NOUVEAUX ARRIVANTS
2H OFFERTES
 POUR TOUT CONTRAT MÉNAGE / REPASSAGE*

*HEURES OFFERTES POUR TOUT NOUVEAU CONTRAT D'ABONNEMENT, RESERVÉE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS. VOIR CONDITIONS EN AGENCE.

COMME 1 ENFANT SUR 100,
GLORIA EST NÉE AVEC UNE MALFORMATION DU CŒUR



GLORIA

NATACHA



REJOIGNEZ-NOUS !

L'association qui agit pour les personnes nées avec une cardiopathie congénitale
et leurs familles, du fœtus à l'âge adulte.

contact@petitcoeurdebeurre.fr ♥ petitcoeurdebeurre.fr ♥    

ÉDITO DE LA PRÉSIDENTE



Vous avez choisi de vous installer à Montpellier et dans ses environs pour des raisons professionnelles, familiales ou personnelles.

L'AVF Montpellier vous souhaite la bienvenue.

Changer de ville ne signifie pas forcément changer de vie mais implique de s'adapter à un nouvel environnement et d'y trouver sa place.

L'Accueil des Villes Françaises (AVF) est une association gérée par des bénévoles. Elle a pour mission de faciliter l'intégration des nouveaux arrivants. L'AVF Montpellier fait partie de ce réseau national de presque 300 AVF locaux, reconnu par l'Association des Maires de France.

Pour remplir sa mission d'accueil, notre AVF s'appuie sur les «accueillantes,» à votre écoute au local de l'association et dans votre quartier, et sur les animateurs qui font partager leur savoir faire et leur enthousiasme dans les diverses rencontres, régulières ou ponctuelles, qu'ils offrent.

Des réunions mêlant anciens adhérents et nouveaux arrivants sont régulièrement organisées dans un climat convivial avec l'esprit d'ouverture si spécifique aux AVF. Les anciens seront heureux de faciliter votre adaptation et de vous faire découvrir la ville et la vie locale.

La Mairie de Montpellier met à notre disposition des locaux indispensables à notre fonctionnement, très bien situés dans le centre historique appelé l'Écusson.

Je tiens à remercier, au nom de tous les membres de l'AVF, Monsieur le Maire et la municipalité pour leur soutien constant.

Au moment où nous rédigeons ce guide, nous ne sommes pas en mesure de savoir dans quelles conditions, nous pourrions remplir cette mission.

Danielle PIGEYRE
Présidente de l'AVF Montpellier

GRATUITÉ DES TRANSPORTS

PHASE 1 LE WEEK-END

pour les habitants de la Métropole
À partir du 5 septembre 2020

MONTPELLIER
SE MOBILISE POUR LE
POUVOIR D'ACHAT DES FAMILLES

Precillia, Lola, Florent et Margaux,
habitants de Montpellier

MONTPELLIER

ENGAGÉE POUR LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE ET SOLIDAIRE
1^{ÈRE} MÉTROPOLE DE FRANCE À METTRE EN ŒUVRE
LA GRATUITÉ DES TRANSPORTS

Offre réservée aux habitants de Montpellier Méditerranée Métropole
munis du Pass Week-end Gratuit valide.

Obtenez votre Pass
Week-end Gratuit via Popil!

Tam
montpellier3m

M'
TICKET




montpellier
méditerranée
métropole

ÉDITO DU MAIRE



Soyez toutes et tous les bienvenus à Montpellier ! Avec l'Accueil des Villes Françaises, installez-vous dans les meilleures conditions et partez à la découverte de notre belle ville.

Ruelles médiévales et petites places ombragées, hôtels particuliers des 17^e et 18^e siècles, nouveaux quartiers combinant espaces naturels et créations signées par les plus grands architectes contemporains (Sou Fujimoto, Jean Nouvel, Zaha Hadid...), Montpellier vous offrira le plaisir rare de voyager dans le temps.

Vous y découvrirez une histoire millénaire singulière marquée par l'héritage intellectuel et patrimonial de sa Faculté de médecine, la plus ancienne du monde, qui fête en 2020 ses 800 ans. Vous profiterez de ses nombreux festivals et de la belle diversité de sa vie culturelle qui fait de Montpellier une terre d'artistes et de créateurs. Les nombreuses associations de la ville et ses Maisons pour Tous vous ouvriront leurs portes et vous accompagneront dans vos activités quotidiennes. Ville de solidarité, Montpellier est aussi une ville écologique et vous aurez plaisir à vous promener en famille et entre amis dans ses nombreux parcs et jardins.

Si Montpellier est fidèle à son passé, elle regarde avant tout vers l'avenir. Ville pionnière, inventive et soucieuse de la qualité de vie de ses habitants, elle accompagne résolument le développement d'activités innovantes dans le secteur de la santé, de la recherche et du numérique. Avec, entre autres, la mise en place de la gratuité des transports pour les habitants de la ville et de la métropole (d'abord le week-end, et bientôt toute la semaine), Montpellier réinvente la ville de demain : la ville de mobilités douces, la ville écologique, la ville éducative, la ville solidaire et protectrice.

Laissez-vous désormais surprendre et séduire par notre belle cité millénaire et contemporaine, plus que jamais fidèle à sa réputation de ville d'accueil ouverte sur le monde.

Michaël DELAFOSSE
Maire de la Ville de Montpellier
Président de Montpellier Méditerranée Métropole



EVI IMMOBILIER

JUVIGNAC

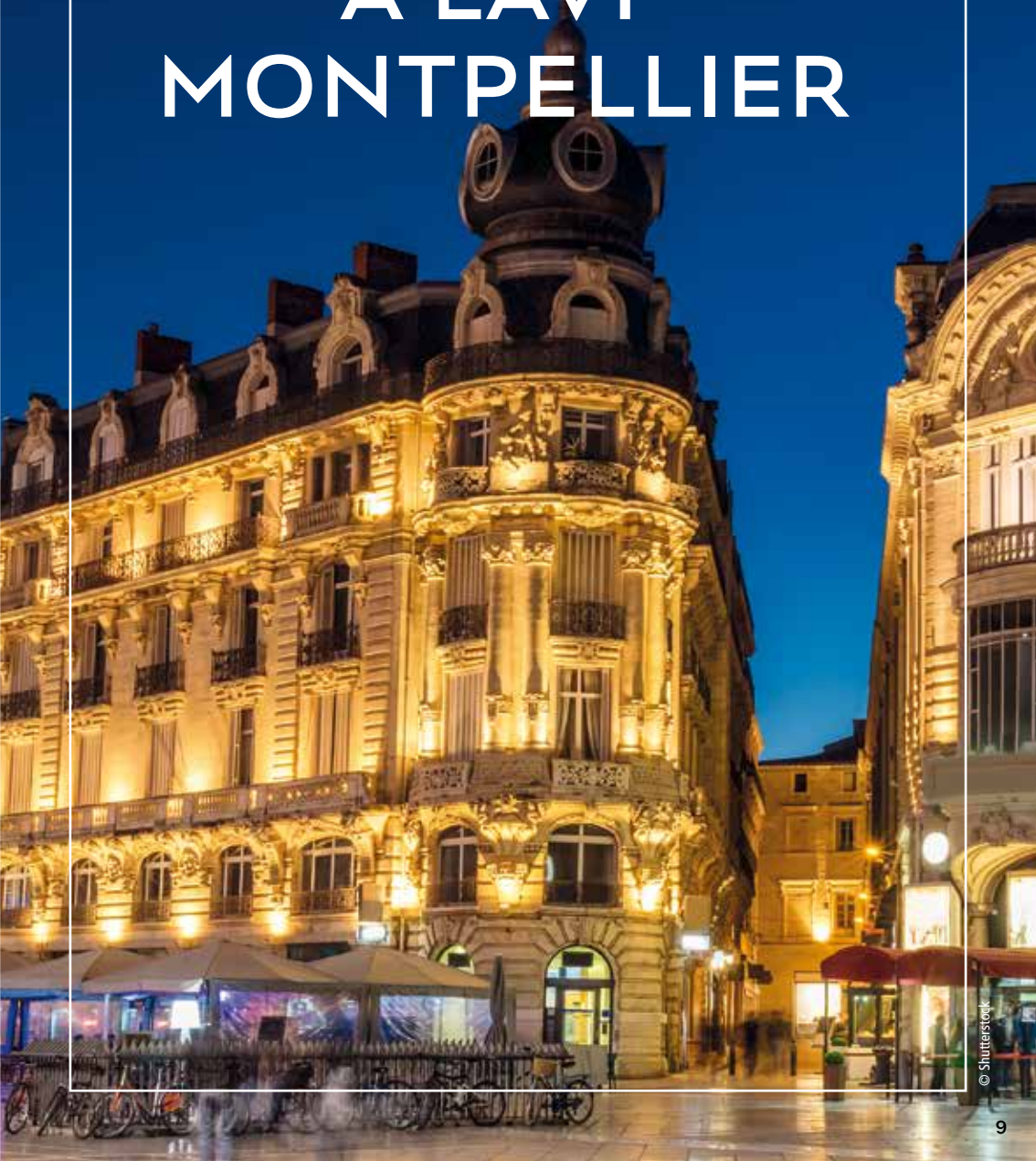
VENTE
GESTION
LOCATION

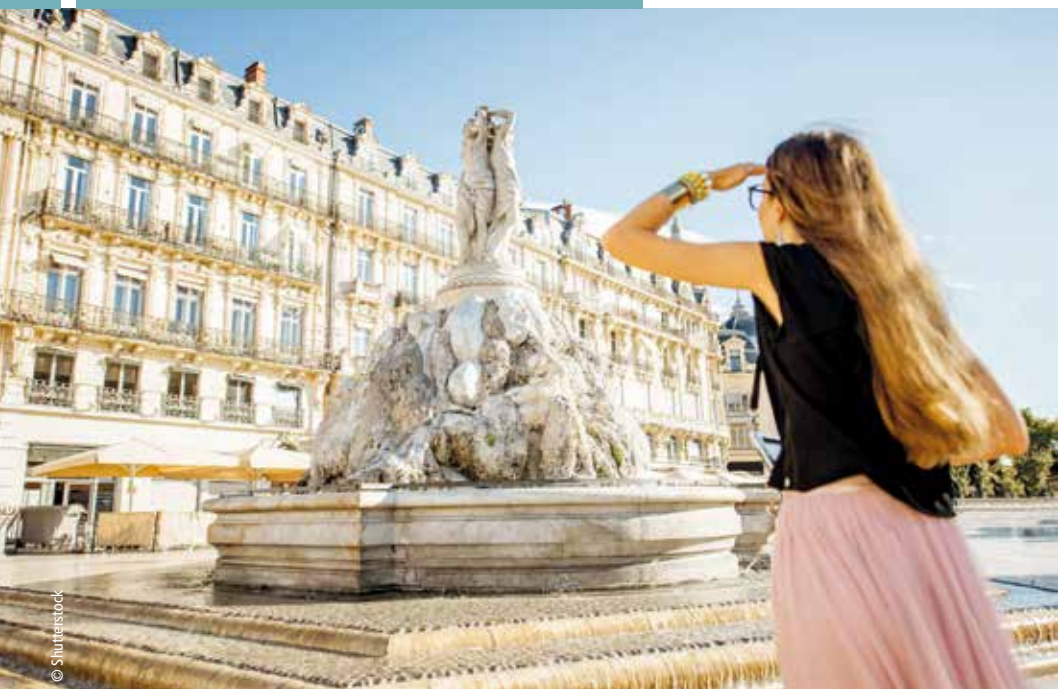
04 99 77 08 62

www.evi-immobilier.fr

8 rue des Magnanarelles,
Résidence Les Jardins de l'Europe,
34990 JUVIGNAC

BIENVENUE À L'AVF MONTPELLIER





BIENVENUE

**NOUVEAUX ARRIVANTS
À MONTPELLIER OU SES
ENVIRONS, NOUS VOUS
ATTENDONS AU :**
7, rue de la Verrerie Basse
34000 Montpellier

lundi, mardi et jeudi de 14h30 à 17h
hors vacances scolaires, en respectant
les gestes barrières

Téléphone/Répondeur :
04 67 66 15 44

Site : avfmontpellier.fr



LA CHARTE

ARTICLE 1

L'association a pour but d'accueillir en priorité les personnes et les familles nouvellement arrivées (depuis moins de trois ans) sur le territoire et de faciliter leur intégration.

ARTICLE 2

L'adhésion implique, dans les trois ans, l'engagement de contribuer bénévolement, après formation, aux actions et au fonctionnement de l'association.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

BUREAU

- **Présidente chargée de la Communication et des Relations Publiques :**
Danielle PIGEYRE
 - **Vice-président, responsable du S.N.A.* :**
Francis CRANSAC
 - **Trésorier :**
Alain DESGEORGE
 - **Secrétaire Générale :**
Chantal BESNARD
 - **Responsable de la Formation :**
Micaëlla BRIBES
-

AUTRES MEMBRES

- **Responsable des Animations :**
Francis CRANSAC
 - **Responsable des Accueillantes :**
Jacqueline SAINT JEAN
 - **Responsable des Accueillantes de proximité :**
Régine PIT
-

CHARGÉS DE MISSION

- **Manifestations :** Elizabeth SABBAH
- **Internet :** Guy DELAPORTE
et Alain DESGEORGE

BUREAU NATIONAL

- **Présidente chargée des Relations Publiques :** Michèle PROU BARBA
 - **Vice Présidente chargée du S.N.A.* :**
Michelle MARC
 - **Trésorière chargée des Finances :**
Bernadette DUPUY MORIN
 - **Secrétaire Générale chargée des Relations Intérieures :**
Patricia RAVET
 - **Vice Président chargé de la Communication :** Gilles CONTANCEAU
 - **Vice-Présidente chargée de la Formation :**
Anne-Marie GUILLERMET
-

BUREAU RÉGIONAL

- **Président et Relations publiques :**
Luc BEROUD
 - **Vice-Présidente S.N.A.*:**
Marie Laure FRIN
 - **Secrétaire Générale R.I. :**
Elisabeth COMET
 - **Trésorier/Finances :**
Jean-Pierre DESSERTENNE
 - **Formation :**
Marie FILIP
-

CHARGÉS DE MISSION

- **Communication :**
Daniel HEIN
- **Webmestre :**
Alain DESGEORGE

*SNA : Service au Nouvel Arrivant



MONTPELLIER, UNE NOUVELLE VILLE POUR DE NOUVEAUX HORIZONS

VOUS ÊTES NOUVEL ARRIVANT ET VOUS VOULEZ...

- Être accueilli à Montpellier,
- Obtenir des informations sur la ville et sa région,
- Découvrir votre nouvel environnement,
- Vous faire de nouveaux amis...

Rejoignez-nous à A.V.F. Montpellier !

Vous serez accueillis par des membres de l'association, Montpelliérains d'adoption ou de souche, qui favoriseront votre intégration, votre prise de repères.

VOUS ÊTES MONTPELLIÉRAIN ET VOUS VOULEZ...

- Être l'ambassadeur de votre ville,
- Accueillir et faire découvrir Montpellier aux nouveaux arrivants,
- Elargir votre cercle d'amis,
- Compléter votre connaissance de la ville et de sa région.

Rejoignez-nous à A.V.F. Montpellier !

Vous serez à l'honneur en permettant aux nouveaux arrivants de prendre leurs marques dans leur nouvelle vie.

ENSEMBLE AVEC AVF MONTPELLIER

Tout en respectant les règles sanitaires et les gestes barrières, partageons des moments de convivialité (apéritifs, repas, soirées, sports, jeux...)

Participons à des animations variées et sans cesse renouvelées.

Notre espace d'accueil est situé :
7, rue de la Verrerie Basse,
près du boulevard Louis Blanc.

AVF Montpellier est l'un des 300 AVF de France et un des 15 AVF formant l'Union Régionale Languedoc Roussillon. Les 16 régions AVF sont regroupées dans l'Union Nationale des « Accueil des Villes Françaises », laquelle compte 10 000 bénévoles et 70 000 adhérents.

avfmontpellier.fr

SERVICE DU NOUVEL ARRIVANT S.N.A.



Nous mettons tout en oeuvre pour faciliter votre intégration ; venez donc profiter de l'expérience, du dynamisme et de la convivialité de notre centaine de bénévoles.

MISSION

Accueillir les nouveaux arrivants à Montpellier et sa région pour leur permettre de s'intégrer dans leur nouvel environnement.

MOYENS

Une équipe composée d'accueillantes qui vont expliquer la ville et ses atouts. Cette équipe est renforcée à la rentrée pour faciliter les inscriptions. S'y rajoutent des bénévoles chargés d'imaginer, mettre en oeuvre et gérer des animations ponctuelles et des sorties qui ont pour but de favoriser les rencontres afin de développer les relations.

PROGRAMME

- Des « cafés-rencontre », auxquels sont conviés tous les Nouveaux Arrivants de l'année, sont organisés chaque trimestre par l'équipe des accueillantes de proximité.

- Habituellement l'AVF est présente à la **Journée des Associations** et à la **Journée d'Accueil du Maire**, ce qui nous permet de nombreux premiers contacts. Cette année celles-ci n'ont pas eu lieu en raison de la COVID 19.
- Comme dans toute la France le samedi 21 novembre 2020 sera à l'AVF Montpellier, la **journée de bienvenue des nouveaux arrivants**.
- Les nombreuses animations développées dans cette brochure sont proposées aux adhérents au cours de l'année, et selon le calendrier mentionné, culturelles, manuelles, ludiques et sportives. Il y en a pour tous les goûts.



ACCUEIL AVF

RESPONSABLE S.N.A.

■ Francis CRANSAC

PERMANENCE D'ACCUEIL

■ Jacqueline SAINT JEAN et Régine SARRY

Quatorze accueillantes dont deux responsables vous reçoivent, vous renseignent et prennent les adhésions en nos locaux, les lundis, mardis et jeudis de 14h30 à 17h, hors vacances scolaires.

- Annie AYNIE
- Nicole BRIVET
- Ginette GUEROUX
- Geneviève HERVOUET
- Anne-Marie HUBERT
- Héléne LABATUT
- Sylviane MILLARET
- Michèle NOUVET
- Chantal RAM BAULT
- Michèle ROFFI
- Marie-Thérèse ROUX
- France VINCENT

ACCUEIL DE PROXIMITÉ

■ Régine PIT

Un groupe de 14 accueillantes invite les nouveaux arrivants habitants dans le même quartier, la même commune de l'agglomération ou le même secteur géographique qu'eux, et est à leur écoute pour diminuer leur isolement et leur permettre de s'intégrer plus facilement dans l'environnement de leur nouvel habitat. Pour faciliter votre intégration nous avons découpé la ville en plusieurs secteurs : nord, sud, est, ouest et centre.

Vous rencontrerez les deux ou trois accueillantes de proximité de votre quartier lors des cafés-rencontres. Vous pourrez leur poser toutes les questions qui vous préoccupent et faire également la connaissance des nouveaux arrivants qui habitent près de chez vous.

RENCONTRES

Apéritifs d'accueil, manifestations et animations sont organisés tout au long de l'année pour faciliter votre adaptation.

COTISATION ANNUELLE (septembre à août)

- - 30 € par personne pour les nouveaux arrivants
- - 20 € par personne pour les renouvellements à partir du 1^{er} janvier 2021, compte tenu de l'arrêt des activités pendant le confinement

Les adhésions se prennent uniquement au local de l'AVF.

PLANNING DES ANIMATIONS

Adaptation aux mesures Covid-19 au moins pour octobre, novembre et décembre 2020.

LUNDI

APRÈS-MIDI

- **Tricot-Thé** - Hebdomadaire
- **Bridge - Parties libres**
Hebdomadaire sauf un lundi par mois
- **Rencontre autour d'un livre**
un lundi par mois, habituellement le 1^e
- **Marche facile** - Mensuel

MARDI

MATIN

- **Conversation en italien** - Hebdomadaire
- **Peinture** - Hebdomadaire

APRÈS-MIDI

- **Patchwork** - Hebdomadaire
- **Soutien informatique** - Hebdomadaire sur RDV
- **Visite de ville et de musées** - Mensuel
- **Marche commentée** - Mensuel
- **Golf** - Hebdomadaire

MERCREDI

MATIN

- **Atelier multi média** - Hebdomadaire

APRÈS-MIDI

- **Marche-balade du mercredi**
Hebdomadaire
- **Atelier Photo Numérique** - Hebdomadaire
- **Golf débutants** - Hebdomadaire

JEUDI

MATIN

- **Tarot** - Hebdomadaire
- **Marche péri-urbaine** - Mensuel

APRÈS-MIDI

- **Couture** - Bi-mensuel - 1^e, 3^e
- **Discussion cinéma** - Mensuel - 2^e
- **Philo Vivante** - Mensuel - 2^e
- **Marche douce** - Mensuel

VENDREDI

MATIN

- **Bridge - Initiation** - Hebdomadaire

APRÈS-MIDI

- **Jardinage - Botanique** - Mensuel - 3^e
- **Lire à voix haute** - Hebdomadaire
- **Golf** - hebdomadaire

SAMEDI

APRÈS-MIDI

- **Pétanque** - Hebdomadaire

DIMANCHE

- **Marche découverte** - Bi-mensuel

SANS JOUR FIXE

(voir calendrier)

- **Œnologie** - Mensuel, jeudi ou samedi

Pas en 2020, peut-être en 2021 :

- **Découverte région** - Trimestriel
- **Conférences / Débats**
- **Restaurant midi** - Trimestriel
- **Scrabble** - Hebdomadaire



DESSCRIPTIF DES ANIMATIONS

Les dates des animations sont publiées dans les bulletins trimestriels et les détails sur le blog WordPress ; les adhésions se font à l'accueil - maximum de 2 personnes en même temps. Les inscriptions aux animations se font par par mail.

Compte tenu des contraintes sanitaires, pour les animations au local 2 salles sont à disposition avec respect des gestes barrière, port du masque et désinfection quotidienne : «Entrée» : capacité de 6 personnes maximum et «Arlésienne» : capacité de 12 personnes maximum.

Ces dispositions sont prises jusqu'à la fin de l'année 2020, et le CA avisera mi-décembre sur la conduite à tenir en 2021.

CULTURE

DISCUSSION CINÉMA

■ Christine PORTIER

Le film choisi à l'avance pourra être vu dans n'importe quelle salle selon les programmations, sans contrainte de lieu, de date ou d'horaire. La discussion se déroule habituellement un jeudi de chaque mois, à 14h30 au local AVF (voir bulletin trimestriel). Le titre choisi, la salle et les horaires sont affichés à l'accueil et diffusés sur le site Internet environ 15 jours avant.

utile et éclairant. Chacun en sort grandi par chacun et par tous. Textes et référents sont convoqués. Nos partages procèdent alors avec méthode et clarté à partir des faits probants et pertinents soutenant le questionnement. On se veut éloigné des spéculations et divagations qui souvent passent pour de la philosophie. Les réunions se tiennent une fois par mois, le jeudi dès 14h15 et à des dates annoncées dans le Programme des animations AVF et par mail WordPress.

PHILOSOPHIE VIVANTE

■ Yves BELLEKENS

Questionner le monde en convoquant le meilleur des philosophes antiques et modernes pour y voir plus clair en allant aux fondements. Ce parcours construit ensemble est

RENCONTRE AUTOUR D'UN LIVRE

■ Nicole TOLSTOI et Jacqueline AKOUN

Présentation et échanges de vues sur un livre, une fois par mois habituellement le premier lundi du mois.

OENOLOGIE

■ Armelle FLEURIOT et Patrick LANNEAU

La vigne et le vin sont indissociables de la culture de notre région. Il est donc naturel qu'une activité qui leur est dédiée soit proposée aux adhérents de l'AVF afin qu'il se familiarise avec ce patrimoine culturel et ce secteur économique primordial localement.

Le vignoble du Languedoc-Roussillon est le plus ancien vignoble français :

Son histoire commence plus de 2 500 ans avant notre ère : les grecs ont implanté la vigne, les romains ont intensifié sa culture, organisé la production et la commercialisation dans le monde soumis à la Pax Romana, les moines (Bénédictins et Cisterciens) ont perpétué le savoir-faire après la chute de l'empire romain. Certains des vins locaux ont été servis aux tables des rois et princes de l'Europe puis en Amérique.

Le vignoble du Languedoc-Roussillon demeure, en surface, le plus grand du monde :

Avec ses 200 000 hectares plantés (dont 36% en AOP et 50% en IGP), ses 22 000 exploitations viticoles, il représente le 1er secteur économique de cette partie de la région Occitanie. Il assure un tiers de la production française et pèse également un tiers des exportations nationales en volume.

La qualité des vins de la région est aujourd'hui reconnue sur tous les continents :

La réputation de vins de piètre qualité du Languedoc (« la bibine ») qui a prévalu jusque vers les années 70 appartient désormais au passé. La baisse tendancielle de la consommation des vins de table au profit de vins de meilleure qualité, les crises successives de surproduction et mévente, ont amené les viticulteurs à prendre conscience que l'avenir de la filière ne pourrait être assuré que par une montée en gamme de la production. Des investissements importants ont été réalisés : arrachage des cépages les moins intéressants au profit de cépages plus aromatiques, réduction des rendements, maîtrise des températures de vinification... Des règles contraignantes ont été adoptées par la profession pour la revendication des appellations. Elles sont contrôlées de très près par l'Administration, ce qui en fait un des secteurs agricoles les plus surveillés en France.

Principe des rencontres :

Une visite est organisée selon un rythme en général mensuel pour aller à la rencontre de vigneron(ne)s passionné(e)s. C'est un enrichissement de les entendre parler de leur métier et de découvrir leurs produits.

Héritiers de familles qui se transmettent le patrimoine de génération en génération depuis parfois plusieurs siècles ou vigneron(ne)s plus récemment installés, les uns et les autres ont en commun l'attachement à une forme de viticulture indépendante, artisanale, liée à une vraie réflexion sur la conduite des vignes.

Les visites se déroulent en général le matin d'un jour de semaine (du lundi au samedi). Elles étaient suivies pour ceux qui le souhaitaient d'un repas pris en commun dans un restaurant local, mais compte tenu de la situation actuelle en raison de la COVID 19, les repas au restaurant sont suspendus.

Le choix des exploitations visitées est établi dans un rayon d'environ 100km maximum autour de Montpellier.

Le nombre de places est limité pour maintenir une qualité d'accueil dans les exploitations. L'inscription se fait exclusivement sur la boîte mail oenolavf@gmail.com dès la parution du programme de la visite sur le site internet de l'AVF.



SORTIES - VISITES

VISITE DE VILLE ET DE MUSÉES

■ Elizabeth SABBAH et Nicole JAUJOU

Nous vous invitons, une fois par mois, en général le mardi, à découvrir différents musées, lieux ou monuments qui nous éclairent sur l'histoire de Montpellier et sur ses richesses architecturales ou artistiques.

Une publication sur le site internet signale l'ouverture des inscriptions.

Réservation et paiement se font à l'accueil.



ART & ATELIERS

COUTURE

■ Jeanine ARMAND et Jeanine NICE

Jeanine et Jeanine ouvrent leur atelier de couture au local AVF le jeudi de 14h à 16h30, si les locaux sont disponibles. Dans une ambiance décontractée, elles vous montreront comment faire de petits objets (sacs, sets de table, nappes, etc.), des vêtements faciles ou comment les customiser. Portez vos coupons de tissus car des modèles, des patrons et des catalogues sont disponibles. Vous pourrez les utiliser ou les adapter à vos idées personnelles. L'atelier dispose également de 2 machines à coudre, de fils variés et de tout ce qu'il faut pour les débutantes.

INFORMATIQUE

■ Guy RAGEOT, Jean-François HERVOUET, Jean-Pierre CABOT, Jean-Louis PRIETO

L'atelier propose 4 types d'animations selon disponibilité des salles :

1 - le soutien libre le mardi de 14h30 à 16h30. Tout membre de l'AVF Montpellier peut venir avec ses questions, ses problèmes à résoudre. Il est souhaitable de venir avec son ordinateur portable. Lieu : atelier informatique, prendre rendez-vous.

2 - Animations à la demande au cours de 3 après midi dans la semaine :

Jean-François Hervouet le vendredi, Jean-Pierre Cabot le jeudi, et Jean-Louis Prieto le mardi ou mercredi, sont disponibles - sur rendez-vous - pour vous apporter un soutien personnalisé sur une technique informatique que vous souhaitez apprendre. Une fiche, à demander à l'accueil, vous donnera les numéros de téléphone de ces 3 animateurs. Le rendez-vous se fait directement entre le demandeur et l'animateur. Lieu : atelier informatique

3 - Conférences sur les outils multimédia de l'informatique par Guy Rageot :

Un mercredi matin par mois dans la salle Arlésienne. L'annonce de chaque séance se fait par l'intermédiaire du site de l'AVF Montpellier. L'inscription se fait en ligne sur le site.

4 - Atelier multimédia et Atelier photo numérique le mercredi de 14h30 à 17h : Jean-Louis Prieto

Apprendre et maîtriser les outils multimédias de l'informatique (traitement de l'image, du son et montage vidéo, conception de DVD/BlueRay, outils de gestion et de transfert, utilisation des ressources d'Internet, etc.). L'animation se déroule tout au long de l'année autour d'un thème qu'il s'agit d'illustrer. Inscriptions en novembre.

Pour plus d'informations nous sommes à votre disposition les mardis et mercredis AM.



JARDINAGE BOTANIQUE

■ Pierre GIROUSSENS

Rencontre le 3e vendredi de chaque mois de 14h30 à 16h30 pour aborder les sujets suivants :

- Connaissance du milieu méditerranéen et de ses spécificités,
- Au fil des saisons, conseils en aménagement et plantation,
- Partie théorique sur différents domaines botaniques, sur les maladies et traitement,
- Discussion échange (éléments de réponse aux questions préalablement posées),
- Bourse aux plantes,
- Sorties envisagées dans les jardins de Montpellier et des environs.

PATCHWORK

■ Françoise REDOR et Pierrette THIBAUT

Cet atelier s'adresse aux personnes ayant déjà une connaissance des bases du patchwork. Pas de cours de débutantes mais une aide et des conseils pour réaliser les ouvrages que vous aurez choisis en patchwork traditionnel, boutis et trapunto. Échange d'idées, de revues, de livres, de tissus et bavardage l'aiguille à la main pour faire avancer les projets dans une ambiance amicale dans les locaux de L'AVF. Possibilité de mise en place de sorties autour du patchwork à l'occasion de salons ou d'expositions dans la région.

Les séances ont lieu au local AVF toutes les semaines le mardi après-midi de 14h30 à 17h00.



PEINTURE

■ Brigitte MORTAGNE et Evelyne QUENEL

Animent tous les mardis matin de 9h30 à 12h30 un atelier peinture.

Retrouvez-nous avec votre matériel (acrylique, aquarelle, pastel, fusain ...) excepté peinture à l'huile. Nombreux modèles à votre disposition à l'atelier.

LECTURE À VOIX HAUTE

■ Geneviève GLEYZES

Tous les vendredis, sauf le 3e, de 14h30 à 16h30 vous proposeront des textes à lire à voix haute.

TRICOT-THÉ

■ Evelyne DESGEORGE

L'animatrice propose de maintenir l'animation à son domicile, à titre personnel, sous sa seule responsabilité.

Nous vous attendons avec vos envies, vos idées, votre matériel et votre bonne humeur !

Inscription auprès de l'animatrice

Tous les lundis de 14h30 à 16h30.

LANGUES

CONVERSATION EN ITALIEN

■ Anne ROUSSEAU et Carla GAMBA

Tous les mardis matin et après midi par groupes de 6.

Echange linguistique autour d'une tasse de thé ou café - Sujets de discussion variés à partir de l'expérience de chacun, mots croisés et jeux, lecture d'un livre choisi par le groupe. Le tout permettant d'enrichir son vocabulaire et de réviser les notions de grammaire pour arriver à s'exprimer en bon italien en toute circonstance.

JEUX & DÉTENTE

BRIDGE

■ Brigitte FLEURY

Des parties libres ont lieu tous les lundis après-midi (sauf habituellement le premier lundi du mois) de 14h30 à 17h30.

BRIDGE INTIATION

■ Elizabeth SABBAAH

Vendredi de 9h30 à 12h00. Reprise pour les adhérents ayant suivi l'initiation de 2ème année (2019/2020) en 3ème année.

TAROT

■ Michèle VINEL

Tous les jeudis matin de 9h à 12h15, Michèle organise des parties de tarot à 3,4 ou 5 joueurs.

Que vous soyez débutants ou confirmés, vous pourrez jouer dans une ambiance décontractée et surtout sans prise de tête.



SPORT

GOLF

■ Marie MARTINEZ et Gabriel WACHE

L'animation se pratique au golf de La Grande Motte en cours collectifs dispensés par des professeurs diplômés. Les cours, 10 séances par trimestre, par groupes de 6 adhérents minimum, ont lieu les mardis (13h-14h et 14h-15h), mercredis pour les débutants (12h-13h et 13h-14h) et vendredis (13h-14h et 14h-15h). La priorité est donnée aux nouveaux arrivants. Le responsable de l'animation procède à l'affectation dans un groupe en fonction des disponibilités.

À la fin de chaque trimestre, une «compétition amicale» est organisée.

PÉTANQUE

■ Claude ARMAND, Jean François HERVOUET et Jean Claude BROCHARD

Pour apprendre ou simplement pratiquer ce jeu convivial, cela se passe le samedi après midi sur le terrain de la SNCF, face au SERNAM dans le parc industriel de Près d'Arènes, près de la place Itzhak Rabin (giratoire planté d'un olivier). Voir plan d'accès à l'accueil.

L'animation a lieu tous les samedis de 14h (heure d'été) ou 13h30 (heure d'hiver) à 17h. Apportez vos boules de pétanque. Nous avons quelques paires de boules disponibles pour les joueurs intéressés ne possédant pas encore leur matériel. En cas de pluie s'abstenir.

Accès par bus: ligne n° 12, arrêt CASTELLE, au rond point Itzhak Rabin ou par Tram ligne 2 : arrêt SAINT CLEOPHAS, puis suivre l'avenue Maurin jusqu'au rond point Itzhak Rabin.



MARCHE-BALADE DU MERCREDI

■ Francis CRANSAC

Le mercredi venez marcher et découvrir en toute convivialité les charmes de la région de Montpellier, ses sites chargés d'histoire, sa faune, sa flore et ses reliefs variés. Les balades sont destinées à celles et ceux qui veulent faire un peu d'exercice physique dans la bonne humeur. Ces marches d'environ 10 km pendant 3 ou 4 heures se déroulent dans l'arrière-pays sur des itinéraires reconnus; une fois par mois est organisée une balade durant la journée, avec pique-nique sorti du sac. La difficulté de la marche est indiquée par des étoiles.

Se munir de chaussures de marche et de vêtements protecteurs pour les jours de mauvais temps.

Jusqu'à la fin de l'année ces marches se feront à proximité de Montpellier et uniquement l'après-midi. Rendez-vous au point de départ de la marche, pas de covoiturage organisé par l'AVF.

MARCHE COMMENTÉE

■ Yves BELLEKENS

Marches d'après-midi (+8 Km) et inscription préalable auprès de l'animateur (mini 5 adhérents, maxi 15 et liste d'attente au-delà). Une à deux fois par mois, le mardi, à des dates annoncées dans le Programme des animations AVF et précisées par mail WordPress. On découvre les plus beaux coins de la Région en s'intéressant à la nature, les écosystèmes, l'eau, la faune, la flore, les sols, la géologie, l'histoire, la culture et l'architecture à travers les âges... Rendez-vous au point de départ de la marche, pas de covoiturage organisé par l'AVF.



MARCHE DÉCOUVERTE DU DIMANCHE

■ Jean-Pierre MASSOT et Gilbert SCHOLASCH

Un dimanche par mois, l'après-midi en règle générale pour des parcours de 3 h environ, accessibles au plus grand nombre, variés et progressifs, de niveau facile à moyen.

Objectif : marcher ensemble, anciens montpelliérains et nouveaux arrivants, dans une ambiance conviviale, sur des itinéraires reconnus, pour découvrir la diversité de paysages autour de Montpellier (succession d'étangs et de lagunes en bordure littorale, garrigues et montagnes à l'intérieur des terres, sites caractéristiques pour leur relief, leur faune et leur flore, ou chargés d'histoire).

La difficulté des parcours est signalée sur le bulletin trimestriel par 1 à 3 étoiles.

Rendez-vous au point de départ de la marche, pas de covoiturage organisé par l'AVF.



MARCHE DOUCE

■ Alain DESGEORGE et Christine LOUDHINI
Un jeudi par mois (habituellement le 3e), nous proposons une marche de 5-6 km avec dénivelé de moins de 100m.
Rendez-vous au point de départ de la marche, pas de covoiturage organisé par l'AVF.

MARCHE FACILE

■ Martine LEPETIT et Pascale PAQUOT
proposent une sortie, un lundi par mois de 6-8 km avec dénivelé de moins de 100m.
Rendez-vous au point de départ de la marche, pas de covoiturage organisé par l'AVF.

MARCHE PÉRI-URBAINE

■ Jean Antoine CORBALAN
Le projet est de partir du centre ville, d'aller vers l'extérieur de la ville en traversant des quartiers par des voies peu fréquentées, monter sur une des 7 collines qui ceignent la ville, comme Rome, et revenir, soit à pied, soit en tram. Habituellement 2e jeudi de chaque mois, de 9h00 à midi, avec inscription préalable et limitation du groupe à 10 personnes et port du masque obligatoire en ville.

COTATION DES MARCHES

Marche ½ journée	Dénivelé	Distance
douce	< 100m	< 6 km
facile	< 100m	< 8 km
1* très facile	< 100m	< 10 km
2* facile	100 à 200m **	< 10 km **

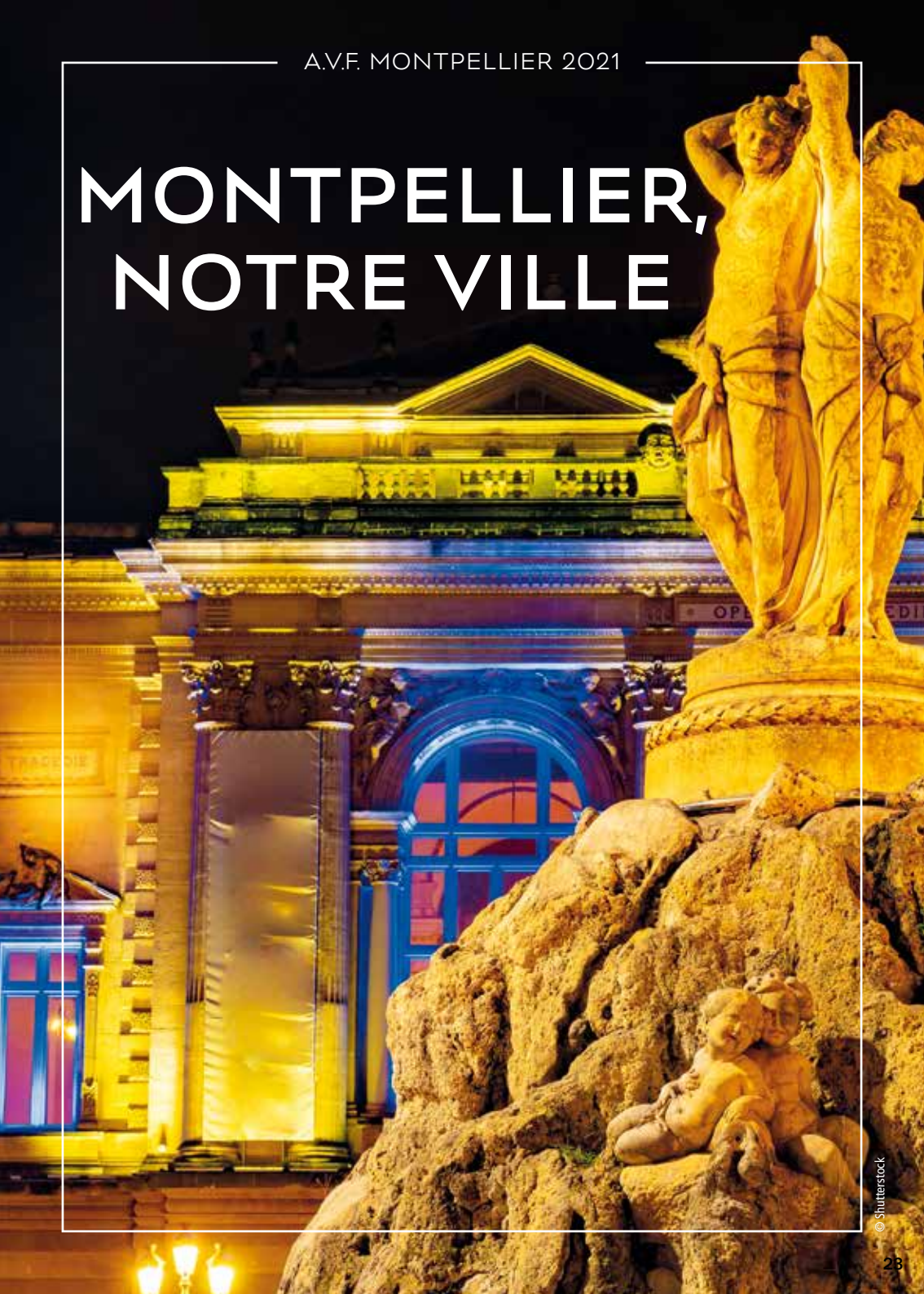
Marche 1 journée	Dénivelé	Distance ou durée
1* très facile	< 200m	<15 km
2* facile	200 à 400m	15 à 18 km, ~4 h
3* moyenne	400 à 500m	> 18 km, ~5 h
4* difficile	500 à 700m	~6 h

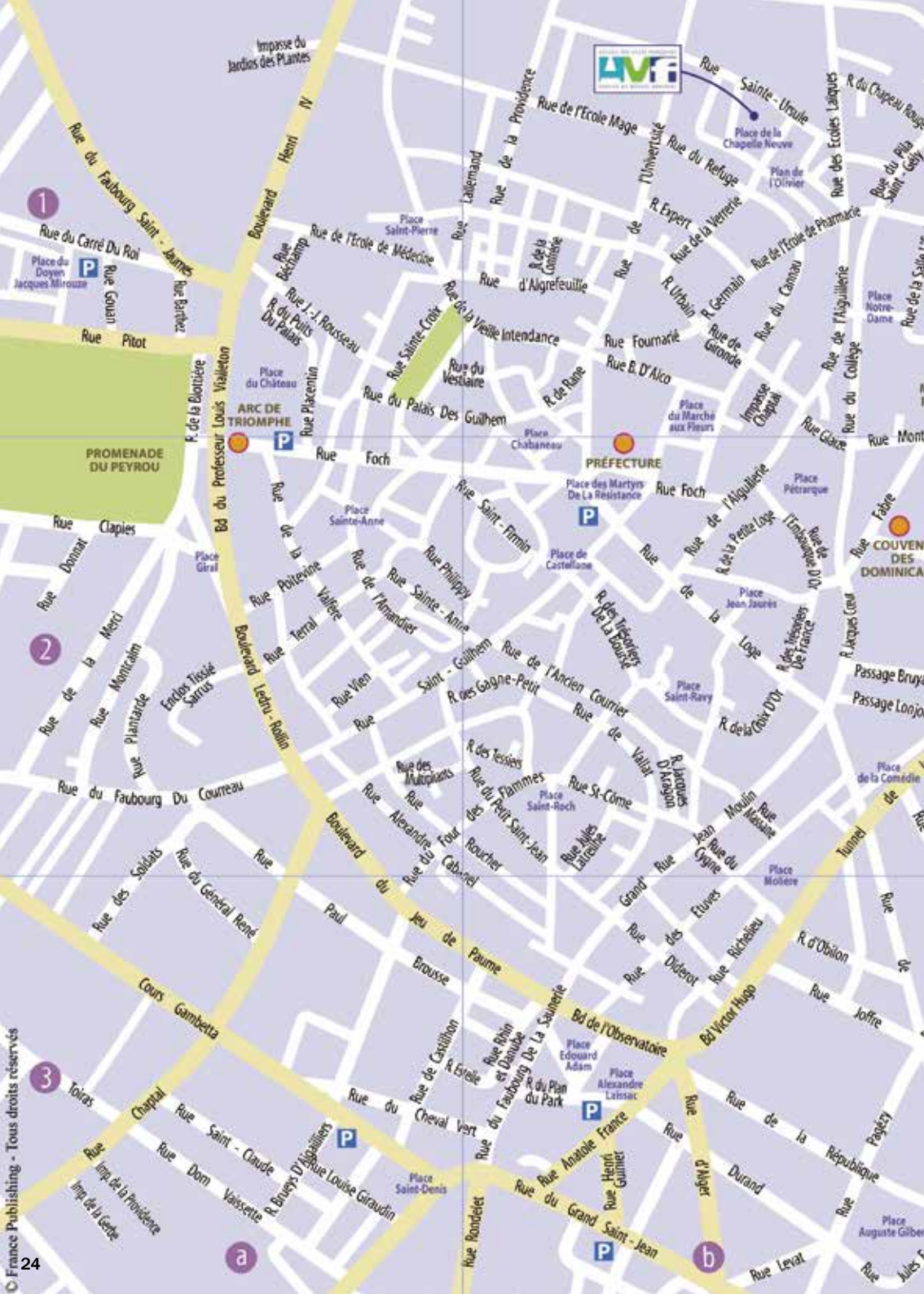
Nota : un seul des critères peut justifier de la cotation retenue

** sauf exception qui sera signalée lors de la parution de la balade dans Wordpress

L'animateur peut, sous sa seule responsabilité, refuser qu'un adhérent participe à une marche s'il pense courir un risque.

MONTPELLIER, NOTRE VILLE





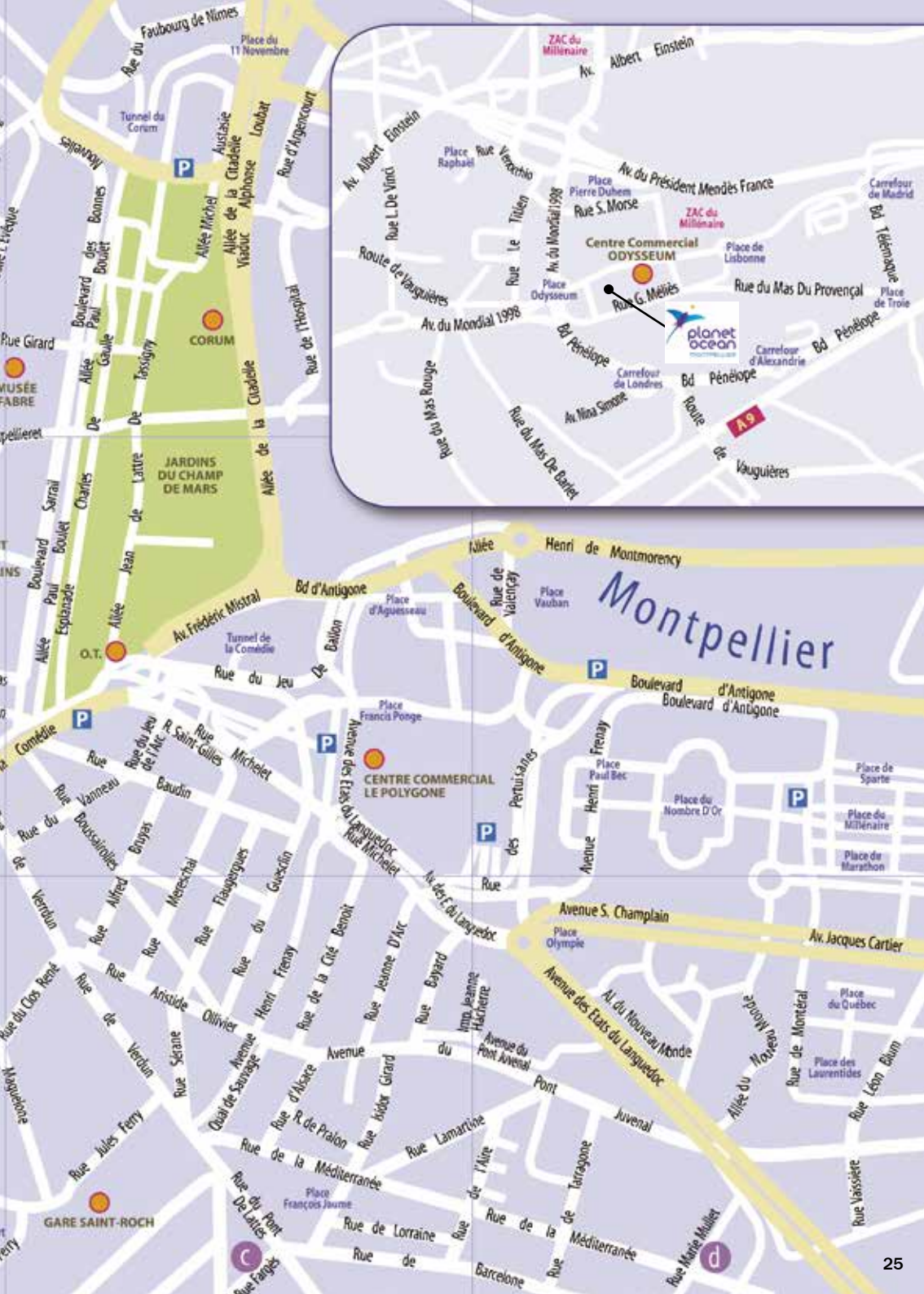
1

2

3

a

b





La Grande-Motte



Découvrez votre

♥ NOUVEAU ♥

PASINO +++

+ GRAND
+ DE SÉCURITÉ
+ DE CONFORT
+ D'AMBIANCE

MARTOUCHE
#JouezleJeu

CASINO - SPECTACLES - RESTAURANTS - ÉVÉNEMENTS
www.casinograndemotte.com

Entrée des salles de jeux réservée aux personnes majeures non interdites de jeu, sur présentation d'une pièce d'identité en cours de validité.
CASINO DE LA GRANDE MOTTE, SAS, 346 580 € , 336 allée des parcs, 34280 La Grande Motte, 468 800 271 RCS MONTPELLIER

18+

JOUER COMPORTE DES RISQUES : ENDETTEMENT, DÉPENDANCE...
APPELEZ LE 09-74-75-13-13 (APPEL NON SURTAXÉ).

INDEX DES RUES

11 novembre / Place du.....C1	Etats du Languedoc / A. des.....C2	Martyrs de la Résistance / Pl. des.....B2	Salle l'Evêque / Rue de la.....B1
Aguessau / Place d'.....C2	Etats du Languedoc / Av. des.....D3	Méditerranée / Rue de la.....C3	Sarrail / Boulevard.....C2
Aiguillière / Rue de l'.....B1	Etuves / Rue des.....B3	Merci / Rue de la.....A2	Sauvage / Quai de.....C3
Aiguillière / Rue de l'.....B2	Expert / Rue.....B1	Mereschat / Rue.....C3	Sérane / Rue.....C3
Aire / Rue de l'.....D3	Fabre / Rue.....B2	Michel Austriac / Allée.....C1	Soldats / Rue des.....A3
Alexandre Cabanel / Rue.....A2	Fargès / Rue.....C3	Michélet / Rue.....C2	Sparte / Place de.....D3
Alexandre Laissac / Place.....B3	Fbg de la Saunerie / Rue du.....B3	Michélet / Rue.....C2	Tarragone / Rue de.....D2
Alfred Bruyas / Rue.....C3	Fbg de Nîmes / Rue du.....C1	Millénaire / Place du.....D2	Terral / Rue.....A2
Alger / Rue de l'.....B3	Fbg du Courreau / Rue du.....A2	Molière / Place.....B3	Tessiers / Rue des.....B2
Algrefeuille / Rue d'.....B1	Flaugergues / Rue.....C3	Montcalm / Rue.....A2	Tissié Sarrus / Enclos.....A2
Alphonse Loubat / Viaduc.....C1	Foch / Rue.....A2	Montpellieret / Rue.....B1	Toiras / Rue.....A3
Alsace / Rue d'.....C3	Foch / Rue.....B2	Montréal / Rue de.....D2	Trésoriers de France / Rue des.....B2
Amandier / Rue de l'.....A2	Four des Flammes / Rue du.....B2	Multipliants / Rue des.....A2	Trésoriers De La Bourse / Rue des.....B2
Anatole France / Rue.....B3	Fournarié / Rue.....B1	Musée Fabre.....C1	Université / Rue de l'.....B1
Ancien Courrier / Rue de l'.....B2	Francis Ponge / Place.....C2	Nombre D'Or/ Place du.....D2	Urban / Rue.....B1
Antigone / Boulevard d'.....C2	François Jaume / Place.....C3	Notre-Dame / Place.....B1	Vaissière / Rue.....D3
Antigone / Boulevard d'.....D2	Frédéric Mistral / Avenue.....C2	Nouveau Monde / Allée du.....D3	Valençay / rue de.....D2
Antigone / Boulevard d'.....D2	Gagne-Petit / Rue des.....B2	Obilon / Rue D'.....B3	Valfère / Rue de la.....A2
Arc de Triomphe.....A1	Gambetta / Cours.....A3	Office de Tourisme.....C2	Vallat / Rue de.....B2
Argencourt / Rue d'.....C1	Gare Saint-Roch.....C3	Olivier / Plan de l'.....B1	Vanneau / Rue du.....C2
Aristide Ollivier / Rue.....C3	Général René / Rue du.....A3	Olympie / Place.....D3	Vauban / Place.....D2
Auguste Gilbert / Place.....B3	Gerbe / Impasse de la.....A3	Pagézy / Rue.....B3	Verdun / Rue de.....C3
B. D'Alco / Rue.....B1	Germain / Rue.....B1	Palais des Guilhem / Rue du.....A1	Valfère / Rue de la.....B1
Barcelone / Rue de.....C3	Giral / Place.....A2	Paul Bec / Place.....D2	Vestiaire / Rue du.....A1
Baudin / Rue.....C2	Girard / Rue.....C1	Paul Boulet / Allée.....C1	Victor Hugo / Boulevard.....B3
Bayard / Rue.....C3	Gironde / Rue de.....B1	Paul Boulet / Allée.....C2	Veille Intendance / Rue de la.....B1
Blottière / Rue de la.....A1	Glaize / Rue.....B1	Paul Brousse / Rue.....A3	Vien / Rue.....A2
Bonnes Nouvelles / Bd des.....C1	Gouan / Rue.....A1	Pertuisanes / Rue des.....D2	
Boussairolles / Rue.....C2	Grand Saint-Jean / Rue du.....B3	Petit Saint-Jean / Rue du.....B2	
Bruéys D'Aigalliers / Rue.....A3	Guesclin / Rue du.....C3	Petite Loge / Rue de la.....B2	
Bruyas / Passage.....B2	Henri de Montmorency / Allée.....D2	Pétrarque / Place.....B2	
Cannau / Rue du.....B1	Henri Frenay / Avenue.....C3	Peyrou / Promenade du.....A2	
Carré Du Roi / Rue du.....A1	Henri Guinier / Rue.....B3	Philippy / Rue.....A2	
Castellane / Place de.....B2	Henri IV / Boulevard.....A1	Pila Saint-Gély / Rue du.....B1	
Castillon / Rue de.....A3	Henry Frenay / Avenue.....D2	Pitot / Rue.....A1	
Centre cial Le Polygone.....C2	Hospital / Rue de l'.....C1	Placentin / Rue.....A1	
Chabaneau / Place.....B2	Isidor Girard / Rue.....C3	Plan du Park / Rue du.....B3	
Chapeau Rouge / Rue du.....B1	J.-J. Rousseau / Rue.....A1	Plantarde / Rue.....A2	
Chapelle Neuve / Place de la.....B1	Jacques Cartier / Avenue.....D3	Poitevine / Rue.....C2	
Chaptal / Impasse.....B1	Jacques Cœur / Rue.....B2	Pont de Lattes / Rue du.....A3	
Chaptal / Rue.....A3	Jacques D'Aragon / Rue.....B2	Pont Juvenal / Avenue du.....D3	
Charles De Gaulle / Esplanade.....C2	Jardin des Plantes / Impasse du.....A1	Prélure / Rue de.....C3	
Château / Place du.....A1	Jardins du Champ de Mars.....C2	Professeur Louis Vialleton / Bd du.....A2	
Cheval Vert / Rue du.....A3	Jean De Lattre De Tassigny / Allée.....C2	Providence / Impasse de la.....A3	
Citadelle / Allée de la.....C1	Jean Jaurès / Place.....B2	Providence / Rue de la.....B1	
Cité Benoit / Rue de la.....C3	Jean Moulin / Grand rue.....B2	Puits Du Palais / Rue du.....A1	
Clapies / Rue.....A2	Jeanne D'Arc / Rue.....C3	Québec / Place du.....D3	
Clos René / Rue du.....C3	Jeanne Hacherre / Impasse.....D3	Rane / Rue de.....B1	
Collège / Rue du.....B1	Jeu de Ballon / Rue du.....C2	Refuge / Rue du.....B1	
Comédie / Place de la.....B2	Jeu de l'Arc / Rue du.....C2	République / Rue de la.....B3	
Comédie / Tunnel de la.....B2	Jeu de Paume / Boulevard du.....A3	Rhin et Danube / Rue.....B3	
Comédie / Tunnel de la.....C2	Joffre / Rue.....B3	Richelieu / Rue.....B3	
Confrérie / Rue de la.....B1	Jules Ferry / Rue.....B3	Rondelet / Rue.....B3	
Corum / Tunnel du.....C1	Jules Ferry / Rue.....C3	Roucher / Rue.....A2	
Corum.....C1	Jules Latreille / Rue.....B2	S. Champain / Avenue.....D3	
Couvent des Dominicains.....B2	Lallemand / Rue.....B1	Saint-Claude / Rue.....A3	
Croix d'Or / Rue de la.....B2	Lamartine / Rue.....C3	Saint-Côme / Rue.....B2	
Diderot / Rue.....B3	Laurentides / Place des.....D3	Saint-Denis / Place.....A3	
Dom Vaissette / Rue.....A3	Ledru-Rollin / Boulevard.....A2	Sainte-Anne / Place.....A2	
Donnat / Rue.....A2	Léon Blum / Rue.....D3	Saint-Anne / Rue.....A2	
Doyen Jacques Mirouze / Place duA1	Levat / Rue.....B3	Sainte-Croix / Rue.....B1	
Durand / Rue.....B3	Loge / Rue de la.....B2	Sainte-Ursule / Rue.....B1	
Ecole de Médecine / Rue de l'.....A1	Lonjon / Passage.....B2	Saint-Firmin / Rue.....B2	
Ecole de Pharmacie / Rue de l'.....B1	Lorraine / Rue de.....C3	Saint-Gilles / Rue.....C2	
Ecole Mage / Rue de l'.....B1	Louise Giraudin / Rue.....A3	Saint-Guilhem / Rue.....A2	
Ecoles Laiques / Rue des.....B1	Maguelone / Rue de.....B3	Saint-Pierre / Place.....A1	
Edouard Adam / Place.....B3	Marathon / Place de.....D2	Saint-Ravy / Place.....B2	
Embourque D'Or / Rue de l'.....B2	Marché aux Fleurs / Place du.....B1	Saint-Roch / Place.....B2	
Estelle / Rue.....B3	Marie Mullet / Rue.....D3		

QUARTIER ODYSSEUM

Alexandrie / Carrefour d'
Centre commercial Odysseum
De Vinci / Rue
Einstein / Avenue
G. Méliès / Rue
Le Titien / Rue
Lisbonne / Carrefour de
Londres / Carrefour de
Madrid / Carrefour de
Mas de Barlet / Rue du
Mas Du Provençal / Rue du
Mas Rouge / Rue du
Mondial 1998 / Avenue du
Nina Simone / Avenue
Odysseum / Place
Pénélope / Boulevard
Pierre Duhem / Place
Président Mendès France / Avenue du
Raphaël / Place
S. Morse / Rue
Télémaque / Boulevard
Troie / Place de
Vauguières / Route de
Verrocchio / Rue
ZAC du Millénaire Pénélope /
Boulevard
Pierre Duhem / Place
Président Mendès France / Avenue du
Raphaël / Place
S. Morse / Rue
Télémaque / Boulevard
Troie / Place de
Vauguières / Route de
Verrocchio / Rue
ZAC du Millénaire



UNE VILLE, UNE HISTOIRE

LES ORIGINES

La région de Montpellier, comme tout le rivage de la Méditerranée entre Alpes et Pyrénées, est une très ancienne terre de peuplement et de passage. Sur le vieux fond préhistorique, Phéniciens, Grecs, Ibères, Ligures et Celtes ont laissé une empreinte plus ou moins importante. Rome sera le dernier creuset de ces influences multiples.

Dès 123 avant notre ère, le Languedoc devient colonie romaine. Acteur majeur de la conquête, le consul Domitius marque le pays en créant la route qui porte son nom, la Voie Domitienne.

Jusqu'à nos jours, c'est toujours cet axe est-ouest unissant l'Italie à l'Espagne qui structure les échanges et la vie de la région.

Montpellier voit le jour en 985, au sud de ce vieil itinéraire et au nord de la Route du Sel. Une situation stratégique puisque la future ville s'installe sur le Cami roumieu ou Chemin romain qui passe entre les deux routes. Le comte de Melgueil (Mauguio) donne à Guilhem, un seigneur installé dans la moyenne

vallée de l'Hérault face au vicomte de Béziers, un manse (domaine agricole) sur le Mons Pestelarium.

Le texte de donation nous fait même connaître le nom du serf qui l'exploite : Amalbert.

En revanche, l'étymologie du lieu reste mystérieuse.

Nombre d'hypothèses ont été avancées - y compris un poétique, mais improbable Mont des jeunes filles.

Montpellier, sur ce point, garde son mystère, même si l'hypothèse la plus sérieuse évoque la position stratégique de la colline : le mont du verrou.

Le développement du domaine va de pair avec celui de la maison des Guilhem.

Dès la première partie du XI^e siècle, cette dernière devient plus puissante que celle des comtes de Melgueil.

Des alliances flatteuses illustrent cette montée en puissance du Seigneur de Montpellier : Guilhem VII épouse en 1156 une descendante d'Hugues Capet, Mathilde de Bourgogne et Guilhem VIII, en 1174, se marie avec Eudoxie, nièce de l'Empereur de Byzance.



NÉE À L'ORÉE DE L'AN MIL

Montpellier aborde le troisième millénaire, riche de dix siècles d'une histoire parfois tumultueuse, quelquefois dramatique, souvent brillante et toujours peu commune. Dans la plaine languedocienne, dont elle occupe le centre, Montpellier fait figure d'exception : c'est la seule grande ville dont les origines ne remontent pas à l'Antiquité. De cette situation singulière, elle conservera le dynamisme des plus jeunes. Alors que les vieilles cités, vestiges de l'Empire romain, ne cessent de décliner, elle connaît au Moyen-Age un développement d'une rapidité surprenante. De simple domaine agricole, elle devient en quelques siècles une capitale économique et culturelle de tout premier plan. En dépit d'éclipses passagères, Montpellier a su maintenir et développer son rôle de capitale du Bas-Languedoc. A cet égard, le XVIII^e siècle fut aussi pour elle une période faste. La belle Méditerranéenne a donc beaucoup reçu en héritage. Des suzerainetés multiples et parfois lointaines y ont acclimaté le goût de la liberté. Les visiteurs de tous horizons en ont fait une terre de tolérance. Ses savants lui ont donné le respect de la culture et du savoir. Plus récemment, l'afflux de nouvelles populations, sa situation géographique privilégiée et son fort potentiel de matière grise lui ont offert un nouvel élan. Et permis de se forger une image fidèle à la réalité de ville jeune et entreprenante. Cette nouvelle croissance semble, par sa rapidité, tendre la main à travers le temps aux époques les plus dynamiques de l'histoire de Montpellier.

PROSPÉRITÉ ET RAYONNEMENT

La dynastie des Guilhem, du premier au neuvième du nom, correspond à une longue période de paix pour la ville. Ces conditions favorables lui permettent de se développer de manière spectaculaire. Au XIII^e siècle, la bourgade de l'époque carolingienne est devenue une ville universitaire et marchande importante. Avec Salerne, en Italie, son école de médecine est la plus célèbre d'Occident. En 1289, une bulle du Pape Nicolas IV établit un Studium Generalis (enseignement du droit, civil et canonique, de la médecine et des arts), conférant à l'université de Montpellier un statut égal aux plus grandes, telles Bologne ou Paris. Les étudiants y viennent de loin pour écouter des maîtres réputés dans une cité ouverte aux influences des savants arabes ou juifs. Par le Cami Roumieu, les pèlerins en marche vers Compostelle y affluent aussi. L'activité va bon train et les productions transitent par Lattes, le port de la ville, qui commerce avec l'Orient, où elle a plusieurs comptoirs. De nouveaux remparts réunissent le bourg seigneurial de Montpellier à la cité épiscopale de Montpelliéret. La démographie explose. Avec 35 000 à 40 000 habitants, Montpellier, est une grande cité, la seconde du royaume de France après Paris (80 000 habitants).

Le dernier Seigneur autochtone de Montpellier est ... une femme, Marie, qui par son mariage avec Pierre d'Aragon, en 1204, rattache la ville au royaume espagnol. La cité est alors une quasi-république avec ses consuls et une Charte des coutumes et libertés. La vente de la Seigneurie à Philippe de Valois, au milieu du XIV^e siècle marque le retour dans le giron de la couronne de France, mais aussi le début d'un long déclin. Si vers 1440, la ville connaît un sursaut grâce à Jacques Cœur, le grand argentier du roi Charles VII, elle ne retrouvera sa prospérité, des siècles plus tard, qu'en devenant la capitale administrative du Bas-Languedoc.



UN NOUVEL ÉLAN

Au XVI^e siècle, les guerres de religion secouent la ville comme le reste du pays. Seule l'intervention des troupes de Louis XIII mettra fin aux troubles. Pour calmer les ardeurs d'une ville réputée turbulente, le pouvoir royal va ériger une imposante forteresse : la citadelle de l'actuel lycée Joffre. Grâce à Richelieu, puis à Louis XIV, la ville est d'ailleurs une pièce maîtresse de l'administration royale dans le Midi. Elle devient la capitale de ce que l'on nomme alors le Bas-Languedoc. Siègle d'une Intendance et de diverses institutions (Cour des comptes, Académie royale des sciences, etc.), la ville connaît à nouveau une période faste. « Un magasin de belles demeures » en dira à cette époque Mme de Staël. Les hôtels particuliers y abondent (hôtels de Montcalm, Jacques-Cœur, de Varennes, de Manse, etc.). Si la ville s'embellit avec, notamment, au XVIII^e siècle, la promenade du Peyrou et l'Arc de Triomphe, les alentours voient la construction de nombreuses et superbes « folies », demeures cosssues inspirées des villas vénitienes qui témoignent de la richesse et du goût des Montpelliérains aisés. Le XIX^e siècle sera celui de la vigne. En devenant une monoculture à gros rendement, elle permet l'édification de fortunes dont les retombées économiques se traduisent par de grands travaux urbains : palais de justice, églises Sainte-Anne et Saint-Roch, théâtre de la Comédie ...

La crise du phylloxéra et la surproduction viticole vont donner un coup d'arrêt à cette expansion. La révolte de 1907 rassemblera un

demi-million de manifestants à Montpellier, mais n'aura pas de lendemain.

Les années 60 seront marquées par l'arrivée en nombre de populations rapatriées d'Afrique du Nord, les Pieds Noirs - on parle de 30 000 - qui y trouvent une terre d'accueil. En retour, ils contribuent avec une énergie de pionniers aux transformations de la ville. A partir des années 70, Montpellier se distingue à nouveau par son dynamisme et sa croissance, sans cesse confirmés depuis. Le 25 mars 1977, Georges Frêche, député et professeur à la faculté de droit, est élu maire. Pendant un quart de siècle il va modeler et incarner ce nouveau visage de Montpellier : celui du dynamisme et d'un souffle nouveau pour la cité. La création du quartier neuf d'Antigone - lancé en 1983 - reste l'empreinte la plus emblématique de cette volonté de transformer une ville somnolente en métropole moderne, qui passera en moins de trente ans de la 25^e à la 8^e place des villes françaises. Elle devient « la surdouée » qui brûle les étapes pour se retrouver aux avant-postes de la modernité : technologies de l'information, informatique, biotechnologies constituent ses principaux axes de développement.



LES PLUS BELLES PLACES DU CENTRE HISTORIQUE

Montpellier regorge de petites places idéales pour faire une pause. Vous cherchez une petite place au calme pour un instant de détente ? Une place ensoleillée pour boire un verre en terrasse ? Un bon restaurant sur une place animée du centre-ville ? Place de la Comédie, place Jean-Jaurès, place de la Canourgue... Laissez-vous guider pour trouver la place de Montpellier qui correspond à vos envies.

Le charme de Montpellier repose dans ses nombreuses places et placettes au cœur de l'écusson. Incontournable, il y a d'abord la **Place de la Comédie**, la place centrale et emblématique de Montpellier. Idéale pour faire une photo souvenir devant la statue des trois grâces ou pour boire un verre sur une des nombreuses terrasses ensoleillées.

La **place Jean-Jaurès** est quant à elle le lieu de rendez-vous pour un repas le midi ou pour une sortie entre jeunes le soir. Un peu plus loin, à ne pas manquer : la **Place de la Canourgue**, un havre de verdure avec vue sur la Faculté de médecine.

La **Place Saint Roch**, la **place Sainte-Anne** et la **place Saint-Côme** accueillent des monuments historiques et sont idéales pour une pause gourmande.

Enfin, autour de la Préfecture, n'hésitez pas à vous accorder un instant de détente, au bord de la fontaine sur la Place du Marché aux fleurs ou sur la place des Martyrs de la Résistance toute proche avec vue sur l'arc de triomphe.

LA PLACE DE LA COMÉDIE

La Place de la Comédie est un lieu de passage obligé quand on vient à Montpellier ! Également appelée place de l'œuf pour sa forme ovale, elle constitue l'un des plus vastes espaces piétonniers d'Europe, dominé par l'opéra Comédie.

Rencontrez la fontaine des Trois Grâces, déesses emblématiques de Montpellier, mais aussi les artistes de rues et de nombreuses personnes attablées aux terrasses de cafés et de restaurants, profitant du soleil et de l'animation du lieu.

Admirez l'architecture des bâtiments XIX^{ème} bordant la place. Avez-vous vu le «scaphandrier» du cinéma Gaumont ?

La nuit, la place revêt de belles couleurs avec les éclairages.

La place de la Comédie est le point de départ idéal pour une visite du centre historique, pour les amateurs de shopping et de vieilles pierres !



PLACE JEAN JAURÈS

La Place Jean Jaurès, en plein cœur de Montpellier, accueille à l'ombre de ses platanes de nombreuses terrasses de bars et restaurants.

Située à l'emplacement de l'ancienne église Notre-Dame-des-Tables, elle donne accès par un escalier à la Crypte du même nom, qui héberge aujourd'hui le musée de l'Histoire de Montpellier.

Très appréciée par la jeunesse montpelliéraine qui en fait son lieu favori de sorties, elle est dominée par la statue de Jean Jaurès, copie de la sculpture en marbre installée à Castres.

Le cadre romantique de cette place piétonne en fait aussi un endroit idéal pour boire un verre à deux.

PLACE SAINT-ROCH

La place la plus belle, la plus romantique et la plus ancienne de Montpellier, c'est elle : la place de la Canourgue.

C'est à cet emplacement que devait être reconstruite la cathédrale, mais l'idée ne sera finalement pas conservée.

A l'ombre des micocouliers, des terrasses et des bancs vous attendent pour une douce

halte en plein centre de Montpellier. La place est entourée d'hôtels particuliers du XVIIème siècle : l'hôtel Richer de Belleval, l'hôtel de Cambacérès et l'hôtel du Sarret.

Tout au bout du jardin au allées rectilignes trône la Fontaine des Licornes et vous avez une vue imprenable sur la cathédrale Saint-Pierre.

PLACE DE LA CANOURGUE

La place la plus belle, la plus romantique et la plus ancienne de Montpellier, c'est elle : la place de la Canourgue.

C'est à cet emplacement que devait être reconstruite la cathédrale, mais l'idée ne sera finalement pas conservée.

A l'ombre des micocouliers, des terrasses et des bancs vous attendent pour une douce halte en plein centre de Montpellier. La place est entourée d'hôtels particuliers du XVIIème siècle : l'hôtel Richer de Belleval, l'hôtel de Cambacérès et l'hôtel du Sarret.

Tout au bout du jardin au allées rectilignes trône la Fontaine des Licornes et vous avez une vue imprenable sur la cathédrale Saint-Pierre.

PLACE SAINTE ANNE

Quand on arrive sur la place Sainte-Anne, on est tout de suite surpris par la taille majestueuse de l'église Sainte-Anne (dont on voit le clocher de toute la ville), qui accueille aujourd'hui une salle d'exposition d'art contemporain.

De nombreuses terrasses de restaurants et cafés occupent cette charmante petite place en pente, où il fait bon vivre. Si vous venez en été, le festival des « Nuits de Sainte Anne » est l'occasion d'écouter en plein air des concerts de musique. C'est une vraie vie de village qui anime ce quartier.

PLACE DES MARTYRS ET DE LA RÉSISTANCE

La place des Martyrs de la Résistance est située en centre historique de Montpellier. Elle porte son nom en l'honneur des Martyrs de la Résistance, la préfecture toute proche étant pendant la seconde guerre mondiale un lieu de transit des résistants.

Idéale pour y faire une pause à côté des Halles et pour manger sur le pouce à l'ombre d'un olivier, elle arbore une grande fontaine, derrière laquelle la vue se dégage sur la rue Foch et l'arc de triomphe.



PLACE DU MARCHÉ AUX FLEURS

La Place du Marché aux Fleurs est située dans le centre historique de Montpellier, non loin de la Préfecture.

A cet endroit se situait autrefois le Couvent des Capucins, qui a été vendu comme bien national après la Révolution et détruit pour créer la place des Capucins.

La place des Capucins devient la Place du Marché aux Fleurs en 1814 (aujourd'hui le véritable marché aux fleurs a lieu à l'Espace Mosson).

Une statue de Louis XVI était installée au centre de la place en 1829, aujourd'hui remplacée par une fontaine du sculpteur espagnol Manuel Clemente Ochoa.

La place du Marché aux Fleurs compte bon nombre de restaurants et de cafés, ce qui en fait un endroit agréable pour déjeuner en terrasse.

Source : office du tourisme de Montpellier



PATRIMOINE & MUSÉES

Montpellier dispose en son sein de nombreuses ruelles médiévales, symbole de son fier passé. Rue de la Valfère, rue du bras de fer, rue de la l'argenterie vous emmènent dans une époque ancienne, pour une impression d'ailleurs garantie...

De l'incontournable **Place de la comédie** aux monuments historiques de la ville comme la **Cathédrale St Pierre**, l'ambiance méditerranéenne est au rendez-vous ! Flânez dans ces **ruelles**, à la recherche de lieux cachés, de petites places qui sauront vous surprendre.

Peintures, sculptures et objets d'art : Montpellier se révèle aussi au fil de ses nombreux **musées** et **galeries d'art montpelliéraines**.

ARC DE TRIOMPHE

Dessiné par l'architecte François D'Orbay, élève de Mansart, l'Arc de Triomphe de Montpellier fut construit en 1692 à la place de l'une des portes de l'ancien rempart. Il est un passage obligé pour rentrer dans Montpellier depuis le parc du Peyrou.

Découvrez les médaillons, les bas relief et l'attique (le sommet) teints en ocre et jaune, ainsi qu'un blason royal qui a retrouvé sa couleur bleue de France...

Et en exclusivité, partez en visite guidée avec l'Office de Tourisme et offrez vous l'ascension de l'Arc de Triomphe (quelques 90 marches à gravir...) : vous y découvrirez un point de vue des plus saisissants de Montpellier et de ses environs.

CHÂTEAU DE FLAUGERGUES

Le château de Flaugergues, splendide «folie» du XVIIIe, propriété du comte et de la comtesse Henri de COLBERT est agrandi et embelli entre 1696 et 1730 par Etienne de Flaugergues, conseiller à la cour des comptes de Montpellier. Un escalier d'une rare élégance, à la conception unique (à clef pendante et sans aucun pilier sur trois niveaux) occupe le tiers du château. Il contient un important mobilier du XVIIIe siècle, cinq tapisseries flamandes du XVIIe (vie de Moïse), une collection de porcelaines et faïences de grande qualité, divers documents concernant l'histoire montpelliéraine (cour des comptes) et archivés depuis le XVIIIe siècle.

En août les visites du château ne sont pas proposées, uniquement les jardins et le caveau sont accessibles.

OUVERTURE

Restaurant Folia situé au cœur du Mas, à l'ombre des platanes en terrasse. Nos vins accompagnent une cuisine du marché. Grand parking. Service le midi de 12 à 14h30 du lundi au vendredi. Réservation nécessaire. www.folia-restaurant.fr

LANGUES PARLÉES

Allemand, Français, Russe, Anglais, Polonais, Tchèque, Espagnol

GROUPES

Groupes acceptés (à partir de 15 jusqu'à 400) : Etudiants, Scolaires, Séminaire, Personnes à mobilité réduite, Sportifs Mobilité réduite

VISITES

Visites individuelles guidées - Sur demande
Visites groupes guidées - Sur demande
Visites pédagogiques sur demande
Visites pédagogiques
Visite contée

HANDICAP : Accessibilité : Mobilité réduite

MIKVÉ MÉDIEVAL

Le mikvé médiéval de Montpellier, bain rituel juif de purification du XIIIe siècle est le témoin de l'importance de la communauté juive qui a joué un grand rôle dans le développement et le rayonnement de Montpellier.

Situé au cœur de ce qui fut le quartier juif ouvert, le mikvé compte parmi les plus anciens et les mieux conservés d'Europe.

Le mikvé est alimenté par une nappe d'eau souterraine constamment renouvelée ; l'eau sort d'un orifice, ou gargouille, qui symbolise son passage. L'entrée se fait par un escalier de 15 marches rituelles menant au déshabilleur, le bassin apparaît en contrebas à travers la fenêtre géminée. L'immeuble de la rue de la Barralerie est classé monument historique ; il comporte les vestiges de la synagogue médiévale.

VISITES

Visites individuelles guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visites groupes guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Ce lieu est visitable uniquement dans le cadre des visites guidées organisées par l'Office de Tourisme.

COORDONNÉES

1 rue Barralerie - 34000 MONTPELLIER
Montpellier Centre

FACULTÉ DE MÉDECINE

Montpellier doit sa renommée à sa faculté de médecine, la plus ancienne école du monde occidental n'ayant jamais cessé de fonctionner, classée monument historique depuis 2004.

Découvrez les lieux, successivement monastère bénédictin joutant la cathédrale Saint-Pierre, palais épiscopal puis école de santé, à travers des salles habituellement fermées au public : Salle des Actes où sont soutenues les thèses des étudiants, vestiaire des professeurs, salle du conseil, cour d'honneur et le conservatoire d'anatomie.

La Faculté abrite, entre autres trésors, une bibliothèque de 900 volumes manuscrits, 300 incunables, 100 000 volumes imprimés antérieurs à 1800 ainsi que toutes les thèses des facultés de Montpellier et Paris depuis le XVIIème siècle.

TARIFS

DU 01/01/2018 AU 31/12/2018

Tarif réduit : 12 €

Plein tarif : 14 €

INFOS PRATIQUES

ACCÈS Tramway :

Ligne 1 et 4 arrêt Albert 1er à 0,6 km

Ligne 1 Louis Blanc à 0,65 km

Ligne 3 arrêt Plan Cabanes à 0,8 km

Ligne 1 et 2 arrêt Comédie à 0,85 km

VISITES

Visites individuelles guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visites groupes guidées - Sur demande

La faculté de médecine se visite uniquement via les des visites guidées de l'Office du Tourisme de Montpellier.

Plus d'infos : 04 67 60 60 60



PLACE DU PEYROU

Place royale, la promenade du Peyrou, belvédère largement ouvert à tous les horizons, accueille une statue équestre de Louis XIV, dont Jean Giral, l'architecte, mènera à terme la réalisation en 1774. Elle contient également Château d'eau conçu au XVIII^e siècle.

Cette place située à la périphérie de l'Écusson est l'un des lieux de prédilection des Montpelliérains. L'arc de triomphe et le château d'eau que prolonge l'aqueduc, constituent des modèles d'architecture classique.

Chaque dimanche matin, le parc du Peyrou accueille une brocante.

MUSÉE ET CONSERVATOIRE D'ANATOMIE

La faculté de médecine de Montpellier recèle un lieu exceptionnel : le conservatoire d'anatomie, riche de près de 5 600 pièces anatomiques et de cires destinées à l'enseignement. Créé à la fin du XVIII^e siècle, il possède des collections étonnantes : des pièces anatomiques (dissections anatomie pathologique...), des moulages et pièces en cire (lésions cancéreuses et vénériennes...) et diverses pièces d'anthropologie, d'embryologie, de malformations, de pathologies, de squelettes, des instruments de chirurgie... exposés dans des vitrines ou dans la galerie de 60 m de long et de 15 m de hauteur.

Les collections du conservatoire d'anatomie de Montpellier ont été classées monument historique en 2004.

VISITES

Visites individuelles guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visites groupes guidées - Sur demande

Ce lieu est accessible uniquement dans le cadre des visites guidées de la Faculté de Médecine organisées par l'Office de Tourisme. La visite n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite, au moins de 12 ans, aux femmes enceintes et aux personnes allergiques au formol.

MUSÉE FABRE

Le musée Fabre de Montpellier Méditerranée Métropole, l'un des musées les plus importants d'Europe, vous entraîne dans un voyage dans le monde des arts à travers les siècles.

Le Musée Fabre doit son origine au peintre montpelliérain François-Xavier Fabre. Monument d'exception, le bâtiment mêle architecture ancienne et contemporaine. Un parcours fluide permet de traverser les espaces du collège des Jésuites datant du XVII^e siècle en passant par le Musée Fabre installé en 1828 dans l'hôtel particulier de Massillan, jusqu'au bâtiment contemporain abritant les œuvres de Pierre Soulages.

Le musée présente plus de 700 œuvres - peintures, sculptures, dessins - dans un espace de 9 200m², et notamment de nombreux chefs-d'œuvre des grands maîtres flamands, hollandais, italiens, espagnols et français, de Veronese et Zurbaran à Pierre Soulages, en passant par Delacroix, Courbet et Frédéric Bazille.

TARIFS

Du 01/01/2018 AU 31/12/2018

Tarif réduit de 5.00 à 8.00€

Plein tarif de 7.00 à 10.00€

INFOS PRATIQUES

ACCÈS :

Gare SNCF : Montpellier Saint Roch à 1 km

Gare Routière : Montpellier St Roch à 1,5 km

Transport en commun : Tramway - Arrêt Comédie à 0,4 km

Centre ville, Esplanade Charles de Gaulle
Tramway ligne 1 station Corum ou Place de la Comédie

OUVERTURE

Du 01/01/2018 au 31/12/2018

Fermé le : Lundi

Ouvert tous les jours de 10h à 18h sauf le lundi. Fermeture annuelle les 1er janvier, 25 mai, 11 novembre et 25 décembre 2018.

LANGUES PARLÉES

Français, Allemand, Anglais, Espagnol, Italien, Polonais

GROUPES

Groupes acceptés (à partir de 10 jusqu'à 25) :
Etudiants Personnes à mobilité réduite
Scolaires Séminaire Sportifs Mobilité réduite

VISITES

Visites individuelles libres - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visites individuelles guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visite contée

Visites groupes libres - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visites groupes guidées - Permanente (toute la période d'ouverture)

Visite contée

Visites pédagogiques sur demande

Visites guidées pour les groupes (réservation obligatoire)

Visites avec audio-guide

Anglais Français

HANDICAP

Accessibilité : Mobilité réduite

SERVICES & ÉQUIPEMENTS

SERVICES : Bibliothèque Boutique
Conférences Exposition temporaire

EQUIPEMENTS : Auditorium Bar
Climatisation Restaurant Salle de projection

ACTIVITÉS

Animation thématique spécifique Atelier pour adultes Atelier pour enfants Colloques
Conférences Expositions temporaires

COORDONNÉES

39 bd Bonne Nouvelle - 34000 MONTPELLIER
Montpellier Centre

PARC DU DOMAINE DE MÉRIC

Le parc Méric est un grand parc d'une dizaine d'hectares en plein cœur de Montpellier, sur le Domaine de Méric, où a vécu le peintre Bazille et sa famille. Bazille a trouvé ici l'inspiration pour plusieurs de ses œuvres.

Deux terrasses surplombent les rives du Lez et offrent une belle vue sur Castelnau-le-Lez.

Le parc est connu des montpelliérains pour sa prairie à la floraison de coquelicots impressionnante en avril. Vous y trouverez aussi un espace canin, une aire de jeux pour enfants, et une végétation intéressante (bois méditerranéen, arbres centenaires, jardin à l'anglaise...)

Le parc permet une véritable escapade champêtre, des pique-niques en famille sous les arbres, une balade au bord du Lez pour admirer les retenues d'eau et les vestiges d'anciens moulins à eau, ou une pause au calme sur un banc. La maison de maître est fermée au public. Des visites guidées du domaine de Méric sont organisées par l'office de Tourisme et des Congrès de Montpellier Méditerranée Métropole.

TARIFS Gratuit

INFOS PRATIQUES

Accès libre

Tramway : Tram 2 arrêt «St Lazare»

En sortant du tramway compter 10 minutes de marche direction «domaine de Méric».

OUVERTURE

Du 01/01/2018 au 31/12/2018

Ouvert à partir de 8h le matin et jusqu'à 18h (de novembre à février), 20h (en mars, avril, mai, septembre, octobre) et 21h30 (juin, juillet, août)

VISITES

Visites individuelles guidées - Sur demande

Visites groupes guidées - Sur demande

Source : Office du tourisme



FÊTES & TRADITIONS

LA COURSE CAMARGUAISE

Les villages du territoire de l'Agglomération de Montpellier sont propices à la découverte de la course camarguaise et des traditions taurines.

Du printemps à l'automne, dans les arènes de nombreuses villes de la Communauté d'Agglomération, se déroule chaque week-end un jeu qui célèbre le courage des taureaux de Camargue et l'agilité des raseurs. Un jeu sportif, noble et fascinant qui enflamme les spectateurs.

Montpellier Agglomération, très attaché à cette tradition.

La **course camarguaise** est un sport taurin très populaire sans mise à mort pratiqué dans l'Hérault, le Gard, les Bouches-du-Rhône, etc..., dans lequel les participants tentent d'attraper des attributs fixés aux cornes d'un taureau.

Ce sport est né près d'Arles durant les jours de fête. Les habitants édifiaient alors une enceinte de charrettes où vaches et taureaux étaient lâchés. La population aimait à voir se confronter hommes et force de la nature. Ce jeu taurin est dès lors devenu le symbole de toute une identité du peuple camarguais.

Le principe de la **course camarguaise** est simple, il faut que le **raseur** s'empare des attributs (Cocarde, ficelles, glands...) placés sur les cornes du biou (le boeuf en provençal) avec l'aide d'un crochet. Pour ce faire, le raseur dispose de 15 minutes. Une fois le temps écoulé, le président calcule les points obtenus (chaque attribut obtient un barème de point selon le niveau du taureau). Le vainqueur est celui qui obtient le plus grand nombre de point. A la fin de la saison, le premier du classement devient le champion des courses camarguaises.

Cependant, la course camarguaise n'est qu'une partie de ce que l'on appelle les **Bouvines**. Un long rituel accompagne les courses camarguaises. Elles commencent avec l'**Abri-vado** (Action d'amener les taureaux des prés aux arènes, encadrés par les gardians) et se finissent avec la Bandido.

Enfin, les courses camarguaises sont l'occasion pour les manadiers (propriétaires des taureaux) de montrer leur plus beaux et forts des taureaux.

Source : Fédération Française de la Course Camarguaise



LES JOUTES NAUTIQUES

Givordine ou Lyonnaise, Parisienne, Provençale, Alsacienne ou bien Languedocienne, le nom change mais l'esprit reste.

La joute nautique est un **sport traditionnel haut en couleur** qui se pratique essentiellement en France, Allemagne et Suisse.

Issues d'une longue tradition de confrontation, les joutes apparaissent à la fin du XIII^{ème} siècle, alors qu'à Aigues Mortes, les croisés se défiaient sur des barques légères en attendant l'embarquement pour la Terre Sainte. Mais c'est surtout en 1666 à Sète, lors de l'inauguration du port de la ville, que les joutes acquièrent leurs lettres de noblesse.

Aujourd'hui, on compte 5 ligues de joute en France (dont la ligue du Languedoc Roussillon) et plus d'une vingtaine de sociétés de joute dans notre région.

Les joutes dites « Languedociennes » sont pratiquées dans huit villes de l'Hérault et dans une ville du Gard. L'épreuve reine est le fameux **Grand Prix de la Saint-Louis à Sète** autour du 25 août, il existe également un classement par points sur la saison, un championnat de France et une Coupe de France.

Le principe des joutes est simple : deux équipes montent à bord des barques, l'une « rouge »,



l'autre « bleu ». Les jouteurs, armés de lances et de pavois (bouclier), se placent sur la tintaine (plate-forme qui se situe à l'avant) à près de trois mètres de l'eau. Les barques sont propulsées par des rameurs, de 8 à 10 selon la taille. Le vainqueur est celui qui reste sur la tintaine. La tenue réglementaire des jouteurs est blanche des pieds à la tête.

Voir une joute nautique, c'est l'assurance de passer un très agréable moment en famille ou entre amis.

Descendant de la Longue Paume, il a, par des



LE TAMBOURIN

formes variées, traversé les civilisations pour arriver au siècle dernier (1870) à sa forme moderne, et prendre alors le nom de Tambourin, instrument utilisé pour frapper la balle. Celui-ci était confectionné à partir d'un cercle de bois sur lequel une peau de chèvre était tendue. Il existe deux autres types de tambourin qui servent tous deux à l'engagement :

- Le battoir (petit tambourin de 18 cm de diamètre prolongé d'un manche de 80 à 100 cm)
- La mandoline (tambourin ovale peu utilisé dans les compétitions françaises)...

En 1939, Max Rouquette (poète et écrivain occitan), créa la Fédération française du jeu de balle au tambourin et unifia, en 1953, les règles françaises avec celles d'Italie.

Dans les années 70, le sport se modernise et le synthétique fait son apparition. Désormais les tambourins sont fabriqués en toiles synthétiques et cerclés de plastique (28 cm de diamètre pour les adultes, 26 cm pour les enfants), cela rend le sport tambourin plus rapide et plus spectaculaire.

Il se joue sur une surface plane et dégagée, 80 m de long sur 18 à 20 m de large. Il peut être en terre battue, bitume ou synthétique. La balle est en caoutchouc dur, blanche ou rouge, de 65 mm diamètre et d'un poids de 59 g.

Une équipe se compose de cinq joueurs sur le terrain et de deux remplaçants. Ils répartis selon trois rôles :

- les fonds, ce sont deux joueurs situés aux extrémités du terrain dont l'un est le batteur (celui qui engage).
- le tiers se trouve au milieu du terrain.
- les cordiers sont les deux joueurs situés près de la ligne médiane appelée «basse».

La règle des points est identique à celle du tennis (15, 30, 45, jeux).

Une rencontre se dispute en 13 ou 16 jeux selon les catégories.

Il est possible de pratiquer le Tambourin à tout âge, entre amis ou en famille.

Un club à Montpellier permet de s'initier à ce sport. Il s'agit du STC (Sport Tambourin Club) de Montpellier.





LA QUILLE DE HUIT

Ce jeu typiquement masculin, fait de force et d'adresse sert de support à toutes sortes de défis ou paris mais depuis 1980, les filles ont, elles aussi, leurs championnats.

En 1957, une Fédération française des Sports de Quilles est créée et regroupe 5 formes de ce jeu dont les quilles de huit.

Aujourd'hui la section quilles de huit compte près de 4000 licenciés.

Les règles du jeu, codifiées en 1912 par le Dr Ayrygnac, sont simples. Les joueurs évoluent sur un terrain en terre battue de 30 m de long pour 6m de large. Ils doivent alors faire tomber les 8 quilles « debout » avec l'aide du « quillou », la quille joueuse.

Pour frapper le quillou, les joueurs s'aident d'une Boule en bois dur d'un diamètre maximal de 28 cm. Le lancer de boule servant à finir le coup et à faire tomber le maximum de quilles « debout » encore en jeu.



Chaque joueur a droit à 2 jets, hormis à 1 mètre d'où on ne lance que la boule.

Une partie comprend 9 coups répartis sur 5 distances de lancer (de 1 à 20 mètres) délimités par le Gabarit pièce en fer, d'une longueur de 3m délimitant la place du joueur.

Pour que les points, d'après le nombre de quilles abattues, soient validés il faut absolument renverser une quille appelée « bonne ». Chaque quille abattue vaut 1 point.

Le score maximum au cours d'une partie est de 80 points. Le record actuel est de 68 et un bon joueur réalise en moyenne 45 points / partie.

Mêlant harmonieusement pratique sportive et traditions, ce sport est à la région ce que la pelote est au Pays basque ou les joutes nautiques au Pays sétois.



LES MARCHÉS

Chaque jour, les quartiers de Montpellier vivent au rythme des marchés. Produits régionaux et de saison, fleurs ou même équipements de la personne...

CENTRE HISTORIQUE

PLACE DE LA COMÉDIE

Non alimentaire :
du mardi au samedi de 9h à 16h
Primeurs : du lundi au samedi de 9h à 16h

MARCHÉ ALBERT PREMIER

Place Albert 1^{er}
Mercredi, vendredi et samedi de 7h à 13h30

BEAUX-ARTS

MARCHÉ DES BEAUX-ARTS

Place des Beaux-arts
Du lundi au samedi de 7h à 13h30

ANTIGONE PORT-MARIANNE

MARCHÉ D'ANTIGONE

Place du Nombre d'Or
Du 1er avril au 30 septembre :
tous les mercredis de 7h à 17h30
Du 1er octobre au 31 mars :
tous les mercredis de 7h à 14h

MARCHÉ PORT MARIANNE

Quartier Port Marianne
Jeudi et samedis de 8h à 14h

MONTPELLIER NORD

MARCHÉ DE LA MOSSON

Avenue d'Heidelberg
Ouvert mardi, vendredi, samedi
de 7h à 13h30

MARCHÉ DU PLAN DES QUATRE SEIGNEURS

Place Jean Baumel
Mardi, vendredi, samedi de 7h à 13h30

MARCHÉ DE MALBOSC

Square Fiacre
Mercredi matin de 7h30 à 13h30

MONTPELLIER SUD

MARCHÉ TASTAVIN

Avenue Pedro de Luna
Du mardi au samedi de 7h à 13h30

MARCHÉ ST MARTIN

Square Alain Bashung - Rue Jean Vache
Tous les mercredis et dimanches,
de 7h à 13h30

MONTPELLIER OUEST

MARCHÉ DES ARCEAUX

Boulevard des Arceaux
Le mardi et le samedi de 7h à 13h30

MARCHÉ ST CLÉMENT

Parc Las Cazas
Dimanche de 7h30 à 13h30

MONTPELIER PRATIQUE



AU CENTRE D'UN TERRITOIRE EN MOUVEMENT

De la culture maritime de Sète à la ville romaine de Nîmes, des montagnes Cévenoles aux lagunes de la petite Camargue, de la plaine viticole aux contreforts des Causses, Montpellier est au coeur de pays et de paysages qui offrent une diversité exceptionnelle de cultures et d'identités.

C'est pourquoi la Ville de Montpellier souhaite créer les conditions d'un développement équilibré et durable de ce territoire.



450 000

HABITANTS

dans la métropole
montpellieraines



580 000

HABITANTS

dans l'aire urbaine
montpellieraine



7 017

LOGEMENTS

mis en chantier
en 2016 dans la
métropole



7

PILIERS DE

DÉVELOPPEMENT

santé, numérique,
mobilité, tourisme,
agro-écologie, culture,
commerce & artisanat



UNE VILLE CRÉATIVE AU COEUR DES SECTEURS INNOVANTS

La Ville de Montpellier parie sur les secteurs innovants pour accélérer son développement.

La place donnée à la créativité est centrale au point que son tissu économique se réinvente grâce à la vitalité de ses start-up.

Pour accroître sa compétitivité et son rayonnement, Montpellier a choisi de privilégier le développement de trois grands secteurs : la santé et le bien-être autour du projet d'envergure "Montpellier Capital Santé", les nouvelles technologies de l'information et de la communication (NTIC) fédérées par un écosystème numérique labellisé French Tech et le tourisme.



3700
EMPLOIS QUALIFIÉS
dans les nouvelles technologies.
Un des bassins d'emplois les plus dynamiques.



70 000
ÉTUDIANTS



7 500
CHERCHEURS



250
LABORATOIRES DE RECHERCHE
Le 5^{ème} site français

Source : Mairie de Montpellier



COMMENT VENIR À MONTPELLIER

MONTPELLIER EN BREF

A 11km de la Méditerranée, à moins de 3h de route de Barcelone et de l'Italie, à 3h30 de Paris (TGV), au cœur du Languedoc-Roussillon et à proximité de la Provence, Montpellier, 8^{ème} ville de France, a tout pour plaire.

Bouillonnante, surprenante, vibrante, élégante, artistique, Montpellier séduit tous les visiteurs par la beauté de son patrimoine ancien et moderne, sa vie culturelle intense, sa jeunesse, son climat ensoleillé et un environnement géographique gorgé d'histoire, préservé, entre mer, vignes et montagnes.

PAR LA ROUTE

Montpellier est desservie par l'autoroute A9 et A75, et 4 sorties, les 29, 30, 31 et 32

Sortie Nord (n°28) : accès à la Serre Amazonienne, au Zoo de Lunaret, aux Hôpitaux et Facultés (sortie Vendargues)

Sortie Est (n°29) : accès au Centre Historique, à l'Office de Tourisme, au Corum, au Millénaire, au Zénith Sud, à Odysseum, au Parc des Expositions de Montpellier et aéroport

Sortie Sud (n°30) : accès à la Gare Montpellier Saint-Roch, au quartier Près d'Arènes

Sortie Ouest (n°31) : accès au Stade Yves du Manoir, stade de la Mosson

Distance/Temps entre Montpellier et les principales villes françaises et européennes :

Paris (750 Km) : 7h40
 Marseille (170 Km) : 1h40
 Lyon (305 Km) : 2h50
 Nice (325 Km) : 3h10
 Toulouse (240 Km) : 2h15
 Bordeaux (480 Km) : 4h20
 Barcelone (340 Km) : 3h05
 Milan (640 Km) : 5h50



EN AVION

L'aéroport International de Montpellier Méditerranée se situe à 8 km du centre ville, soit 10 mn en voiture.

Le centre historique est facilement accessible depuis l'aéroport grâce au service de navettes ou taxis.

EN TRAIN

La Gare Montpellier Saint-Roch est située en cœur de ville à 200 mètres de la place de la Comédie. Les quatre lignes de tramway ainsi que les bus (lignes : 6, 7, 8, 11, 12, 16) les taxis et les loueurs de voitures vous permettront de rejoindre les différents quartiers de Montpellier et de son agglomération.

TGV, Thalys, Talgo et Eurostar, un accès direct au cœur de Montpellier !

Paris : 3h20	Marseille : 1h40
Lyon : 1h50	Toulouse : 1h55
Nice : 4h10	Lille : 5h00
Bruxelles : 5h40	Londres : 6h40
Barcelone : 4h30	

Durée minimum du trajet en fonction des trains

Plus d'informations sur voyages-sncf.com

Offres très avantageuses avec ID TGV

Contact au 36 35

TER (Transport Express Régional)

Pour découvrir les grands sites de la région Languedoc-Roussillon à partir de Montpellier

Sète : 0h20 Nîmes : 0h35

Béziers : 0h45 Narbonne : 1h00

Avignon : 1h05 Carcassonne : 1h30

Carte Via-liberté jusqu'à -50% de réduction.

Offre TER : 1€

(voir modalités sur train1euro.fr)

EN BUS

Montpellier est relié à toute l'Europe : Berlin, Francfort, Stuttgart, Liège, Florence, Milan, Rome, Amsterdam, Rotterdam, Bucarest... et à de nombreuses autres villes européennes !

■ Eurolines

Informations pratiques :

Contact +33 (0) 892 899 091

Adresse : 8 rue de Verdun, 34000 Montpellier

■ Linebus

Contact + 33 (0)4 67 58 95 00

Adresse : Av. du Colonel Pavelet, 34000 Montpellier

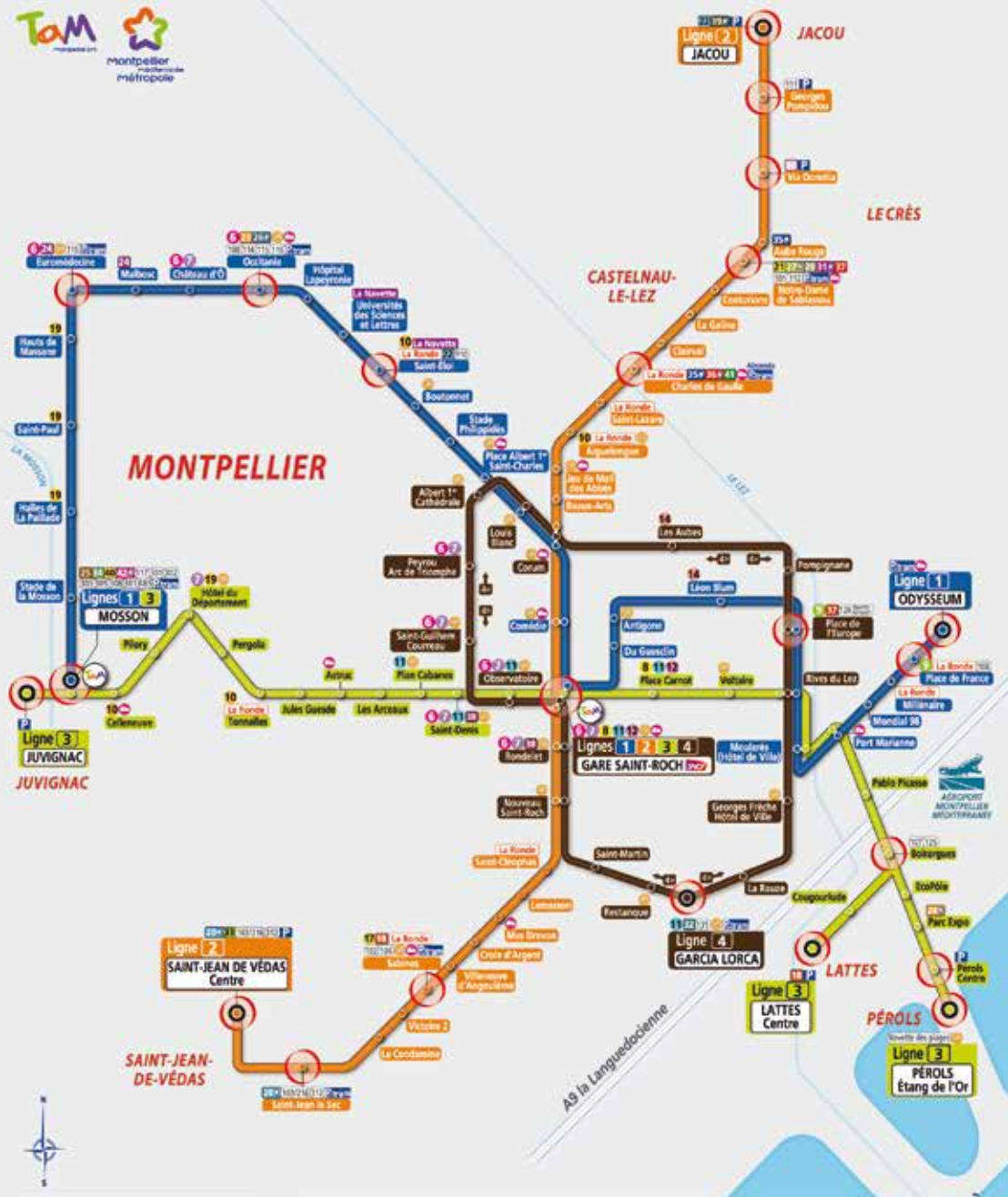
■ Hérault Transport

Avec Hérault Transport déplacez vous dans tout le département avec ses 68 lignes régulières et ses 1 800 points d'arrêt. Les bus Hérault Transport font des départs depuis différentes stations dans la ville.

Contact : 04 34 88 89 99

Source : Office du tourisme de Montpellier





4 lignes de tramway

Ligne 1	Mosson - Odysseum
Ligne 2	Saint-Jean-de-Védas Centre - Jacou
Ligne 3	Juvignac - Lattes Centre/Pérols Étang de l'Or
Ligne 4	Garcia Lorca - Garcia Lorca

Sens de circulation	Ligne entièrement accessible aux personnes à mobilité réduite	Espace Mobilité
Pôle d'échange	Parking sous vidéosurveillance	Transport à la demande
Correspondance bus TAM	Parking sous vidéosurveillance et réservé aux abonnés TAM	Réservation
Ligne départementale	Parking en libre accès	
Vélostation velomagg		
Autopartage myTAM		

COMMENT SE DÉPLACER À MONTPELLIER



Avec l'un des centres villes piétonniers les plus vastes d'Europe, Montpellier se découvre essentiellement à pied, à vélo ou en transports en commun (bus et tramway).

TAM - VÉLOMAGG

Véломagg libre-service vous offre la possibilité de louer en toute liberté, 7j/7 et 24h/24, un vélo jusqu'à 24h consécutives.

54 vélostations automatiques à votre disposition.

INFORMATION TAM - VÉLOMAGG :

www.tam-voyages.com

Allo TaM : 04 67 22 87 87

Auprès des agences Espace Mobilité :

- 6, rue Jules Ferry (station de tramway Gare Saint-Roch) du lundi au vendredi de 7h à 19h
- 27, rue Maguelone (station de tramway Gare Saint-Roch) du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h
- P+TraM Mosson (station de tramway Mosson), du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

LOCZEN

LA LOCATION DE VOITURE EN LIBRE-SERVICE, 24H/24

Montpellier est une ville où il devient difficile d'avoir une voiture... mais où il est difficile aussi de s'en passer !

C'est de ce constat qu'est né Loczen, un service de location en libres-service, 24h/24, 7j/7...

Pour louer l'un des véhicules – Clio 4, Twingo, C3... - rien de plus simple : on réserve en ligne à un prix imbattable, on récupère sa voiture dans l'un des sites – gare St Roch, Odysseum, Facultés,... - sans passer par la case agence, et on procède seul au check in avec son smartphone. Idem pour le check out : tout est fait de façon automatique, mais avec un interlocuteur toujours disponible en cas de besoin.

Une voiture quand je veux, où je veux : une solution pratique, économique mais aussi écologique !

www.loczen.fr



LOCZEN

Louez votre voiture l'esprit tranquille

Unique sur Montpellier !

Louez une voiture en libre service 24h/24.

Inscription 100% en ligne.





TRANSPORTS EN COMMUN

TAM RÉSEAU DE TRANSPORTS DE MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

4 lignes de tramway :

- ligne 1 (Mosson – Odysseum)
- ligne 2 (Jacou – Saint-Jean de Védas)
- ligne 3 (Juvignac – Lattes et Pérols)
- ligne 4
ligne circulaire du centre-ville
(Albert 1er – Saint-Denis - Place Albert 1er
- Cathédrale - Peyrou - Arc de Triomphe -
Saint-Guilhem - Courreau)

36 lignes de bus

+ 2 dédiées aux noctambules :
l'Amigo (desserte des discothèques du jeudi
au samedi, de minuit à 5h du matin et de
minuit à 6h en juillet et août)



HÉRAULT TRANSPORT

Réseau de bus du département
Tél. 04 34 888 999
www.herault-transport.fr

NAVETTE AÉROPORT

Ligne 120
04 34 888 999
ou 04 67 20 85 00
(Aéroport-Place de l'Europe/
Centre Ville : 15 mn)

OÙ STATIONNER À MONTPELLIER

PARKING VOITURE

Pour garer votre voiture à Montpellier, 3 solutions s'offrent à vous : les parkings de délestage aux abords de ville couplés au tramway (voir parkings + tram), les parkings couverts ou extérieurs et les zones de stationnement.

Pour une excursion à la journée, nous vous conseillons vivement d'opter pour la solution parking + tram.

LES PARKINGS EXTÉRIEURS ET COUVERTS

- Arceaux
- Comédie
- Corum
- Arc de Triomphe
- Polygone
- Foch préfecture
- Europa
- Gambetta
- Laissac
- Nombre d'Or
- Triangle
- Pitot

Source :
Office du tourisme de Montpellier

LE « CHÈQUE PARKING »

C'est quoi?

C'est un ticket remis par les commerçants et les artisans du centre ville permettant jusqu'à 2h de stationnement offerts dans 12 parkings publics de Montpellier.

Où le trouver?

Chez les commerçants du centre ville partenaires de l'opération et arborant le macaron chèque parking.
En faisant vos achats, demandez le chèque parking à votre commerçant.

PARKING+TRAM

Près de 4 000 places de parking disponibles

Comment ça marche?

Quelque soit la durée de stationnement et le nombre de passager dans le véhicule, le stationnement est de 4,60€ (3,40€ pour les titulaires du Pass'Métropole) donnant droit à un ticket aller/retour gratuit en tram pour chacun des occupants de la voiture.

OÙ SONT LES PARKINGS ?

- **Tramway ligne 1 :**
Mosson, Euromédecine, Occitanie et Odyseum
- **Tramway ligne 2 :**
Saint-Jean-le-Sec, Sabines et Notre Dame de Sablassou

HEURES D'OUVERTURE

- du lundi au samedi de 7h à 20h
- parking gratuit les dimanches et les jours fériés
- P+Tram Mosson :
Lundi-vendredi : 9h-12h15 / 14h-17h
(16h15 le vendredi)



DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

LES DOCUMENTS D'ÉTAT CIVIL

CARTE NATIONALE D'IDENTITÉ

Valable 10 ans, elle s'obtient auprès du service état civil de la mairie du domicile. Présence des parents obligatoire pour les mineurs.

PASSEPORT

Valable 10 ans pour les personnes majeures et mineures, il s'obtient auprès du service état civil de la mairie du domicile. Présence des parents obligatoire pour les mineurs.

EXTRAITS D'ACTE D'ÉTAT CIVIL

Ils se demandent dans la mairie dans laquelle l'acte a été enregistré : mairie du lieu de naissance ou de mariage. Pour les décès : mairie du lieu de décès ou de domicile du défunt.

CARTE ÉLECTORALE

Elle est établie par la mairie du domicile. Les membres de l'Union européenne peuvent s'inscrire sur la liste électorale complémentaire pour les élections municipales et européennes. Inscriptions avant le 31/12.

LA NAISSANCE

RECONNAÎTRE SON ENFANT

Cet acte, établi dans n'importe quelle mairie par des parents non mariés, établit le lien de filiation avec leur enfant. Il est recommandé de le faire bien avant la naissance. Depuis le 1er juillet 2006, la mention du nom de la mère dans l'acte de naissance vaut reconnaissance.

DÉTERMINER LE NOM DE SON ENFANT

Depuis le 1er janvier 2005, les parents peuvent choisir le ou les noms de leur enfant, qui peut porter celui du père, de la mère ou les deux noms accolés, dans un ordre ou dans l'autre.

LE BAPTÊME RÉPUBLICAIN OU CIVIL

Cette cérémonie, organisée sur demande, est un acte symbolique destiné à faire entrer l'enfant dans la communauté républicaine. Sans valeur juridique, il représente un engagement moral des parrains et marraines.

LA CITOYENNETÉ DES JEUNES DE 16 ANS

Garçons et filles doivent se faire recenser à la mairie de leur domicile dès l'âge de 16 ans.

SE MARIER

Il est nécessaire de constituer un dossier de mariage, regroupant de nombreux documents officiels, et donc de prendre contact suffisamment à l'avance avec le service état civil.

LE DÉCÈS

La déclaration de décès doit être effectuée dans les 24 heures à la mairie du lieu de décès.

PROPRETÉ & DÉCHETS



La Ville de Montpellier a mis en place depuis plusieurs années une politique globale de collecte et de nettoyage de la ville qui privilégie la collecte sélective.

MONTPELLIER VILLE PROPRE

La Ville de Montpellier a mis en place depuis plusieurs années une politique globale de collecte et de nettoyage de la ville qui privilégie la collecte sélective.

Des containers verts, des points de propreté pour apport volontaire sont à votre disposition et la collecte des encombrants devant votre domicile se fait sur simple appel téléphonique.





© Shutterstock

DEMETER

Avec le programme Demeter, Montpellier Agglomération favorise le traitement et la valorisation des déchets ménagers. Le tri sélectif est composé de plusieurs volets.

- Les poubelles vertes,
 - destinées aux emballages ménagers, vides propres et sans bouchons, équiper un tiers des foyers de l'agglomération.
- Les points verts
 - sont constitués de conteneurs à verre et à papier : la ville de Montpellier en compte quatre cents.
- Les points propreté.
 - Il s'agit de dix neuf centres de collecte répartis sur l'agglomération (quatre à Montpellier), pouvant recevoir des objets encombrants, des végétaux, des gravats, des batteries et huiles de vidange... Depuis juin 2005, la carte Pas'Agglo est nécessaire pour accéder aux 19 points propreté de l'agglomération.
- Les composteurs individuels.
 - Les usagers qui le souhaitent peuvent disposer d'un composteur individuel destiné à la transformation des déchets organiques (feuilles, branchages, pelures de fruits...) en compost.

Montpellier Agglomération distribue également des sacs-cabas dans les maisons de l'agglomération pour contribuer à l'élimination progressive des sacs plastiques.

Pour votre information des brochures très utiles peuvent être télécharger directement sur le site web de Montpellier Agglomération.

Pour tout savoir sur le tri sélectif ou demander votre composteur individuel.

C'est le numéro vert pour joindre les messagers du tri, du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h. Les messagers du tri effectuent aussi des visites en porte à porte pour mieux vous informer sur le tri sélectif et répondre à vos attentes.

La collecte des encombrants passe sur appel au n° vert de l'agglomération (0800 88 11 77) dès le 1er octobre.

Maison
fondée
depuis bien
longtemps



Restaurant
Le Bouchon St Roch
Comptoir Lyonnais

14 rue du plan d'Agde - MONTPELLIER - ☎ 04 67 60 94 18



Pizzas

Spécialités
Italiennes



1 rue en Gondeau - MONTPELLIER - ☎ 04 67 55 49 83

NOS PAGES GOURMANDES



NOS BONNES TABLES



BRASSERIE DU CORUM, L'ACCORD DE LA QUALITÉ ET DES BONNS MOMENTS

Pour un déjeuner entre collègues, un dîner avant ou après un spectacle, un repas d'affaires ou un cocktail privé.

Reprise en 2017 par Véronique et Yannick Gicquel, dans la restauration depuis plus de 30 ans, cette brasserie moderne et chaleureuse mise sur des suggestions réalisées maison par le Chef cuisine et le Chef pâtissier.

Si les plats du jour du midi et ceux plus élaborés de la carte suivent les saisons, quelques incontournables sont toujours proposés comme le foie gras, la pièce de bœuf sauce au poivre ainsi que les Good Foods tels que les Fish & Chips. La Brasserie du Corum dispose d'une belle salle privatisable avec terrasse pour tous événements privés ou d'entreprise.

Adresse : Esplanade Charles de Gaulle
34000 MONTPELLIER
Téléphone : 04 67 59 83 49

TEA DOG Café chien / Salon de thé

Une pause tendresse et gourmande ? Venez prendre un thé, un café, un chocolat, avec une pâtisserie faite maison et/ou une petite restauration le midi.

Dans un cadre convivial, profitez d'une atmosphère calme et bienveillante, entouré des chiens du salon, de toutes tailles et de toutes races !

Pour tout renseignements : 04 99 67 97 69
Adresse : 11, rue des Trésoriers de la Bourse
34000 MONTPELLIER

BEYROUTH

Découvrez la délicieuse cuisine délicate, parfumée et généreuse du Liban dans une ambiance chaleureuse et conviviale au Restaurant Beyrouth.

Au menu, les incontournables mezzés qui combleront les connaisseurs et raviront les papilles les plus exigeantes.

Savourez une cuisine traditionnelle à base de produits frais pour profiter d'un moment de détente et de convivialité dans un décor authentique.

Notre chaleureuse équipe de serveurs se tient à votre disposition 7j/7 à midi et mercredi, jeudi, vendredi et samedi soir.

Pour célébrer vos réceptions nous privatisons une partie du restaurant ou toute la salle sur simple demande.

Adresse : 225, rue Saint-Exupéry
Espace Commercial Fréjorgues Ouest
34130 Mauguio
Téléphone : 04 67 83 12 17



Sur place
ou
à emporter

Uber
Eats

BEYROUTH
Restaurant Libanais

@Restobeyrouth
 Beyrouth
www.restaurant-beyrouth-34.com

Formules du midi

Beyrouth 13,90€

(16,90€ soirs & week-ends)

Beyrouth Royal 16,90€

(19,90€ soirs
& week-ends)

OUVERT 7j/7

tous les midis, mercredi,
jeudi, vendredi et samedi soir

04 67 83 12 17

Fréjorgues Ouest

225, rue St-Exupéry - 34130 MAUGUIO



40, avenue Saint Lazare
34000 MONTPELLIER

04 67 72 82 76

RESTAURANT
Les Gourmands

*Vivez le plaisir de partager
un vrai moment gourmand*



- A 5 min à pied du Corum.
- Possibilité de privatisation du restaurant (salle et/ou terrasse extérieure).
- Cadre chaleureux et soigné.

Réservation en ligne

<http://lesgourmands.com>

Horaires d'ouvertures : de 12 h à 14 h - de 19 h 30 à 22 h 30 / Fermé samedi midi, dimanche, lundi.





CHAP CHAP FOOD

Plus besoin d'aller au Sénégal pour manger un bon thiep ou en Côte d'Ivoire pour manger un bon Garba. Ici, les recettes sont authentiques, et faits maison. Vous êtes à la bonne adresse si vous souhaitez vous ressourcer chap chap (vite fait en argot ivoirien)

L'Afrique, ce sont certes de beaux paysages, de la bonne musique, des histoires riches, mais c'est surtout des valeurs.

Notre établissement met l'accent sur l'ouverture. Cela se traduit par sa facilité d'accès, que ce soit dans nos locaux ou livré directement chez vous. L'ouverture c'est également proposer des repas inédits. Venez-vous détendre après une bonne journée de boulot et savourez vos vacances. En famille, entre amis, ou tout(e) seul(e), manger africain c'est toujours une bonne idée.

Adresse : 3, place de Tiberiade
34000 Montpellier
Téléphone : 06 64 79 36 57

L'ÎLOTHENTIK

Le restaurant réunionnais L'Îlothentik à Montpellier insuffle un nouvel élan dans la restauration rapide de qualité et originale.

Dégustez notre cuisine créole traditionnelle faite-maison pleine de couleurs et d'authenticité dans notre belle salle ou sur notre terrasse !

Notre établissement vous propose un rougail saucisse alléchant, des caris, ou encore des tapas réunionnais savoureux à emporter ou en livraison, dans un rayon de 3km.

Plats typiques, rhums arrangés, gâteaux traditionnels... découvrez également notre épicerie de produits importés et charcuterie réunionnaise, gorgés de soleil.

Horaires : Du lundi au vendredi de 10h à 14h et de 16h à 19h30. Le samedi de 10h à 14h.

Adresse : 1827 avenue de Toulouse (Parking de La Foir'Fouille) - 34070 Montpellier

Téléphone : 07 66 11 87 32 - **Site :** www.lilothentik.com

RESTAURANT / TRAITEUR ÉPICERIE / CHARCUTERIE REPAS DE GROUPE

**En livraison
ou à emporter**

1827 av. de Toulouse (Parking de La Foir'Fouille) - 34070 Montpellier

07 66 11 87 32 - www.lilothentik.com



© Shutterstock

Restaurant Japonais

191, rue Shririn Ebadi - Résidence Première Ligne
Bassin Jacques Cœur - 34000 Montpellier
09 84 51 05 51 - oba.bjc.mtp@hotmail.com - www.oba-restaurant.com

OBA

Dans un cadre pur et authentique, venez déguster une cuisine alliant tradition et modernité en plein cœur du bassin Jacques Cœur, à Montpellier.

Sur place, à emporter, découvrez, en famille ou entre amis, un large choix de spécialités japonaises et asiatiques.

Moderne, OBA Restaurant vous propose de délicieux menus adaptés, à des tarifs attractifs.

Commandez votre repas à emporter par téléphone et récupérez votre commande sans attendre.

Horaires : du lundi au vendredi de 12h à 14h et de 19h à 22h

Samedi et dimanche uniquement le soir.

Pour vos réservations et vos commandes à emporter : 09 84 51 05 51

Adresse : 191, rue Shririn Ebadi

Résidence Première Ligne

Bassin Jacques Cœur - 34000 Montpellier

Sur place ou à emporter

Uber Eats

BEYROUTH
Restaurant Libanais

04 67 83 12 17
Fréjorgues Ouest
225, rue St-Exupéry
34130 MAUGUIO
www.restaurant-beyrouth-34.com

16 rue de la Fontaine
34 000 Montpellier
Tel 06.08.99.43.24
www.l-egregore.fr

L'ÉGRÉGORE
BAR A VINS
TAPAS

L'ÉGRÉGORE

Dans un cadre Romantique et Cosy, nous vous proposons de découvrir une sélection de vins de notre belle région et pour les accompagner de délicieuses planches de Charcuteries tout droit venues d'Espagne, Fromages, produits de la mer et Végétariens ainsi que nos Tapas originales.

Tous les vendredis soirées musicales où nous revisitons les grands standards de la musique Française et internationale des années 50 à Aujourd'hui. Non seulement vous pouvez choisir vos morceaux et si le cœur vous en dit les interpréter accompagné en live !

Adresse : 16, rue de la Fontaine

34000 Montpellier

Téléphone : 06 08 99 43 24

NOS ADRESSES GOURMANDES



FORCE VIANDE
Le Jardinier pour vos fruits & légumes
Nous contacter **04 67 79 25 26**
Du lundi au vendredi 9h-12h30 et 15h30-19h30
Le samedi 8h-13h



Nous rendre visite
PA Aube Rouge
34170 Castelnau-le-Lez
www.forceviande.fr

FORCE VIANDE est une boucherie traditionnelle de viande biologique et labellisée. Nous sommes artisans boucher, découpeur, désosseur.

Installé à Castelnau-le-Lez depuis 1994, nous sommes réputés pour notre viande de qualité avec un des meilleurs rapport qualité prix de la région, défenseur des saveurs oubliées.

Chez nous, vous trouverez un choix unique de viandes de races sélectionnées et certifiées avec une traçabilité maximum. Vous trouverez également des produits régionaux, volailles fermières, charcuterie sans gluten sans lactose, un rayon fromage de qualité crémière, des produits d'épicerie fine et biologique ainsi qu'une sélection de bons vins pour accompagner nos produits.

Nous ne livrons pas.

Tous nos produits sont à retirer à la boucherie de Castelnau-le-Lez

ou Au Jardinier (primeur à Lattes)

Chemin de Soriech - 34970 Lattes

04.67.20.17.69

lejardinierlattes.fr



LE PANIER D'AIMÉ

Épicerie Fine de Terroir



Ouvert tous les jours
Fermeture Dimanche
09h30 - 19h00

Vous trouverez bien sûr toutes les saveurs traditionnelles d'Épicerie Fine ainsi que les spécialités héraultaises : Grisettes de Montpellier, Raisiné de Montpellier, Berlingots de Pézenas, Huile d'Olive de Clermont-L'Hérault, Zézettes de Sète, Vins du Pic Saint Loup, Grès de Montpellier, Faugères, Miel, Confitures, Tartinables pour l'apéritif.

La référence de l'Épicerie Fine à Montpellier !

A deux pas de la belle Place de la Canourgue, au cœur du centre historique de Montpellier, depuis bientôt 10 ans, le Panier d'aimé a rassemblé, dans une superbe boutique, le meilleur des produits de l'Hérault et des autres départements de la région Occitanie ainsi qu'une belle sélection de vins et d'Épicerie Fine. Animée par Nath, Corinne et James Egretaux aux papilles très professionnelles, les rayonnages du panier d'aimé, offrent actuellement une sélection de plus de 2700 références (vins, Épices, tartinables, confitures...) issues de près de 250 fournisseurs.

Adresse : 6, rue du Plan du Palais
34000 Montpellier
Téléphone : 09 83 29 98 62
du Lundi au Samedi de 9h30 à 19h00
Site : <https://lepanierdaimé.fr/>
E-mail : boutique@lepanierdaimé.fr



Le Sourire de Nestor

Le Plaisir du Repas pour Nos Seniors
VOS REPAS LIVRÉS À DOMICILE,
ÉQUILIBRÉS ET SAVOUREUX



Service de proximité, dans le portage de repas à domicile, l'entreprise vous accompagne dans vos premiers pas en Occitanie. Nous nous adressons à toutes les personnes qui, de façon régulière ou ponctuelle, souhaitent bénéficier d'un repas de qualité prêt à consommer. Et nous vous proposons trois services rapides :

- Le portage de repas à domicile
- La pose et le SAV (Service Après-vente) de télé assistance
- Le petit bricolage et petit jardinage à domicile

NOTRE VOCATION « Être à vos côtés ! »

Parce que le repas est un moment de plaisir dans le rythme de la journée nous proposons des repas midi et soir en liaison froide. Notre vocation est de permettre à nos aînés de bénéficier de repas équilibrés mais aussi d'un lien social et humain.

NOS VALEURS

La Qualité avec des repas équilibrés répondant aux normes strictes d'hygiène
La Proximité avec une société portée par des valeurs d'humanisme à l'écoute constante de ses bénéficiaires
L'Eco-responsabilité par la mise en place de circuits courts et l'utilisation de véhicules verts afin de limiter l'impact environnemental



Du **lundi au vendredi**
de 9h à 12h30 et 13h30 à 17h
Le **samedi** de 8h à 12h30
et 13h30 à 16h



POUR TOUTE DEMANDE DE DEVIS PERSONNALISÉ, RENSEIGNEMENT :

La Table de NESTOR : 04 67 40 71 40 - L'Assistance de NESTOR : 04 67 52 81 06

Rond-point Maurice Gennevaux - CD 5 Rte de Lavérune - 34 430 ST-JEAN-DE-VEDAS - www.lesouriredenestor.fr - contact@souriredenestor.com

NOS ADRESSES GOURMANDES











Envie d'un apéritif ?



Choisissez



Appelez



Vous êtes libre !



04.26.784.784



DOMAINE DU PETIT CHAUMONT



Du 1^{er} avril au 31 octobre :
du lundi au vendredi de 9h à 12h - 14h à 17h30
Samedi de 9h à 12h
Du 1^{er} novembre au 31 mars :
du lundi au samedi de 9h à 12h
L'après-midi sur rendez-vous au 04 66 53 60 63
Fermeture hebdomadaire : dimanche

La famille Bruel vous accueille dans son caveau de vente pour vous faire découvrir et déguster la gamme de ses vins comme par exemple le célèbre Gris de gris ou le MamZ'Elles. Les vins de sable de Camargue Bio du Domaine du Petit Chaumont se distinguent par leur souplesse, une fraîcheur inattendue, un arôme délicat et un équilibre exceptionnel entre le corps et la finesse. Les deux cuvées en gris de gris MamZ'Elles et Nef St Louis sont Médaille d'Or au concours Général Agricole Paris 2020.









Le Domaine du Petit Chaumont
30220 Aigues-Mortes
04 66 53 60 63
www.petitchaumont.com





Les ateliers

Cuisine Cortese



Les Ateliers Cuisine Cortese Montpellier vous propose des ateliers cuisine de tous types, principalement axés sur la **cuisine italienne** avec le Chef Giuseppe qui est l'emblème de la société et qui travaille en binôme avec sa fille, Luana. Ils proposent l'atelier : pizzas, pâtes fraîches, risotto et pâtes sèches, sauces et desserts. Chaque atelier dure 2 heures, le samedi matin.

En parallèle des ateliers cuisine italienne qui sont en place depuis 4 ans, Luana a à cœur de proposer une gamme complète d'ateliers cuisine avec des chefs qui font partie de la grande famille Cortese & Company. Ses origines, sicilienne et laotienne, lui ont permis d'être curieuse des autres cultures et de voir, depuis toute petite, ses deux familles cuisiner autour d'elle.

C'est pour rendre accessible à tous (débutant ou expert), la cuisine saine, familiale et gourmande qu'elle a voulu organiser ces cours de cuisine dans sa ville natale, Montpellier.

Atelier ludique,
convivial et facile
à refaire à la
maison

Partagez votre
passion avec tous
les participants
de l'atelier

16 cours de
cuisine du
monde avec 1
Chef par thème

Plus de 800
« apprentis chefs
Cortese »
satisfaits

Passion, Cuisine & Partage

Les Ateliers Cuisine Cortese Montpellier propose dès Septembre 2020, une gamme d'ateliers cuisine complète :

Atelier cuisine Italienne, Asiatique, Africain, Amérique du sud et végétarien ainsi que des ateliers de cocktails et de antipasti, tapas...

*Participez à un voyage culinaire
inoubliable*



-10%
sur chaque atelier
avec le code promo
ATCAVE2020
valable jusqu'au 31/12/2020

Tél : 06 50 24 07 40

Retrouvez l'agenda des ateliers sur
www.cortesecompany.com



L'ÉDUCATION À MONTPELLIER





© Shutterstock

ÉDUCATION

LES INSCRIPTIONS ET LA CARTE SCOLAIRE

Pour tout savoir sur l'inscription et la carte scolaire des écoles maternelles et les écoles élémentaires de la Ville de Montpellier.

Afin d'inscrire leurs enfants dans une école publique de la Ville de Montpellier, les parents doivent faire :

- dans un premier temps, une demande d'inscription dans l'un des centres d'inscription
- dans un second temps, une demande d'admission auprès du Directeur d'école

QUI EST CONCERNÉ ?

- Les nouveaux élèves arrivant à Montpellier.
 - Les enfants de trois ans nés en 2010 entrant en maternelle.
 - Les enfants qui déménagent en cours d'année et qui changent d'école ou qui n'étaient pas scolarisés dans une école publique.
- Inscription sur liste d'attente des enfants nés entre le 1er janvier et le 30 Août 2010. Cette limitation relève de la compétence de l'Education Nationale qui détermine, suivant les moyens affectés, l'âge d'accueil en école maternelle.



L'INSCRIPTION AU COURS PRÉPARATOIRE

Les enfants actuellement scolarisés en grande section dans une école publique montpelliéraine ne sont pas concernés par la campagne d'inscription. Ces élèves seront pré-inscrits automatiquement au Cours Préparatoire par le service Education. Les parents recevront par l'intermédiaire du directeur de l'école maternelle :

- Une lettre explicative
- Un certificat d'inscription au Cours Préparatoire (CP)
- Une fiche de renseignements à compléter et à remettre au directeur lors de l'admission (mise à jour du dossier de l'enfant).



OÙ INSCRIRE VOTRE ENFANT À L'ÉCOLE ?

- **Quartier Centre :**
Hôtel de Ville Service Vie Quotidienne
1 place Georges Frêche
Tél : 04 67 34 70 64
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30 et le jeudi de 10h à 19h)
- **Quartier Mosson :**
Mairie de proximité Mosson
111 rue de Tipasa
Tél : 04 67 75 19 10
(du lundi au vendredi de 8h00 à 17h00)
- **Quartier Cévennes :**
Mairie de proximité Francois Villon – rue des Araucarias
Tél : 04 67 41 48 46
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30)
- **Quartier Croix d'Argent :**
Mairie de proximité Tastavin
118 allée Bonafos
Tél : 04 67 27 33 31
(du lundi au vendredi 8h30 à 17h30)
- **Quartier Port Marianne :**
Mairie de proximité Aubes-Pompignane
5 rue André Malraux
Tél : 04 99 77 20 90
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30)



© Shutterstock

KID'S POUX est un centre de traitement dédié à l'extraction des poux et lentes par aspiration. Adapté aux enfants comme aux parents **KID'S POUX** propose LA solution naturelle, innovante et efficace en deux rendez-vous.

Pris en charge par nos experts, un premier bilan minutieux est établi pour apporter un diagnostic précis puis procéder au traitement en 4 étapes. Pour éviter la nouvelle venue de ces petites bêtes, **KID'S POUX** conseille, accompagne et donne des mesures de prévention à suivre.

Ouvert toute l'année du lundi au samedi. Parking et transports en commun disponibles à proximité.

26 allée Jules Milhau, C.C le Triangle Bas
34000 Montpellier
www.kids-poux.com
04.99.63.99.03

Centre de Traitement des Poux et des Lentes
Kids Poux

Avec Kid's Poux le pou n'est plus tabou !

04 99 63 99 03

26 allée Jules Milhau,
C.C le Triangle Bas, 34000 Montpellier

ÉCOLE DE CIRQUE ZEPETRA

Transmettre les arts du cirque en s'adaptant à tous les publics. Dans une ambiance chaleureuse et ludique, l'école propose aux enfants, aux adolescents et aux adultes, des ateliers hebdomadaires pour découvrir, s'initier ou se perfectionner aux disciplines du cirque. Jonglerie, aériens, trapèze, équilibres, acrobatie au sol et portés, clown... Des activités riches en émotions !

Tout au long de l'année vous découvrirez des stages adultes et enfants pendant les vacances scolaires, des colos cirque en été et une programmation de spectacles.

153, rue A. Beau de Rochas
Castelnau le Lez – 04 86 11 11 25
contact@zepetra.fr – www.zepetra.fr

ATELIERS STAGES
CIRQUE ADAPTÉ
SPECTACLES
ACCUEIL D'ARTISTES
Colos cirque...

Zepetra



OÙ INSCRIRE VOTRE ENFANT À L'ÉCOLE ?

Au vu des pièces justificatives, un certificat d'inscription sera délivré aux parents. Les directions d'écoles ne pourront pas procéder à l'admission de l'enfant à l'école sans ce document.

Pièces justificatives nécessaires :

- Livret de famille ou extrait d'acte de naissance avec filiation
- 1 justificatif de domicile (facture gaz ou électricité, assurance habitation, facture téléphone, facture box, bail d'un organisme, facture d'eau, attestation CAF. Si non allocataire, le dernier avis d'imposition.

LA DEMANDE DE DÉROGATION

La dérogation scolaire est une procédure d'exception faisant l'objet d'un examen en commission, qui a lieu en mai de chaque année.

Pour tout renseignement, veuillez contacter :

La Direction de la Réussite Educative.
Le Service Education :
1, place Georges Frêche
34267 Montpellier Cedex 2
Tél. 04 67 34 70 64
Fax 04 99 58 87 57

Accès TAM

Tramway : ligne 1, station Moularès

Informations complémentaires :

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30.



ACCUEIL PÉRISCOLAIRE ET RESTAURATION

Retournez à la cuisine centrale le récépissé qui vous a été remis lors de l'enregistrement de votre demande accompagné d'un règlement par chèque correspondant à 15 repas et/ou 15 accueils à partir du mois de juillet (si vous n'avez pas de chèque, veuillez vous présenter à la cuisine centrale).

La «Carte Midi» nécessaire à la commande des repas et l'inscription aux accueils, ne sera remise qu'après le premier paiement à la cuisine centrale.

Pour tout renseignement, veuillez contacter :

- La cuisine centrale
950, allée de la Martelle
34070 Montpellier
Tél. 04 67 27 81 00

ACCUEIL EN CENTRES DE LOISIRS

Pour tous renseignements, contacter :

- Service de l'éducation
Services municipaux
Ouvert au public du lundi au vendredi
de 13h00 à 17h00
1 Place Georges Frêche
34267 Montpellier
Téléphone : 04 67 34 70 64
Fax : 04 99 58 87 57

Source : Mairie de Montpellier

ARRIVÉE EN COURS D'ANNÉE SCOLAIRE

Après le mois de mars, c'est à dire hors campagne d'inscription, 4 centres d'inscriptions scolaires seront disponibles, à savoir :

- l'Hôtel de Ville (quartier Centre Ville)
- la Mairie de proximité Mosson (quartier La Mosson)
- la Mairie de proximité Francois Villon (quartier Les Cévennes)
- la Mairie de proximité Tastavin (quartier Croix d'Argent)
- la Mairie de proximité Aubes-Pompignane (quartier Port-Marianne)

Votre contact :

Cellule Inscriptions Scolaires du Service
Education : 04 67 34 70 64
Direction de la Réussite
Educatrice - Service Education
1 place Georges Frêche
34267 Montpellier Cedex 2



SHOPPING DANS L'ECUSSON

POLYGONE

Le centre-ville de Montpellier est un endroit atypique, composé de deux entités : le Montpellier historique, sur le flanc du Mont pellé où s'étendent des hôtels particuliers du XVIIème, mais aussi le Montpellier architectural Antigone dessiné par Ricardo BOFFIL.

Passer d'un centre à l'autre est un bond dans le temps, une traversée déconcertante... Pour effectuer ce passage, il n'y a qu'un chemin, le centre commercial emblématique de Montpellier, POLYGONE. Héritier des Grands Magasins parisiens, il cultive un art de vivre et de consommer « à la française », seul endroit qui regroupe autant d'enseignes de prestige POLYGONE est connecté à tout et à tous.

A la pointe de la technologie, premier centre « phigital » d'Occitanie, POLYGONE est un lieu de vie humain et convivial.

Vrai monument montpellierain, au même titre que le musée Fabre ou la tour de la Babotte, POLYGONE se consomme sans modération !

EMPRIN DEPUIS 1896

Situé au Centre-ville de Montpellier, Emprin est spécialisé dans le cadeau, l'équipement et la décoration de la maison. Coutellerie, articles de cuisine, toutes les grandes marques sont disponibles : Alessi, Le Creuset, Rosle, Christofle, Magimix...

La Maison Emprin, c'est également une tradition qui se perpétue depuis maintenant 5 générations. Nous conseillons et accompagnons nos clients dans leur recherche de l'ustensile de cuisine optimal ou l'élément de décoration qui fera la différence. Que vous soyez à la recherche de couverts pour votre table, d'ustensiles de cuisine pour parfaire votre cuisson, de couteaux professionnels ou même de robots cuiseurs multifonctions pour vous simplifier la vie, nous avons ce qu'il vous faut !

La livraison est rapide et sécurisée, et les frais de port sont offerts dès 50€ d'achat !

PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS
MATÉRIEL DE CUISINE • COUTELLERIE • ARTS DE LA TABLE • CADEAUX...



EMPRIN

www.emprin.com

ECUSSON CENTRE-VILLE

depuis 1896

Un des plus anciens magasins de Montpellier

29-31, rue Saint-Guilhem - Montpellier - Tél : 04 67 60 69 71
Ouvert le lundi de 14h30 à 19h - Du mardi au samedi de 10h à 19h




luminaires
Boudard

**PRODUITS & ACCESSOIRES
POUR L'ÉCLAIRAGE ARCHITECTURAL
ET TECHNIQUE**

**Vente aux particuliers
et professionnels**

- Showroom de 300 m².
- Produits pour l'intérieur & l'extérieur.
- Appliques, suspensions, plafonniers, abat-jour.
- Accessoires : ampoules, bandeaux LED, cordons, douilles ...
- Dépannage, réparation, restauration de vos installations ou produits.
- Installation à domicile.
- Conseils et accompagnements sur vos projets d'éclairage.
- Déplacement sur sites ou chantiers et études de vos projets.
- Livraison possible.

32 rue Foch - 34000 MONTPELLIER - Tél. : 04 67 60 56 26
E-mail : luminaires.boudard@wanadoo.fr

L'INDISPENSABLE DU CENTRE VILLE

BY EMPRIN

DROGUERIE - CADEAUX - BRICOLAGE - ENTRETIEN

tout ce dont vous avez besoin

au

31

rue Saint Guilhem - MONTPELLIER

© 04 67 60 73 43 -   @lindispensablemtp

Ouvert le lundi de 14h30 à 19h - Du mardi au samedi de 10h à 19h



MACHINES A SOUS & ROULETTES ELECTRONIQUES
OUVERT TOUS LESJOURS DE 10H À 5 H

TABLES DE JEUX
OUVERT TOUS LESJOURS DE 21H À 5 H



LE CASINO
+ DE 200 MACHINES A SOUS
" NOUVELLE GÉNÉRATION "

& MACHINES A PIÈCES

2 ROULETTES ANGLAISES

3 BLACK JACK

6 TEXAS HOLD'EM POKER

116 POSTES DE ROULETTE ELECTRONIQUE

14 POSTES DE BLACK JACK ELECTRONIQUE

7 POSTES DE POKER DE CASINO ELECTRONIQUE



DES ESPACES BUSINESS

LA SALLE DE SPECTACLES



LA RESTAURATION

VOUS AVEZ LE CHOIX ENTRE DEUX TYPES DE
RESTAURATION, ET IL Y EN A POUR TOUS LES
GOÛTS!



SPORTS & LOISIRS



SPORTS & LOISIRS

Montpellier est une ville sportive. Elle propose des activités sportives à tous les habitants, et notamment aux enfants et adolescents durant les vacances scolaires.

Chaque année sont mis en place des programmes spécifiques d'activités d'initiation sportive auprès de publics particuliers, comme les personnes âgées, les personnes en difficulté et en situation de handicap. C'est le programme «Sport Solidaire».

Le service des sports de la Ville de Montpellier a élaboré un outil de repères qui définit le sens des actions des éducateurs et animateurs agissant auprès de la population ; fixe les orientations et les moyens à mobiliser pour la bonne marche de la politique sportive.

Ce projet reprend et développe les actions dans le cadre de valeurs républicaines et démocratiques, et dans le respect des droits de l'homme et de l'enfant ; ces mêmes valeurs réalisant les conditions nécessaires à leur développement dans le cadre éducatif, en partenariat et en complémentarité de la famille, de l'école et du champ institutionnel local.

LA CARTE MONTPELLIER SPORTS

**PERMET D'ACCÉDER
GRATUITEMENT À DE
NOMBREUSES DISCIPLINES**

encadrées par les éducateurs sportifs de la Ville et des associations montpelliéraines. Nominative et valable pour une année (de septembre à septembre) elle est obligatoire pour toutes les activités organisées par le service

Montpellier Sports, dans le cadre d'un programme permanent et d'un programme spécial vacances.

Coût : 5 euros.

À retirer au Service des Sports (Hôtel de Ville) ou dans les Maisons pour tous.

SERVICE DES SPORTS

1 place Georges Frêche
34267 Montpellier
Téléphone : 04 67 34 72 73

LES PISCINES

- **Jean Vives**
Quartier Prés d'Arènes
1933, avenue de Maurin
Tramway 2 : Lem asson
Bus et La Ronde : Passerines
- **Neptune**
Quartier Mosson
Avenue de Heidelberg
Tramway 1 : Stade de la Mosson
- **Alfred Nakache**
Quartier Port Marianne
237, route de Vauguière
Tramway 1 : Millénaire
Bus et La Ronde : Vauguières
- **Taris**
Quartier Port Marianne
67, rue Louise Michel
Bus 9 : André Malraux
- **Marcel Spilliaert**
Quartier Croix d'argent
154, rue Camille Desmoulins
Non desservie par les transports en commun
Bus 11 : Collège Paguol
Bus 38 : Georges Danton
- **Antigone (piscine olympique)**
Quartier Centre
195, avenue Jacques Cartier
Tramway 1 et 4, bus 9 37 : Place de l'Europe
- **Pitot**
Quartier Centre
40, allée Jean Raymond
Non desservie par les transports en commun
Tramway 4 : Peyrou, Arc de Triomphe
Bus et La Ronde : Pitot
- **Suzanne Berlioux - La Rauze**
Quartier Prés d'Arènes
551, rue métairie de Saisset
Tramway 4 et bus 8 : La Rauze



LES EQUIPEMENTS MUNICIPAUX

- **Base nautique La Maison du Lez**
Quartier Port Marianne
Allée Alégria de Béracasa
Tél. 04 67 50 97 32
Tramway 1 et 4 : Place de l'Europe
- **Base nautique Les Garrigues**
Quartier Mosson
Avenue Guilhem de Poitiers
Tél. 04 67 40 55 82
Tramway 1 : Hauts de Massane
- **Centre équestre municipal**
Quartier Port Marianne
Avenue Albert Einstein
Tél. 04 67 65 60 98
Bus 9 : Grammont
- **Parcours sportif de La Rauze**
Quartier Prés d'Arènes
419, avenue du Docteur Jacques-Fourcade
Tél. 04 67 65 70 86
Tramway 4 : La Rauze
- **Parcours sportif domaine de Grammont**
Quartier Port Marianne
Avenue Albert-Einstein
Bus 9 : Grammont

Retrouvez tous les équipements sportifs municipaux sur www.montpellier.fr

Source : Mairie de Montpellier

PHYSIF PERF

Salle de musculation accessible non-stop de 8h00 à 22h00, sans réservation

- Suivi et programmation inclus
- 100m² d'espace haltérophilie
- Un espace musculation libre modulable
- Un espace machines guidées
- Un espace cardio Concept2 (rameurs / bike erg / ski erg / assault bike)
- Patio extérieur de 200 m².

Le **CROSS TRAINING** chez Physik Perf à coté de Lattes Mauguio (5mn de Montpellier) est un entraînement physique sous forme de circuit training qui associe renforcement musculaire complet et dynamique cardio.

Accessible à tous niveaux et à toute heure sans réservation, le **cross training** vous est proposé sous forme de « wod » (tabata, emom, amrap, for time...), tous les jours avec un coach diplômé présent en permanence.

SÉANCES COURTES EFFICACES VARIÉES ET TRÈS LUDIQUES

Les **cross trainings** sont actifs tout au long de la journée. PAS de réservation ou d'horaires de cours vous venez des que vous pouvez et c'est parti !

PHYSIK PERF

SALLE DE SPORT

165 rue Roland Garros

34130 MAUGIO

Tel : 07 81 05 65 10

www.physikperf.com

70 MINUTES UNE ÉQUIPE UNE MISSION

EN FAMILLE, ENTRE AMIS OU EN TEAM
BUILDINGS ENTRE COLLÈGUES VENEZ RELEVER LE DÉFI !

MISSION EXIT

ESCAPE ROOM
MONTPELLIER

4 SALLES CLIMATISÉES
BIENTÔT UNE 5^e SALLE

ALCATRAZ
PSYCHOTIK
50 NUANCES
LA QUÊTE DU TRÔNE

3 RUE D'ALGER
34000 MONTPELLIER
04 99 63 96 09
RÉSERVATIONS SUR :
MISSIONEXIT.COM

f i t t

Bienvenue dans un univers FANTASTIQUE

Chaussettes obligatoires ! pour enfants et parents

Espace climatisé !

PARKID'S

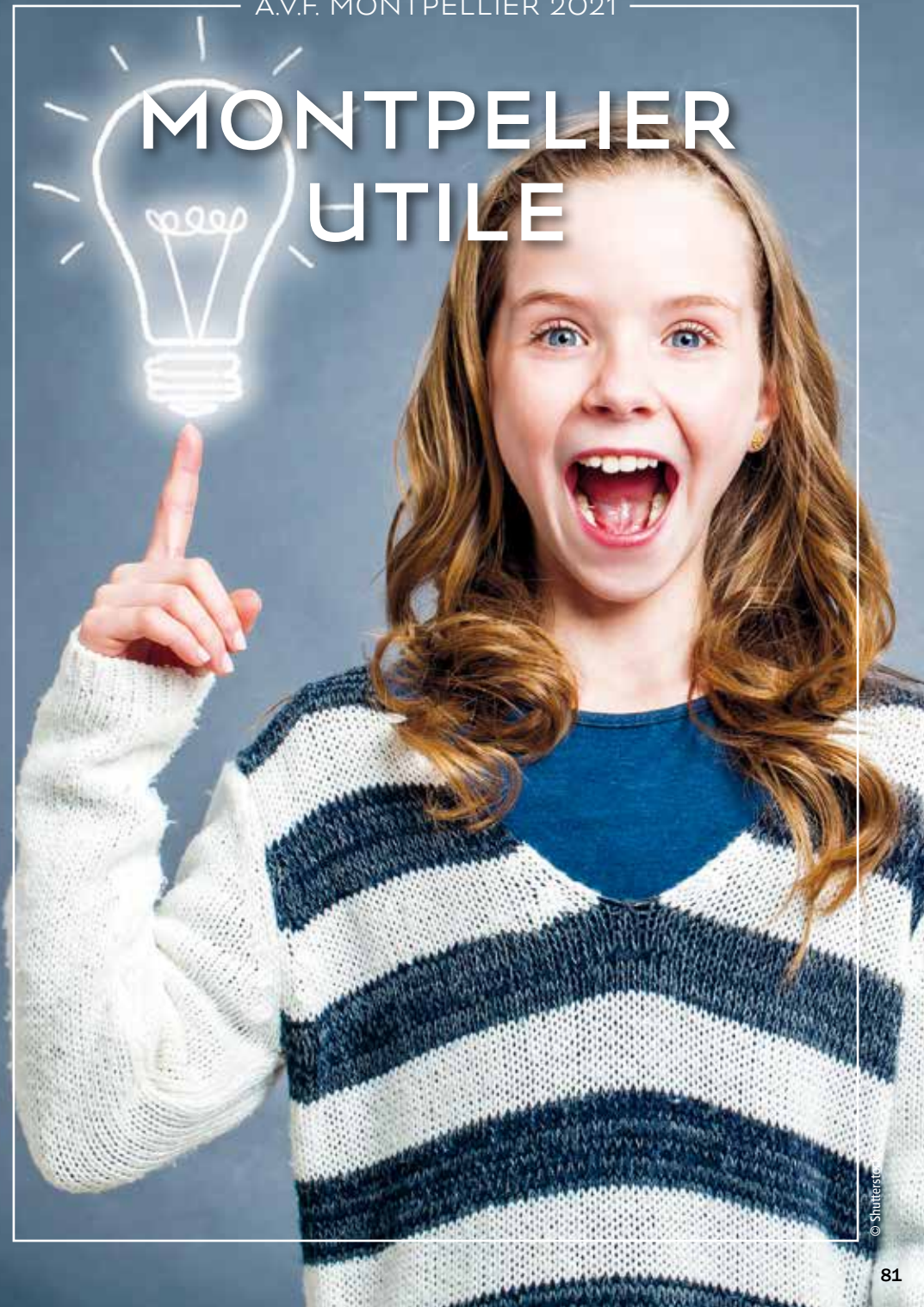
PARC DE JEUX COUVERT POUR ENFANTS de 0 à 12 ans

ANNIVERSAIRES • SNACK

Sur présentation de ce coupon une entrée à 6€^{9€}

Zac Fenouillet
4 Allée de l'Entrepôt - PÉROLS
04 67 07 55 34
contact@parkidsmontpellier.fr
www.parkidsmontpellier.fr

MONTPELLIER UTILE



LES APPELS D'URGENCE

- **le 15** : numéro du Samu, qui centralise tous les appels puis décide des secours à envoyer
- **le 18** : numéro des pompiers, qui assurent les premiers secours
- **le 112** : numéro d'urgence européen
- **Centre antipoison** : 04 91 75 25 25 ou 04 61 49 33 33 ou 15
- **CHU / CHR** : 04 67 33 67 33
- **ERDF Urgence dépannage électricité** : 0 972 675 034
- **GRDF Urgence Sécurité gaz** : 0 800 473 333
- **Gendarmerie** : 04 99 53 59 34
- **Police nationale** : 17 ou 04 99 13 50 00
- **Police municipale** : 04 67 34 88 30
- **Sapeurs pompiers** : 18 ou 04 67 13 18 18
- **SOS Médecins** : 04 67 72 22 15
- **Urgences médicales / Samu** : 15
- **Urgences sociales** : 115
- **Urgence vétérinaire** : 04 67 45 46 84
- **Pharmacies de garde** (0,34 €/minute) : 32 37
- **Collecte des déchets (N°vert)** : 0 800 88 11 77
- **Montpellier au quotidien (N°vert)** : 0 800 34 07 07
- **Fourrière animale / SPA** : 04 67 27 55 37
- **Fourrière automobile** : 04 67 06 10 55
- **Objets trouvés** : 04 67 34 59 27



XPULSE Protecting People

Notre Mission : vous protéger

Xpulse vous accompagne au quotidien pour assurer votre protection et celle de votre habitation contre les parasites vecteurs de maladies :

- Démoustication
- Désinsectisation
- Dératisation
- Désinfection

Biotechnologies : Nous appliquons les solutions les plus innovantes pour tous nos traitements antiparasitaires

Zéro Pesticide : Nous valorisons les ressources naturelles afin de minimiser nos impacts sur les écosystèmes.

Les avantages Xpulse :

- Innovation antiparasitaire
- Traitements non-chimiques
- Qualité des conseils
- Réactivité & efficacité
- Garantie de réintervention

La société Xpulse : plus de 10 ans d'expérience & d'innovation

www.xpulse.pro

devis gratuit : contact@xpulse.pro

04 99 64 68 32

intervention rapide et efficace

LES GARDES DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

- **Ambulanciers** appeler le Samu : 15
- **Dentistes** appeler le Samu : 15
- **Infirmiers** appeler le Samu : 15
- **Médecins** appeler le Samu : 15
- **Pharmacies de garde** (serveur vocal) appeler le : 32 37 (Service facturé 0,34 €/mn)

AUTRES NUMÉROS UTILES

- **Hôtel de ville :**
1, place Georges Frêche
34267 Montpellier cedex 2
Téléphone : 04 67 34 70 00
Horaires : Les lundi, mardi, mercredi,
vendredi de 8h30 à 17h30
Le jeudi de 10h à 19h
Tramway 1 et 3 arrêt Moularès Hôtel de ville
Tramway 4 arrêt Georges Frêche - Hôtel de
Ville
- **Office de Tourisme & des Congrès
Montpellier Méditerranée Métropole**
Place de la Comédie
30 allée Jean de Lattre de Tassigny
34000 Montpellier
Tel : 33 (0)4 67 60 60 60
contact@ot-montpellier.fr
www.montpellier-tourisme.fr
Accueil Comédie :
D'octobre à juin :
Du lundi au samedi : 9h30 - 18h
Dimanche et jours fériés : de 10h à 17h
De juillet à septembre :
Du lundi au samedi : 9h30 - 19h30
Dimanche et jours fériés : de 10h à 17h
Fermeture exceptionnelle à 17h le 24 et le 31
décembre. Fermé le 25/12 et le 01/01.
Bureau d'information Touristique de Castries :
Tél : + 33 (0)4 67 52 04 24
Bureau d'information
Touristique de Lattes :
Tél : + 33 (0)4 67 22 52 91
Bureau d'information Touristique de
Villeneuve-les-Maguelone :
contactvlm@ot-montpellier.fr
- **AVF MONTPELLIER :**
7 rue de la Verrerie Basse
34000 Montpellier
Téléphone : 04 67 66 15 44
- **Collecte des déchets :**
0 800 88 11 77 (numéro vert)
- **Montpellier au quotidien :**
0 800 34 07 07 (numéro vert)
- **Aéroport Montpellier Méditerranée**
Mauguio
04 67 20 85 00
www.montpellier.aeroport.fr
- **Gare de Montpellier St Roch**
1 pl Auguste Gibert - 34000 Montpellier
0 892 35 35 35
- **Gare de Montpellier Sud-de-France**
1521 Rue de la Fontaine de la Banquière
34000 Montpellier
0 892 35 35 35
- **Objets trouvés :** 04 67 34 59 27
- **Police municipale :** 04 67 34 71 00
- **Fourrière automobile :** 04 67 06 10 55
- **Fourrière animale / SPA :** 04 67 27 55 37
- **CHV (urgences et spécialistes)
Languedocia :** 04 67 75 14 28
- **Clinique vétérinaire Vetocia :**
Clinique Montpellier Ouest (Favre) :
04.67.75.14.28
Clinique Montpellier Centre (Mantilla)
réservée aux chats : 04.67.75.14.28
Clinique Montpellier Est
(Castelnau le Lez) : 04.67.86.27.57



**CANNELLE
COUTURE**
Travail de qualité

Carnon sur RDV le lundi
uniquement

☎ 04 67 02 23 46
06 01 71 45 64

cannellecouture@gmail.com
www.cannelle-couture-castelnau-lez.fr

32, rue du Jeu de Mail
34170 CASTELNAU-LE-LEZ

📍 CANNELLE COUTURE

Du mardi au vendredi
de 9h30 à 12h30 et de 15h à 19h
Le samedi de 9h30 à 12h30 et de 15h à 18h

PROTECTION VOL

STATION TECHNIQUE AGRÉÉE



SÉCURITÉ DES BIENS ET DES PERSONNES

Depuis 1976, plus de 40 ans à votre service

9, Avenue Georges-Clemenceau
34000 Montpellier
www.werke.fr
04 67 58 78 00

SECURIT WERKE propose toute une gamme de produits tant en serrurerie (blindages, blocs-portes sur mesure, grilles ou coffres-forts), qu'en alarme, vidéosurveillance, contrôle d'accès ou automatismes de portails... Dans le cadre de l'activité complémentaire de sécurité des personnes, SECURIT WERKE est à même de proposer les installations nécessaires au maintien à domicile des personnes âgées et à leur confort de vie.

Avec deux ingénieurs et des équipes de techniciens spécialisés et par le choix des meilleures marques (BRICARD, PICARD, FAAC, DAITEM, FORESTIER...), SW assure une GARANTIE DE 5 ANS sur toutes ses installations, et apporte son meilleur conseil pour chaque besoin et pour tous les budgets.

Ouvert toute l'année, tout l'été, du lundi au vendredi.

Parking disponible sur place pour notre clientèle.

9, av. Georges-Clemenceau - 34000 Montpellier
mpl@werke.fr - 04 67 58 78 00



SERVICES FUNÉRAIRES
MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

TOUTES PRESTATIONS FUNÉRAIRES

Pompes funèbres
Organisation complète d'obsèques
Inhumations - Créations
Admission en chambre funéraire

SERVICES FUNÉRAIRES

MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

Domaine de Grammont

*Dans le respect de notre mission
de service public*

Interventions sur la
Métropole de Montpellier
et toutes autres localités
24h/24 - 7j/7



Tél. jour : 04 67 22 83 83 - Tél. nuit : 06 11 51 42 45

SAEML - SFMA
SERVICES FUNÉRAIRES
MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

Complexe Funéraire de Grammont

Avenue Albert Einstein - 34000 Montpellier

e-mail : contact@sfmmm.fr - Fax : 04 67 22 45 79

www.services-funeraires-montpellier.fr



SAEML au capital de 1 270 000 € - Immatriculation : FS 34 846 - CRBAS 15 000 504 - www.crbas.fr



Champ de compétence
de la gestion
communale
intercommunale
régionale



A.S.I.
Informatique
Juvignac

Vente
Réparation
dépannage à domicile

PRO / Particuliers

50% Crédit d'impôt
pour les Particuliers

04 67 450 450



pressing lagoon & fripe shop

748, avenue Villeneuve d'Angoulême
34070 Montpellier

10 % de remise sur
présentation de ce bon
*valable une seule fois

pressinglagoon.fr
Horaires d'ouverture
Mardi au Vendredi
9h à 12h30 & 14h à 19h
Samedi
9h à 18h non stop

[@pressingfripeshop](https://www.facebook.com/pressingfripeshop)
[pressingfripemontpellier](https://www.instagram.com/pressingfripemontpellier)

Google ★★★★★

À VOTRE SERVICE

A.S.I. INFORMATIQUE

A destination des PROFESSIONNELS :

Maintenance de votre parc informatique, gestion de réseau, système de sauvegarde, protection contre les virus, paramétrage et réparation sur site ou en atelier.

Pour les PARTICULIERS : Vente et réparation, évolution de votre ordinateur. A.S.I vous proposera une intervention en atelier ou à domicile et un crédit d'impôts de 50% sur la main d'œuvre.

Vous trouverez dans notre magasin un large choix de pièces détachées destinées à la réparation ou à l'évolution de votre PC ainsi que des produits divers, des câblages pour la téléphonie, l'audio et vidéo, la numérisation VHS

A.S.I. INFORMATIQUE

Ccial La Plaine - Route de St Georges d'Orques
Juvignac
www.asi34.com

LES SERVICES FUNÉRAIRES MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

SAEML-SFMA sont à vos côtés et vous accompagnent dans ce moment difficile qu'est la perte d'un être cher.

Nos valeurs essentielles sont d'accueillir et d'accompagner chaque famille endeuillée éthiquement et humainement, avec dignité et dans le plus grand respect des volontés et des moyens financiers de chacun.

Notre mission de service public vous garantit une totale disponibilité et une écoute attentive.

Nos prestations et fournitures s'adaptent aux attentes des familles avec l'apparition de nouvelles pratiques funéraires et l'évolution permanente de la réglementation.

Nous œuvrons pour le respect et le soutien des familles endeuillées et sommes à votre disposition pour vous apporter toutes les réponses aux questions que vous pouvez vous poser.



**BESOIN
D'AIDE À
DOMICILE ?**

Bénéficiez de 50%
de crédit d'impôt*

**Un simple appel et tout
s'organise dans les 48h !**



Accompagnement



Travaux
ménagers



Aide
à l'hygiène



Aide
aux repas



Aide
à la mobilisation



Assistance
administrative

04 99 744 966

ADHAP Montpellier
adhap34a@adhap.fr



AKIBA'INK

Yokoso !

Dans ce shop à l'ambiance Tokyoïte zen et cosy, Haku et Migi vous reçoivent pour réaliser les tatouages de vos rêves.

Haku, pour des envies de tatouage venu tout droit du Japon, où cette passionnée a peaufiné son art, l'abreuvant aux sources Geek/Animé & dotwork, dont elle a fait ses spécialités.

Migi, se spécialise dans le blackwork/dotwork et Cartoon. Avec son art creepy cute, inspiré et passionné par Guillermo del Toro, celle-ci se fera un plaisir de vous encre.

Qu'il s'agisse de décorer votre corps avec des tatouages, piercings, ou plus récemment vos ongles avec notre prothésiste onguilaire, tous vos projets sont bienvenus !

Détendez-vous : ici, vous êtes en de bonnes mains...

Réseaux sociaux : @akibaink

MAISON & SERVICES

Vous venez d'emménager, et nous vous souhaitons la bienvenue dans votre nouveau quartier.

Dans cette période d'installation où vous devez faire face à tout : emménager, s'organiser, vider, ranger les cartons... il vous semble difficile de prendre du temps pour vous. Pourtant, aujourd'hui, c'est possible...

MAISON & SERVICES se propose de réaliser à votre place ponctuellement ou sur abonnement votre :

Ménage, repassage, jardinage, nettoyage...

Appartenant à un réseau de 130 implantations Profitez d'un service CONTINU SUR-MESURE et découvrez nos avantages :

- ZERO DEMARCHE ADMINISTRATIVE ET ZERO RESPONSABILITE

Nous sommes juridiquement l'employeur de votre intervenant.

- QUALITE DE SERVICE CONTINUE

Formation et encadrement de l'intervenant(e) tout au long de votre contrat

- AIDES FINANCIERES

50% de réduction ou crédit d'impôt.

N'hésitez pas à demander votre devis gratuit et sans engagement.

MAISON & SERVICES
Entretien ma maison et mon jardin

Espace Garosud - Local 24
150 rue Claude Balbastre
34000 MONTPELLIER
Tél : 04 99 54 43 63
Mail : msmontpellier@maison-et-services.com

www.maison-et-services.com

OFFRE EXCLUSIVE NOUVEAUX ARRIVANTS
2H OFFERTES
POUR TOUT CONTRAT MÉNAGE / REPASSAGE*

*HEURES OFFERTES POUR TOUT NOUVEAU CONTRAT D'ABONNEMENT, RESERVEE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS. VOIR CONDITIONS EN AGENCE.

SANTÉ & BIEN-ÊTRE

CRYOMED
Millénaire

1^{er} Centre de Cryothérapie Corps Entier à Montpellier

DOULEUR
RÉCUPÉRATION
SOMMEIL
BIEN-ÊTRE

Centre Médical Odysseum - 1^{er} étage
194, avenue Nina Simone - 34000 Montpellier
☎ 04 99 53 65 11 - www.cryomedmillenaire.com

CRYOMED

La **Cryothérapie Corps Entier** est un traitement médical par exposition courte (environ 3 min) dans une chambre froide (air sec) à une température d'environ -90°C.

Cela provoque plusieurs réactions physiologiques permettant de lutter efficacement contre la **douleur**, l'**inflammation**, ou les **troubles du sommeil** entre autres.

La **Cryothérapie Corps Entier** améliore la **récupération** après effort, **stimule** le système vasculaire et neurologique et **agit** sur plusieurs paramètres utiles pour votre santé.

Les premiers effets sont ressentis dès la 1^{ère} séance et perdurent dans le temps. Les séances peuvent être isolées ou répétées selon les indications.

Vous serez pris en charge par notre équipe médicale, qui vous proposera un **bilan personnalisé** et vous guidera durant toute la séance.



© Shutterstock

SOINS NATURELS
BIO ET ÉTHIQUES

SALON DE
COIFFURE

BAR À BOUCLES
COSMÉTIQUES AFRICAINES

Kemet Care

KEMET CARE

Revaloriser la beauté du cheveu au naturel, c'est notre cœur de métier.

Chez Kemet Care, Bénéficiez d'un large choix de soins naturels, bio et adaptés à votre chevelure. Notre équipe vous accueillera et vous conseillera sur les soins naturels, les plus adaptés à votre type de cheveux.

De plus, nous proposons également des prestations de coiffure. Un espace de détente et de bien-être a été aménagé pour le plus grand bonheur du client.

Rendez-vous donc au 9 Avenue du Pont Juvénal, 34000 Montpellier

Notre salon est ouvert du Mardi au Samedi de 09h30 à 18h.

A très vite !



© Shutterstock

GENOME
INSTITUT

INSTITUT DE BEAUTÉ POUR HOMMES

7 boulevard Ledru-Rollin - 34000 Montpellier
07 69 10 38 40
www.genome-institut.com
genomeinstitut

GENOME INSTITUT

**Vous avez une envie de soin ou de massage ?
Découvrez la solution GENOME**

Votre institut de beauté pour les hommes vous propose différentes prestations pour prendre soin de vous !

GENOME Institut est un lieu de prestige et de détente qui va combler vos attentes par des soins personnalisés sur mesure.

Chaque individu est différent : son rythme de vie, sa personnalité, sa peau. De ce fait chaque soin prodigué dans nos espaces, en partenariat avec CODAGE PARIS prendra en compte ces différences, pour la promesse de résultats bénéfiques et probants en relation avec vos besoins.

Nous vous apparaîtrons comme LA réponse à vos demandes pour des besoins sportifs, une recherche d'un moment privilégié de bien-être ou pour une envie de se sentir bien et beau en toute liberté.

 **action sport**
STUDIO COACHING

Première séance OFFERTE !

 **20MN = 4H de Sport**
Santé & Bien-être
Ouvert à tous

1613 Avenue de l'Europe - 34170 Castelnaud-Le-Lez

ACTION SPORT MONTEPELLIER

est à votre disposition pour vous apporter le bien-être que vous méritez !

Nous vous proposons de réaliser des séances de 20mn de stimulation musculaire équivalentes à 4h de sport accompagnées par un coach diplômé d'état.

Nos coaching sont personnalisés et spécifiques pour atteindre vos objectifs, vous profiterez d'un service Premium All inclusive qui vous permet de ne rien amener !

Des Résultats rapides et durables grâce à un travail en profondeur !

Atteindre ses objectifs c'est possible et ça ne prends que 20mn / semaine.

Venez tester gratuitement et sans engagement notre studio !

Pour vous informer et réserver :

www.action-sport.fr

Retrouvez nous au 1613 avenue de l'Europe
34170 Castelnaud-le-lez

Tel: 04.67.70.62.09

Carrosserie

REZKALLAH M.

ACHAT - VENTE
CRÉDIT - REPRISE
DÉPÔT VENTE GRATUIT
VÉHICULES GARANTIS
3 - 6 - 12 MOIS

MÉCANIQUE

Carrosserie
Marbre
Révisions

Peinture
Pare-brise
Vidanges



Z.A. Parc Aftalion • 34670 Baillargues • m.rezkallah@hotmail.fr
Tél. 04 67 87 93 97 • Fax : 04 67 87 22 21 • Port. 06 71 22 19 77

AUTOMOBILE



HORAIRES :

Du lundi au vendredi
9h-12h et 14h-18h30

Samedi
9h-12h et 14h-18h

**Ne perdez pas de temps,
laissez votre véhicule pour le contrôle technique
et faites vos courses en attendant**



Zone Commerciale Rieucoulon - 140 rue Alexander Fleming
34430 SAINT JEAN DE VEDAS - 04 67 07 00 60

<https://dekra-ct.fr/saintjeandevedas>



© Shutterstock

★ DYS CARS ★

Vente de véhicules d'occasion - Diagnostic - Réparation - Carrosserie



225, RN 113 - 34070 LE CRÈS - Tél. 04 67 10 86 35
contact@dyscars.fr - www.dyscars.fr



Claustra
sur muret



Garde-corps
rampant



Claustra fixe



Claustra
en lames
verticales



Porte
coulissante



allure&bois

créateur de claustras et
moucharabiehs

📞 06 29 80 19 48

📍 12 Impasse des Églantiers - 34920 Le Crès

A.V.F. MON

HABITAT & LOGEMENT

ET SI VOUS
regardiez par
ICI

FDI **ICI** EST À VOS CÔTÉS
POUR VOUS ACCOMPAGNER
DANS VOTRE PROJET IMMOBILIER

FDI

I.C.I

TRANSACTION | GESTION | LOCATION | SYNDIC

ICI
5 AGENCES À VOTRE ÉCOUTE

3 agences à Montpellier

AGENCE **PORT MARIANNE**
245 av. Marie de Montpellier - 04 99 74 25 26

AGENCE **HÔPITAUX FACULTÉS**
211 rue Marius Carrieu - 04 67 75 25 55

AGENCE **MAS DREVON**
74 bd Pedro de Luna - 04 99 74 25 26

2 agences sur le littoral

AGENCE **LA GRANDE MOTTE**
7 av. Pierre Racine - 04 67 56 61 92

AGENCE **LE GRAU DU ROI**
25 bd du Maréchal Juin - 04 99 54 29 10

fdi-ici.fr

LA VILLE & SES QUARTIERS

Huitième ville française avec 279 845 habitants, Montpellier a su préserver une taille humaine.

Organisée en 7 grands quartiers comme autant de petites villes, vous pouvez y trouver de nombreux équipements publics et services municipaux.



MAISONS POUR TOUS DES CÉVENNES

1. André Chamson
2. Antoine de Saint-Exupéry
3. Fanfonne Guillaume
4. François Villon
5. Marcel Pagnol
6. Paul-Emile Victor

MAISONS POUR TOUS CROIX D'ARGENT

7. Albert Camus
8. Michel Colucci

MAISONS POUR TOUS HÔPITAUX FACULTÉS

9. Albert Dubout
10. Rosa-Lee Parks

MAISONS POUR TOUS MONTPELLIER CENTRE

11. Albertine Sarrazin
12. Frédéric Chopin
13. George Sand
14. Joseph Ricôme
15. Voltaire

MAISONS POUR TOUS MOSSON

16. Georges Brassens
17. Léo Lagrange
18. Marie Curie

MAISONS POUR TOUS PORT MARIANNE

19. Mélina Mercouri

MAISONS POUR TOUS PRÉS D'ARÈNES

20. Boris Vian
21. Jean-Pierre Cailless
22. L'Escoutaïre



SE LOGER À MONTPELLIER

La Ville se mobilise pour que le logement à Montpellier reste accessible pour tous car il demeure la condition nécessaire, avec l'emploi, de toute installation réussie. Notre Ville dispose d'un parc de près de 22 % de logements sociaux et favorise l'accès à la propriété. Voici quelques pistes pour vous aider dans vos démarches.

POUR LES ÉTUDIANTS

- Espace Montpellier Jeunesse
- crij-montpellier.com (Centre régional d'info jeunesse)
- accueil@crous-montpellier.fr (demande d'un logement via le dossier social étudiant)
- mapiaule.com

LES BAILLEURS SOCIAUX

- **ACM Habitat**
Bureau central de la demande
24, rue Robespierre Résidence Paul Valéry
Tél. 04 99 51 20 80 - oph-montpellier-agglo.fr
- **Hérault Habitat**
803, rue Alco - Tél. 04 99 77 24 70
- **Arcade**
974, avenue du Pyrée - Le Lys Blanc
Tél. 04 67 15 68 50
- **Erilia**
10 ter, rue de Gignac - Tél. 04 67 10 47 50
- **FDI Habitat**
123 bis, av. de Palavas - Tél. 04 67 69 66 00

- **Socadal**
3, rue des Catalpas - Tél. 04.67.06.85.20
- **Nouveau Logis Méridional**
25, avenue de Maurin - Les Marescals
Tél. 0 810 200 350
- **ICF Languedoc Roussillon**
6, rue Maguelone - Imm. Le Capoulié
Tél. 04 67 06 84 01

Tous les renseignements sur les bailleurs sociaux sur www.adil34.org

FOYERS JEUNES TRAVAILLEURS

- **Résidence Habitat jeunes Castellane**
3 bis, rue de la Vieille - Tél. 04 99 61 46 61
www.habitat-jeunesmontpellier.org
- **Résidence Habitat jeunes Fontcarrade**
543, rue Fontcarrade - Tél. 04 99 61 46 61
www.habitat-jeunesmontpellier.org
- **Résidence Habitat jeunes Occitanie**
140, rue Nougaro - Tél. 04 99 61 46 61
www.fjt-montpellier.org

Tous les renseignements sur www.herault.informationjeunesselr.fr



LOGEMENTS POUR PERSONNES ÂGÉES

Établissements municipaux d'hébergement pour les personnes âgées dépendantes

- **Françoise Gauffier Résidence-foyer**
13, rue André Puig-Aubert
Tél. 04 99 54 96 70
- **La Carrière**
50, rue Louis Pergaud - Tél. 04 67 75 25 70
- **Les Aubes**
119, avenue Saint-André-de-Novigens
Tél. 04 67 72 06 98
- **Michel-Belorgeot**
41, impasse des Moulins
Tél. 04 67 40 04 44
- **Montpellier**
3, rue Fabre - Tél. 04 67 66 14 98
- **Pierre Laroque**
830, rue de Salaison - Tél. 04 67 16 67 00
- **Simone-Gillet-Demangel**
570, rue Rouget de Lisle
Tél. 04 67 42 80 33

+ d'infos sur www.montpellier.fr
onglet « Solidarité/CCAS »
ou au 04 99 52 77 00

LOGEMENTS TEMPORAIRES

- **Auberge de jeunesse Montpellier centre-ville**
Rue des Ecoles Laïques
Tél. 04 67 60 32 22
direction.montpellier@fuaj.org

+ d'infos sur montpellier-tourisme.fr
onglet dormir/tous les hébergements

Source : Mairie de Montpellier

ALLURE ET BOIS

Élégance, innovation, modernité et respect des traditions sont la signature d'**Allure et Bois**. Cette entreprise artisanale située près de Montpellier, s'inscrit dans une démarche d'innovation et de tendances actuelles en décoration d'intérieur avec la création de **claustras d'intérieur en bois sur mesure**.

Allure et Bois vous accompagne dans votre projet, et vous garantit un haut niveau de qualité et d'exigence de la conception à l'installation de votre claustra d'intérieur.

Toutes les créations d'**Allure & Bois** sont réalisées sur-mesure et de façon artisanale. Qu'il s'agisse de claustras, de moucharabiehs ou autres inspirations : votre projet est unique. Dessiné par notre ébéniste et fabriqué dans notre atelier, nous vous accompagnons dans votre projet, et vérifions ensemble les caractéristiques techniques nécessaires pour sa réalisation. Suite à nos différents échanges et/ou prise de RV dans notre atelier show-room, ou à votre domicile, nos conseillers sont en mesure de vous proposer notre expertise, et vous guider vers le meilleur choix.

Nous proposons également sur demande dans un rayon de 100 kms autour de Montpellier, la pose sur site de votre claustra, qu'il soit fixe, coulissant, battant, garde-corps escalier ou garde-corps de mezzanine.

Après étude de votre projet, une estimation gratuite vous sera communiquée.

Un claustra unique, le vôtre...
Alors n'hésitez plus, confiez-le à Allure et Bois.

Votre expert Thierry Pirlot est à votre écoute.



Atelier Show-room :

12, Impasse des Églantiers, 34920 Le Crès
Mail: contact@allureetbois.com
Téléphone : 06.29.80.19.48
Site web : www.allureetbois.com
Facebook : www.facebook.com/allureetbois
Pinterest : www.pinterest.fr/allureetbois



LES NOUVELLES FAÇONS D'HABITER À MONTPELLIER

A ce jour, la Métropole de Montpellier comptabilise 465 407 habitants et accueille chaque année 8 000 habitants supplémentaires. Pour accompagner sa forte croissance démographique annuelle de +1,85%, la Métropole de Montpellier, en accord avec les 31 communes du territoire, s'est fixée plusieurs objectifs pour offrir des logements accessibles aux habitants de son territoire.

LE LOGEMENT À MONTPELLIER

LES PRINCIPAUX CONSTATS DEPUIS 2014

LA CONSTRUCTION NEUVE

17 400 logements mis en chantier en 3 ans, soit 5 800 construits /an en moyenne pour un objectif fixé à 5 000 par le Plan Local de l'Habitat.

LE LOGEMENT SOCIAL

1 900 logements sociaux financés/an en moyenne sur la métropole pour un objectif du Plan Local de l'Habitat d'au moins 1 500 logements soit un taux de réalisation de 130%.

PLUSIEURS CONSTATS

Des prix de logements élevés, tirés vers le haut par les investisseurs :

Le prix de vente moyen des appartements neufs au 3ème trimestre 2017 est de :

- 4159 €/m² parking compris sur le territoire métropolitain

- 4 328 €/m² parking compris sur le territoire montpellierain

Une forte demande mal desservie par l'offre de logement neuf :

A l'heure actuelle, moins de 35% des ménages ont, en primo-acquisition, les moyens d'acquérir un logement neuf sur le marché libre.

Une Offre qui peine à s'adapter aux besoins des acquéreurs et aux nouveaux modes de vie.



© Shutterstock

LES 5 OBJECTIFS DU LOGEMENT ABORDABLE

- Produire **1000 logements par an** sur la Métropole, dont la moitié à Montpellier,
- Créer une offre de logements **en adéquation avec les aspirations résidentielles et les capacités financières** des ménages,
- Répondre à **l'évolution des modes de vie** par des formes d'habitat adaptées, constituer une offre alternative pour des ménages attirés par le pavillonnaire,
- Participer à **l'équilibre social** des quartiers en améliorant la **mixité sociale**,
- Favoriser les sorties d'HLM et le **parcours résidentiel** des ménages.

Une logique de compacité au détriment de la « désirabilité » des logements.

Des ménages aux revenus «intermédiaires» quasiment exclus de l'acquisition d'un logement neuf en Ville :

En 10 ans, le prix moyen des logements collectifs neufs a connu une évolution supérieure au double de celle du revenu des ménages.

UNE OFFRE DE LOGEMENT ABORDABLE

Le développement d'une offre de logement en accession à prix abordables est aujourd'hui un enjeu essentiel pour la Ville et la Métropole afin d'aider les ménages désirant accéder à la propriété et lutter contre la tension du marché immobilier.

A titre d'exemple, pour une opération moyenne de 40 logements, la collectivité et la SERM vendent le foncier environ 300 000 à 600 000 € moins cher que ce qu'elles le feraient pour du logement libre. Ce qui permet de réduire le prix de vente des logements.

Ainsi, **un logement abordable aura un prix compris entre 2400 € et 2900 €TTC/m² y compris un parking par logement (contre 4386€/m² dans le neuf sur le marché libre).**

Source : Mairie de Montpellier

nexity une belle vie immobilière

TRAVAUX EN COURS

VOTRE STUDIO À PARTIR DE **172 000€***

FAUBOURG 56
MONTPELLIER / 34

> Quartier Lepic en face de l'ESMA
> Parc Montcalm en accès direct et piétonnier
> Future ligne 5 de tramway au pied de la résidence

04 99 13 71 66
Service à votre écoute

Plus de détails sous réserve de disponibilité. FAUBOURG 56 - Situé sur 1,306 7500 m² sans autorisation, Nexity Group V Landmark Acquisition - Immeuble FAUBOURG 56/57/58/59 - 801 Avenue Georges Bonin - 34000 Montpellier Cedex 02 - RCS Montpellier 411100000

FAUBOURG 56 - Copropriété de 40 logements - 12 unités - 100 m² vendues - 3000 Montpellier - RCS Montpellier 412 876 508 et AGIR Promotion - Immeuble FAUBOURG 56 - 801 Avenue Georges Bonin - 34000 Montpellier cedex 02 - RCS Montpellier 412 876 508 et AGIR Promotion - Immeuble FAUBOURG 56 - 801 Avenue Georges Bonin - 34000 Montpellier cedex 02 - RCS Montpellier 412 876 508 et AGIR Promotion - Immeuble FAUBOURG 56 - 801 Avenue Georges Bonin - 34000 Montpellier cedex 02 - RCS Montpellier 412 876 508 et AGIR Promotion



LHENRY CÔTÉ DÉCO

Conception - Réalisation - Décoration

L'agence LHENRY Côté Déco, organisée autour de Maguelonne LHENRY, vous accompagne pour tous vos projets d'aménagement intérieur et de décoration.

Pour **les particuliers**, sur la base d'un entretien, nous définissons avec vous, vos goûts, vos souhaits et les volumes à (ré)aménager. Nous concevons des espaces et des ambiances uniques, chaleureuses et fonctionnelles.

Pour **les professionnels**, l'agence développe des services sur-mesure en fonction des besoins : concept complet d'aménagements de bureaux, de restaurants et d'hôtels, mises en couleurs et aménagements intérieurs pour des projets de promotions immobilières...

Nous pouvons également suivre les travaux jusqu'à la livraison et la mise en service des aménagements proposés.



Le ménage et le repassage vous prennent du temps ?

ARTYZEN est la première société de service de **ménage et de repassage écologique** qui **prend soin de vous et renforce la sérénité de votre foyer**.

Notre expert.e vient vous rencontrer gratuitement, dans une démarche de proximité et de compréhension de vos besoins.

Chez Artyzen, nous prenons soin également de votre santé et travaillons exclusivement avec des produits écologiques. En effet, les produits ménagers chimiques polluent votre air intérieur de 900 substances chimiques.

Ce nouveau concept s'engage avec des valeurs fortes et solidaires basées sur de bonnes conditions de travail de ses expert.e-s par un emploi en CDI à 35h, la formation, la valorisation de leur savoir-faire et l'utilisation exclusive de produits naturels.

NEXITY 1^{ER} ACTEUR DE L'IMMOBILIER VOUS ACCOMPAGNE DANS VOTRE PROJET

Être client Nexity, c'est avoir la garantie d'être entre de bonnes mains !



ACHETEZ DANS LE NEUF OU L'ANCIEN
UN APPARTEMENT OU UNE MAISON



TROUVEZ UN FINANCEMENT SUR-MESURE
ET ÉTUDIÉ À VOS PROJETS D'ACHAT



LOUEZ VOTRE LOGEMENT ET
SÉCURISEZ VOS REVENUS LOCATIFS



VENDEZ VOTRE BIEN IMMOBILIER
RAPIDEMENT ET AU MEILLEUR PRIX

Profitez des services et garanties Nexity à chaque étape de votre acquisition jusqu'à la remise des clés, et sur le long terme.

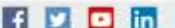


04 99 13 71 66

Service & appel
gratuits

Download on
Google play

GET IT ON
App Store



nexity.fr

SOLUTIONS
CRÉDIT

SÉCURITÉ
LOCATIVE

PROTECTION
REVENTE

ASSISTANCE
24H/24

*Voir conditions sur nexity.fr Nexity Georgia V Langlois-Ravillon-Immobilier 14000 COPPELAIN-001 Avenue Georges Meils - CS 89012 - 31967 MONTPELLIER Cedex 02 - RCS Nanterre 433740040 Images non contractuelles. Perspective IDALTO STUDIO - Photo d'ambiance AIRTRACT © Getty Images, Juin 2020. Architecture R&B BURG SE - Martin Dupuyet - Jean-Christophe Mérieux, S&A France FMA, Colson - Révision 10/20

VOTRE CENTRE COMMERCIAL
VOUS SOUHAITE LA BIENVENUE
À MONTPELLIER !



POLYGONE
MONTPELLIER



Galeries
Lafayette

ZARA



MONOPRIX