

LISTE DES COMMERCES ET SERVICES DE PREMIERES NECESSITES OUVERTS SUR LE TERRITOIR DE LA 4C





Durant la 2^{ème} période de confinement NOV/2020

➔ Afin de protéger les agents qui assurent quotidiennement la collecte des déchets, il est primordial que les masques, gants jetables, essuie-tout, lingettes et mouchoirs usagés soient jetés dans un premier sac plastique fermé, après en avoir chassé l'air (pour éviter qu'il éclate en cas d'écrasement), puis dans un deuxième sac plastique lui aussi fermé. Stockez ce double sac 24h avant de le jeter dans le bac d'ordures ménagères.

Type de PRODUIT / SERVICE	Nom	Adresse	Coordonnées	Jours et horaires d'ouverture
Services de santé				
Pharmacie	Pharmacie du Pays Cordais		05 63 56 00 10 (fax : 05 63 56 38 63) officine@pharmacie-cordes.fr	Du lundi au samedi 8h30/12h30 & 14h/19h Pharmacie de garde : 3237 Médecin de garde : 3966
Médecins	Cabinet docteurs PREVOST - LAFON	52, avenue de la Grésigne Cordes sur Ciel	05 63 56 00 46 + 15 si problème respiratoire **** + 112 si pas de problème respiratoire	Docteur LAFON : Consultations sur rendez-vous Docteur PREVOST : consultations hors et sur rendez-vous
	Docteur BRANQUART	1, avenue de la Grésigne Cordes sur Ciel	05 63 56 01 49	Consultation uniquement sur rendez-vous Les personnes présentant de la toux et de la fièvre sont priées de ne pas entrer dans le cabinet - appelez au 05 63 56 01 49
	Docteur LEPERS	1, avenue de la Grésigne Cordes sur Ciel	05 63 56 01 49 07 80 97 43 63	
Ostéopathes	Cabinets des docteurs BERTRAC - GAUTHIER	2 Avenue de la république Cordes sur Ciel	06 03 04 60 39 osteopathes.cordes@gmail.com	Lundi au vendredi, 9h/20h & samedi, 9h/13h Prise RDV uniquement par téléphone
	Danièle Roque	Maison communale (au-dessus épicerie) Penne	06 35 48 43 99	Sur RDV
Infirmières		Rue des Jardins Cordes sur Ciel	06 07 46 0458	Aucune réserve
Dentistes	Cabinet dentaire Alengrin – Bacque - Selva	2 bis, avenue de la République - Cordes sur Ciel	05 63 56 07 25 rdv.dentiste.cordes@gmail.com	Du lundi au vendredi 9h/12h & 14h/19h Privilégier la prise de rendez-vous par mail
Psychologue	Sindy CLERGUE (tout public + spécialisée accompagnement personnes âgées)	Cabinet Cordes sur Ciel	06.98.16.45.02	Consultation au cabinet + par téléphone pour ceux qui le souhaitent ou ne peuvent se déplacer. Propose également de se rendre à domicile si besoin. Pas de jours de consultations spécifiques, emploi du temps flexible. RDV de 9h30 à 18h30.

Psychologue	Julie MAILLAND (tout public + spécialisé enfants, ado, parents)	Les Cabannes	06.74.57.06.76 julie.mailland@gmail.com	Cabinet ouvert Consultation thérapeutique du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h.
Cabinet de thérapeute / hypno thérapeute.	Virginie DELBOSC	Le village Les Cabannes	06 47 66 34 39 virginie.delbosc@yahoo.fr http://au-deladusens.com	Lié au confinement : angoisses, stress, apaisement le mental, charge émotionnel des parents, des commerçants, etc., troubles du sommeil, traumatismes à partir de l'adolescence et jusqu'aux anciens. Privilégier consultations par Skype ou Messenger. Les consultations au cabinet restent possibles.
DEPISTAGE COVID 19	Drive dépistage Covid 19 Par les infirmières du territoire, l'infirmière déléguée à la Santé Publique Asalée, les médecins, les pharmaciens	Maison des Associations – Le stade Cordes sur Ciel	06 11 83 30 65 <u>Sur rendez-vous uniquement</u> Du lundi au vendredi : 14h-16h	Le test antigénique est analysé sur place, le résultat donné en 20 minutes et peut être réalisé uniquement dans les cas suivants : - patient de 65 ans ou moins sans facteur de risque* ayant des symptômes** depuis moins de 4 jours - les personnes sans symptômes ne sont pas prioritaires. Les patients présentant des symptômes** de plus de 65 ans ou de moins de 65 ans avec facteurs de risque* seront orientés vers le test RT-PCR sur prescription de leur médecin traitant. L'analyse du test RT-PCR est faite en laboratoire, le résultat rendu sous 48 à 72h. Prise de rendez-vous de 12h30 à 14h. Tests réalisés par des professionnels de santé le mardi et jeudi de 14h à 16h ; en cas d'urgence, possibilité d'aller au cabinet d'infirmières de Cahuzac-sur-Vère - tél : 05 63 39 91 10
Service Social				
<i>Besoin de démarches pour sa famille, soi, son travail et son entreprise. Rester en contact avec ses proches. Travailler depuis chez soi. Faire l'école ou divertir ses enfants à la maison. Connaître les consignes de sécurité, les services de santé les + proches. Etc...</i>	France services/EVS : L'Escale 4C	33, promenade de l'Autan Les Cabannes	05 63 56 11 98 sc.escale4c@gmail.com https://www.facebook.com/escale4C	La lettre de novembre : renseignements utiles pour la période de confinement : https://www.calameo.com/read/0049000770c74a8223f2e - Accompagnement administratif et accès libres aux ordinateurs du lundi au vendredi 9h/12h – lundi, mardi, jeudi 14h/17h sur rendez-vous. - Impression de vos documents et copies, lundi, mardi et jeudi 14h/17h - Permanence des partenaires : MSA, Assistance Sociale, CAF, Pôle Emploi, CVITAL...

Marchés de plein vent				
Légumes, fruits, viande, fromage œufs, pains, gâteaux, miel, poisson, pizzas		Cordes sur ciel		Samedi matin 7h30/13h Port du masque obligatoire
Légumes, fruits, viande, fromage œufs, pains, gâteaux, miel, poisson, pizzas		Les Cabannes		Mercredi matin 7h30/13h Port du masque obligatoire
Légumes, viande, charcuterie, miel, sushis & makis		Vaour		Jeudi matin 9h/12h30 Port du masque obligatoire
Marché		Saint Antonin Noble Val		Dimanche 7h/13H Port du masque obligatoire
Marche BIO		Saint Antonin Noble Val		Jeudi 16h -19h Port du masque obligatoire
Alimentation générale				
Alimentation générale, gaz	Carrefour Express Mr DIEZ	13 Place de la Bouteillerie Cordes sur Ciel	05 63 56 13 94	7j/7 – de 8h à 20h
Alimentation générale	SPAR Mr et Mme VERRAL	Route d'Albi Cordes sur Ciel	05 63 56 88 40 sparcordessurciel@orange.fr	Lundi au samedi de 8h à 13h et de 15h à 19h30 Dimanche 8h30 à 13h Livraison à domicile, commande par mail ou téléphone
Alimentation générale (primeurs, charcuterie, vins, produits surgelés)	Prim'Frais - Prim'Gel Sylvain DOMENE	44, avenue de la Grésigne Cordes sur Ciel	05 63 53 93 03 sylvain.domene@orange.fr http://www.primfrais.com	Mardi au samedi 9h à 12h15 et 15h à 18h45 Dimanche 9h à 12h15
Alimentation générale (légume, surgelés, viande, produits locaux pain, alcool), presse, gaz	Epicierie Cécile MARTOU	Le Village Penne	05 63 53 97 82 martoucecile@hotmail.fr	Mardi, vendredi, samedi : 8h45/13h & 16h30/19h Mercredi, jeudi, dimanche : 8h45/13h - fermé le lundi Commande et livraison uniquement aux personnes en nécessité
Alimentation générale, (légumes, surgelés, viande locale et produits locaux pain, alcool, presse, tabac, gaz)	L'Epicierie de Stéphane	Rue du Nord - Vour	05 63 56 34 40	Mardi au samedi 7h30/12h30 & 17h/19h30 Dimanche 8h30/12h30 Fermé lundi et jours fériés

Alimentation générale BIO (produits alimentaires et artisanaux des alentours : légumes, pain, fromage), hygiène, produit maison, revues, livres...	ELLIPSE Agnès 	Rue de la Poste Vaour	05 63 56 03 16 a.ainouche@laposte.net	Lundi au samedi 10h/13h et 14h/19h30
Commerces alimentaires spécialisés				
Boucherie	Chez Denis Denis BEN	6 avenue du 11 novembre 1918 - Cordes sur Ciel	05 63 56 00 50	Du mardi au samedi : 8h/12h30 & 15h30/19h Dimanche : 8h/12h30
Pâtisserie/Pain/ Petite restauration et sandwich à emporter	Pâtisserie Moulin Florence Astorg	Place de la Bouteillerie Cordes sur Ciel	05 63 56 00 41 patisserie.moulin@gmail.com	Tous les jours sauf le mercredi 7h30/13h Fermé le 11 novembre
Pains et gâteaux	Le Fournil Cordais Mr GARCIA	Avenue de Grésigne Cordes sur Ciel	07 80 37 99 83	Du lundi au samedi (fermé le dimanche) : 7h à 13h. Ouvert le 11 novembre
Vins BIO, produits du terroir, fromage chèvres, magrets sous vide	Cordes au Bas Serge VOISIN et Angelina BULFARO		06 30 81 43 68 05 63 56 22 20 cordesaubas@gmail.com	Lundi, jeudi, vendredi et samedi 10h/12h30
Alimentation générale BIO (légumes, surgelés, vin, miel, huile, farine, hygiène)	Le Panier Naturel  Christophe VAREN		05 63 56 06 92 le-panier-naturel@orange.fr	Mardi au samedi (1 samedi sur deux) 9h/12h15 et 15h30/19h
Livraison exceptionnelle durant période confinement (fruits, légumes locaux et produits secs BIO)	Renaud LOCH 		06 95 07 75 63	Commande lundi, mardi et mercredi pour une livraison vendredi, samedi ou dimanche Livraison autour de Cordes (15 km max)
Colis frais de porc noir élevé à la ferme et plats cuisinés maison en conserves (canards, porc noir, gibier de Grésigne, volaille)	Ferme Les Chênes Cécile et Serge CAZEAUX	172, chemin de Peyre Blanche 81140 LARROQUE	05.63.33.10.92 06 73 10 14 71 contact@les-chenes.fr www.ferme-auberge-les-chenes.fr	Commande par mail ou téléphone - Livraison à domicile dans le Tarn Colis de 5Kg (17€/kg) Colis Spécial Fin d'année Colis de Noël

Livraison à domicile de repas, plats à emporter				
Plats à emporter	Le Jardin des Saveurs	1 promenade de l'Autan - Les Cabannes	06 08 14 81 80 https://www.aujardindessaveurs81.fr/les-plats-%C3%A0-emporter-ou-livraison/	Jeudi au dimanche midi Pour notre organisation : - commande la veille dans l'idéal, voire le midi pour le soir (au grand maximum 3h avant) - Commande identique pour chaque convive - Vous venez récupérer vos plats à l'heure fixée à l'avance (11h30/12h ou 18h/19h) - Si vous ne pouvez-vous déplacer, on peut vous livrer - Possibilité de paiement par CB à distance ou sur place
Pizzas maison	La Casita	Cordes sur Ciel	06 80 60 77 26	Vente à emporter : mardi au vendredi, 17h/21h30 Samedi & dimanche, 11h/14h & 17h/21h30
Pizza et plat à emporter	Le Ségalar	Milhars	05 63 56 36 82	Mardi au jeudi midi + dimanche midi : pizza et un plat unique à emporter Vendredi midi + soir : pizza à emporter Samedi soir : pizza à emporter
Plats à emporter	Le CorsicAveyron	Le Cayrols Livers-Cazelles	05 63 47 52 71 https://fr-fr.facebook.com/LeCorsicAveyron/	Midi et soir Livraison le soir 19h/21h aux alentours de Cordes : minimum commande 40€
Plats à emporter et livraison de plats	Le Moulin de Varen	Le Bourg - Varen	05 63 65 45 10 sereneaccueil@outlook.fr Facebook : https://www.facebook.com/lemoulindevaren/	Plats à emporter le samedi, pendant le confinement : Menu publié sur Facebook, affiché le mardi aux épiceries de Vaour & Penne, aux espaces France services de Les Cabannes & Vaour... Commande par téléphone (laisser 1 message) ou mail jusqu'au jeudi 15h <u>Collecte le samedi des plats :</u> - Varen, le Moulin de Varen : 11h/15h - Les Cabannes, devant la quincaillerie : 15h30/16h - Penne, devant l'épicerie : 17h/17h30 - Vaour, devant le garage : 18h30
Producteurs - vente à la ferme				
Regroupement de producteurs locaux (légumes, viande, pains, huile, fromage, confitures...)	OMELOKO		https://omeloko.fr/	Commande en ligne uniquement et livraison aux points fixés

<p>Maraîchage BIO et huile de tournesol</p> 	<p>Ferme du Vallon d'Andignac Marie CHAVANNE et Thibaut CHARLIER</p>	<p>Lieu-dit Andignac - Vindrac</p>	<p>07 81 76 52 76</p> <p>vallondandignac@gmail.com</p> <p>Facebook : vallondandignac</p>	<p>Marché de Cordes sur Ciel</p>
<p>Maraîchage</p>	<p>Stéphanie BERNARD</p>	<p>La Borie Neuve "La Vignole" Mouzieys-Panens</p>	<p>06 74 64 19 07</p> <p>maraichers.mouzieys@e-kiwi.fr</p>	<p>Vente à la ferme sur commande préalable par tel ou mail (le client compose son panier en fonction des légumes disponibles) Récupération des paniers : mardi, mercredi, jeudi, en fin de matinée ou fin d'après-midi Marché de Cordes</p>
<p>Maraîchage (roquette, épinard + salade)</p>	<p>Pierre LAVANCHY</p>	<p>Souel</p>	<p>05 63 53 17 34</p>	<p>Marchés Cordes et Les Cabannes Vente à l'exploitation de paniers (personnalisables) les mardi et vendredi ; Paniers disponibles à partir de 17h. A commander la veille auprès de Maëva : 06 72 67 94 44</p>
<p>Maraîchage Paniers de légumes de saison, œufs, confitures...</p> 	<p>La Ferme de Verdurette Anne Laure MERESSE</p>	<p>Lieu-dit La Vergnade Cordes sur Ciel</p>	<p>07 82 63 62 54</p> <p>almeresse@yahoo.fr</p> <p>https://www.maboutiquefermiere.fr/lafermedeverdurette</p>	<p>Vente à la ferme le mardi 16h/19h et le vendredi 10h/12h Drive fermier avec retrait des paniers : mardi 16h/19h30, mercredi & jeudi 17h/19h30, vendredi 10h12h30 & 17h/19h30</p>
<p>Maraîchage</p>	<p>Jean -François BOMPARD</p>	<p>Saulieu le Haut Milhars</p>	<p>05 63 56 19 97</p>	<p>Marchés de Cordes et St Antonin Vente sur place et possibilité de commander des paniers</p>
<p>Maraîchage BIO</p> 	<p>Les Jardins de Cahuzac Félicité GLEVAREC</p>	<p>Chemin du Gimel Cahuzac-sur-Vère</p>	<p>06 52 50 33 17 05 63 42 68 82</p>	<p>Marché de Cordes</p>
<p>Maraîchage (salade, poireaux, pomme de terre, persil), œufs, plants à planter</p>	<p>Roland LEEMAN</p>	<p>Campagnac (omeloko)</p>	<p>06 75 22 77 64</p> <p>https://lejardindenbas.com/</p>	<p>Vente à l'exploitation Commande uniquement sur le site pour un retrait à la ferme le mercredi et le samedi de 9h à 12h</p>
<p>Maraichage</p>	<p>Gilles MARTINET</p>	<p>Salady Tonnac (Omeloko)</p>	<p>06 11 02 74 71</p>	<p>Vente à l'exploitation sur commande préalable par sms Marché de Cordes</p>
<p>Œufs BIO Producteur d'escargots</p> 	<p>Gilles FERMENT Ferme aux Champs Etoilés</p>	<p>La Baudissié Salles</p>	<p>07 83 61 35 83</p> <p>gferment@hotmail.com</p>	<p>Marché de Cordes sur Ciel</p>

Brebis (fromage, yaourts)	Fromagerie Marty	Crouzet Laparrouquial Marty	05 63 56 15 13 martyfromages@gmail.com	Vente à l'exploitation, du lundi au vendredi, 7h30/16h & le samedi, 7h30/12h30 Possibilité de commander par téléphone (sans obligation) Marché de St Antonin
Chèvre (fromage)	Au cabrit de Montgrieu Stéphane et Marie DION	403, impasse de Montgrieu Bournazel	06 76 01 36 34	Vente à la ferme du lundi au samedi, 10h/12h (inutile de commander à l'avance) Marché de Cordes & Les Cabannes
Chèvre (fromages)	Les Cabrekes Carine COTTE Karine GIPPAL	La Jouvenate - Monestiés	06 67 86 11 82 07 81 54 79 85contact@lescabrekes.fr http://www.lescabrekes.fr/tarifs.html	Vente à la ferme du lundi au samedi, 8h/12h. L'après-midi sur RDV uniquement. Préférable de commander à l'avance. Marché de Cordes sur Ciel. Dépôt des produits chez Cordes au bas
Chèvre (fromages)	Le Pic Julien et Benjamin REMOND	Le Roudoulié Penne	05 63 56 33 64 contact@fromlepic.com julien@fromlepic.com https://www.facebook.com/fromageriedupic https://www.fromages-de-chevre.fr/	Boutique sur place : horaires correspondant à ceux des fromagers et pouvant varier selon les aléas de production. En cas de fermeture, l'épicerie de Penne propose les Fromages Le Pic. Fromages disponibles également sur les marchés de St-Antonin-Noble-Val (82) le dimanche matin et de Carmaux le vendredi
Vache BIO (fromage, yaourts, lait, beurre crème fraîche + farine Sarrazin) 	GAEC Le Buisson Blanc Philippe BASSE	Le Bouyalar Le Ségur	05 63 76 17 18 (laisser msg pour commande) spbasse@wanadoo.fr	Vente à l'exploitation Lundi au vendredi 8h à 15h Commande conseillée Si marchés de plein vent annulés, livraison à Cordes, place de la Bouteillerie, le samedi à partir de 10h30 = commande obligatoire avant le jeudi 12h par msg téléphonique ou mail - accès individuel suivant ordre de commande
Fromages & yaourt de brebis au lait cru 	Ferme du Bouysset Thomas Gingue & Antoine Jadelot	Le Bouysset - Penne	06 28 35 98 50 fermedubouysset@gmail.com	Vente à la ferme possible sur rendez-vous avec commande par mail (pas de jour et horaire fixes pour récupérer les commandes). Marché Bio jeudi soir St Antonin – Épicerie Penne, épicerie Ellipse Vaour, Terra Local Gaillac

Œufs et confiture + articles en laine (pelotes laine mohair, bonnets, tapis de laine...)	La Ferme des Amis Léonore Strauch	Route de Gaillac Vaour	05 63 56 39 71 leonore.strauch@yahoo.fr	Vente à la ferme sur RDV avec commande préalable de préférence Marché de Vaour épicerie de Vaour
Pain	Florent Vial	La Baute Basse Montirat	07 82 92 36 35 florent_vial@hotmail.com	Marché de Cordes sur Ciel
Pain	Ulysse boulanger	Au Muret - Vaour	06 66 97 09 35	Marché de Vaour Vente au fournil les lundi, mercredi et vendredi à partir de 17h. Commande préalable conseillée.
Viande - bovin race Aubrac	GAEC de Sérene Karine et Eric BESSIERES	Sérene Vaour	eric.bessieres@yahoo.fr	Vente via Omeloko
Viande – cochon gascon : viande fraîche, charcuterie sèche, conserves	La Familia François Thomas	Le Pouxet - Vaour	06 82 20 37 65 lafamilia81@yahoo.fr	Vente à la ferme sur rendez-vous ou livraison domicile.
Viande bovine limousine	La Ferme de Can – Chantal & Jean-Pierre Maffre	Penne	06 37 44 48 32 06 86 43 48 04	Vente à la ferme les après-midis à partir de 15h. Marché de Cordes
Canard : foie gras, pâtés, confit, rillettes/friton...	Le Terroir du Père Barras Serge Barras	131 route de Mouzieys-Panens - Bournazel	06 05 40 14 66 barras.serge@wanadoo.fr www.leperebarras.fr	Vente à la ferme sur rendez-vous (espèces, chèques & CB) + Omeloko ou site internet
Foie gras, confits, porc noir, plats cuisinés, pâtés, salaisons...	Conserverie Artisanale de Garrissou Julien Dibouzeyde Jonathan Renard	Penne	06 76 61 94 19 contact@lesconservesdegarrissou.fr www.lesconservesdegarrissou.fr	Vente à la conserverie sur rendez-vous + épicerie de Penne ou site internet
Vin à la propriété	Château Bourguet Jérôme BORDERIES	Les Bourguets Vindrac-Alayrac	06 75 40 76 31 www.chateaubourguet.fr	Lundi au samedi : 9h/12h & 14h30/18h Commande conseillée au préalable par téléphone.
Vin à la propriété	Château Bouscaillous Annie Caussé	Le village - Noailles	05 63 56 85 34 chateau.bouscaillous@orange.fr http://chateau-bouscaillous.delicenet.com/	Vente au domaine (commande conseillée) sur rendez-vous et vente en ligne.

Vin à la propriété	Domaine Gayrard Laure & Pierre Fabre	Capendut - Milhavet	06 12 09 01 34 06 17 97 01 16 contact@maison-gayrard.com https://domaine-gayrard.pluginwine.com/Vins	<u>Commande</u> : - Par mail pour retrait « drive » au domaine sur rendez-vous - Boutique en ligne
Miel et propolis	Philippe Delsolet Agnès Girou Apiculteurs	Vaour (habituellement présent > marché de Cordes)	05 63 56 20 66 a.girou81@gmail.com	Sera présent sur le marché de Les Cabannes, le mercredi + Au Panier Naturel Cordes
Miel acacia, châtaignier et toutes fleurs	Christian Dalla Costa	Haute Serre - Penne	05 63 53 11 37	Vente à la ferme sur rendez-vous, épicerie de Penne et Ellype à Vaour
Miels & produits de la ruche	Les Ruchers de la Boissonade Lucie Kopping	Roussergues - Penne	06 09 79 11 98	Présente sur marché de Vaour 1 fois par mois. RDV obligatoire pour commande avant d'aller sur place
Vins et spiritueux				
Vins et spiritueux	Francis BABIN Cave St Michel	Place Saint Michel Cordes sur Ciel	05 63 56 92 07	Tous les jours : 11h/12h30 & 16h/18h
Cave Vins Bio – Spiritueux, Cave à croquer, tapas, épicerie de Terroir	Cordes au bas	9, avenue de la Grésigne à Cordes	05 63 56 22 20 cordesaubas@gmail.com	Du 11/02 au 09/01 : 9h30 - 19h30. Fermé du 10 janvier au 10 février.
Tabac - Presse				
Tabac - presse	Presse du Cordais Michel HALL	Place de la Bouteillerie Cordes sur Ciel	05 63 56 11 69	Lundi au samedi 7h/19h Dimanche 8h/12h
Tabac et Gaz	Restaurant la Terrasse	Le Village Penne	05 63 56 35 03 laterrasse@orange.fr	Matin 10h/12h, sauf mercredi et jeudi Sonnette à gauche de la porte
Tabac et gaz	L'Épicerie de Stéphane	Rue du Nord - Vour	05 63 56 34 40	Horaires idem épicerie
Alimentation animales- graines - plants potagers				
Plants potagers, aromatiques et maraichage permaculture	Le Jardin d'Émerveille Rémi KULIK	Al Barthas Vaour	06 17 67 40 36 lejardindemerveille@gmail.com www.lejardindemerveille.net	Vente de plans : liste sur le site (onglet « mes productions/plantes ») et commande sur : https://app.cagette.net/le-jardin-demerveille Vous pourrez venir récupérer votre commande sur place au Jardin d'Émerveille. La pépinière est ouverte le mercredi et le samedi 15h/19h

Plans potagers, aromatiques, fleurs comestibles, arbustes petits fruits, fruitiers Plantes d'ornements Paysagiste	Jardin des Bastides Sylvie GRAVIER	Milhars	06 75 20 25 57 05 63 56 36 61 jardinbastides@gmail.com www.jardinsdesbastides.fr	Pépinière : lundi au vendredi, 13h30/17h30 & samedi, 9h/17h30
Alimentation animale, Graines	Graineterie Pradal	1 rue Lapeyrade Les Cabannes	05 63 56 01 70	Mardi au samedi : 8h/12h et 14h/18h - dimanche 8h/12h
Quincaillerie	Quincaillerie Donnadille	16, Promenade de l'Autan - Les Cabannes	05 63 56 02 56	Mardi au samedi : 8h30/12h & 15h/18h

Service des mairies

Mairie		Bournazel	05 63 56 11 52 mairie.bournazel.81@wanadoo.fr	Mardi & jeudi : 14h-17h
Mairie		Cordes sur Ciel	05 63 56 00 40 mairie@cordessurciel.fr mairie.cordessurciel.fr	Lundi au vendredi : 9h-12. Les après-midis, sur RDV uniquement pour les passeports & cartes d'identité
Mairie		Labarthe-Bleys	05 63 56 13 67 mairielabarthe-bleys@wanadoo.fr	Vendredi : 14h-17h En cas d'urgence : 06 87 86 36 57
Mairie		Lacapelle-Ségalar	05 63 53 92 94 mairie.lacapellesegalar@orange.fr	Lundi de 9h-13h et vendredi 9h-12h30
Mairie		Laparrouquial	05 63 76 16 01 mairie-de-laparrouquial@orange.fr	Lundi : 9h-12h Mercredi : 13h30-16h30
Mairie		Le Riols	05 63 65 43 29 mairie.leriols@wanadoo.fr	Mardi : 14h-17h30 Vendredi : 9h-12h
Mairie		Les Cabannes	05 63 56 01 38 contact@lescabannes81.fr www.lescabannes81.fr	Mardi, mercredi & vendredi : 14h-17h
Mairie		Livers-Cazelles	05 63 56 00 72 mairie.liverscazelles@orange.fr	Mardi : 14h-18h Jeudi : 15h-19h
Mairie		Marnaves	05 63 56 38 14 mairie@marnaves.fr	Lundi : 14h-16h et le jeudi : 9h-12h

Mairie		Milhars	05 63 56 33 08 mairiedemilhars@wanadoo.fr https://milhars.com	Lundi, mardi & vendredi : 8h30-12h30
Mairie		Mouzieys-Panens	05 63 56 12 07 mairiemzp@mouzieys-panens.fr mouzieys-panens.fr	Mercredi : 8h-12h et Vendredi : 8h 10h
Mairie		Penne	05 63 56 31 11 mairiedepenne@orange.fr mairie-penne-tarn.fr	Lundi, mardi, mercredi, vendredi : 9h-12h et de 14h-17h, le jeudi de 9h-12h En cas d'urgence : 06 10 58 08 63 ou 07 57 06 35 93
Mairie		Roussayrolles	05 63 56 38 97 mairie.roussayrolles@orange.fr	Vendredi : 10h-12h
Mairie		Saint-Marcel-Campes	05 63 56 08 19 commune.st-marcel.campes.tarn@wanadoo.fr	Lundi : 14h-18h Mercredi : 9h-13h
Mairie		Saint-Martin-Laguépie	05 63 30 24 59 mairiestml@orange.fr	Mardi au jeudi : 8h30-12h + Mercredi : 13h30-17h + Jeudi : 13h30-17h30
Mairie		Saint-Michel-de-Vax	05 63 56 39 09 mairiedesaintmichel@wanadoo.fr	Mardi : 9h30-12h30
Mairie		Souel	05 63 56 17 28 mairie.souel@wanadoo.fr	Mardi & vendredi : 13h30-17h30
Mairie		Vaour	05 63 56 30 41 mairie@commune.vaour.fr	Lundi, mardi & vendredi : 13h30-17h30 + Jeudi : 8h30/12h30 et 13h30-17h30
Mairie		Vindrac-Alayrac	05 63 56 26 10 mairiedevindrac@wanadoo.fr vindrac.canalblog.com	Lundi : 14h-17h & Jeudi : 10h-12h
Service Postal et Bancaire				
La Poste La Banque Postale		Cordes sur Ciel	05 63 56 03 05 3631 service courrier/colis 3639 La Banque Postale http://www.laposte.fr	Du mardi au vendredi : 9h-12h et 13h30-16h30 Le samedi : 8h30-12h
Agence Postale		Cordes La Cité (proche halle haut de ville)	http://www.laposte.fr	Du lundi au vendredi : 13h45-15h45. Distributeur en fonction Hall d'entrée Musée Art Moderne et Contemporain

Agence Postale		Les Cabannes	05 63 56 11 98 3631 service courrier/colis 3639 La Banque Postale http://www.laposte.fr	Du lundi au vendredi : 9h-12h
Agence Postale		Milhars	05 63 56 36 90 3631 service courrier/colis 3639 La Banque Postale http://www.laposte.fr	Du lundi au vendredi : 9h-11h45
Agence Postale		Penne	05 63 56 36 68 3631 service courrier/colis 3639 La Banque Postale http://www.laposte.fr	Du lundi au vendredi : 9h-12h
Agence Postale		Vaour	05 63 53 98 38 3631 service courrier/colis 3639 La Banque Postale http://www.laposte.fr	Du lundi au vendredi : 9h-12h
Caisse d'Épargne		Cordes sur Ciel	05 67 87 50 01 05 67 87 50 02	Le matin : mardi, mercredi, vendredi & samedi 8h30/12h15, le jeudi 9h/12h15 (sans rendez-vous) L'après-midi : mardi au vendredi 13h30/17h20 (sur rendez-vous). Distributeur bancaire actif
Crédit Agricole		Cordes sur Ciel	05 63 53 85 01	Du mardi au vendredi 9/12h & 13h30/17h45, le samedi 9h/12h & 13h30/16h (les matins avec ou sans rendez-vous, les après-midis sur rendez-vous) Distributeur bancaire actif. Versements, retraits monnaie, dépôts chèques dans le hall d'entrée
Garage/Station-service				
Garage Station-Service	Jérôme Roumigières	Av Grésigne - Cordes sur Ciel (à entrée de Les Cabannes)	05 63 56 00 27	Station-service du lundi au vendredi 7h45/12h30 & 14h/19h Garage du lundi au vendredi 8h30/12h & 14h/18h
Garage Station-Service	Jean-Loup Andrieu	5, avenue de la Grésigne Cordes sur Ciel	05 63 56 00 33	Garage/station Du lundi au vendredi : 8h30-12h & 14h-18h. Samedi 8h30-12h
Station-Service & laverie automatique	Sarl Atras	Route d'Albi - Livers-Cazelles (sortie de Cordes sur Ciel)	05 63 56 09 55	Station ouverte 24h/24, en libre-service

Déchèteries	Trifyl	Le Ferral Les Cabannes	05 63 56 19 01 www.trifyl.fr	Mardi, mercredi, vendredi & samedi : 9h-12h & 14h-18h
		Mini déchèterie de Milhars		Lundi et vendredi : 8h-12h et 14h-17h Samedi de 8h30 à 12h30
		Mini déchèterie de Penne		Le 1 ^{er} vendredi de chaque mois : 14h-17h et le 1 ^{er} samedi de chaque mois : 9h-12h

Services liés à la protection personnelle contre le Covid19 :

Cordes sur Ciel :

- Fabrication de masques barrières (référéncée sur le site AFNOR) : Aurélia Boutry - Kontrevent - 12 grand rue Raimond VII - 06 46 27 54 71. Masque barrière norme AFNOR à plis en coton, marquage du nez, lavable & réutilisable, réglable avec notice pour utilisation convenable et entretien. Réalisation de masques pour enfants également. Vente à l'unité ou par 5.
- Fabrication de masques barrières : Cuirs Audibert - 57 Rue Raimond VII - 06 07 26 21 00. Masque barrière réalisé en 4 épaisseurs de tissu, lavable & réutilisable. Vente par sachets de 5

Milhars :

- Fabrication de masques barrières : Mailis Martinsse - Mailles par Maï - La Terrisse - 06 10 72 38 73 - Masque barrière norme AFNOR pour adultes & enfants à plis en coton, marquage du nez, lavable.

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



Éviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



Porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée et dans tous les lieux où cela est obligatoire



Limiter au maximum ses contacts sociaux (6 maximum)



Aérer les pièces 10 minutes, 3 fois par jour



Utiliser les outils numériques (TousAntiCovid)

Prenez bien-soin de vous et de vos proches.