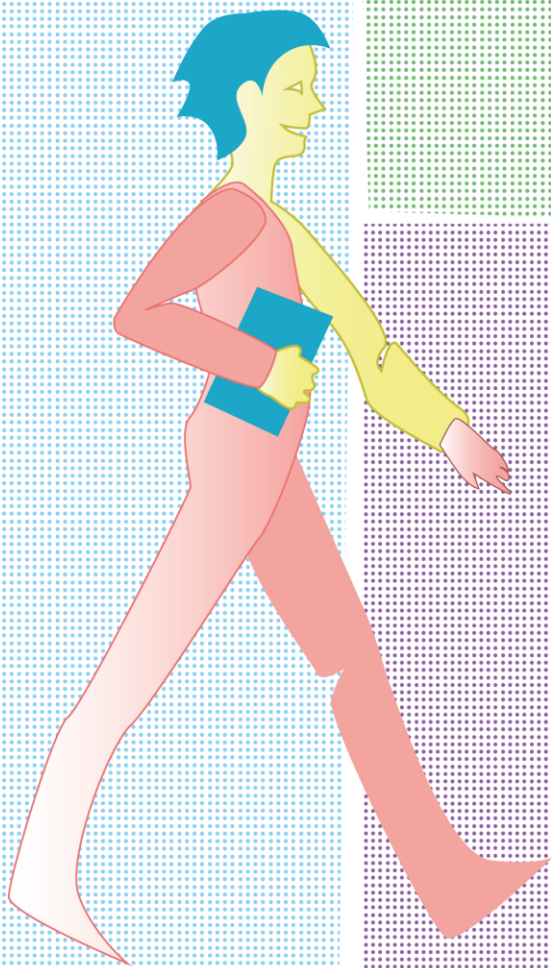


L'ALBENQUE LE GUIDE

Version Septembre 2026





Le mot du maire



**Chères Lalbenquoises, chers Lalbenquois,
Chers nouveaux habitants,**

Ce guide a été conçu pour vous accompagner dans votre vie quotidienne et vous permettre de mieux connaître notre commune, ses services, ses équipements, ses associations, ses temps forts et toutes les ressources qui font la richesse de notre territoire. Il s'adresse autant à celles et ceux qui vivent ici depuis toujours qu'aux nouveaux arrivants, que nous accueillons avec plaisir.

Lalbenque est une commune à taille humaine, vivante, attractive et profondément attachée à son identité. Notre cadre de vie est précieux : un patrimoine remarquable, un environnement préservé, une vie associative dynamique, des commerces, des écoles, des services de proximité, des professionnels engagés et une vraie convivialité au quotidien. C'est cette qualité de vie, à la fois rurale, active et solidaire, qui fait la force de notre village.

Être maire aujourd'hui, c'est à la fois préserver cet équilibre, préparer l'avenir et répondre concrètement aux attentes des habitants. Avec l'équipe municipale, nous sommes pleinement mobilisés pour faire de Lalbenque une commune toujours plus accueillante, plus pratique, plus attentive aux besoins de chacun et plus ambitieuse pour les années à venir.

Nous voulons continuer à accompagner les familles, soutenir la vie locale, favoriser l'attractivité de notre commune, valoriser notre patrimoine, renforcer les liens entre les générations et faire vivre un esprit de proximité, de dialogue et d'engagement collectif. Je souhaite que ce guide soit pour chacun un outil utile, simple et accessible. Il vous permettra de trouver rapidement les informations essentielles. Et pour suivre l'actualité de la commune au plus près, je vous invite également à consulter le site internet de la mairie, le journal municipal ainsi que l'application Intramuros.

Au nom du Conseil municipal, je vous souhaite une excellente lecture et, à toutes celles et ceux qui ont choisi Lalbenque pour y vivre, y travailler ou y construire leur avenir, je vous adresse mes plus sincères vœux de bienvenue.

Vive Lalbenque !

Sébastien Nodari,
Maire de Lalbenque

Je m'informe auprès de la mairie



120, rue du marché aux truffes 46230 Lalbenque



05 65 31 61 17

Email : mairie@lalbenque.fr



Du lundi au vendredi de 9h à 12h
Mardi et vendredi de 13h30 à 16h30
Samedi de 9h à 12h deux fois par mois



Le Journal

Simple et gratuit,
distribué dans toutes les
boîtes aux lettres et
disponible en mairie :
événements, actualités
communales, dossiers...



www.lalbenque.fr



[@mairiedelalbenque](https://www.facebook.com/mairiedelalbenque)

La mairie de Lalbenque se digitalise !

1. Cliquez sur l'icône de téléchargement de votre smartphone (ou capturez le flashcode)



2. Tapez IntraMuros dans la barre de recherche et téléchargez l'application



3. Sélectionnez ensuite votre commune et naviguez dans les différents onglets

C'est simple et gratuit !

Recevez les informations importantes par notification.

Découvrez les événements, les actualités, les lieux à visiter, les services de la commune et des alentours.

Ne pas payer sur la voie publique

IntraMuros

L'application mobile de ma commune

Mes premières démarches

Services municipaux

Location de salles : 05 65 31 61 17

État-civil : 05 65 31 63 64 - Permanence les vendredis de 10h à 12h ET DE 14H à 16H30



Urbanisme : 05 65 31 63 07 –mardi 14h-16h30 et jeudi 9h-12h

Internet par la fibre

Carte interactive sur lot.fr : lot.fr/plus-de-d-bit-quand

Lot numérique : lotnumerique@lot.fr ou 05 65 53 43 31

Trouver un logement

Lot Habitat : Office HLM, 23 avenue Maréchal Juin 46000 Cahors

ophlm46@lot-habitat.com ou 05 65 53 20 20

Polygone : 23 avenue Maréchal Juin 46000 Cahors, 05 65 35 40 40

La Poste

Du mardi au vendredi : 8h45 à 12h15 et 14h à 16h30 - Samedi : 8h45 à 12h

Dernière levée : lundi à vendredi à 14h30 et samedi à 12h - 05 65 24 20 35

Assainissement : SPANC Lot 46

Conseils aux particuliers. Communauté de communes, 38 place de la bascule, à Lalbenque - 05 65 24 60 43 ou www.cc-lalbenque-limogne.fr

SAUR (eau potable)

Lundi à vendredi 9h à 12h et de 14h à 17h

Urgence : 05 81 91 35 07 - www.saurclient.fr

Rénovation énergétique : Guichet Rénov Occitanie

Service gratuit : soutien financier, technique et administratif pour la réalisation de votre projet. Permanences à Lalbenque (dates disponibles en mairie) - 0 800 08 02 46 (appel gratuit)

Parc Naturel Régional des Causses du Quercy

11 rue Traversière 46240 Labastide-Murat, 05 65 24 20 50

www.parc-causses-du-quercy.fr



La vie citoyenne à Lalbenque



Sébastien Nodari,
maire de Lalbenque

Les élus : maire et adjoints

Rencontrer les élus à la mairie

Les adjoints : sans RDV tous les samedis matin de 10h à 12h



Charles Lonjou
1er adjoint
Comité Réseaux



Magali Coquin
2ème adjointe
Comité Santé et Lien social



Philippe Parlat
3ème adjoint
Comité Sécurité et Infrastructures



Joëlle Serenne
4ème adjointe
Comité Budget participatif et Démocratie locale



Aymeric Delon
5ème adjoint
Comité Attractivité et Protection du territoire

Les commissions du Conseil municipal

- 1 - Orientations budgétaires
- 2 - Urbanisme et aménagement du territoire
- 3 - Appel d'offre

Les comités consultatifs municipaux

Enfance et Écoles

Réseaux

Sécurité et Infrastructures

Santé et Lien social

Attractivité et Protection du territoire

Budget participatif et Démocratie locale





Le budget participatif

Le budget participatif permet aux habitants de proposer des projets d'intérêt général et de voter pour ceux qu'ils souhaitent voir se réaliser.

La commune de Lalbenque réserve 15 000 € de son budget d'investissement pour réaliser les projets proposés et votés par les Lalbenquois.

6^e budget* participatif de Lalbenque

Du 1^{er} mai au 20 juin 2026
déposez votre projet !

***15 000€**
pour réaliser des projets

Nous avons une idée pour la commune

Ces projets peuvent concerner tout domaine de la vie communale : sports, espaces publics, culture, solidarité, etc. Tous les habitants, âgés de 10 ans et plus, peuvent proposer des projets dont le coût est compris entre 100 € et 5000 €.

Après dépôt des projets, les services municipaux et les élus réaliseront les études techniques et financières des propositions recevables. Par la suite, les habitants sont invités à voter pour les projets qu'ils souhaitent voir se réaliser. La municipalité s'engage à réaliser les projets ayant recueilli le plus de suffrages dans la limite de l'enveloppe allouée.

Les infos pour participer sont sur

www.lalbenque.fr



Connaître mon territoire

La commune de Lalbenque

Altitude : 300m environ

Village étoilé : 2 étoiles

Région : Occitanie

Département : Lot

Canton : Marches du Sud Quercy

Communauté de communes du Pays de Lalbenque-Limogne

Parc Naturel Régional des Causses du Quercy, au sud du causse de Limogne, en limite du Quercy Blanc.

Site Remarquable du Goût pour son marché aux truffes, inscrit à l'inventaire du patrimoine culturel immatériel français au Patrimoine Culturel Immatériel

Chemin de Saint-Jacques en bordure de la commune

Venir à Lalbenque :

- A20 sortie 58 Cahors Sud
- TER gare de Lalbenque-Fontanes ligne Brive-Toulouse
- TGV à Montauban à 50Km
- Aéroport de Blagnac à Toulouse 100Km

La communauté de communes du Pays de Lalbenque-Limogne (CCPLL)

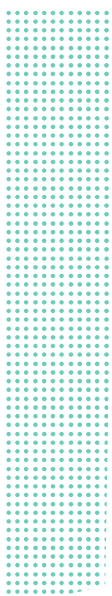
Nombre de communes : 23 - **Habitants** : 9 000

Compétences de la communauté de communes :

Culture et vie associative : Médiathèque, Salle Culturelle la Halle à Limogne, subventions à des associations qui œuvrent son territoire

Tourisme et Patrimoine : Office de tourisme de Cahors Vallée du Lot
www.tourisme-cahors.fr

Enfance et jeunesse : Relais Assistant Maternel Itinérant (RAMI), Micro-Crèche de Flaujac-Pujols, ALSH Lalbenque et de Limogne, rendez-vous Jeunes 12-18 ans



Action Sociale : CIAS, EHPAD de Limogne (05 65 24 35 05),
MARPA de Lalbenque (05 65 31 75 05),
MARPA de Montdoumerc (05 65 31 65 15)

Vie pratique : Ordures ménagères, urbanisme (05 65 24 60 44)



Maison France Service

Pour toutes vos démarches administratives : CAF, compte AMELI sécurité sociale, carte grise, dossier d'assurance retraite, pôle emploi, téléservices de la préfecture du Lot.

A la maison communautaire, place de la Bascule, sur RDV du lundi au jeudi de 9h à 12h et 14h à 17h, vendredi de 9h à 12h.

05 65 24 22 55 ou par mail : franceservices@ccpll.fr

Maison Communautaire : 38 Place de la Bascule, 46230 Lalbenque.

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et 14h à 17h.

05 65 24 22 50 ou www.cc-lalbenque-limogne.fr

Le département du Lot

Code postal : 46.

Préfecture : Cahors (19 902 habitants en 2022)

Conseil Départemental du Lot : Avenue de l'Europe, Regourd BP 291 46005
Cahors Cedex 9

05 65 53 40 00 ou www.lot.fr

La région Occitanie

Maison de la Région à Cahors : 107 quai Cavaignac 46000 Cahors

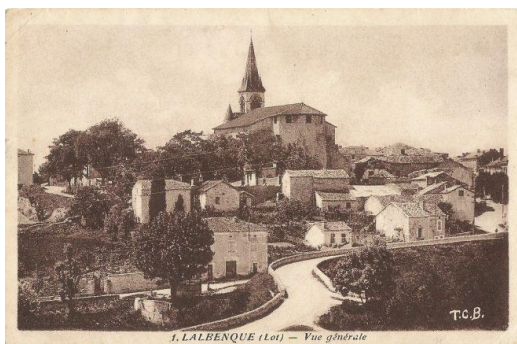
Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

05 61 39 69 46 ou par mail : maisonregion.cahors@laregion.fr
www.laregion.fr

Connaître mon village

L'histoire du village

Plusieurs dolmens indiquent que le pays fut habité dès la plus haute Antiquité. Par la suite, la voie romaine de Lyon à Bordeaux traverse la contrée. Des sépultures mérovingiennes y ont été découvertes. En 1010, un concile de paix a lieu à « Albenca ». La dédicace de l'église date de 1090. Au XIIème siècle, Lalbenque est une seigneurie appartenant à la maison de



Vayrols qui était très puissante. Le bourg était entouré par un fossé, et devait compter cinq portes. Durant la guerre de Cent Ans, lors de l'occupation du Quercy par les anglais, Lalbenque fut une des places les plus importantes du pays. En 1351, le bourg compte 60 feux, soit un peu moins de 300 personnes. En 1362, la Compagnie

de Lesparre a ravagé la région et mis le feu à la ville. En 1501 la foudre incendie le château, mais il est reconstruit. En 1695, l'établissement de la capitation provoque une révolte sévèrement réprimée. A la Révolution, Lalbenque se composait de trois paroisses : Saint -Quirin avec 700 habitants, Saint- Hilaire avec 620 habitants et Sainte-Croix de Paillas avec 450 habitants. En 1792, le château est ravagé par les insurgés et complètement détruit. Il était situé à la Placette.

Pendant tout le XIXème siècle, le village fut un centre très important pour la fabrication des tresses de paille servant à confectionner les chapeaux à Caussade et Septfonds. D'une superficie de 5 200 hectares environ, Lalbenque comptait plus de 2 000 habitants au milieu du XIXème siècle. En 1980, la population n'était que de 878 habitants. **De nouveaux arrivants ont permis à la commune d'atteindre 1925 habitants au 01/01/2025.** La commune tire son nom de la couleur blanche de ses terres « Albus ».



Lalbenque aujourd'hui

Lalbenque est le siège de la Communauté de communes du Pays de Lalbenque -Limogne. La renommée de Lalbenque est due à son célèbre marché aux truffes qui a lieu tous les mardis de décembre à mars.



Ce marché lui a valu le titre de « capitale de la truffe noire » du Quercy, classé Site Remarquable du Goût et depuis 2020 inscrit au Patrimoine Culturel Immatériel.

* inscrit à l'inventaire voir p 6

Le marché aux truffes se tient dans la rue principale à 15h du premier mardi de décembre à fin février/mi- mars, animé par l'association des Trufficulteurs du Canton de Lalbenque et des Causses du Quercy, afin de faire découvrir au mieux ce produit emblématique de notre territoire.

La commune dispose de tous les services, commerces, artisans et une zone d'activités de petites entreprises (Zone de Lissaure, route de Castelnau). Les exploitants agricoles pratiquent l'élevage (ovin, bovin, caprin) et les cultures céréalières et fourragères.

On retrouve certains de ces producteurs sur le marché de Lalbenque tous les samedis matins.

La commune est dotée d'une maison médicale qui héberge des médecins généralistes, infirmières, kinésithérapeutes, dentistes, nutritionnistes. D'autres professionnels de santé sont installés dans le bourg. Une médiathèque, et la présence de nombreuses associations donnent la possibilité à tous de se détendre et de pratiquer de multiples activités. Lalbenque est un village dynamique.

Le chemin de Saint-Jacques de Compostelle (GR 65) borde la commune et de nombreux pèlerins y font une halte. Le tourisme reste un acteur essentiel de l'activité économique en période hivernale pour la truffe, et estivale, pour les chemins de randonnées et le petit patrimoine, participant également au développement de gîtes et de chambres d'hôte présentes sur et autour de la commune. En 2017, le label deux étoiles a été attribué à Lalbenque, lui valant la reconnaissance de "**Village Etoilé**" engagement de la commune pour la protection du ciel et pour la qualité de l'environnement nocturne, tant pour les humains que pour la biodiversité.



Enfance et jeunesse

Petite enfance

Assistantes maternelles

Liste des assistantes maternelles et aide administrative : Sophie Tourtelier à la Maison communautaire au 05 65 24 22 53 ou rpe@ccpll.fr

Relais Assistantes Maternelles Itinérant (RAMI) :

05 65 24 22 53 ou par mail : ram.cclalbenque@orange.fr

Mam les Coccinelles : 3044 rte de Laburgade à Lalbenque 06 40 05 65 76

Micro-Crèche de Flaujac-Poujols :

05 65 30 95 47 ou par mail : microcreche.cclalbenque@orange.fr

Elémentaire et maternelle

Les écoles de Lalbenque pratiquent la semaine de 4 jours.

École Maternelle Publique : Cami del Mouli 46230 LALBENQUE, 05 65 21 28 72

École Élémentaire Publique :

37 rue Cami del Mouli 46230 LALBENQUE, 05 65 31 60 36

ALAE - Accueil de Loisirs Associé à l'École

Accueil des enfants tous les jours (hors mercredi et vacances scolaires) : Matin :

7h15 à 8h50 - Midi : 11h45 à 13h50 - Soir : 16h45 à 18h45

143 Cami del Mouli 46230 LALBENQUE

06 31 10 08 14 ou par mail à alae@lalbenque.fr

ALSH - L'accueil de loisirs Intercommunal TrollDeBouille (TDB)

Tous les mercredis de 7h15 à 18h45 - Vacances scolaires de 7h15 à 18h45.

143 Cami del Mouli 46230 LALBENQUE

09 63 22 32 25 / 06 02 02 69 09 ou par mail à alsh.lalbenque@ccpll.fr

**École Privé Maternelle et Élémentaire Sainte-Thérèse**

53 Place du Balat 46230 LALBENQUE, 05 65 31 71 77

Garderie 7h30 à 9h et 16h30 à 18h30

Collèges

Collège Public Emile Vaysse : 12 Avenue du général de Gaulle 46170 Castelnau-Montratier - 05 65 21 96 85

Collège Privé Sainte-Thérèse

126 Chemin de Jarlan 46230 LALBENQUE - 05 65 23 54 47

Collège Public Gambetta

105 rue du Président Wilson 46000 CAHORS - 05 65 20 30 30

Collège Public Olivier de Magny

Rue George Sand 46000 CAHORS - 05 65 20 58 00

Rendez-Vous Jeunes

Accueil de loisirs sans hébergement de 12 à 18 ans. Rencontres certains vendredis de 19h à 22h30 à la Maison communautaire à Lalbenque. Sorties et activités - 06 89 28 73 61 ou par mail rdvj.cclalbenque@orange.fr

Lycées

Lycée Clément Marot : 59 rue des Augustins 46000 CAHORS - 05 65 35 25 17

Lycée Gaston Monnerville : 165 rue Georges Sand 46000 CAHORS - 05 65 20 58 29

Lycée des Territoires : 422 Lacoste 46090 LE MONTAT - 05 65 21 03 67

Lycée privé Saint-Etienne : 49 Rue des Soubirous CAHORS - 05 65 23 32 00

Ecole des Métiers du Lot & CFA BTP :

Rue Saint-Ambroise, 46000 Cahors - 05 65 53 21 00

Ramassage scolaire

Sur la commune : Pélissié, Saint-Hilaire, Marcenac, Labarthe, Pasture, Laboul, Paillas, La Borie du Moulin, le bourg, Place de la Bascule, giratoire du Mercadiol.

Horaires et circuits à la mairie.

Inscription auprès de LIO, transport scolaire Occitanie (pour tous les âges, vers Lalbenque ou Cahors). lio.laregion.fr/transports-lot-scolaire

Cadre de vie

Foires et Marchés

Marché hebdomadaire : Tous les samedis matin, toute l'année - rue du marché aux truffes : 8h à 13h

Marché aux truffes : Tous les mardis après-midi de décembre à mars
14h Marché au détail - 14h30 Marché en gros

Foire : Chaque dernier mardi du mois (sauf la veille de Noël)

Manifestations et fêtes

Fête de St Hilaire : troisième week-end d'avril

Fête Votive de Lalbenque : le deuxième week-end du mois de mai

Fête de St Geniès : le dernier week end du mois d'août

Estiv'oc : le 1er week-end d'août tous les 2 ans

Agor'asso : la 1^{ère} quinzaine de septembre

Lac'oustique : fin août début septembre tous les 2 ans

Médiathèque

38 Place de la Bascule - **05 65 24 22 56**

Horaires d'ouverture : Lundi : 15h - 17h30 - Mercredi : 10h - 12h30 / 14h - 18h00
- Vendredi : 15h - 17h30 - Samedi : 9h30 - 12h30

Tarifs : Adhésion pour les résidents du territoire : 5€ individuel / 10€ famille

Pour les non-résidents : 10€ individuel / 20€ famille - 1€ par 1/2 heure de consultation internet pour les non-adhérents - 20 cts / impression

Espace Aquatique Municipal CausséO

Ouverte de mai à septembre. Piscine chauffée.

Horaires, tarifs, plaquettes, tarif social,

tout est disponible sur le site internet, en

mairie ou à la piscine pendant la période d'ouverture.

Ecole de natation, ouverte aux enfants débutants à confirmés de 4 à 16 ans.

Animation avec plusieurs séances d'aquagym et aquabike par semaine.

Animations estivales (petit sauveteur, cours de natation)

Inscription et achat de cours et séances en mairie

05 65 31 72 21 (pendant la période d'ouverture uniquement)



Aux abords de la piscine

Skate parc - Terrain de tennis – City parc - Table de ping-pong - Parcours de bosse

VTT, parcours fitness, parcours de santé, terrain de beach volley

Pour les petits

Aire de jeux pour les tout-petits derrière l'Eglise.

Gymnase

Derrière l'école élémentaire publique 155 rue Cami del Mouli

Salles municipales ouvertes à la location

Salle des fêtes de Lalbenque - Salle des fêtes de St-Hilaire - Salle du Mercadiol

Salle voûtée - Salle Miramon - Salle Omnisports (Gymnase) - Possibilité de louer des tables et des chaises

05 65 31 61 17 ou communication@lalbenque.fr

Les infos sur la location de salles sont sur

www.lalbenque.fr



Mobilité



Trains vers Toulouse via Caussade et Montauban

Au départ de la gare de Lalbenque-Fontanes (à 4km du bourg)

Horaires au premier septembre 2026

Pour Toulouse, 10 TER par jour (durée moyenne : 1h18).

Lalbenque	Toulouse	Toulouse	Lalbenque
06h25	07h35	05h44	07h05
07h35	08h47	06h43	08h05
08h36	09h45	08h59	10h20
09h44	11h05	11h00	12h20
11h36	12h57	12h59	14h20
13h36	14h57	15h02	16h23
15h40	17h00	17h17	18h26
17h39	19h00	18h19	19h28
19h37	20h59	19h12	20h21

Trains vers Cahors et Brive via Gourdon et Souillac

Départ	Destination	Départ	Destination
8h06	Cahors	16h24	Cahors
10h21	Brive-La-Gaillarde	18h27	Brive-La-Gaillarde
12h23	Cahors	19h29	Brive-La-Gaillarde
14h21	Brive-La-Gaillarde	20h17	Cahors

L’empreinte carbone du voyage en train Toulouse - Lalbenque est de 2.6 kg de CO₂ en moyenne par personne. Pour un même trajet, vous consommerez jusqu’à 50 fois moins de CO₂ en train qu’en voiture.

Tous les horaires en détail sur le site de la SNCF :

<https://www.ter.sncf.com/occitanie/horaires/recherche>

Covoiturage



Aire de covoiturage près des ateliers municipaux,
Application de covoiturage du Lot Lotocar

<https://www.lotocar.fr/>



Bus : Ligne Lio



La ligne 881 intitulée Lalbenque-Cahors fonctionne du

lundi au vendredi pendant toute l’année scolaire (4 départs journaliers vers Cahors entre 7h et 17h45 et plusieurs retours possibles entre 6h20 et 18h35). Cette ligne régulière est accessible à tous (tarification au ticket : 2€, carnet de voyage et abonnement mensuel ou annuel possible).

Lalbenque (Place de la Bascule)	07:00	08:10	13:10	17:45		
Lalbenque (Giratoire Mercadiol)	07:02	08:12	13:12	17:47		
Cahors Gare	07:30	08:40	13:40	18:15		
Cahors Gare	06:20	07:35	12:30	17:00	17:30	18:35
Lalbenque (Giratoire Mercadiol)	06:51	08:06	13:01	17:31	18:01	19:06
Lalbenque (Place de la Bascule)	06:53	08:08	13:03	17:33	18:04	19:08

Les détails sur cette ligne sont sur

www.lalbenque.fr



Santé

Dentistes

Dr Gisèle Fernandez Tél. 05 65 31 16 49, maison de santé pluriprofessionnelle*

Dr Laurent Labouly, Tél. 05 65 31 61 51, maison de santé pluriprofessionnelle*

Diététicienne

Dr BOISSET Vania Tél 06.85.12.27.70 vaniamartinscarto@hotmail.fr

maison de santé pluriprofessionnelle

Ergothérapeute

Simon DECUQ, Tél. 06.22.15.00.10, sdecuq.pro@gmail.com

maison de santé pluriprofessionnelle*

Infirmiers

Cabinet Barthes Monique, Tél. 05 65 24 96 58, maison de santé pluriprofessionnelle*

Cabinet 3 INF, Tél. 07 72 40 00 15, maison de santé pluriprofessionnelle*

Kinés-ostéopathes

Luc Dionis, Tél : 05 65 35 16 99, maison de santé pluriprofessionnelle*

Katharine Gailleton, Tél. 05 65 24 58 47, maison de santé pluriprofessionnelle*

Médecins

Dr Jeanne Serin, Tél. 05 65 24 21 24, maison de santé pluriprofessionnelle*

Dr Astrid Maynier Gauthier, Tél. 05 65 24 21 24, maison de santé pluriprofessionnelle*

Dr Axelle Beinete 05.65.21.24.21 maison de santé pluriprofessionnelle

Dr Aude Vallet-Mérian, Tél. 09 64 19 73 39, 113 rue du marché aux truffes

Dr Antoine Marnet Tél 05.65.36.00.66, 113 rue du marché aux truffes



Médecines alternatives Cabinet du Balat

Aromathérapie / énergétique : Laetitia Baborrier-Gelly, Tél. 06 83 93 13 68

Eco-thérapeute : Pauline Ayora, Tél. 06 88 96 98 43

Hypnothérapeute et sophrologue : Sophie Lahaye, Tél. 07 70 40 92 36

Kinésiologue : Dany Séménadisse, Tél. 06 88 81 00 04

Massages : Eva Cardeur, Tél. 07 83 60 51 02

Médecines traditionnelles chinoises :

Hélène Boissel, Tél. 06 84 33 49 01

Méditation en pleine conscience : Anne Valéry, Tél. 06 28 27 21 03

Naturopathe vitaliste : Charlotte Faulhaber, Tél. 06 78 94 52 69

Reflexologue plantaire : Lise-Marie Rolland, Tél. 07 57 40 53 69

Ostéopathe

Aurélié Druart, Tél. 06 35 25 88 39, 36 rue du marché aux truffes

Orthophoniste

Fabienne Viemont Gimes,

Tél. 05 65 21 15 68, maison de santé pluriprofessionnelle*

Orthodontiste chirurgien-dentiste

Docteur Sabine Barboni-Ghazi, Tél. 05 65 23 50 32, place du Fajal

Pédicures-podologues

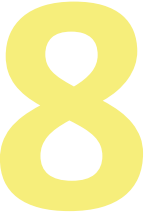
Stéphanie Piéron, Tél. 05 65 31 61 91, 06 88 23 33 42,

maison de santé pluriprofessionnelle*

Psychomotricienne

Dr BRUNET Marine Tél 07.49.68.10.01 marinebrunet.psychomot@gmail.com

maison de santé pluriprofessionnelle



Psychothérapeute-psychologue :

Viviane Delhon, Tél. 06 63 97 57 15, 52 place du Balat

Lyda Martinez, Tél. 06 80 55 09 14, maison de santé pluriprofessionnelle*

Périnatalité

Julie Besnard, Tél. 06 72 80 39 45, 83, rue du marché aux truffes

Pharmacie

Pharmacie Gisbert : Tél : 05 65 31 60 14, place de la bascule

Sage femme

Anne Bernajuzan rdv doctolib

Vétérinaire

Clinique vétérinaire des Arches, 5 impasse Pech Jantou, tél : 05 65 21 67 65

Prise de RDV au 05 65 35 04 78

** Maison de santé pluriprofessionnelle 130 chemin de la Vignasse*



Urgences sociales

Gendarmerie Nationale

Route de Cahors à Lalbenque

Pour toute urgence appelez le 17 Tél : 05 65 31 60 17

Centre de secours

Sapeurs-Pompiers de Lalbenque, Carrefour du Mercadiol

Pour toute urgence appelez le 18 ou le 112

Services de soins à domicile

Agir Pour Mieux Vivre : tél 05 65 31 70 76, à la maison médicale

Service d'aide à la personne :

Aide à domicile pour personnes âgées dépendantes, handicapées : 77 rue du marché aux truffes

<http://lotaideadomicile.com/> - Tél. 05 65 53 66 06 et 08 05 69 69 46

Portage de repas à domicile :

CCAS de Cahors Tel 05.65.53.30.40 ou département du Lot 08.05.69.69.46

Assistante sociale

Maison des solidarités départementales Tél. 05 65 53 47 70

Associations solidaires

Le Secours Populaire : Tél. 09 72 52 20 17

Le Secours Catholique : Tél. 05 65 31 71 43, 06 03 27 73 75

Les Restos Du Cœur : Tél. 06 76 24 65 60

Pompe Funèbres / Chambre funéraire

Thierry Pouzergues : ZA de Lissaure, 18 chemin du petit Escamps

Tél. 05 65 35 56 28 et 08 87 19 46 35



Vie économique et associations

Tous les commerces essentiels sont présents sur la commune.

Pour la liste des commerces, entreprises, artisans et associations :

www.lalbenque.fr ou sur l'application Intramuros



Culte

Père Barthélémy DINAMA KHONDE :

Presbytère – 55 rue du Paradis à Lalbenque - Tél : 06.44.94.79.58

Diacre : Monsieur Patrick HANNOYER

303 chemin de Mercadier à Lalbenque - Tél : 05 65 31 58 42 - 06 13 50 08 57

Diacre : Monsieur Christian CONTE Mas de Barthe à Vaylats

Communauté Religieuse des filles de Jésus :

5 rue du Bourrelrier à Lalbenque - Tél : 05 65 31 61 53



Je trie mes déchets

Je respecte le tri !



Toutes les ordures ménagères sont à déposer dans les bacs dans différents sites du village.

Bacs verts : déchets recyclables en vrac

Bacs gris : déchets ménagers dans des sacs

Le verre dans des récupérateurs



Tri des déchets : SYDED

Toutes les consignes de tri des déchets, la gestion de l'eau et les réseaux d'assainissement, 05 65 21 54 30 ou www.syded-lot.fr

Ramassage des ordures : Communauté de communes Lalbenque-Limogne et SICTOM Quercy blanc

Service des ordures ménagères de la Communauté de communes :

Ouvert le mardi de 9h à 12h et 14h-16h et le jeudi 9h à 12h

05 65 24 22 59, pour par mail à om.ccpll@orange.fr

SITCOM Quercy Blanc :

05 65 21 47 63 ou par mail sictom.msq@orange.fr

Déchetterie de Lalbenque

Route D6, route de Cahors 46230 Lalbenque

Lundi, mercredi et jeudi de 14h à 18h - Mardi et vendredi de 9h à 12h

Samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Attention : horaires d'été modifiés

05 65 20 17 46 - La déchetterie de Lalbenque dépend du SYDED.

QR Code à demander pour accéder à la déchetterie