

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES

**AVF**

SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

Pau



**Label**  
2019/2021

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

2020  
2021

125 bis, boulevard Alsace Lorraine - 64000 PAU  
Tél : 05 59 92 82 92  
Mail : avf-pau@orange.fr

AVF.ASSO.FR



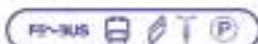
# TICKET MODALIS

## Mon titre de transport sur mon smartphone !

### Achetez et validez votre titre de transport

# IDELIS

de services de innovations de qualité



Plus d'informations sur  
[www.idelis.fr](http://www.idelis.fr)



Un service proposé par

NOUVELLE-AQUITAINE  
MOBILITES

PAU DEARM  
PYRENEES  
MOBILITES



© Shutterstock



© Shutterstock



© Shutterstock



© Shutterstock



© Shutterstock



© Shutterstock

## SOMMAIRE



France Publishing

Agence de communication  
Editeur · Régie publicitaire

**Siège social :** 16 Rue Brunel  
75017 Paris  
Tél. (33) 01 45 72 12 19  
Fax. (33) 09 56 42 51 50  
Délégation régionale Sud-Est :  
Immeuble le François  
305 route de Nîmes  
34170 Castelnau-le-Lez  
Tél. 04 30 96 52 92  
Site : [www.france-publishing.com](http://www.france-publishing.com)

- Direction : Mickaël MIMOUNI
- Publicité :
- Maquette : [www.imagein.fr](http://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.

..... 03 .....  
Edito du Président

..... 05 .....  
Edito du Maire

..... 07 .....  
**AVF PAU, BIENVENUE**

Le Service au Nouvel Arrivant ..8  
La formation.....9  
Nos animations.....10  
Planning.....11  
Nos sorties & activités .....12  
en images

..... 13 .....  
**PAU, NOTRE VILLE**

Une ville, une histoire .....14  
Les événements .....17  
incontournables

..... 19 .....  
**PAU PRATIQUE**

Stationnement.....20  
Venir à Pau .....21  
Se déplacer à Pau .....23  
Index des rues du plan .....25  
Plan de Pau .....26  
Education.....28  
Sports & Loisirs .....32  
Santé & Bien-être .....37  
Nos bonnes tables .....38  
Nos adresses gourmandes.....39  
Nos adresses utiles.....45  
Habitat .....46  
Numéros utiles.....48

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



GAZ RÉSEAU  
DISTRIBUTION FRANCE



**// Choisir le gaz, c'est  
aussi choisir l'avenir**

## **Le Gaz Vert : L'Energie des Territoires au service des Territoires**

Pour tout projet ou demande de  
raccordement, des conseillers GRDF sont  
disponibles du lundi au vendredi de 8 h à 17 h.

**▶ N°Cristal 09 69 36 35 34**

APPEL NON SURTAXE

**URGENCE SECURITE GAZ 7/7 j et 24/24 h**

**0 800 47 33 33** Service & appel gratuits

# ÉDITO DU PRÉSIDENT

---

L'association AVF Pau s'adresse aux nouveaux arrivant-e-s, celles et ceux qui ont fait le choix de s'installer d'une manière définitive ou temporaire dans notre cité. Elle a pour ambition de les recevoir et de leur faire découvrir une ville riche par son histoire et son patrimoine et également de leur permettre d'étoffer leur relationnel.

Ainsi par la diversité des activités proposées, des visites et des rencontres, AVF Pau contribuera à vous faire aimer votre nouveau cadre de vie et réussir votre installation et votre intégration.

En venant nous rencontrer Villa Charmoise, 125, boulevard Alsace Lorraine, vous serez reçus par des bénévoles spécialement formés à l'accueil.

Soyez les bienvenus-es !

Le président  
**Didier PASCAL**

## THE PRESIDENT'S WORDS

*The AVF PAU association is intended for newcomers, those who choosed to settle for a permanent or temporary stay in our city. Its ambition is to welcome them and make them appreciate our town which is rich by its history and its inheritance as well as to extend their network of contacts.*

*By the diversity of the activities suggested, the guided tours and the meetings, PAU AVF will contribute to make you appreciate your new surroundings, succeed in your setup and your integration.*

*Coming to meet us at Villa Charmoise, 125, boulevard Alsace Lorraine, you'll be greeted by volunteers, especially dedicated to reception.*

*You are most welcome !*

*The president*  
**Didier PASCAL**

## UNA PALABRA DEL PRESIDENTE

*La asociación AVF Pau está dirigida a los recién llegados, aquellos que han optado por establecerse permanente o temporalmente en nuestra ciudad. Su ambición es recibirlos y presentarles una ciudad rica en historia y patrimonio, y también permitirles desarrollar sus relaciones.*

*Por lo tanto, por la diversidad de las actividades, visitas y reuniones propuestas, AVF Pau contribuirá a hacerle amar su nuevo entorno de vida y a establecerse e integrarse con éxito.*

*Al venir a Villa Charmoise, 125, boulevard Alsace Lorraine, será recibido por voluntarios especialmente capacitados en recepción.*

*Bienvenidos !*

*El presidente*  
**Didier PASCAL**

CHEZ TCHIP,  
ON UTILISE LES  
COLORATIONS

L'ORÉAL  
PARIS

34€

SHAMPOING  
BRUSHING - COUPE  
+ COULEUR



"À CE PRIX LÀ,  
NE VOUS COUPEZ  
PLUS LES CHEVEUX  
VOUS-MÊME !"

24€

SHAMPOING  
BRUSHING  
+ COUPE



18, rue d'Orléans - 64000 PAU - Tél. 05 59 27 50 46  
18, rue Alexandre Taylor - 64000 PAU - Tél. 05 59 27 21 02

Du lundi au samedi  
de 9h à 19h

La coiffure à petits prix  
[tchip.fr](http://tchip.fr)



**arg**  
conseils  
financements & assurances

du Particulier au Professionnel

- financements
- assurances particuliers
- assurances pro
- bâtiment
- garanties financières

05 59 32 01 01

[contact@amgassurances.com](mailto:contact@amgassurances.com)

20<sup>bis</sup>, rue d'Etigny à Pau  
[amgassurances.com](http://amgassurances.com)



# ÉDITO DU MAIRE

---

**V**ille-jardin, idéalement située entre mer et montagne, Pau est l'endroit idéal pour grandir, étudier, travailler et se divertir. Et à ce titre, c'est une joie de vous compter désormais parmi les acteurs engagés dans la dynamique de notre ville.

Pau capitale humaine possède de si nombreux atouts. Il nous revient de les faire rayonner ensemble.

Ce guide regroupe l'ensemble des informations utiles pour vous rendre la ville plus facile. Il traduit concrètement, de manière pratique notre ambition d'accueil à destination de toutes celles et ceux qui nous rejoignent. En complément, je vous invite également à consulter notre site internet [www.pau.fr](http://www.pau.fr) pour ne rien manquer de notre actualité. Vous y trouverez les numéros utiles, les adresses et les services et un premier panorama de notre vie culturelle, sportive et associative dans laquelle je vous invite à vous engager pleinement.

Je vous souhaite une vie paloise, riche de rencontres et découvertes.

Bienvenue à Pau, capitale humaine.

**François BAYROU,**  
*Maire de Pau*

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

GLORIA

NATACHA



**REJOIGNEZ-NOUS !**

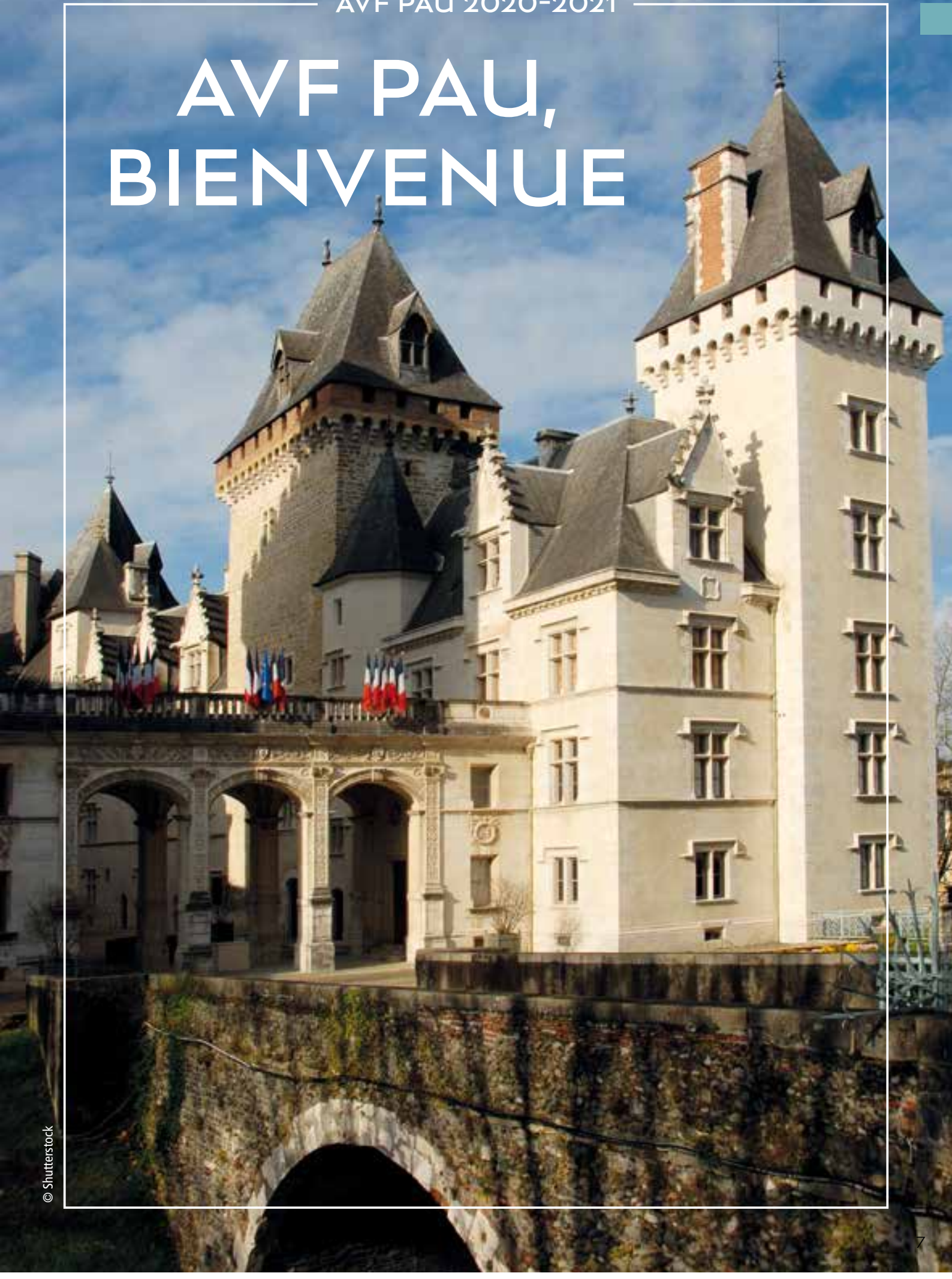
L'association qui agit pour les personnes nées avec une cardiopathie congénitale et leurs familles, du fœtus à l'âge adulte.

[contact@petitcoeurdebeurre.fr](mailto:contact@petitcoeurdebeurre.fr) ♥ [petitcoeurdebeurre.fr](http://petitcoeurdebeurre.fr) ♥    



AVF PAU 2020-2021

# AVF PAU, BIENVENUE



# LE SERVICE AU NOUVEL ARRIVANT

AVF est une association Loi 1901 régie par une charte et des statuts. C'est la seule Association en France ayant pour but unique l'ACCUEIL DES NOUVEAUX ARRIVANTS DANS LA VILLE.

Créée pour VOUS QUI VIVEZ LA MOBILITÉ et qui arrivez dans un nouvel environnement, AVF souhaite vous offrir l'aide et la chaleur que nous aimerions trouver nous-même dans des conditions identiques.

Notre association est un lieu de rencontre où vous, Nouveaux Arrivants, trouverez les informations importantes et les adresses utiles

à votre installation et votre connaissance de la ville où vous avez décidé de résider. Mais aussi, et surtout, vous aller rencontrer des personnes de la région ou venant d'ailleurs, lors d'animations de loisirs.

Vous serez reçus d'abord par une accueillante pour un entretien personnalisé, puis par les animateurs eux-mêmes «anciens» qui vous permettront, dans une ambiance conviviale et chaleureuse, de vous faire de nouveaux amis, dans une nouvelle ville, dans votre nouvelle vie.

## ADHÉSION

Toute adhésion à une association nécessite une cotisation, preuve de la qualité de «membre».

La cotisation couvre la période du 1<sup>er</sup> octobre 2020 au 30 septembre 2021.

Son montant est de 37€ pour une personne et de 50€ par couple. C'est la principale source de revenus de l'AVF.

Elle permet d'assurer l'accueil du Nouvel Arrivant, d'offrir aux adhérents des prestations gratuites ou à moindre coût et de couvrir les frais de fonctionnement (assurances, téléphone, apéritifs, formations, entretien...).



## INFOS PRATIQUES

### Permanences :

Mardi, mercredi : 14h30 / 17h00

Vendredi : 9h30 / 11h30

### Coordonnées : AVF PAU - Villa Charmoise

125 bis, bd Alsace-Lorraine - 64000 Pau

Tél. 05 59 92 82 92

E-mail : avf-pau@orange.fr

Site national : www.avf.asso.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.



# LA FORMATION

---

## **POUR LE BON FONCTIONNEMENT DE NOTRE AVF IL EST IMPORTANT D'AVOIR UN BÉNÉVOLAT COMPÉTENT**

Le Département Administratif de Formation des AVF propose des stages permettant d'aborder les problèmes relationnels que posent le travail collectif, la relation à autrui, le développement personnel et les relations humaines.

Nous pouvons ainsi offrir un accueil et un accompagnement de qualité aux nouveaux arrivants. Plus de 5000 nouveaux intervenants sont formés par an.

Ces formations sont sanctionnées en accord avec le ministère de l'Education nationale par une attestation prise en compte pour la Validation des Acquis de l'Expérience (VAE), qui peut aider à une reconversion professionnelle et être un tremplin vers la vie active.



# NOS ANIMATIONS

---

**NOMBREUSES ET VARIÉES, POUVANT ÊTRE ENRICHIES  
À TOUT MOMENT, LES ANIMATIONS FONT L'OBJET  
DE 2 SUPPORTS SPÉCIFIQUES DÉTAILLÉS :**



## LE PROGRAMME TRIMESTRIEL

Il vous renseigne sur les activités ponctuelles au début de chaque trimestre.  
Il est envoyé par mail et en version papier pour les adhérents n'ayant pas Internet.  
Toute inscription à une activité, même gratuite, se prend à la Villa Charoise, auprès des accueillantes lors des permanences.



## L'ANNUAIRE ET SUPPORT D'ACCUEIL

Remis lors de votre adhésion, il vous permet de prendre contact avec l'ensemble des bénévoles des AVF de Pau, les accueillantes et les responsables d'activités.

# PLANNING



## ACTIVITÉS MANUELLES

- ATELIER PEINTURE
- COUTURE
- BRODERIE - POINTS COMPTÉS
- TRAVAUX MANUELS
- TRICOT

## CULTURE ET JEUX

- CONVERSATION ESPAGNOLE
- CONVERSATION ANGLAISE
- JEUX D'ÉCHECS  
Parties libres  
Possibilité de commencer en cours d'année
- SCRABBLE
- INFORMATIQUE
- GROUPE DE LECTURE A TOUS LIVRES
- LIRE ET DÉLIRES
- CINÉMA
- CANASTA

## ACTIVITÉS SPORTIVES

- AQUAGYM  
Avec accès à l'espace détente  
Au centre sportif «Les Bruyères»  
(se renseigner auprès des accueillantes)
- GYMNASTIQUE CHINOISE  
LUK TUNG KUEN  
sur R.V au bout de la Place Royale  
(Fontaine Alfred de Vigny)
- MARCHE RAPIDE  
Rendez-vous au pont au dessus de la rue  
Marca - Entrée parc du Château
- MARCHE DU JEUDI APRÈS-MIDI  
Rendez-vous devant l'église St Joseph.  
Balade de 7 à 10 km.  
Dénivelé jusqu'à 250 m.  
Un fois par mois journée complète  
pique-nique.  
Chaussures de marche obligatoires.
- RANDONNÉES EN MONTAGNE  
Ces groupes vous entraîneront à la  
découverte des cimes pyrénéennes.  
Outre une bonne condition physique,  
un entraînement à la marche est  
indispensable.

Toutes les activités manuelles et culturelles  
se déroulent à la Villa Charmoise :  
125 bis, Bd Alsace-Lorraine - 64000 PAU  
avf-pau@orange.fr

# NOS SORTIES & ACTIVITÉS EN IMAGES



AVF PAU 2020-2021

# PAU, NOTRE VILLE





# UNE VILLE, UNE HISTOIRE

---

## SI PAU VOUS ÉTAIT CONTÉE...

Ville de Pau, Mission Valorisation de l'architecture et des patrimoines,  
Ville d'art et d'histoire,  
Julie Boustingorry,  
Animatrice de l'architecture et du patrimoine

---

## ARCHITECTURE ET PATRIMOINE

Pau est une ville de découvertes qui vous délivre les secrets d'une histoire riche aux influences multiples. Parlementaire, royale, anglaise, cosmopolite, splendide terrasse, mais aussi très contemporaine, elle est tout cela à la fois...

À l'origine, le château de Pau est un site défensif qui protège le carrefour de communication qu'autorise le passage à gué sur Gave de Pau, situé au pied de l'éperon rocheux.

Jusqu'à la fin du Moyen Age, Pau est un petit bourg qui se développe au pied de la





forteresse, contenu par deux contraintes naturelles : la falaise du Gave au sud et le ravin du Hédas au nord. Ces spécificités du site concentrent la croissance urbaine le long de deux axes principaux, les actuelles rues du Maréchal-Joffre et Henri-IV, dans la continuité respective de la rue du Château et de celle de l'église Saint-Martin. De fait, le développement de la ville, que ne peuvent contenir les fortifications médiévales, se fait toujours plus à l'est. Malgré sa taille modeste, la ville s'affirme toutefois capitale du Béarn grâce à son poids politique.

Le Parlement de Navarre est installé à Pau au XVI<sup>ème</sup> siècle, hommage rendu par Louis XIII à Henri IV qui a rattaché la couronne de Navarre au royaume de France.

Dans le courant du XVII<sup>ème</sup> siècle, la croissance urbaine suit une dynamique originale : l'implantation de nombreux ordres religieux en périphérie du centre densément construit va créer des noyaux d'urbanité qui vont peu à peu faire la ville. Les chapelles conventuelles encore présentes à l'image de l'ancien collège jésuite (actuel lycée Barthou), ou la toponymie comme la rue des Cordeliers, sont autant de marques de cet épisode particulier de l'histoire de la ville.

Il faut attendre le XVIII<sup>ème</sup> siècle pour que la ville s'étende plus au nord en dépassant ses barrières naturelles : les ponts surplombant le Hédas autorisent le franchissement du ravin et la création de la place Gramont assure la liaison vers l'ouest et la route de Bayonne.

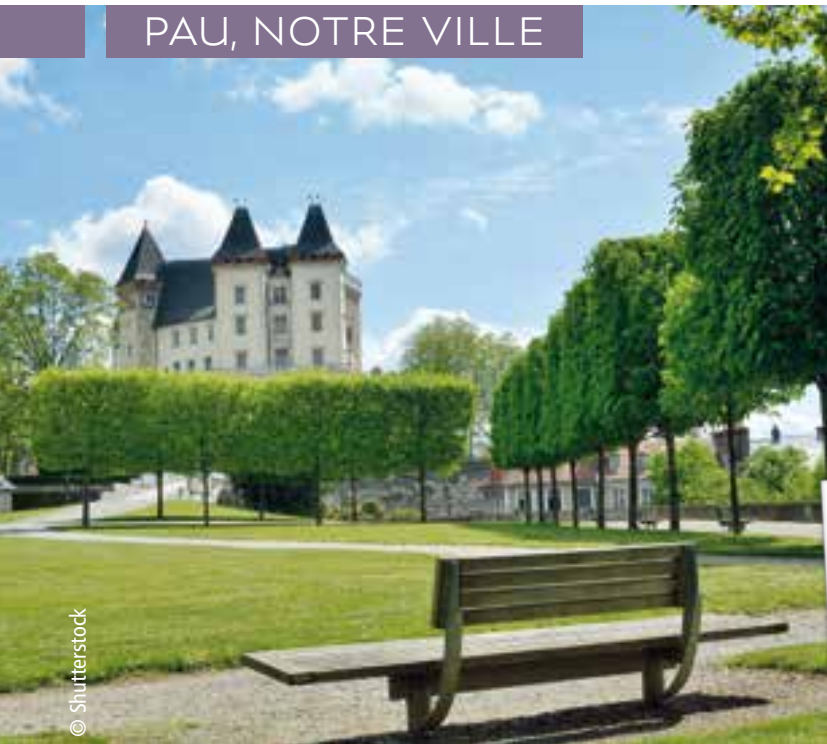
C'est au XIX<sup>ème</sup> siècle que Pau connaît un développement sans précédent, à l'heure de l'essor de la ville de villégiature. Pour accueillir les riches hivernants venus du Royaume-Uni, d'Allemagne, des États-Unis ou encore de Russie, toujours plus nombreux à partir du milieu du siècle, la ville se transforme : casinos, grands hôtels, théâtres ou encore le fameux Boulevard des Pyrénées sont autant de créations qui, encore de nos jours, constituent le nouveau visage de Pau.

Depuis, le paysage est étroitement associé à la ville, formidable balcon sur fond de montagnes et la ville « ouvre l'éventail d'azur des Pyrénées sur les coteaux du Gave aux villas fortunées » (Francis Jammes). En dépassant les contraintes du site, le génie du lieu s'exprime dans un dialogue à trois voix entre l'histoire, la ville et le paysage, dont la forme singulière du boulevard semble à elle seule témoigner. Cet élan d'embellissement et d'équipement va se poursuivre au tournant du XX<sup>ème</sup> siècle et durant l'Entre-Deux-Guerres, période fertile des grandes réalisations art déco.

Le second conflit mondial marque, ici comme ailleurs en France, le ralentissement des constructions. Dans les années 1950, la crise du logement sévit et se ressent d'autant plus que la région attire une main d'oeuvre nombreuse, spécifiquement depuis la découverte d'importants gisements de gaz à Lacq et alentour. Pour combler un retard certain par rapport au formidable essor démographique, la ville va mettre en oeuvre un projet global de planification urbaine.

A partir des années 1970, cette dynamique affirmée d'extension vers le nord se concrétise par la création de nombreux équipements (campus universitaire, zones industrielles, hôpital...) et le développement de lotissements pavillonnaires et de petits immeubles collectifs qui marquent le paysage urbain depuis lors.

Aujourd'hui le projet urbain palois se poursuit, il s'enrichit, il ambitionne de redonner lisibilité et agrément à la vie de son centre notamment, s'articulant avec son passé prestigieux ou populaire, s'en nourrissant, puisant dans le contexte de la morphologie urbaine et paysagère d'une ville bien particulière, autant capitale que provinciale, altière que quotidienne.



© Shutterstock

## PAU, VILLE D'ART ET D'HISTOIRE

La ville de Pau a signé, en mars 2012, avec le Ministère de la Culture et de la Communication, la convention Ville d'art et d'histoire. Le label « Ville d'art et d'histoire » est attribué aux collectivités qui, conscientes des enjeux que représente l'appropriation de leur architecture et de leur patrimoine par les habitants, s'engagent dans une démarche active de connaissance, de conservation, de médiation et de soutien à la création, à la qualité architecturale et au cadre de vie.

## PAU, CAPITALE DES JARDINS

Pau dispose d'une variété de jardins extraordinaire. Du parc Beaumont aux vestiges du parc des rois de Navarre dans le domaine national du Château, des « saligues » du Gave en passant par le jardin des Réparatrices, la ville a hérité d'un patrimoine sans égal. Peu de villes peuvent revendiquer autant d'espaces de nature par habitant. A travers son histoire, Pau a développé une culture de l'art des jardins et de l'art de bâtir la ville autour des motifs urbains et paysagers. Le potentiel, notamment touristique, que représente cet héritage ne saurait masquer un état actuel qui nécessite un effort important de remise en valeur.

## VILLE DE PAU

Service du Patrimoine culturel  
Ville d'art et d'histoire

Pavillon des Arts

1 boulevard des Pyrénées - 64000 PAU

Contact : 05 59 98 78 23

mission.vah@ville-pau.fr

Retrouvez la programmation de la Ville d'art et d'histoire :

[www.patrimoines-ville-pau.blogspot.com](http://www.patrimoines-ville-pau.blogspot.com)

et sur [www.pau.fr](http://www.pau.fr)



© Shutterstock

Le service du Patrimoine culturel-Ville d'art et d'histoire a été créé en 2012 pour faire vivre le label au présent. Il propose toute l'année des visites et des animations gratuites destinées à tous. Installé au Pavillon des Arts, sous l'esplanade du funiculaire, il dispose d'une galerie d'exposition permanente et libre d'accès.

Le plan « Pau Capitale des Jardins » visera à restaurer une diversité de jardins représentatifs des époques et styles, réinterpréter, créer, aménager, trouver des continuités, organiser cette trame de ville-jardin à l'échelle du territoire communal. A l'invitation de la Mairie, M. Alain Baraton, jardinier en chef du Grand parc de Versailles, est venu à Pau mardi 28 avril 2015, lancer «Mai aux jardins» et visiter les parcs et jardins de la ville pour étudier leur mise en valeur et en cohérence dans le cadre du projet « Pau, capitale des jardins ».



# LES ÉVÉNEMENTS INCONTOURNABLES

---

**P**au vit toute l'année au rythme des nombreuses manifestations culturelles et festives. Du Carnaval béarnais au festival l'Été à Pau, de Pau fête le livre à la saison de musique classique de l'Orchestre de Pau... sans oublier Un Aller-retour dans le Noir, salon du polar ou encore le festival accès(s) des cultures électroniques, les rendez-vous se suivent pour le plaisir des Palois et des touristes.

---

## LES IDÉES MÈNENT LE MONDE

Lancées en 2014, les rencontres littéraires «Les idées mènent le monde» rassemblent durant trois jours au mois de novembre, les plus grands penseurs, écrivains, philosophes, artistes, journalistes, chercheurs...

---

## URBAN SESSION

Ce festival de danse Hip-Hop et des cultures urbaines est le seul de cette envergure en Aquitaine.

## L'ÉTÉ AU CINÉ

De juillet à septembre, Le Méliès propose de passer «Un été au ciné». Quelques vingt films sont programmés à la belle étoile...

---

## HESTIV'OC

Chaque année, au mois d'août, plusieurs milliers de festivaliers se retrouvent à Pau autour de nombreux artistes pour célébrer les Musiques et Cultures du Sud.



© Shutterstock

## **FESTIVAL ACCÈS(S) CULTURES ÉLECTRONIQUES**

Le festival accès(s) cultures électroniques initié depuis 2000, se tient tous les automnes à Pau.

---

## **CARNAVAL BÉARNAIS**

Cette manifestation, profondément authentique, est la grande fête de l'hiver !

---

## **L'ÉTÉ À PAU**

Avec le soutien de la Ville de Pau, les Amis de la Chanson Populaire organisent le festival «L'été à Pau». Véritable temps fort de la saison estivale, ce rendez-vous est l'assurance de belles rencontres musicales...  
Et tout ça, gratuitement bien sûr.

## **LE FESTIVAL EMMAÛS LESCAR-PAU**

Se déroulant fin juillet, en semaine, le Festival Emmaüs Lescar-Pau est à l'image des compagnons : actuel, cosmopolite et militant.

---

## **UN ALLER-RETOUR DANS LE NOIR, FESTIVAL DU POLAR**

Une manifestation tous publics pour présenter les richesses de la littérature noire et policière.

---

## **OUVREZ L'OEIL**

Ce rendez-vous nous invite à interroger la place du signe et de l'image dans l'espace public, questionnant ainsi les possibles et limites du design graphique à maîtriser la production et la prolifération des supports de communication et de diffusion de l'information.

# PAU, PRATIQUE



# STATIONNEMENT

## LES RÈGLES DE STATIONNEMENT DANS PAU

La ville de Pau a mis en place depuis le 1<sup>er</sup> octobre 2017 un système informatisé de contrôle de stationnement.

### PREMIER 1/4 D'HEURE DE STATIONNEMENT GRATUIT

Le premier 1/4 d'heure de stationnement est gratuit sur l'ensemble du stationnement de voirie, quelle que soit la zone.

### APPLICATION WHOOSH

Il est désormais possible de payer son stationnement au réel depuis son smartphone ou sa tablette.

### PROFESSIONNELS

Employés d'entreprise est domiciliée dans le périmètre de stationnement payant, professionnels de l'urgence, artisans professionnels effectuant des dépannages à domicile...

### NOUVELLES ZONES DE STATIONNEMENT

Désormais, le stationnement aérien à Pau est découpé en deux zones tarifaires : zone verte et zone orange.

### NOUVEAUX HORODATEURS

Pour faciliter le paiement du stationnement (abonnement ou pas) et offrir de nouveaux services, des horodateurs «nouvelle génération» ont été mis en place.

### COMMENT S'ABONNER ?

Seules les personnes physiques domiciliées dans une zone payante ou piétonne et en mesure de prouver leur qualité de résident peuvent prétendre à bénéficier du tarif résident.

### PARKINGS SOUTERRAINS

Horaires d'ouverture élargis, paiement par carte et nouveaux services...

### PARKINGS RELAIS

Un parking relais est un lieu aménagé à proximité d'un arrêt de transport public, destiné à inciter un automobiliste à garer son véhicule pour emprunter ensuite un moyen de transports en commun.

Source : site internet de la ville de PAU

# VENIR À PAU

**P**our faciliter l'arrivée des automobilistes en coeur de ville, les principaux axes routiers et itinéraires ont été identifiés et de nouveaux panneaux de direction ont été mis en place.

## EN ARRIVANT À PAU, LAISSEZ-VOUS GUIDER PAR LES PANNEAUX !

1 800 panneaux de jalonnement directionnel vous aident à rejoindre votre destination en coeur de ville ou à le contourner si vous êtes en transit. Une signalisation d'information locale indique également les parkings, bâtiments publics, monuments historiques, hôtels-restaurants et les pharmacies.

Par ailleurs, 13 panneaux digitaux indiquent en temps réel le nombre de places disponibles dans les parkings souterrains.

La ville de Pau est en forme de triangle. Tous les axes Nord/Sud convergent vers le coeur de ville engendrant des difficultés de circulation.

## VOUS ÊTES EN TRANSIT ?

Empruntez la grande rocade qui contourne toute la ville ou la petite rocade du coeur de ville (bd Alsace-Lorraine, av. Gaston Phoebus, rue d'Etigny, av. Jean Biray, av. Gaston Lacoste, av. Poeymirau et av. Edouard VII).

## VOUS ALLEZ EN COEUR DE VILLE ?

Ayez le bon réflexe et stationnez en fonction de votre provenance. Par exemple, je viens de la route de Bordeaux ou de l'A64, je me gare au parking Halles-République ; je viens de la route de Tarbes, je me gare au parking Bosquet.

*Source : site internet de la ville de PAU*



# IDELIS

## Un réseau performant qui répond à tous les besoins de mobilité



**La ligne F** : Véritable colonne vertébrale du réseau IDELIS, la ligne F dessert les principales zones d'activité de l'agglomération. 14 stations sont desservies de l'Hôpital François Mitterrand à la Gare de Pau, toutes équipées de distributeurs automatiques de titres, d'informations en temps réel et de vidéo-protection.

La ligne circule :

- du lundi au jeudi de 6 h à 23 h,
- le vendredi et le samedi de 6 h à 1 h,
- le dimanche de 9 h à 23 h 30.

Du lundi au vendredi, de 7 h à 19 h, la ligne F offre une fréquence de 8 à 10 minutes.

**Les lignes Temporis (T1, T2, T3 et T4)** vous permettent de rejoindre facilement les quartiers les plus fréquentés de l'agglomération.

Vous disposez d'un bus :

- toutes les 12 à 20 minutes,
- de 6 h 30 à 21 h 30 du lundi au samedi,
- de 9 h 00 à 23 h 30 le dimanche.

**12 lignes de proximité (lignes 5 à 16)** vous offrent un service accessible et performant pour vous rendre aux quatre coins de l'agglomération. Ces lignes circulent du lundi au samedi de 6 h 45 à 20 h 30.

**5 Lignes de soirée (A, B, C, D et E)** en complément de la ligne F, desservent le Pôle Bosquet et vous accompagnent de 21 h 30 à minuit du dimanche au jeudi et jusqu'à 1 h 10 les vendredis et samedis.

**La navette gratuite COXITIS** 100% électrique vous transporte dans l'hyper-centre de Pau. Elle circule du lundi au samedi de 7 h 30 à 20 h 30 toutes les 10 minutes.

**Les cars SCOLARIS** assurent des trajets directs vers les principaux collèges et lycées de l'agglomération.

**Les lignes régionales** : dans le cadre d'un accord avec la Région Nouvelle Aquitaine, vous pouvez accéder aux lignes 801, 802, 804 et 805 avec votre titre de transport habituel pour un transport dans le territoire de Pau Béarn Pyrénées Mobilité.

**Le transport à la demande** : Le réseau propose le Flexilis. Il fonctionne sur réservation du lundi au samedi sur 4 zones géographiques.

Pour en savoir plus vous pouvez contacter le numéro vert 0805 03 0150.

**Les vélos IDEcycle** : En complément de l'offre de transport en commun le réseau IDELIS propose deux services de locations vélos IDEcycle. Des vélos en libre-service disponibles dans 16 stations dans le centre de Pau et de la location longue durée de vélos standards et à assistance électrique.

**Les parkings relais** : les 3 parkings relais Catherine de Bourbon, Cliniques et Stades offrent au total plus de 600 places de stationnement. Les deux premiers sont en connexion avec la ligne F. L'occasion de combiner ses déplacements.

Pour en savoir plus sur toutes les offres contactez l'agence commerciale IDELIS au 05 59 14 15 16 [www.idelis.fr](http://www.idelis.fr)





# SE DÉPLACER À PAU

**D**ès la sortie des parkings et dans tout le coeur historique, des totems de signalisation très détaillés renseignent les piétons. Un plan du coeur de ville indique notamment la localisation des équipements publics, locaux associatifs, monuments historiques, parcs et jardins et hôtels et signale également le parcours de la navette gratuite Coxitis et les stations des vélos et voitures en libre service Idecycle et Idelib'.

## LA MARCHÉ

Quoi de plus agréable que de déambuler dans un espace apaisé où le piéton est prioritaire ! De la place Clemenceau jusqu'au Château en passant par les rues Foch, Serviez, Valéry Meunier, Daran, Gambetta, Lamothe et place Saint-Louis de Gonzague, la municipalité a engagé d'importants travaux pour faire du coeur de ville un lieu de vie agréable.

## LE VÉLO

Efficace et peu coûteux, non polluant, silencieux et synonyme de bien-être physique, le vélo est la formule idéale pour se déplacer en coeur de ville. La ville de Pau le met à l'honneur : aménagements de bandes cyclables, utilisation des voies de bus, tourne à droite et circulation à contresens dans les zones limitées à 30 km/h, sans oublier les 300 emplacements (arceaux à vélos) répartis dans tout le centre-ville.

### VOUS N'AVEZ PAS DE VÉLO ?

IDecycle met à votre disposition 200 vélos répartis dans 20 stations, disponibles 7j/7, 24h/24 (toutes les stations sont équipées du paiement par carte bancaire).

## LE FUNICULAIRE

Liaison incontournable entre la gare, les parkings du Stadium et de l'Usine des tramways et le coeur de ville, le funiculaire fonctionne avec des horaires élargis et un accès facilité pour les personnes à mobilité réduite et les vélos. Départ toutes les 3 minutes. Du lundi au samedi de 6h45 à 21h40 et les dimanches et jours fériés de 13h30 à 20h50. Gratuit.

## LA COXITIS

La navette gratuite dessert 19 stations, dont tous les parkings du coeur de ville. Elle circule du lundi au samedi, de 7h30 à 20h30, toutes les 8 minutes. Depuis le 6 mai 2013, elle dessert le centre commercial Bosquet via la rue Valéry Meunier et la rue Foch.

## ECOFIL

Ce vélo-taxi écologique et rapide vous dépose où vous le souhaitez du mardi au samedi de 11h à 19h.

Pensez à réserver au 06 28 25 47 13 :

1 € de prise en charge + 1 € /pers./km

## LES TAXIS PALOIS

38 taxis sont à votre disposition 7/7 jours, 24h/24h. Réservation au 05 59 02 22 22 ou sur Internet : [www.allotaxispalois.com](http://www.allotaxispalois.com)

Liaison avec l'aéroport Pau-Pyrénées.

La ligne de bus P20 relie l'aéroport à la gare SNCF toutes les heures de 8h à 20h en passant par le centre Bosquet.



# Taille / Elagage Abattage / Dessouchage

 CTS COVE ELAGAGE  
05 59 84 35 94

## CTS - ENTREPRISE D'ÉLAGAGE FONDÉE EN 1989

Nos clients sont les Conseils Généraux, collectivités (universités, sociétés, hôpitaux, mairie, agences immobilières ou syndic de copropriétés), monuments historiques, mais également les particuliers etc.

Nous réalisons des devis en partant d'un diagnostic réalisé avec la prise en compte des attentes du propriétaire ou gestionnaire du ou des sujets.

Aucunes réductions sévères ne doivent être pratiquées sur la couronne sans un respect de la notion de tirs-sèves. Les coupes réalisées doivent être d'un diamètre le plus petit possible (d'une manière général  $\varnothing \leq 10$ ). Notre démarche de vulgarisation de la Taille Raisonné, auprès des donneurs d'ordre, nous a vite permis de pouvoir montrer au plus grand nombre de propriétaire ou de gestionnaire d'arbres l'intérêt de notre taille, et surtout de l'approche que nous avons de la gestion de celui-ci.

Nous avons depuis généré plus de 80 emplois de grimpeurs élagueurs (personnels qui, pour la plupart, ont créés leur entreprise sous la même éthique et repartis sur toute la France). Notre mission ne s'est donc pas cantonnée à la vulgarisa-

tion de la taille raisonnée dans l'entreprise mais à l'échange et la passation du savoir-faire. Chaque année, nous avons au moins un apprenti dont nous assurons la formation, et nous accueillons 4 à 6 stagiaires dans ce même esprit. Nos effectifs permanents de 6 à 8 grimpeurs confirmés (ayant eux-mêmes bénéficié de la passation des connaissances par leurs aînés) assurent et garantissent ce savoir-faire.

### La Taille

Cette action ne doit être, en aucun cas, une action radicale sur l'arbre. L'Essouchement

Nous proposons, selon les cas de figures, l'essouchement :

- Par pelle mécanique
- Par rabotage
- Par carottage
- Chimique

### L'Abattage

Nous maîtrisons les abattages du type :

- Forestiers
  - Abattage par démontage
  - Abattage par démontage avec rétention
- Nous pratiquons souvent des abattages par démontage avec l'aide d'une grue de levage.

11 Novembre / Rue du ..... E/2  
 14 Juillet / Rue du ..... A/4  
 143e R.I.T. / Avenue du ..... A/4  
 2 Rives / Rue des ..... F/4  
 218e R.I. / Rue du ..... A/4  
 3 Fr. Bernadac / Rue ..... B/3  
 5 Monts / Rue des ..... D/2  
 7 Cantons / Place des ..... C/3  
 7e Art / Place du ..... D/1  
 8 Mai 45 / Rue du ..... C1 - F/4

**A**

Abbé Brémond / Rue de l' ..... B/3  
 Abbé Gaurier / Rue ..... E/3  
 Abère / Rue B. .... B/4  
 Acacias / Av. des ..... E/3  
 Adoue / Rue ..... B/4  
 Adour / Rue de l' ..... E/2  
 Albert 1er / Place ..... B/4  
 Albret / Rue J. d' ..... B/4  
 Alençon / Rue d' ..... A/2  
 Allende / Rue S. .... D/2  
 Alliés / Rue et Passage des ..... C/2  
 Alsace / Rue d' ..... D/3  
 Alsace-Lorraine / Bd ..... B/3 - C/2  
 Ampère / Rue ..... C/1  
 Andoins / Rue d' ..... E/4  
 Anglais / Rue des ..... C/2  
 Angot / Avenue Prt ..... B/1  
 Anie / Rue d' ..... C/1  
 Aquitaine / Rue d' ..... E/4  
 Aragon / Bd ..... C/3  
 Aramis / Imp. .... F/3  
 Arcizettes / Rue ..... A/1  
 Arques / Rue d' ..... B/1  
 Arribes / Rue ..... D/3  
 Arriel / Rue de l' ..... A/1  
 Arsonval / Rue ..... C/1  
 Artouste / Rue d' ..... A/1  
 Aspe / Rue d' ..... D/2  
 Asphodèles / Rue des ..... E/2  
 Aspin / Rue d' ..... E/4  
 Aths / Imp. .... F/3  
 Atigny / Avenue d' ..... A/1  
 Atigny / Avenue d' ..... B/1  
 Aubisque / Rue de l' ..... E/2  
 Audran / Rue E. .... E/1  
 Avenir / Rue de l' ..... D/4

**B**

Bains / Rue des ..... B/4  
 Balaitous / Rue du ..... B/2  
 Balzac / Rue H. de ..... A/1  
 Baradat / Av. Honoré ..... C/2 - D/3  
 Barbanègre / Bd ..... D/4  
 Barètos / Rue ..... D/2  
 Bargoïn / Rue ..... B/3  
 Barincou / Chemin ..... C/1  
 Baron Séguier / Rue du ..... B/2  
 Barrau / Impasse ..... A/2  
 Barrèges / Av. de ..... D/4  
 Barthou / Rue Louis ..... C/3  
 Basques / Rue des ..... B/1  
 Bataille / Rue G. .... E/1  
 Batsalle / Rue de ..... D/3  
 Baudon / Rue ..... D/4  
 Baure / Rue F. de ..... B/4  
 Bayard / Rue ..... A/4 - B/4  
 Béarn / Av. du ..... E/4 - D/3  
 Beaumont / Av. de ..... E/4  
 Beethoven / Imp. .... F/1  
 Bellevue / Avenue ..... F/2  
 Benghozy / Rue Audrey ..... C/1  
 Bérard / Cours Léon ..... B/2  
 Bérioz / Rue ..... E/1  
 Bernadotte / Rue ..... B/4  
 Bert / Allée Jacky ..... D/4  
 Berthelot / Rue ..... C/1  
 Bessières / Bd ..... D/1  
 Betharram / Rue de ..... E/4  
 Beverly / Rue de ..... A/2  
 Bézu / Avenue ..... A/3  
 Bidassoa / Rue de la ..... B/1  
 Bié Moulié / Avenue ..... F/3  
 Biray / Avenue Jean ..... B/4  
 Biron / Rue Gd. .... B/4  
 Bizet / Rue ..... E/2

Blanc / Rue J. .... D/3  
 Blériot / Rue ..... F/2  
 Bonacieux / Imp. .... F/3  
 Bonado / Rue ..... D/4  
 Bonnard / Rue P. .... C/1  
 Bordelouge / Rue A. .... B/4  
 Bordeu / Rue de ..... B/3  
 Bosquet / Cours ..... C/3  
 Bourbaki / Rue ..... B/3  
 Bourseul / Rue C. .... C/1  
 Boyrie / Rue de ..... A/3  
 Brél / Rue J. .... F/2  
 Briand / Rue Aristide ..... D/3  
 Brrières / Allée des ..... F/1  
 Buckingham / Rue de ..... F/3  
 Buisson / Av. du ..... E/4  
 Buros / Av. de ..... E/2

**C**

Caddetou / Imp. .... E/1  
 Calors / Rue P. et J.-C. .... B/2  
 Camou / Cours ..... A/4  
 Camus / Rue A. .... A/2 - B/1  
 Camy / Rue ..... B/3  
 Camp Peyret / Rue A. .... F/1  
 Cap. Gumnier / Rue du ..... B/3  
 Carbonnières / Rue de ..... E/3  
 Carnot / Rue ..... C/2  
 Carreau / Rue J.-B. .... B/4  
 Carrère / Rue ..... B/3  
 Carrérot / Rue ..... D/4  
 Carrière / Rue Eugène ..... C/2  
 Cassagne / Rue R. .... E/2  
 Cassin / Rue René ..... C/2  
 Castaing / Rue M. .... C/2  
 Castéret / Rue O. .... D/3  
 Castetnau / Rue ..... C/2  
 Cazaubon Norbert / Rue ..... C/2  
 Cèdres / Allée des ..... E/3  
 Champétier de Ribes / Bd ..... A/3  
 Charpentier / Rue ..... E/1  
 Chataignerai / Rue de la ..... F/4  
 Château / Rue du ..... B/4  
 Château D'Este / Rue ..... A/3  
 Château / Rue ..... A/2  
 Chènes / Rue des ..... A/1  
 Chénier / Rue ..... F/1  
 Chopin / Rue ..... E/2  
 Clary / Rue Désirée ..... E/2  
 Clémenceau / Place ..... C/3  
 Coarraz / Rue de ..... A/1  
 Cocteau / Imp. J. .... F/1  
 Comte de Lambert / Rue ..... F/2  
 Comte de St-Cricq / Rue du ..... E/2  
 Condorcet / Allées ..... C/1  
 Constant / Rue ..... B/2  
 Cordeliers / Rue des ..... B/4  
 Corisande / Rue ..... B/4  
 Courteault / Rue P. et H. .... D/2  
 Coutras / Rue de ..... B/1  
 Craonne / Rue ..... C/2  
 Cugnot / Rue Marguerite ..... F/4  
 Curie / Rue ..... A/2  
 Curie / Rue P. et M. .... D/2

**D**

D'Arc / Rue Jeanne ..... B/3  
 D'Artagnan / Rue ..... F/3  
 Daguzan / Rue Ch. .... D/1  
 Dahlias / Rue des ..... D/1  
 Dali / Rue ..... A/1  
 Dames de St Maur / Rue des ..... B/3  
 Daran / Rue ..... C/3  
 Dassieu / Rue du Dr. .... A/4  
 Debussy / Rue ..... E/2  
 Déportation / Place de la ..... B/4  
 Dérème / Rue Tristan ..... E/2  
 Derrichou / Rue ..... D/3  
 Despouirris / Rue ..... C/2  
 Deveria / imp. et Rue ..... D/3  
 Dorme / Rue R. .... B/3  
 Doyen Poplawski / Av. du ..... B/1  
 Doyen Vizioz / Av. .... B/1  
 Duboué / Rue ..... C/3  
 Ducasse / Rue A. .... A/3  
 Dufau / Avenue ..... C/1  
 Dunant / Av. Henri ..... C/1

Duparc / Rue ..... F/2  
 Duplaa / Rue ..... B/3

**E - F**

Ecoliers / Ch. des ..... E/1  
 Edit de Nantes / Rue de l' ..... B/3  
 Edouard VII / Av. .... D/3  
 Eglise St-Joseph / Av. de l' ..... B/3  
 Ellington / Allée D. .... E/1  
 Emir Abd El-Kader / Allée ..... B/4  
 Enfant Jésus / Rue de l' ..... D/3  
 Espagne / Place d' ..... C/3  
 Espalungue / Rue d' ..... B/4  
 Est / Rue de l' ..... B/2  
 Estrées / Imp. G. d' ..... E/3  
 Etats-Unis / Av. des ..... D/3  
 Etigny / Rue d' ..... A/4  
 Etoiles / Allée des ..... E/1  
 Europe / Av. de l' ..... E/4  
 Faisans / Rue Henri ..... D/3  
 Fauré / Rue ..... F/1  
 Favre / Bd Lucien ..... C/1  
 Fénelon / Rue ..... C/2  
 Ferrand / Rue Paul ..... F/1  
 Ferrets / Rue des ..... F/3  
 Ferry / Rue J. .... C/1  
 Flèche / Rue de la ..... A/1  
 Foiral / Place du ..... B/3  
 Foix / Rue ..... B/4  
 Follereau / Rue R. .... C/1  
 Fonck / Rue ..... F/2  
 Fontaine aux Fées / Rue de la ..... A/4  
 Fontaine Trespoeuy / Av. de la ..... E/4  
 Fontan / Rue V. .... D/2  
 Fossé / Rue ..... C/2 - D/3  
 Fouchet / Avenue ..... B/2  
 France / Av. de ..... E/3  
 France / Rue Anatole ..... D/3  
 Frank / Rue ..... F/1  
 Frères Lumières / Rue des ..... A/2  
 Frères Wright / Av. des ..... C/1

**G**

Gabard / Rue E. .... C/1  
 Gabizos / Rue du ..... A/1  
 Gachet / Rue ..... C/3  
 Galaxies / Rue des ..... E/1  
 Galharet / Rue du Ch. .... A/4  
 Gallien / Imp. et rue ..... D/4  
 Galos Solfério / Rue ..... C/2  
 Gambetta / Place ..... D/4  
 Gambetta / Rue ..... C/3  
 Garcia Lorca / Av. F. .... D/2  
 Gare / Rue Emile ..... D/3  
 Garrigou Lagrange / Imp. .... B/1  
 Garros / Rue R. .... F/2  
 Gascogne / Bd de ..... E/4  
 Gassion / Rue ..... B/4  
 Gassiot / Rue ..... B/4  
 Gave / Rue du ..... A/4  
 Gendarmerie / Rue de la ..... B/3  
 Général De Gaulle / Av. du ..... D/3  
 Gal de Lorencez / Rue du ..... B/3  
 Général Poymirau / Av. du ..... D/4  
 Genève / Rue J. .... B/1  
 Gentianes / Rue des ..... E/2  
 Ginot / Av. Emile ..... E/4  
 Giono / Rue J. .... F/1  
 Giraudoux / Rue J. .... F/2  
 Girda Meir / Rue ..... C/1  
 Gounod / Rue Ch. .... E/2  
 Gramont / Place ..... B/4  
 Grand Tour / Allée du ..... A/4  
 Gratiane / Impasse ..... B/2  
 Guichenné / Rue Emile ..... C/3  
 Guillemin / Bd ..... E/3

**H - I - J - K**

Harrispe / Rue ..... A/2  
 Hauts-Chps de Trespoeuy / Rue. E/4  
 Hédas / Rue du ..... B/4  
 Heid / Av. Léon ..... D/4  
 Henri IV / Rue ..... B/4  
 Herriot / Bd Edouard ..... A/3  
 Hôo Paris / Rue ..... C/2  
 Hounau / Rue Michel ..... C/2  
 Hugo / Rue Victor ..... A/3 - E/4 - F/4  
 Idron / Rue d' ..... E/4

Iris / Rue des ..... E/1  
 Isards / Rue des ..... B/2  
 Isly / Rue d' ..... C/1  
 Ivry / Rue d' ..... B/1  
 Jardins du Laü / Imp. et rue ..... E/1  
 Jaurès / Rue Jean ..... D/3  
 Jéliote / Rue ..... E/3  
 Jouhaux / Rue Léon ..... D/2  
 Jové / Rue ..... D/3  
 Kennedy / Avenue ..... C/1

**L**

Labé / Rue Louise ..... F/1  
 Laborde / Place M. .... C/2  
 Laborde / Rue Chme. .... D/3  
 Labourdette / Rue ..... A/2  
 Labriart / Chemin ..... E/1  
 Lacaze / Rue L. .... C/2  
 Laclède / Rue ..... B/4  
 Lacoste / Av. Gaston ..... C/3  
 Ladevèze / Rue ..... B/2  
 Lafourcade Camarou / Rue J. .... F/3  
 Lagarde / Rue Ch. .... C/2  
 Lalanne / Rue M. .... C/3  
 Lalo / Rue ..... E/2  
 Laignière / Rue ..... B/2  
 Lamartine / Rue ..... E/4  
 Lamothe / Rue ..... C/3  
 Langles / Rue Th. .... B/2  
 Lapouble / Rue ..... B/3  
 Lapuyade / Rue Henri ..... E/2  
 Lardas / Rue de ..... F/2  
 Laroque / Allée P. .... E/2  
 Lassence / Rue ..... C/3  
 Latapie / Rue ..... C/3  
 Lauriers / Av. des ..... E/3 - F/3  
 Laussat / Rue de ..... B/3  
 Lavandières / Av. et Imp. des ..... E/4  
 Lavigne / Rue ..... B/3 - B/2  
 Lavignotte / Rue de ..... E/3  
 Lavoisier / ..... C/1  
 Leblanc / Rue A. .... F/2  
 Lecœur / Rue ..... C/2  
 Les Pyrénées / Lot ..... F/4  
 Lespy / Rue ..... C/2  
 Lestapis / Place S. .... C/2  
 Libération / Place de la ..... B/4  
 Liège / Rue de ..... B/4  
 Lt Boudoube / Rue du ..... D/2  
 Lilas / Av. et Imp. des ..... E/2  
 Liszt / Imp. .... F/1  
 Livron / Rue de ..... A/3  
 Lons / Imp. et Rue de ..... A/2  
 Loup / Avenue du ..... D/1 - D/2  
 Lourdes / Rue de ..... E/4  
 Lyautey / Cours ..... C/1

**M - N**

Macé / Rue ..... B/3  
 Maginot / Rue André ..... D/1  
 Magne / Rue L. .... B/3  
 Magnolias / Rue ..... E/2  
 Malsence / Av. de la ..... B/2  
 Manescau / Rue ..... B/3  
 Maquis de Béarn / Rue du ..... B/4  
 Marçau / Rue ..... A/4 - B/4  
 Marcadau / Rue du ..... D/2  
 Maréchal Foch / Rue du ..... C/3  
 Maréchal Joffre / Rue du ..... C/3  
 Maréchal Juin / Rue du ..... C/1  
 Maréchal Leclerc / Av. du ..... E/3  
 Marguerites / Allée des ..... F/1  
 Maria de Hérédia / Bd J. .... E/1  
 Marne / Rue de la ..... E/4 - C/2  
 Marronniers / Av. des ..... F/2  
 Massé / Rue P. .... D/2  
 Massenet / Rue ..... E/2  
 Meillon / Rue A. .... A/3  
 Méon / Rue de ..... A/1  
 Méric / Rue de ..... A/1  
 Mermoz / Av. Jean ..... A/1  
 Mermoz / Rue Jean ..... A/2  
 Messenger / Rue ..... E/1  
 Messin / Impasse ..... B/3  
 Meunier / Rue ..... C/3  
 Michelet / Rue ..... A/3

Midi / Rue du ..... B/2  
 Mirabelle / Avenue ..... A/3  
 Mitterrand / Rue ..... D/1  
 Mohédan / Rue du ..... B/2  
 Monaix / Rue J.-J. de ..... D/3  
 Monge / Rue ..... D/1  
 Monnaie / Place de la ..... B/4  
 Monnet / Rue ..... C/3  
 Monpezat / Rue de ..... B/4  
 Montardon / Av. de ..... B/1 - A/2  
 Montebello / Av. de ..... E/3  
 Montijo / Rue de ..... B/1  
 Montilleul / Avenue ..... A/2  
 Montpensier / Rue ..... B/3  
 Morlaàs / Allée de ..... E/2  
 Morlaàs / r-p des Allées de ..... F/2  
 Moulin / Rue J. .... D/2  
 Moureu / Rue C. .... D/2  
 Mourot / Rue ..... B/4  
 Mozart / Rue ..... E/2  
 Mulot / Rue ..... A/4  
 Musset / Allée Alfred de ..... D/4  
 Namur / Rue de ..... D/3  
 Napoléon Bonaparte / Av. .... C/3  
 Navarre / Rue de ..... D/3  
 Navarrot / Rue ..... C/3  
 Nitot / Avenue ..... E/3 - E/4  
 Nogué / Rue ..... B/4  
 Nollivos / Rue de ..... A/3  
 Norman Prine / Av. .... E/2  
 Nungesser / Rue ..... F/2

**O - P - Q**

O'Quin / Rue ..... B/3  
 Offenbach / Rue ..... E/2  
 Olympie / Imp. de l' ..... E/2  
 Orléans / Rue d' ..... B/4  
 Orphelines / Rue ..... C/3  
 Ossau / Av. d' ..... D/4  
 Ossau / Avenue d' ..... C/3  
 Ossau / Rue d' ..... E/4  
 Ourse / Rue de l' ..... E/4  
 Ouzanam / Rue F. .... C/1  
 Paix / Bd de la ..... BCDE/1  
 Palassou / Rue ..... C/2  
 Palmiers / Rue des ..... E/2  
 Pambrun / Rue C. .... B/2  
 Panache Blanc / Rue du ..... E/3  
 Pardiès / Rue ..... B/3  
 Pascal / Rue ..... F/1  
 Pasteur / Rue ..... B/3 - E/4  
 Pasteur Cadier / Rue du ..... D/2  
 Pégoud / Rue ..... F/2  
 Péguy / Rue Ch. .... E/3  
 Péré / Rue ..... C/2  
 Perpignaa / Rue ..... B/3  
 Pesquidoux / Rue J. de ..... D/1  
 Peyroulet / Place ..... D/3  
 Phoebus / Av. Gaston ..... A/3  
 Piau / Rue ..... A/2  
 Piche / Rue A. .... D/4  
 Piétat / Rue de ..... E/4  
 Pilar / Rue ..... A/2  
 Pins / Rue des ..... B/2  
 Planètes / Rue des ..... E/1  
 Planté / Rue F. .... B/2  
 Planté / Rue R. .... B/3  
 Ponts / Rue des ..... A/4  
 Porthos / Rue ..... F/3  
 Poulenc / Rue F. .... F/2  
 Pourtalet / Rue du ..... E/2  
 Prévert / Rue J. .... F/1  
 Proust / Rue M. .... F/2  
 Pyrénées / Bd des ..... C/3  
 Quercy / Rue du ..... E/3

**R - S**

Rameau / Rue ..... E/1  
 Rausky / Rue ..... A/3  
 Ravel / Rue M. .... F/1  
 Recteur Jean Sarrailh / Bd ..... B/2  
 Régina / Avenue ..... E/3  
 Reine Marguerite ..... B/4  
 Renoir / Rue Auguste ..... D/2  
 Réparatrices / Rue des ..... D/4  
 République / Place de la ..... C/2  
 République / Rue de la ..... C/3

Résistance / Av. de la ..... B/3  
 Réveil / Rue Jean ..... C/2  
 Rhin et Danube / Av. .... B/2  
 Rhune / Rue de la ..... B/1  
 Richelieu / Rue ..... D/3  
 Ridgway / Avenue ..... E/2  
 Ritter / Rue ..... D/1  
 Rivarès / Rue ..... C/3  
 Rochelle / Rue de la ..... B/1  
 Roi Soleil / Rue du ..... E/3  
 Ronsard / Rue ..... D/1  
 Roseraie / Imp. de la ..... E/3  
 Rossini / Rue ..... E/1  
 Rostand / Av. Edmond ..... A/3  
 Rousse / Av. de ..... E/2  
 Roussille / Rue Amédée ..... A/4  
 Russell / Av. Henri ..... E/3  
 Saëns / Rue ..... E/2  
 Saint Basil's / Rue ..... E/4  
 St François-d'Assise / Rue ..... C/2  
 Saint John Perse / Rue ..... C/1  
 Saint-Exupéry / Rue ..... A/2 - C/1  
 Saint-Fiacre / Place ..... E/1  
 Saint-Jacques / Rue ..... B/4  
 Saint-Jammes / Rue ..... D/3  
 Saint-Louis / Rue ..... C/3  
 St-Louis de Gonzague / Place ..... C/3  
 Sain-Michel / Rue ..... D/3  
 Sallenave / Av. Louis ..... C/1  
 Sambre-et-Meuse / Rue ..... F/2  
 Samonzet / Rue ..... C/3  
 San Carlos / Av. .... D/4  
 Sangnier / Rue Marc ..... C/1  
 Saragosse / Av. de ..... D/2 - C/1  
 Sartre / Rue J.-P. .... F/2  
 Say / Avenue Léon ..... D/4  
 Sayettes / Av. des ..... E/2  
 Schlumberger / Rue ..... A/3  
 Schrader / Rue ..... D/1  
 Schubert / Rue ..... E/1  
 Schumann / R. .... C/1  
 Schweitzer / Rue de Dr ..... E/2  
 Ségure / Rue ..... B/3  
 Serviez / Rue ..... C/3  
 Signoret / Place Simone ..... F/2  
 Simian / Rue Dr ..... C/2  
 Siro / Rue P. .... D/2  
 Somport / Rue du ..... E/2  
 Stade Nautique / Av. du ..... E/4  
 Strauss / Rue ..... E/1  
 Stravinski / Av. .... E/1  
 Suède / Rue de ..... E/2  
 Syringa / Rue du ..... F/2

**T - U - V - W - Z**

Tassigny / Place de L. de ..... E/4  
 Tassigny / Rue ..... C/3  
 Taylor / Rue ..... C/3  
 Tilleuls / Av. des ..... E/3  
 Tissandier / Av. Paul. .... F/2  
 Toulet / Rue ..... A/3  
 Tourasse / Bd ..... D/2 - E/2  
 Tournante / Rue ..... B/3  
 Tran / Rue ..... B/4  
 Traquet / Rue du ..... B/1  
 Trespoeuy / Av. et Pass. .... E/3  
 Tréville / Rue de ..... F/3  
 Trianon / Avenue ..... A/2  
 Université / Av. de l' ..... C/1  
 Védrières / Rue J. .... F/2  
 Verdi / Rue ..... F/1  
 Verdun / Place de ..... B/4  
 Verne / Rue Jules ..... D/2  
 Vert Galant / Rue ..... E/3  
 Verte / Rue ..... A/4  
 Viard / Rue ..... B/3  
 Victoire / Rue de la ..... E/4  
 Vignemale / Rue du ..... B/2  
 Vigny / Rue A. de ..... E/3  
 Villa Flora / Clos ..... B/2  
 Villon / Rue F. .... F/1  
 Violettes / Rue des ..... D/1  
 Voltaire / Rue ..... F/1  
 Wagner / Rue ..... E/2  
 Zola / Rue E. .... D/3



A

B

C

1

2

3

4

A

B

C

REGULIER DES VILLES FRANCAISES  
**AMF**  
SERVICE AU NOUVEAU ARRIVANT

MUSEE DE LA  
RESISTANCE ET  
DEPORTATION  
PARC LAURANCE

PARC DES  
EXPOSITIONS

CHATEAU  
DE PAU

place du  
Poucal

M  
Mediablogique

P  
Place M. Laborde

P  
Place S. Leclapart

MUSEE  
BERNADETTE

MUSEE  
BERNADETTE

MUSEE  
BERNADETTE

MUSEE  
BERNADETTE

P  
Place S. Leclapart

P  
Place S. Leclapart

CLINIQUE  
MARZET

52

6

23

4

16

19

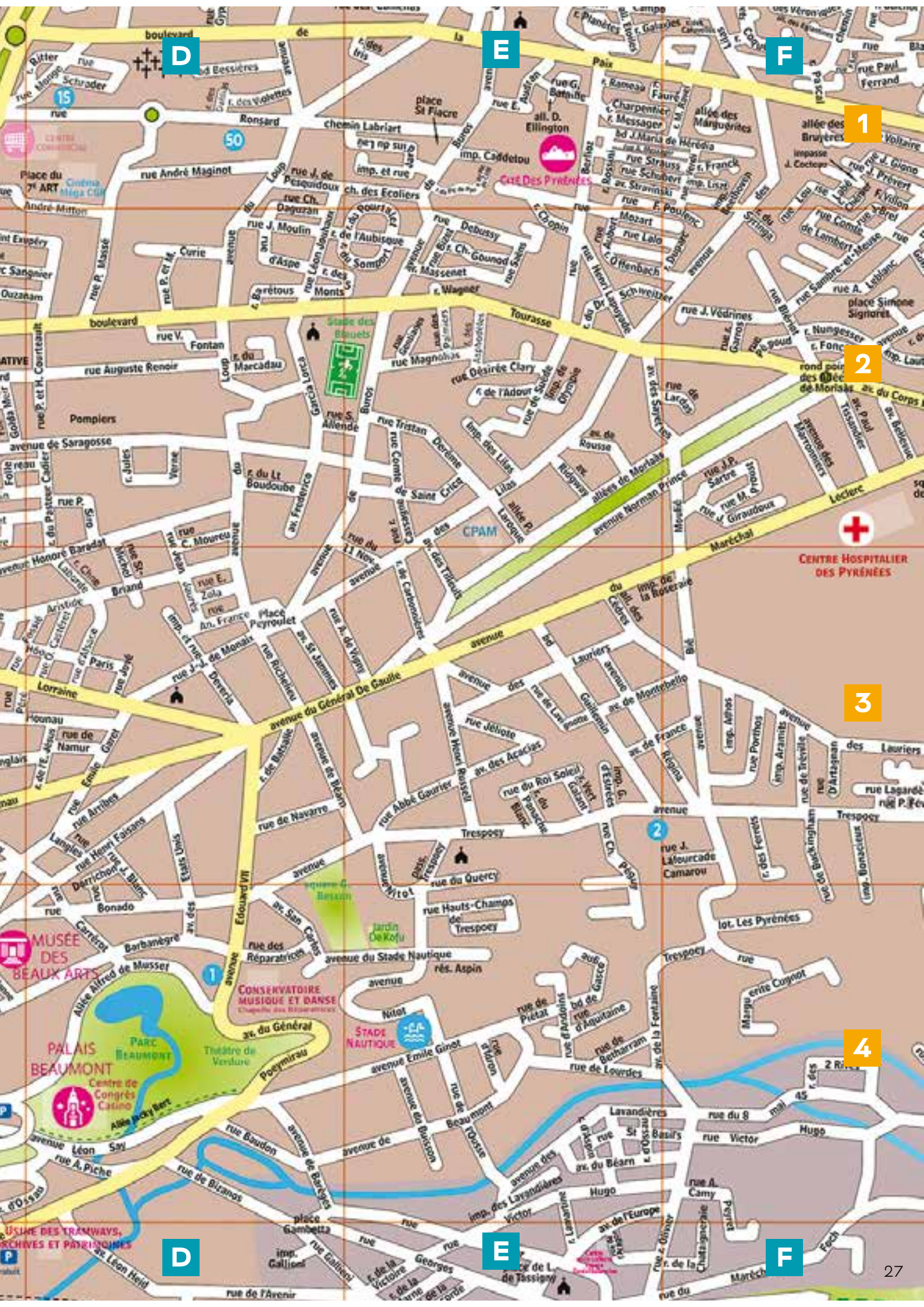
20

22

10

10

10



D

E

F

1

2

3

4

CENTRE HOSPITALIER  
DES PYRÉNÉES

MUSÉE  
DES  
BEAUX ARTS

PALAIS  
BEAUMONT  
Centre de  
Congrès  
Casino

CONSERVATOIRE  
MUSIQUE ET DANSE

STADE  
NAUTIQUE

USINE DES TRAMWAYS,  
ARCHIVES ET PARKINGS

D

E

F



**V**ous avez besoin d'aide pour gérer la garde de vos enfants ? Que ce soit pour **des besoins ponctuels ou réguliers**, **Kangourou Kids** Pau vous propose des solutions sur-mesure : sortie d'école ou de crèche, horaires atypiques, baby-sitting, garde partagée...

Avant tout soucieuse du bien-être et de la sécurité de vos enfants, notre équipe sélectionne pour vous des **nounous expérimentées**, en fonction de leur expérience, leurs qualifications et leurs références que nous vérifions systématiquement. Nous nous engageons également à **suivre les prestations** et former nos nounous tout au long de l'année pour toujours enrichir leurs compétences.

Chez **Kangourou Kids**, nous souhaitons faire de la garde un **moment de découverte et d'épanouissement** pour vos enfants. En plus de prendre en charge leurs besoins quotidiens, nos baby-sitters leur proposent des activités ludiques adaptées à leur âge en fonction de leurs envies et de vos attentes.

**Kangourou Kids** est le spécialiste de la garde d'enfants à domicile depuis près de 10 ans. Notre réseau, comprenant plus de 110 agences, développe également des crèches afin de toujours proposer de nouvelles solutions aux parents.

**Agence Kangourou Kids de Pau**  
 21 avenue de la Résistance - 64000 PAU  
 Ouverte du lundi au vendredi  
 de 9h à 12h30 et de 14h à 18h  
**05.59.35.94.18**  
[contact.pau.64@kangouroukids.fr](mailto:contact.pau.64@kangouroukids.fr)

**kan gou rou kids**

**Garde d'enfants**

**à domicile**

**Sorties d'école**

**05 59 35 94 18**  
**pau.kangouroukids.fr**



© Shutterstock

# ÉDUCATION

## PETITE ENFANCE

**V**ous recherchez une crèche, une assistante maternelle, un lieu d'accueil parents-enfants ou un mode de garde pour les plus grands ?

La Ville de Pau accompagne les familles autour de leurs besoins d'accueil du jeune enfant. La qualité d'accueil et le soutien à la parentalité sont des axes prioritaires de la politique petite enfance.

L'accueil municipal garantit aux familles une offre diversifiée et adaptée à leurs besoins grâce à des équipes pluridisciplinaires diplômées, des modalités d'accueil souples facilitant l'articulation entre vie professionnelle et vie personnelle des habitants paalois.

### UN VÉRITABLE SERVICE D'ACCUEIL

Pour trouver un mode de garde adapté à chaque famille, la Ville de Pau propose différents types d'accueil, du collectif au particulier.

### LES STRUCTURES MULTI-ACCUEIL

Les structures d'accueil collectif reçoivent de manière régulière ou occasionnelle les enfants de moins de 4 ans.

### INSCRIRE VOTRE ENFANT

La pré-inscription se fait auprès de la directrice de la structure souhaitée en prenant contact directement avec elle.

### RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES

Dédié à la petite enfance, le Point Information Petite Enfance - Relais Assistantes Maternelles de la Ville de Pau accompagne parents et assistantes maternelles dans les démarches relatives à l'accueil du jeune enfant. Ce service municipal est destiné aux familles, et aux assistantes maternelles de Pau.

### LAEP : LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Les lieux d'accueil enfants parents sont ouverts aux enfants âgés de moins de 4 ans, accompagné de leur(s) parent(s) ou d'un adulte familial pour participer à des temps conviviaux de jeux et d'échanges.



© Shutterstock

## MATERNELLES ET ÉCOLES ÉLÉMENTAIRES

La Ville de Pau met tout en oeuvre pour offrir les meilleures conditions de vie scolaire aux enfants des 27 groupes scolaires dont 20 publics et 7 privés, répartis sur l'ensemble de la commune.

La Ville a la responsabilité des bâtiments des écoles publiques et finance les dépenses de travaux. Surveillance des passages piétons, interclasse et agents assistants spécialisés des écoles maternelles, l'accueil des enfants dans les écoles sont une priorité pour la ville. La Caisse des écoles, établissement

public autonome dont le président est un élu municipal (loi du 28 mars 1882), rémunère les agents (étudiants en majorité) pour le temps périscolaire qui, à Pau, est un service gratuit pour les parents. Enfin, la Mairie participe également au financement de projets comme les classes de découverte et classes vertes. Les écoles primaires regroupent la maternelle et l'élémentaire. La restauration scolaire est une compétence de la cuisine communautaire.

Liste exhaustive sur [Pau.fr](http://Pau.fr)



© Shutterstock





© Shutterstock

## UNIVERSITÉ ET ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

**P**au accueille un campus universitaire et de nombreuses formations supérieures : écoles d'ingénieurs, école supérieure de commerce, école supérieure d'art, institut du travail social,...

### CONTRAT MUNICIPAL ETUDIANT

La Ville de Pau accorde une aide financière aux jeunes Palois qui poursuivent des études supérieures dans le cadre du Contrat Municipal Etudiant (CME).

### L'ESSENTIEL DE L'ÉTUDIANT

Les étudiants de l'Institut d'Administration des Entreprises des Pays de l'Adour proposent depuis la rentrée 2014-2015, un «city-guide» pour tous les étudiants de Pau. Vous y trouverez toutes les ressources pour réussir votre installation et leurs meilleurs tuyaux pour profiter pleinement de Pau durant vos études. École supérieure d'art des Pyrénées Pau Tarbes Née de la réunion des écoles d'art de Pau et de Tarbes, l'École supérieure d'art des Pyrénées - Pau Tarbes propose des formations professionnalisantes reconnues dans le réseau européen de l'enseignement supérieur.

### I.A.E.

L'Institut d'Administration des Entreprises des Pays de l'Adour dispense des formations professionnalisantes en gestion/ management depuis 1963.

### E.I.S.T.I.

L'École Internationale des Sciences du Traitement de l'Information est une École d'ingénieurs en Génie Informatique et en Génie Mathématique.

### CONSERVATOIRE NATIONAL DES ARTS ET MÉTIERS

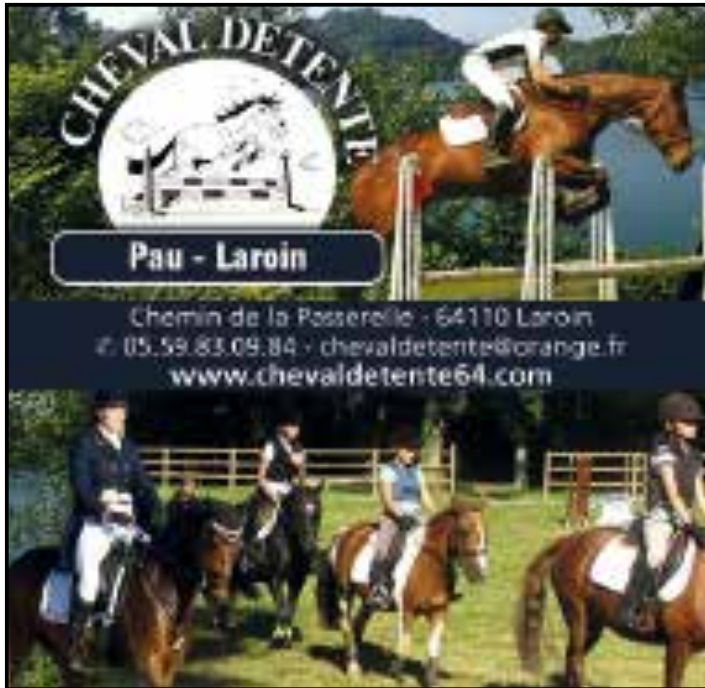
Le CNAM accompagne les changements auxquels chacun d'entre nous est confronté. Il permet de développer ses compétences à son rythme pour élargir ses responsabilités, négocier un tournant dans sa carrière, changer de métier, anticiper...

### LE CNPC, UNE VÉRITABLE GRANDE ÉCOLE

Le CNPC, l'École Supérieure de commerce du sport est la plus importante école de commerce préparant aux métiers du sport en Europe.

### ESPE AQUITAINE

L'ESPE d'Aquitaine, École Supérieure du Professorat et de l'Éducation est une école de l'Université de Bordeaux.



## CHEVAL DÉTENTE

Vous souhaitez découvrir l'équitation, vous perfectionner, vous promener ou simplement passer un moment convivial ? Le centre équestre Cheval Détente est l'endroit idéal.

Le centre se situe au bord du gave de Pau, au niveau de la passerelle de Laroïn, entre les golfs de Billère et D'Artiguelouve, sur la rive gauche du gave.

Cheval Détente offre à ses cavaliers des installations récentes de qualité pour pratiquer l'équitation dans les meilleures conditions.

Le centre équestre est ouvert toute l'année et propose une multitude d'activités : promenades et séances de découverte pour les cavaliers à partir de 3 ans, formules annuelles pour monter chaque semaine, mini stages vacances à la demi-journée ou à la journée à partir de 5 ans, stages de perfectionnement, de préparation à la compétition ainsi qu'aux passages des examens fédéraux.

Cours collectifs, promenades et compétitions sont proposés toute l'année, même durant les vacances scolaires.

**Nouveauté** : la buvette avec terrasse ombragée est ouverte à tous ; cavaliers, promeneurs, cyclistes, rollers...

**Adresse** : Berges du Gave - 64110 LAROÏN

**Téléphone** : 05 59 83 09 84

**Site** : [www.chevaldetente64.com](http://www.chevaldetente64.com)

**BETA BLOC** **SALLE D'ESCALADE**  
**WWW.BETA-BLOC.COM**

**SALLE D'ESCALADE • RESTAURANT**

83 rue Faraday  
 Lot 3 • Zone Polaris • 64000 PAU  
**07 64 24 23 40**  
[info@beta-bloc.com](mailto:info@beta-bloc.com)  
**www.beta-bloc.com**

Lundi : 17h - 22h  
 Du mardi au vendredi : 10h - 22h  
 Samedi : 10h - 20h  
 Dimanche : 13h - 18h  
**RESTAURANT** : du mardi au samedi



© Shutterstock

# SPORTS & LOISIRS

---

## LES SPORTS

**P**au reine des sports propose une large palette de pratiques sportives. Certaines, bien ancrées dans le paysage, sont plus que centenaires, tandis que d'autres, plus récentes, font petit à petit leur place dans le coeur des Palois.

### RUGBY

Si le vert et le blanc portés par la Section Paloise font vibrer la ville chaque week-end, les valeurs véhiculées par ce jeu fédèrent bien plus largement ses habitants.

### FOOT

De nombreux clubs assurent la formation des jeunes dont les plus talentueux intègrent, ensuite, des centres de formation professionnels.

### BASKET

Après avoir régné sur le basket français durant une décennie, l'Élan Béarnais Pau-Lacq-Orthez s'est reconstruit en Pro B. De retour dans l'élite, le club entend désormais y rester.

### PELOTE

La pelote basque, sport d'une rare intensité, exige force, adresse et agilité. Ses adeptes bénéficient d'un équipement exceptionnel pour sa pratique dans notre ville.

### HANDBALL

Après un court séjour dans l'élite, les Billérois évoluent à nouveau en Pro D2. La formation des jeunes demeure une priorité pour le club.

### PAU, TERRE D'EAU VIVE

Pau, ville de naissance du triple champion olympique Tony Estanguet, est l'une des capitales de l'eau-vive et des sports nature en France.

### GOLF

Le golf, en démonstration aux jeux de Rio en 2016, est désormais olympique. Le Pau Golf Club compte bien avoir des retombées de cette nouvelle exposition médiatique.

### CAPITALE DU CHEVAL

De tout temps, le Béarn a été une terre d'élevage de chevaux. Dès le début du XIX<sup>e</sup> siècle, Pau est surnommée « capitale du cheval » et le roman d'amour perdue.

### JEUX TRADITIONNELS DU BÉARN

Au-delà des sports classiques, connus de tous, le Béarn recèle des jeux traditionnels et ancestraux à découvrir absolument !

### SPORT DANS LES PYRÉNÉES

Pau, situé à moins d'une heure des Pyrénées, offre de multiples possibilités de balades ou d'activités sportives au coeur du massif.

*Venez faire  
le grand saut*



**PAU  
SKYDIVE**

**05 59 04 85 89**

**Aérodrome - 64450 LASCLAVERIES**

skydivepau@gmail.com - www.pau-skydive.fr -  Pau Skydive


Centre école de parachutisme agréé par la Fédération Française de Parachutisme. Agrément jeunesse et sport N°64F52




**LASER LAND**

LASERGAME LASERKART SIMRACING RÉALITÉ VIRTUELLE



 [lasergamesbizanos.fr](http://lasergamesbizanos.fr)

 05.59.71.83.37

 47bis route de Tarbes,  
Bizanos 64320

 laserland  laserland64

# SPORTS & LOISIRS

---

## PAU SKYDIVE

L'été n'est pas fini... essayez-vous aux activités de plein air... que dis-je de grand air !!

Pau Skydive vous attend pour prendre un peu d'altitude avec ses sauts en parachute, ses chutes libres, ... le tout avec une vue imprenable sur la chaîne des Pyrénées !!

Bonne nouvelle, ce site magique aux infrastructures hors normes sont accessibles toute l'année, mais c'est quand même beaucoup mieux quand il est beau !! ??

Port du masque obligatoire sur le centre dans les espaces couverts.

## LASERLAND

Le complexe LASER LAND propose un cadre nouvelle génération et unique dans le Béarn.

Nous vous accueillons dans notre complexe multi-activités seul ou en équipe.

### Découvrez nos activités :

- Un labyrinthe de 400m<sup>2</sup> sur plusieurs niveaux avec un décor digne des meilleurs films de science-fiction,
- Un circuit pour le Laserkart, équipé de logo interactifs projetés au sol, inspiré du jeu Mario kart,
- De la réalité virtuelle, avec 2 postes en multi-jeux et 2 simulateurs de voiture de course,
- Une salle d'échappée game développée par FunRoom Escape Game dans nos locaux!

Nous proposons également des formules Pizza ou Buffet à partager en famille ou entre amis !

Avec nos 850 m<sup>2</sup> de salles thématiques, nos 80 m<sup>2</sup> d'espace bar et de réunion, nous pouvons accueillir des groupes de plus de 60 personnes, tout en lançant simultanément nos activités.

Pour plus d'informations n'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou d'aller visiter notre site internet.

Bonne ambiance et sensations garanties !



## LES GRANDS ÉQUIPEMENTS

La Ville de Pau s'est dotée au fil du temps d'équipements d'envergure et modernes. Ces derniers permettent à ses équipes d'évoluer dans de bonnes conditions et d'accueillir des compétitions de renommée mondiale.

### LE PALAIS DES SPORTS

Véritable temple du basket européen, le Palais des Sports de Pau a soufflé sa 22<sup>ème</sup> bougie en janvier 2013.

### COMPLEXE DE PELOTE

Situé à la périphérie de la ville, le Complexe de pelote possède toutes les caractéristiques pour recevoir les compétitions internationales.

### STADE DU HAMEAU

Construit en 1948, le stade du Hameau était, à l'origine, destiné à l'École nationale d'entraînement physique militaire. Il accueille aujourd'hui les clubs professionnels.

# SPORTS & LOISIRS



## YOUPI PARC

Parc d'attraction intérieur et extérieur dans un espace sécurisé de plus de 900 m<sup>2</sup>, chauffé et climatisé. Un espace de jeux qui accueille les enfants jusqu'à 12 ans.

Gratuit pour les adultes accompagnateurs.

Location de structures gonflables pour particuliers.

### Horaires :

Vacances scolaires : 7j/ 10h-19h non stop

Hors vacances scolaires : mercredi, samedi et dimanche : 10h-19h non stop

Vendredi matinée spéciale nounous : 10h-14h

Téléphone : 05 59 82 73 55

Adresse : 1 rue Pierre Bourdieu  
64160 MORLAAS

Facebook : youpiparc-pau

Instagram : youpiparc-morlaas

**VIENS T'AMUSER ET TE DÉFOULER !**

**PARC DE LOISIRS INTÉRIEUR & EXTÉRIEUR de 0 à 12 ans**

Youpi Parc c'est aussi un extérieur

**YOUPI PARC**

PENSEZ AU MAILLOT DE BAIN ET À LA SERVIETTE

1 rue Pierre Bourdieu • 64160 MORLAAS • 05 59 82 73 55 • [www.youpiparc.com](http://www.youpiparc.com)

# SANTÉ & BIEN-ÊTRE



## HYPNO 64 Cabinet CREMIEUX

Le cabinet HYPNO 64 s'appuie sur plus de 10 ans d'expérience en Hypnothérapie, anciennement Hypnothérapeute au sein Thermes de Salies de Béarn.

Nous vous accompagnons à atteindre vos objectifs, tels que l'arrêt du Tabac, retrouver un Poids Santé, le Stress, la Confiance en Soi, les Troubles du Sommeil, les Phobies, la préparation à un examen ou une compétition sportive...

Nous utilisons l'hypnose ericksonienne, accompagné de la thérapie brève « Solution par le Changement » de Kévin & Christian CREMIEUX.

Nous vous recevons, sur RDV, du lundi au samedi de 9h à 21h, au 6 Place Jules Gois à Billère.

Nos ateliers de groupe (sur inscription):

- les mercredis, de 18h à 19h : relaxation par les Bols Tibétains
- les samedis, de 14h à 18h : Channeling

Plus d'info : 06.61.84.30.61 ou [hypno64.com](http://hypno64.com)

# NOS BONNES TABLES



240, av. Jean-Mermoz  
Route de Bordeaux  
64000 PAU  
☎ 05 59 32 64 54 

## LA MARINIÈRE

Le restaurant La Marinière vous accueille dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Vous y dégusterez des mets faits maison à partir de produits frais.

Plateau de fruits de mer sur commande.

Formules à partir de 16 € le midi, à savourer dans un cadre bord de mer au sein de notre établissement climatisé.

Capacité d'accueil de groupes jusqu'à 30 personnes.

Parillada de poissons jeudi soir et vendredi soir.

Recommandé par le guide du petit futé.

**Horaires :** Accueil de 12h à 13h30 et de 19h15 à 21h.

Fermé le mardi soir, mercredi soir, dimanche soir et lundi.

**Adresse :** 240, avenue Jean Mermoz  
Route de Bordeaux - 64000 PAU

**Téléphone :** 05 59 32 64 54



**AU BON COIN**  
RESTAURANT || BAR À TAPAS

PROCHE DE PAU, NOTRE RESTAURANT " AU BON COIN " VOUS ACCUEILLE  
DANS UNE AMBIANCE FAMILIALE.



Une **CUISINE MAISON** élaborée avec des **PRODUITS DU TERROIR**  
et de **SAISON**.



PLAT À PARTIR DE 10€  
TERRASSE OMBRAGÉE  
GRAND PARKING



MARDI, MERCREDI ET DIMANCHE MIDI  
JEUDI, VENDREDI ET SAMEDI MIDI & SOIR.

☎ 05.59.32.25.99  
@RESTAURANT\_AU\_BON\_COIN\_PAU  
@RESTAURANTUBONCOINLONG

125 AVENUE DES MARTYRS DU PONT LONG 64 140 LONGS





© Shutterstock



## PIZZERIA NAPOLI

Pizzas artisanales cuites au feu de bois

Si vous souhaitez passer une belle soirée en famille autour de plats italiens, notre restaurant est l'endroit idéal.

Notre cuisine italienne vous offre un grand choix de recettes savoureuses et fraîchement préparées.

Nos excellents plats du terroir et nos excellentes salades sont particulièrement prisés pour leur fraîcheur et leur saveur particulière.

Notre risotto ou nos plats de pâtes vous attendent.

Si vous venez nous voir, commandez aussi des boissons alcoolisées.

Nos desserts divins, notre crème glacée rafraîchissante et notre tiramisu vous rassieront pendant la pause ou au dessert.

Vous pouvez également savourer des spécialités françaises.

Si vous souhaitez manger nos spécialités à la maison, vous pouvez également les commander à emporter.

Si le coeur vous en dit.

*Potete parlare italiano con Giovanni.*

**Horaires :** Du lundi au dimanche de 19h à minuit. Fermé le mercredi.

**Adresse :** 2, rue Bordenave d'Abère - 64000 Pau

**Téléphone :** 05 59 27 61 61

**Site :** [pizzerianapolipau.eatbu.com](http://pizzerianapolipau.eatbu.com)

# les comptoirs de la **bio**

Groupement de magasins indépendants



## BIENVENUE À PAU !

**Manger sain** et **vivre bio** sont devenus aujourd'hui une priorité pour tous.

Vous venez d'arriver à Pau et sa région et vous n'avez pas encore vos repères ?

Nos magasins, **LES COMPTOIRS DE LA BIO** vous proposent un large choix de produits pour votre alimentation, votre maison, votre santé, votre enfant et bien plus encore !

Issus des magasins **Epicerie Verte**, pionnier du bio dans le Béarn depuis près de 25 ans, **LES COMPTOIRS DE LA BIO**, groupement de magasins indépendants, sont devenus les véritables spécialistes du bio.

[www.lescomptoirsdelabio.fr](http://www.lescomptoirsdelabio.fr)

CONSEILS  
AVISÉS

CHOIX  
INCOMPARABLE

QUALITÉ  
GARANTIE

### PAU

Avenue Alfred Nobel  
106 route de Morlaàs

Tél. : 05 59 40 24 35  
Du lundi au samedi  
8h30-19h30

### LONS

1 rue Pierre-Gilles  
de Gennes

Tél. : 05 59 32 70 36  
Du lundi au samedi  
8h30-19h30

&

163 avenue  
Jean Mermoz

Tél. : 05 59 60 17 00  
Du lundi au samedi  
8h30-19h30

### OLORON

3 avenue Saint-Cricq

Tél. : 05 59 39 65 23  
Du lundi au samedi  
8h30-19h30

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

# NOS ADRESSES GOURMANDES



**LE PAIN PASCAL**  
**BOULANGERIE PATISSERIE**

2 ADRESSES À PAU  
35, rue du Maréchal-Joffre  
8, rue de Liège

Tél. 05 59 84 82 15

## LE PAIN PASCAL

### Spécialité de macarons.

Grande diversité de parfums.

Offre de pains, pains spéciaux et viennoiseries.  
Vous pourrez manger, sur place ou à emporter :  
sandwichs, quiches, pizzas... sans oublier la pâtisserie.

### Nouveauté : «Croustante»

Baguette Bio issue de farine de blés anciens.

Ouvert du lundi au samedi de 6h30 à 20h.



**À 10MIN PAU SUD**

## CAVE DU JURANÇON À GAN

53 AVENUE HENRI IV - 64290 GAN - TÉL. 05 59 21 57 03 - [WWW.CAVEDEJURANCON.COM](http://WWW.CAVEDEJURANCON.COM)

**PROMENADES DANS LES VIGNES,  
VISITES & DEGUSTATIONS GRATUITES**

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Logos: f, t, i, France Sud-Pyrénées D'Excellence, Jurançon Bearn, and a green circular logo.



**ferm'  
envie**  
VOTRE MAGASIN FERMIER

*Ferm'envie*

**PAU-BIZANOS**



3 rue Robert Agest  
64320 Bizanos  
05 59 62 38 11

du mardi au samedi, de 9h à 19h

*Ferm'envie*

**SERRES-CASTET**



20 rue d'Aspe  
64121 Serres-Castet  
05 59 80 17 41

du mardi au samedi, de 9h à 19h

[www.fermenvie.com](http://www.fermenvie.com)



© Shutterstock

**FERM'ENVIE...** ou l'envie de proposer à nos clients des produits issus de la Ferme, directement dans leurs assiettes.

Ferm'Envie, au travers de ses 2 magasins, a été la première enseigne paloise à promouvoir les produits de ses producteurs, issus de fermes locales et offrant une large gamme de produits frais, de qualité, en respectant les saisons à des prix abordables et équitables sur plus de 4 000 références.

Plus de 600 références de grande consommation également sur notre Drive déployé en février et mis à jour régulièrement en fonction des arrivages et toujours dans le respect des saisons.

Sur le Drive vous avez également la possibilité de réserver vos cours de cuisine pour le magasin de Bizanos pour bénéficier du savoir-faire de la Pau'pote de Sabine ou même acheter des cartes cadeaux pour satisfaire tout le monde.

**Adresses :** 3 rue Robert Agest - 64320 Bizanos  
Tél. 05 59 62 38 11  
20 rue d'Aspe - 64121 Serres-Castet  
Tél. 05 59 80 17 41

**LA RÔTISSERIE DES HALLES**  
**ARTISAN - TRAITEUR**

**POULET DE FERME, COCHON DE LAIT, AGNEAU, NOIX DE JAMBON, TRAVERS DE PORC, ...**  
*Poêlée de Légumes, Endives Braisées, Piperade, Salades, Plats mijotés et variés Couscous, Paella, Daube, Tajine, ...*

**SPÉCIALITÉS TOUTE L'ANNÉE...**  
*Accueil chaleureux : Lundi et samedi de 8h à 13h  
Mardi au vendredi de 8h30 à 13h & de 16h à 18h30*

3, rue de la République - 64000 PAU  
Tél. 05 59 60 23 31 - [www.rotisseriedeshalles.fr](http://www.rotisseriedeshalles.fr)



## CAVE THOU

Les cavistes des Halles

Superbe Cave - Bar à Vins nichée au cœur des nouvelles Halles de Pau, la Cave Thou regorge de plus de 4 000 bouteilles sélectionnées avec passion et talent par Frédéric et Marie.

Ils vous conseilleront et vous feront découvrir des pépites trouvées chez les meilleurs vignerons indépendants, ainsi qu'une impressionnante gamme de spiritueux et bières.

Les dégustations de vins au verre avec des assiettes de charcuteries ou de fromages réalisés par ses confrères voisins en font un des lieux les plus conviviaux à découvrir sur ce marché.

**Horaires :** Ouvert tous les jours sauf le lundi de 7h à 14h

**Adresse :** Les Halles - Place de la République 64000 PAU

**Téléphone :** 05 59 83 96 94

**E-mail :** cave.thou@gmail.com

**LA MAISON VERDIER** a été créée en 1945.

Depuis près de 80 ans, la famille Verdier perpétue son amour gourmand pour les saveurs authentiques et le travail exigeant d'un savoir-faire artisanal unique.

La quadrilogie familiale a traversé les décennies avec succès sans faillir à ses valeurs humaines et à son exigence de qualité.

Passionnément gourmande, toutes les créations de cette maison de tradition expriment avec générosité le plaisir du goût et du partage.

Héritière d'un savoir-faire ancestral et labellisée Entreprise du Patrimoine Vivant, la Maison Verdier résonne aujourd'hui comme une institution dans la lignée de la haute tradition française des maîtres confiseur-chocolatiers.



# NOS ADRESSES UTILES



Réalisons ensemble vos bijoux!

**coscolla**  
-joaillier créateur-

Facebook : Bijouterie Coscolla  
11, Rue Pasteur, Pau - 05 59 27 55 75  
[www.bijouteriecoscolla.fr](http://www.bijouteriecoscolla.fr)

## BIJOUTERIE COSCOLLA

Dans l'atelier situé au sein de la boutique, Stéphane, Gilles et Claire, les joailliers, créent, fabriquent, transforment et réparent vos bijoux en or, en argent ou en platine.

Forte de ses compétences en gemmologie, Sandrine sait vous guider et vous informer quant au choix d'une pierre.

Avec sa collaboratrice Marie-José, elles donnent naissance à vos projets ou vous orientent vers les créations de leurs vitrines : bijoux pavée de diamants, de pierres précieuses et fines, un large choix de perles de culture du Japon, de Tahiti et une sélection rare de camée, de corail, de turquoises...

Toute l'équipe vous accueille du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 18h45.

Vendredi journée continue de 9h à 18h45 et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h45.

**Adresse :** 11 rue Pasteur - 64000 Pau

**Téléphone :** 05 59 27 55 75



**Vélo Station**

Vente de vélos et d'accessoires  
Location - Vélos électriques  
Entretien et réparation toutes marques

9, bd Alsace-Lorraine - 64000 Pau  
05 59 02 27 54  
[64pau@velostation.com](mailto:64pau@velostation.com)

## VÉLO STATION

Un vrai magasin de proximité avec services rapides et réparations toutes marques et pour tous : vélos enfant, urbain, trekking, route, pliant, électrique cargo (de très grande autonomie), ...

Il distribue les marques Orbea, Vélo de Ville, O2Feel et Montana.

Yohan est le spécialiste du vélo électrique.

Il vous accueille pour la vente, la réparation ou la location de vélos.

**Horaires :** Du mardi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 19h. Le samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h

**Téléphone :** 05 59 02 27 54



# ECO CUISINE

www.ecocuisine.fr



UNE ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS  
À VOTRE SERVICE !



**ECO CUISINE**  
La cuisine tout compris!



## 12 AVENUE MARCEL DASSAULT

(ZONE INDUSPAL / 05 59 61 22 67)

# LONS

RETROUVEZ-NOUS SUR :







## VENTE - GESTION - LOCATION - SYNDIC



> Propriétaire, vivez en copropriété en toute sérénité



> Bailleur, profitez de vos revenus locatifs sans contrainte



> Locataire, installez-vous en toute simplicité



> Vendeur, réalisez une vente rapidement et au bon prix



> Acquéreur, devenez propriétaire avec le bon logement au bon endroit

# NUMÉROS UTILES

## SANTÉ

- SAMU : 15
- SOS medecins : 05 59 62 44 44
- Pompiers : 18
- CHU : 05 59 92 72 72
- Les Jeunes Chênes / 08 26 96 19 21
- Clinique de Navarre : 05 59 14 55 55
- CPAM : 08 20 90 42 16

## SERVICES

- Mairie : 05 59 27 85 80
- Préfecture : 05 59 98 24 24
- Médiathèque : 05 47 05 10 00
- GRDF : 09 69 36 35 34
- La poste : 08 99 87 39 38
- Régie des eaux : 04 78 30 38 00

## SÉCURITÉ

- Police Secours : 17 ou 112
- Commissariat : 05 59 98 22 22
- Police municipale 05 59 82 82 92

## SE DÉPLACER

- Aéroport : 05 59 33 33 00
- SNCF : 08 10 87 94 79
- Idélis : 05 59 14 15 16
- Taxis : 05 59 02 22 22

## GED

xxxxx



- Centre ville
- Gare - Aéroport
- Toutes destinations
- Tous types de transport

24H  
24H

7J  
7J

taxi-palois@wanadoo.fr

**05 59 02 22 22**

GIE Allo Taxis Palois - Commune de stationnement : PAU

Application de réservation à télécharger sur  
notre site web : [www.allotaxispalois.com](http://www.allotaxispalois.com)

**38** véhicules  
à votre service

**TAXIS G7**

## GIE ALLO TAXI PALOIS

Le G.I.E. est une structure très souple qui permet aux artisans taxis de la ville de PAU de mettre en commun des moyens pour gagner en performance.

Notre force est donc avant tout notre nombre (38), mais également la diversité de notre parc de véhicules, sans oublier notre organisation rodée depuis plus de 20 ans.

Pour vous assurer la rapidité de notre service, nos taxis sont positionnés sur les 5 stations de la ville de PAU. Lors de votre appel, c'est le taxi le plus proche de votre position qui vous est envoyé, garantissant donc la meilleure efficacité, et le meilleur prix.

Cette présence permanente de jour comme de nuit sur la ville nous permet ainsi de vous assurer le meilleur service pour toute course partant, ou à destination de PAU.

Appels et réservations 24h/24 et 7j/7 :  
**05 59 02 22 22**

Télécharger notre application depuis le site web  
pour commander votre taxi :  
[www.pau-taxi.com](http://www.pau-taxi.com)



# SPÉCIALISTE POMPE À CHALEUR ET CHAUDIÈRE

## ISOLATION DES COMBLES POUR 1€

plafond de sous-sol, garage, vide sanitaire



### ISOLATION THERMIQUE PAR L'EXTÉRIEUR



**05 47 41 59 75**  
[www.ged-enr.fr](http://www.ged-enr.fr)



Les certificats  
D'ÉCONOMIES  
D'ÉNERGIE  
Initiative de la Transition  
Énergétique et Environnementale



# le rendez- vue Krys

ICI TESTEZ  
VOTRE VUE  
et changez  
de lunettes  
simplement\*\*

## N'ATTENDEZ PLUS POUR BIEN VOIR.

Changez de lunettes, sans aller voir votre ophtalmologiste\*. Prenez rendez-vous avec votre opticien ou sur Krys.com pour réaliser un test de vue avec votre dernière ordonnance valable. Si votre correction a changé, votre opticien est habilité à modifier la puissance de vos verres ou de vos lentilles.

[krys.com](http://krys.com)

**KRYS COOPÉRATIVE D'OPTICIENS\*, FABRIQUE ELLE-MÊME SES VERRES EN FRANCE**

\* Service gratuit de 9h à 19h du lundi au vendredi, 9h30-12h et 14h-18h le samedi, 9h-12h le dimanche. Les heures d'ouverture de nos points de vente de plus de 10 ans. Le Centre de la vue est un service gratuit, en cas de faute de prescription, ou en raison d'un défaut de fabrication des lunettes à proposer au moins 15 jours avant la date de livraison. Un engagement envers Krys Group. Modèle public. FR 2012 119. 2018000000 - www.krys.com - 020 822 00000 - 01 20 10 100

Krys

Vous allez  
vous aimer

### **KRYS PAU**

11 Avenue du Général Leclerc - 64000 PAU  
Parking PICARD  
05.59.32.75.71  
[pau-generalleclerc@krys.com](mailto:pau-generalleclerc@krys.com)

### **KRYS LESCAR**

Centre Commercial Carrefour  
Route de Bayonne - 64230 LESCAR  
05 59 33 07 19  
[lescar-carrefour@krys.com](mailto:lescar-carrefour@krys.com)