



petit futé

2015-2016

EXTRAIT
Pour télécharger le guide complet,
rendez-vous en dernière page

Midi-Pyrénées



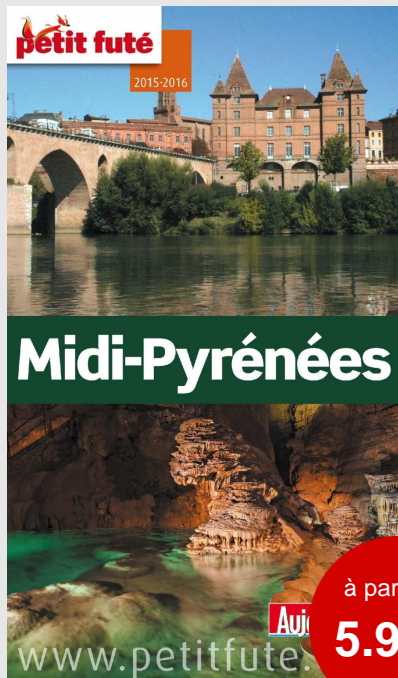
Aujourd'hui en France

www.petitfute.com

LA VERSION COMPLETE DE VOTRE GUIDE

MIDI-PYRENEES 2015/2016

en numérique ou en papier en 3 clics



Cliquer ici

Disponible sur



Bienvenue en Midi-Pyrénées !

EDITION

Directeurs de collection et auteurs : Dominique AUZIAS et Jean Paul LABOURDETTE
Responsable d'édition : Christiane BOUCHE-ALBERTINI
Avec la collaboration de Florence RIGAL, Tristan CUCHE, Anne DUCOS, Yan EVEIN, Sophie TARDIEU

Auteurs : Christian LAGUILLE, Julie DERAMOND, Frédéric FONS, Rebecca LAZZERINI, Sophie BARRERE, Marion CHILTZ, Mélodie CAZENAVE, Gilles CASTROVIEJO, François TENEZE, Nicolas TENEZE, Jean-Paul LABOURDETTE, Dominique AUZIAS et alter

Directeur Editorial : Stéphan SZEREMETA
Rédaction France : François TOURNIE, Jeff BUCHE, Grégoire DECONIHOUT, Perrine GALAZKA
Rédaction Monde : Patrick MARINGE, Caroline MICHELOT, Morgane VESLIN, Pierre-Yves SOUCHET

FABRICATION

Responsable Studio : Sophie LECHERTIER assistée de Romain AUDREN
Maquette et Montage : Julie BORDES, Élodie CLAVIER, Sandrine MECKING, Delphine PAGANO, Laurie PILLOIS
Iconographie et Cartographie : Audrey LALOY

WEB ET NUMERIQUE

Directeur technique : Lionel CAZAMAUYOU
Chef de projet et développeurs : Jean-Marc REYMUOND assisté de Florian FAZER, Anthony GUYOT, Cécile MAILLOUX, Christophe PERREAU

DIRECTION COMMERCIALE

Directeur commercial et web : Olivier AZPIROZ
Responsable Régies locales : Michel GRANSEIGNE
Adjoint : Victor CORREIA
Relation Clientèle : Vimla MEETOO

REGIE NATIONALE

Responsable Régie Nationale : Aurélien MILTENBERGER assisté de Sandra RUFFIEUX
Chefs de Publicité : Caroline AUBRY, Perrine DE CARNE MARCEIN, Caroline GENTELET, Sacha GOURAND, Florian MEYBERGER, Stéphanie MORRIS, Caroline PREAM, Caria ZUNIGA

REGIE INTERNATIONALE

Directrice : Karine VIROT assistée de Elise CADIOU
Chefs de Publicité : Romain COLLYER, Camille ESMIEU, Guillaume LABOUREUR

DIFFUSION ET PROMOTION

Directrice des Ventes : Bénédicte MOULET assisté de Aissatou DIOP et Alicia FILANKEMBO
Responsable des ventes : Jean-Pierre GHEZ assisté de Nathalie GONCALVES
Relations Presse-Partenariats : Jean-Mary MARCHAL

ADMINISTRATION

Président : Jean-Paul LABOURDETTE
Directeur Administratif et Financier : Gérard BRODIN
Directrice des Ressources Humaines : Dina BOURDEAU assistée de Léa BENARD, Sandra MORAIS
Responsable informatique : Pascal LE GOFF
Responsable Comptabilité : Nicolas FESQUET assisté de Jeannine DEMIRDJIAN, Oumy DIOUF, Christelle MANEBARD
Recouvrement : Fabien BONNAN assisté de Sandra BRIJLALL
Standard : Jehanne AOUMEUR

PETIT FUTE MIDI-PYRENEES 2015-2016

Petit Fute a été fondé par Dominique AUZIAS.
Il est édité par Les Nouvelles Éditions de l'Université
18, rue des Volontaires - 75015 Paris.
© 01 53 69 70 00 - Fax 01 42 73 15 24
Internet : www.petitfute.com
SAS au capital de 1 000 000 € - RC PARIS B 309 769 966
Couverture : Musée Ingres à Montauban © Service communication, ville de Montauban ; Gouffre de Padirac
© L. Nespoulous/SES de Padirac
Impression : IMPRIMERIE CHIRAT - 42540 Saint-Just-la-Pendue
Dépôt légal : juillet 2014
ISBN : 9782746975774

Pour nous contacter par email, indiquez le nom de famille en minuscule suivi de @petitfute.com
Pour le courrier des lecteurs : info@petitfute.com

La région Midi-Pyrénées conjugue avec talent des terres sauvages à couper le souffle, un patrimoine historique d'une immense richesse et l'art de bien vivre... avé l'accent !

Chacun des huit départements qui composent la région est là pour rappeler combien nature et culture se mêlent à merveille afin de créer des ambiances et des paysages inoubliables. Ariège, Aveyron, Gers, Haute-Garonne, Hautes-Pyrénées, Lot, Tarn, Tarn et Garonne évoquent immanquablement des villes et des sites aux sonorités douces et gorgées de soleil : Toulouse, la « ville rose », le Canal du Midi, les Causses du Quercy... La liste est longue ! Profitez d'une promenade fluviale dans les vallées du Lot et du Célé au rythme tranquille des gabares, ou embarquez-vous sur des canoës-kayaks pour découvrir les gorges du Tarn et de la Truyère. Mais ceux qui préfèrent les balades à pied ne seront pas déçus non plus ; arpentez les espaces infinis des causses qui s'étirent de l'Aubrac aux pics Pyrénéens. Pour profiter de la richesse patrimoniale des espaces naturels de la région, suivez la route des Cathares ou bien les chemins de St Jacques de Compostelle. En Ariège, vous pourrez remonter le temps ! Visitez les grottes de Niaux ou celle de Pech Merle, et n'oubliez pas de revivre la préhistoire dans le Parc d'Ariège où des ateliers permettent de découvrir les activités et l'art des hommes de Cro-Magnon. Ce parc abrite en outre depuis 2014 un nouvel espace qui vous plonge dans un véritable paysage de steppe, où vous découvrirez toutes les espèces emblématiques de l'époque grâce à des reconstitutions à taille réelle plus vraies que nature. Gare au mammouth ! Parmi les sites incontournables figure le gouffre du Padirac ; à 103 m de profondeur, vous embarquez sur la rivière souterraine pour une promenade en barque... Vertigineux. Après les yeux on continue de solliciter ses sens : faites plaisir à vos oreilles au festival de Jazz in Marcia. Chaque année à la fin du mois de juillet, ce festival rassemble les plus grands musiciens actuels de jazz, qui viennent de partout dans le monde spécialement pour cet événement. Pour finir, ne passez pas à côté de la gastronomie locale ; les spécialités du terroir sont le foie gras du Gers, le cassoulet à Castelnau, la truffe dans le Lot, et l'aligot d'Aveyron. Toutes ces saveurs se marient avec bonheur aux vins produits par les fameux vignobles du Sud-Ouest : Cahors, Moissac, Madiran... Voilà une région qui vous séduira sans aucun doute, tant ses richesses sont diverses. Alors n'hésitez pas à la découvrir, ou à y revenir !

L'équipe de la rédaction



Sommaire

Découverte

Carte d'identité	10
Les immanquables	12
Ariège.....	12
Aveyron.....	17
Gers.....	19
Haute-Garonne.....	21
Hautes-Pyrénées.....	25
Lot.....	27
Tarn.....	29
Tarn-et-Garonne.....	31
Nature	32
Géographie.....	32
Faune et flore.....	40
Environnement et énergies.....	44
Économie	44
Agriculture.....	44
Industries.....	44
Tourisme.....	44
Histoire	45
Patrimoine et traditions	49
Patrimoine culturel.....	49
Patrimoine architectural.....	49
Traditions et modes de vie.....	52
Les Midi-Pyrénées gourmandes	55
Spécialités locales.....	55
Produits du terroir.....	56
Alcools et spiritueux.....	62
Sports et loisirs	67
Activités de plein air.....	67
Sports d'hiver.....	68
Bien-être et remise en forme.....	72
Festivals et manifestations	73
Ariège.....	73
Aveyron.....	77
Gers.....	80
Haute-Garonne.....	87
Hautes-Pyrénées.....	94
Lot.....	97
Tarn.....	99
Tarn-et-Garonne.....	102

Ariège

Ariège	108
Aulus-les-Bains.....	108
Auzat.....	111
Ax-les-Thermes.....	113
La Bastide-de-Sérou.....	120
Les Cabannes.....	122
Carla-Bayle.....	123
Castillon-en-Couserans.....	125
Foix.....	127
Artigat.....	137
Lavelanet.....	138
Luzenac.....	142
Le Mas-d'Azil.....	144
Massat.....	146
Mazères.....	146
Mirepoix.....	149
Orlu.....	157
Pamiers.....	158
Rimont.....	167
Saint-Girons.....	168
Saint-Lizier.....	173
Seix.....	177
Tarascon-sur-Ariège.....	179
Virées andorranes.....	186

Aveyron

Aveyron	196
Aguessac.....	196
Baraqueville.....	197
Belcastel.....	197
Bozouls.....	198
La Cavalerie.....	200
Conques.....	201
La Couvertoirade.....	202
Entraygues-sur-Truyère.....	203

Espalion.....	204
Estaing.....	206
Laguiole.....	207
Millau.....	212
Mur-de-Barrez.....	216
Najac.....	217
Nant.....	218
Réquista.....	220
Rieupeyroux.....	221
Rodez.....	222
Roquefort-sur-Soulzon.....	229
Saint-Affrique.....	231
Saint-Léons-en-Lévézou.....	231
Saint-Sernin-sur-Rance.....	232
Saint-Geniez-d'Olt.....	232
Saint-Rome-de-Tarn.....	234
Sauveterre-de-Rouergue.....	235
Sévérac-le-Château.....	236
Sylvanès.....	238
Villefranche-de-Rouergue.....	239

Gers

Gers.....	246
Auch.....	246
Castéra-Verduzan.....	256
Cazaubon.....	258
Cologne.....	262
Condom.....	264
Eauze.....	272
Fleurance.....	276
Gimont.....	280
Gondrin.....	284
L'Isle-Jourdain.....	285
Lavardens.....	288
Lectoure.....	290
Marcillac.....	293
Masseube.....	297
Miélan.....	301

Les CABANES dans les bois



Domaine de Fourtout
11600 Villalier Carcassonne - France
Tél. 09 70 75 99 00



Nos cabanes sont des chambres de charme. Elles vous attendent dans la magnifique région de Carcassonne (Aude), à deux pas du Canal du Midi et de la Cité médiévale.

En solo, en amoureux ou en famille, vous apprécierez l'environnement enchanteur des 112 ha du domaine.

Petit déjeuner, panier-repas, accès internet, piscine... tout le confort dont vous avez rêvé.

www.lescabanedanslesbois.fr

Sommaire

Mirande	302
Montesquiou	304
Montréal-du-Gers	306
Nogaro	308
Riscle	309
La Romieu	311
Saint-Mont	313
Samatan	313
Valence-sur-Baïse	315
Vic-Fezensac	316

Haute-Garonne

Haute-Garonne	322
Auterive	322
Bagnères-de-Luchon	323
Boulogne-sur Gesse	328
Fronton	330
Grenade	331
Martres-Tolosane	333
Muret	333
Revel – Saint-Ferréol	334
Rieumes	338
Saint-Bertrand- de-Comminges	339
Saint-Félix-Lauragais	339
Saint-Gaudens	343
Salies-du-Salat	343
Toulouse	344
Verfeil	380
Villemur-sur-Tarn	381

Avertissement

Les renseignements concernant les coordonnées, les tarifs, les jours et heures d'ouverture sont donnés à titre indicatif et n'ont aucun caractère contractuel. Ils sont susceptibles d'avoir fait l'objet de modifications ultérieures pour lesquelles le Petit Futé décline toute responsabilité.

Hautes-Pyrénées

Hautes-Pyrénées	386
Argelès-Gazost	386
Arreau	389
Arrens-Marsous	391
Bagnères-de-Bigorre	392
Barèges	395
Campan	396
Capvern	396
Castelnau-Magnoac	397
Cauterets	397
Gavarnie	399
La Barthe-de-Neste	400
La Mongie	400
Lannemezan	401
Loudenvielle	402
Lourdes	402
Luz-Saint-Sauveur	405
Madiran	407
Rabastens-de-Bigorre	408
Saint-Lary-Soulan	408
Saint-Laurent-de-Neste	413
Tarbes	414
Trié-sur-Baïse	422

Lot

Lot	426
Cabrerets	426
Cahors	427
Cajarc	439
Carennac	440
Cardaillac	442
Castelnau-Montratier	442
Cazals	443
Douelle	444
Duravel	444
Figeac	445

Gourdon.....	447
Gramat.....	450
Labastide-Murat.....	452
Lacapelle-Marival.....	452
Lacave.....	453
Lalbenque.....	454
Luzech.....	455
Martel.....	456
Mercuès.....	458
Montcuq.....	458
Padirac.....	460
Payrac.....	460
Pradines.....	461
Praysac.....	462
Puy-l'Evêque.....	463
Rocamadour.....	465
Saint-Céré.....	471
Saint-Cirq-Lapopie.....	474
Souillac.....	477

Tarn

Tarn.....	484
Albi.....	484
Ambialet.....	495
Carmaux.....	496
Castelnau-de-Montmiral.....	497
Castres.....	498
Cordes-sur-Ciel.....	505
Gaillac.....	509
Giroussens.....	514
Graulhet.....	517
Lacaune.....	518
Lautrec.....	521
Lavaur.....	524
Mazamet.....	525
Monestiés.....	527
Penne.....	529
Puycelci.....	529
Puylaurens.....	532











Rabastens.....	533
Réalmont.....	536
Saint-Sulpice.....	538
Sorèze.....	539

Tarn-et-Garonne

Tarn-et-Garonne.....	546
Auvillar.....	546
Beaumont-de-Lomagne.....	551
Bruniquel.....	558
Castelsarrasin.....	566
Caussade.....	570
Donzac.....	574
Dunes.....	575
Grisolles.....	577
Lafrançaise.....	579
Lauzerte.....	580
Moissac.....	589
Molières.....	601
Monclar-de-Quercy.....	602
Montaigu-de-Quercy.....	606
Montauban.....	610
Montech.....	628
Montpezat-de-Quercy.....	632
Saint-Antonin-Noble-Val.....	634
Saint-Nicolas-de-la-Grave.....	645
Valence-d'Agen.....	649
Varen.....	654
Verdun-sur-Garonne.....	654

Organiser son séjour

Se rendre en Midi-Pyrénées.....	658
Circuler en Midi-Pyrénées.....	659
S'informer sur les Midi-Pyrénées.....	661
Index.....	671

-  Autoroute
-  Nationale 4 voies
-  Nationale
-  Départementale
-  Préfecture
-  Sous-préfecture
-  Ville, village
-  Sortie d'autoroute
-  Aéroport
-  Forêt domaniale

Midi-Pyrénées



0 10 km
 Reproduction interdite
 Jean-Baptiste Nény
 Octobre 2010

ESPAGNE

Pic des Crabioules
 3 116 m

Pic d'Estats
 3 145 m

Mont Né
 2 147 m

Vignemale
 3 298 m



Corrèze

Cantal

Lozère

Villefranche-de-Rouergue

Aveyron

Tarn

Hérault

Aude

Pyrénées-Orientales

Aude

Midi-Pyrénées

Mer Méditerranée

Andorre

Randonnée en montagne à Gavarnie

© PHOT165



Découverte



- Carte d'identité → 10**
- Les incontournables → 12**
- Nature → 32**
- Économie → 44**
- Histoire → 45**
- Patrimoine et traditions → 49**
- Les Midi-Pyrénées gourmandes → 55**
- Sports et loisirs → 67**
- Festivals et manifestations → 73**

Carte d'identité

► **Superficie** : avec sa superficie de 45 348 km², la région Midi-Pyrénées est la plus vaste de France.

► **Huit départements en Midi-Pyrénées** : l'Ariège (09), l'Aveyron (12), la Haute-Garonne (31), le Gers (32), le Lot (46), les Hautes-Pyrénées (65), le Tarn (81) et le Tarn-et-Garonne (82).

► **Population** : la région Midi-Pyrénées compte actuellement 2 944 157 habitants.

► **Démographie** : la région connaît une forte croissance démographique, puisque c'est la deuxième région de France en la matière. 16 000 nouveaux arrivants s'installent en Midi-Pyrénées chaque année. Mais la population est inégalement répartie. L'espace est fortement ruralisé, mais les 3/4 des habitants vivent en milieu urbain.

► **Densité** : la région Midi-Pyrénées est l'une des régions les moins denses de France, avec seulement 64 habitants/km² en moyenne (la moyenne nationale se situant autour de 115). Elle se distingue par de forts contrastes démographiques : 4 départements avoisinent les 30 habitants au km² alors que la Haute-Garonne atteint les 197 habitants au km².

► **Préfecture** : Toulouse est la préfecture de la région.

► **Nombre de communes** : la région rassemble 3 020 communes, 293 cantons et 22 arrondissements sur son territoire. C'est la région qui compte donc le plus de communes sur son territoire.



Statue de D'Artagnan à Auch

► **Point culminant** : le Vignemale culmine à 3 298 mètres.

► **Cours d'eau principal** : la Garonne est le fleuve principal avec ses cinq affluents : le Gers, l'Ariège, le Lot, la Save et le Tarn.

La croix occitane

La croix de Toulouse, ou croix du Languedoc ou encore croix occitane, est une croix grecque à branches égales rectilignes, cléchée (ses extrémités sont en forme d'anneaux de clefs) et pommetée d'or, dont les extrémités des branches sont triples bouletées et perlées.

Elle apparaît avec le sceau royal de Raymond VI en 1211 et sera ensuite toujours utilisée par les comtes de Toulouse. Elle s'imposera dans tout le domaine toulousain au début du XIII^e siècle et figurera, dès lors, sur les armes de la ville de Toulouse, puis sur celles du Languedoc du XIV^e au XVIII^e siècles. Plusieurs hypothèses existent sur son origine et sur sa symbolique. Cette croix aux douze points était, peut-être, l'un des symboles d'un peuple gaulois implanté dans le sud de la Gaule vers le II^e siècle avant J.-C., les Volques. Au début, une simple roue solaire à douze rayons, chacun bouleté à son extrémité, symbolisant les douze maisons du zodiaque ou encore les quatre branches représentant les quatre saisons de l'année solaire et chaque point représentant un des mois solaires de chacune de ces saisons. Aux XII^e et XIII^e siècles, les clercs voyaient dans cette configuration le Christ crucifié entouré de ses douze apôtres. Elle a également été appelée croix cathare dans la mesure où elle s'opposait à la croix latine, rejetée par les Cathares. Enfin, elle semble matérialiser l'itinéraire des Wisigoths, des rives de la mer Noire à Toulouse, par les Balkans, l'Italie et l'Espagne... Il en existe de semblables en Provence, en Catalogne espagnole et en Italie du Nord. On retrouve également des réminiscences dans les stèles discoidales du Languedoc. Il est peu vraisemblable que les Cathares aient porté une croix quelconque... En effet, ils rejetaient tout symbolisme pour ne pas adorer une image à la place du Dieu vrai. De la même manière, aucune église ne pouvait devenir un lieu saint. Seul, le recueillement intérieur pouvait prétendre à être une prière. Anne Brenon, dans son « Petit Précis de Catharisme » (Editions Loubatières, 1996) présente même la religion cathare comme un christianisme sans croix, cette dernière étant réduite à un instrument de torture.

Les Français aiment l'ouvrir.



LE PLEIN D'INFOS 7 JOURS SUR 7.

Les immanquables

De par son histoire, ses richesses naturelles et son patrimoine, la région Midi-Pyrénées abrite de nombreuses merveilles et des lieux splendides, à visiter impérativement, que l'on s'installe définitivement sur le territoire ou que l'on soit simplement de passage. Les nouveaux arrivants et les touristes, chaque année toujours plus nombreux à vouloir visiter cette magnifique région, pourront grâce au guide éteindre leur soif de découverte !

universitaire rendra vie à ce lieu austère et tragique. Vous finirez par entendre les bruits de batailles et apprendrez également que ce château n'était pas qu'un édifice militaire mais également un lieu de vie et surtout, un lieu de résistance face à l'oppression et à l'invasion. Il faudra 11 mois de siège pour que cette citadelle du vertige tombe sous le joug des seigneurs du roi de France. A visiter également, le musée historique et archéologique pour découvrir comment vivaient les habitants du château. Entrée gratuite.

Ariège

■ **CHÂTEAU DE MONTSÉGUR**
MONTSÉGUR ☎ 05 61 01 10 27
www.montsegur.fr

Fermé du 1^{er} au 31 janvier et le 25 décembre. Basse saison : ouvert de 11h à 16h30. Haute saison : de 9h à 19h30. Nous vous conseillons de vérifier sur le site Internet en raison de la complexité des plages horaires selon les mois. Gratuit jusqu'à 8 ans. Adulte : 5 €. Enfant (de 8 à 15 ans) : 2,50 €. Groupe (20 personnes) : 3,50 €. Groupes scolaires : 2 €. Visite guidée (visite guidée exceptionnelle !).

Venir en Ariège sans voir Montségur pourrait vous amener au bûcher. Nous sommes ici dans le plus haut lieu du catharisme. Situé sur son pog, à 1207 m d'altitude, le château domine le charmant village et les vallées environnantes. La montée au château se mérite (être bien chaussé) mais ne vous laissez pas intimider par les 5 premières minutes qui sont particulièrement éprouvantes. Une fois arrivé à la stèle dite des cramat, la montée est beaucoup plus agréable, dans un sous bois relativement frais. Depuis le château le panorama est époustouffant. La visite guidée par Fabrice Chambon est fantastique. Soyons lucides, il ne reste que 4 murs à Montségur. La capacité de conteur de cet

Les grands sites de Midi-Pyrénées

En 2008, le Conseil régional a impulsé la mise en valeur de 25 grands sites en Midi-Pyrénées, ces sites qu'il ne faut absolument pas rater lorsqu'on vient dans la région. Ces grands sites sont valorisés bien sûr, mais l'accueil des touristes y est aussi particulièrement soigné... Bien évidemment, il y en a d'autres à découvrir, mais si vous commencez par ceux-là, vous ne serez pas déçus.

A voir et à revoir selon vos envies du moment :

- ▶ **des villes** : Albi, Toulouse, Auch, Cahors, Figeac, Lourdes, Rodez ;
- ▶ **des villages et sites historiques** : Najac, Villefranche de Rouergue, Moissac, Sorèze, Saint-Ferréol, Revel, Conques, Flaran, Baise, Armagnac, Saint-Cirq-Lapopie, Luchon, Cordes-sur-Ciel, Rocamadour, Collection Ariège, Marciac, Saint-Bertrand de Comminges ;
- ▶ **des ouvrages d'art et sites naturels** : canal des Deux Mers, vallée de la Dordogne, pont d'Espagne, viaduc de Millau, cirque de Gavarnie, pic du Midi.

© PROVINC



Le château de Montségur sur son éperon rocheux

Les grands sites touristiques d'Ariège

14 000 ans d'Histoire, avec un grand H, regroupés dans un seul et même département. La réunion de ces grands sites vous permettra un véritable voyage dans le temps, de l'époque des hommes qui peignaient la grotte de Niaux, aux tribus magdaléniennes qui vivaient dans la grotte du Mas d'Azil en passant par les Cathares de Montségur, les évêques de Saint-Lizier et le château de Gaston Phoebus, sans oublier, bien sur, ses hommes qui ont fait l'Ariège en frappant le fer aux forges de Pyrène. Le succès de ces grands sites est dû en grande partie au travail du Service d'Exploitation des Sites touristiques de l'Ariège (SESTA), un service du Conseil général du département. L'événement 2014 se déroule au Parc de la Préhistoire grâce aux retour des géants de l'âge de glace. Sur un sentier au cœur d'un paysage reconstitué de grande steppe glaciaire, vous déambulerez et découvrirez les espèces emblématiques de la Préhistoire : des reproductions magnifiques de réalisme, taille réelle, d'un lion des cavernes, d'un bison des steppes, d'un cerf mégacéros et d'un mammouth laineux et son petit. Durant la semaine du 28 juillet au 1^{er} août, des hommes de Cro-Magnon s'installent dans le parc et vivront comme il y a 14 000 ans. Vous découvrirez le mode de vie de cette tribu composée d'hommes, de femmes et d'enfants. Installation du campement, organisation du quotidien, préparation de la grande chasse d'été, découpage des animaux, conservation de la viande mais aussi grande fête avec repas nocturne. Tous les jours de 10h à 20h. Nocturne le 31 juillet jusqu'à minuit.

■ CHÂTEAU DE FOIX

Rue du Rocher ☎ 05 34 09 83 83 / 05 61 05 10 10
www.grands-sites-ariège.fr

Ouvert toute l'année. Basse saison : tous les jours et les jours fériés de 10h30 à 12h et de 14h30 à 17h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés à partir de 9h45. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 5,60 € (étudiant : 4,20 €). Enfant (de 5 à 12 ans) : 3 € (de 13 à 18 ans : 3,80 €). Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 15,90 €. Visite guidée. Boutique. Il en a eu de la chance ce château féodal : il est le seul du pays de Foix que Richelieu ait épargné ! Probablement construit un peu avant l'an 1000 par la famille comtale de Carcassonne. Le rocher sur lequel il se dresse paraît presque irréel, il semble plus accroché aux nuages que posé sur la terre ferme, au confluent de l'Arget et de l'Ariège. Cette situation lui a valu bien des jalousies et surtout des sièges redoutables. Après avoir été dépôt d'archives puis prison politique et civile jusqu'en 1862, il abrite maintenant les collections autour de l'histoire du site du Château s'attachant à restituer la vie à Foix au temps des comtes. Les trois tours qui se découpent avec autorité dans le ciel fuxéen appartiennent à des époques différentes. La plus petite, carrée, est la plus ancienne. La tour du milieu, également carrée, est la plus vaste et a été construite du temps de Gaston Phoebus. La tour ronde au sud est la plus récente et la plus belle. Elle fut érigée sous le comte Gaston IV, vers 1450. Le château de Foix constitue tout à la fois un symbole de l'ancienne puissance des comtes de Foix et un monument qui défie les siècles. Exposition numérique et interactive du célèbre Gaston Phoebus, qui retrace sa vie et la rédaction de son traité de la chasse. Des planches de ce document sont d'ailleurs consultables sur un livre interactif et ludique permettant ainsi aux plus jeunes de découvrir ce personnage.

■ FORGES DE PYRÈNE

Musée des Vieux Métiers d'Autrefois
Montgailhard

☎ 05 34 09 30 60 / 05 61 05 10 10

www.grands-sites-ariège.fr

info@grands-sites-ariège.fr

Souvent fermé les lundis en hors saison. Fermé de janvier à mi-février. Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 13h30 à 18h ; le week-end et les jours fériés de 10h à 12h et de 13h30 à 18h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 19h. Adulte : 8,20 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 4,90 € (13-18 ans : 6,40 €). Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 24,50 €. Etudiant : 7,10 €. Restauration. Boutique. Chenil.

120 métiers et 6 500 outils, la plus grande collection des métiers d'autrefois... Les Forges de Pyrène s'offrent à nous comme un livre d'histoire : la vôtre, la nôtre, celle de nos parents et grands-parents. La musée vivant vous invite à entrer dans le secret des vieux métiers de cette collection unique regroupée autour de plusieurs thématiques : les métiers ambulants, l'agriculture et l'élevage, la vie domestique, l'habitat, l'habillement. Les granges animées vous invitent à découvrir différents ateliers vivants autour de la place du hameau : le forgeron, le sabotier, le pain cuit à l'ancienne, le dernier artisan de peignes en corne. Ici, tout est conçu pour vous simplifier la vie : un grand parking et un chenil gratuit, une aire de pique-nique au bord d'un plan d'eau, un espace de jeux pour les enfants et un restaurant. La dernière forge à martinet en activité : classée monument historique, elle a gardé son aspect d'antan ainsi que son ambiance sombre et mystérieuse. Vieille de 450 ans, avec une existence attestée dès le Moyen Age, la Forge de Montgailhard est à l'origine de la fabrication de barres de fer. À ne pas manquer, la démonstration du fonctionnement de la forge à martinet présentée par Philippe ou son partenaire, toujours avec humour, amour, passion et sympathie.



Le château domine la ville de Foix

■ GROTTES DE NIAUX

☎ 05 61 05 10 10

www.grands-sites-ariège.fr

info@grands-sites-ariège.fr

Ouvert toute l'année. De 3 à 10 visites maximum par jour. Réservation indispensable en toute saison. Adulte : 12 € (étudiant 8,50 €). Enfant (de 5 à 12 ans) : 7 € (13 à 18 ans : 8 €). Pass Famille : les parents et 2 enfants : 33 €; enfant supplémentaire : 5,50 €. Chèque Vacances. Visite guidée (réservation obligatoire). Boutique. Prévoir de bonnes chaussures de marche, des vêtements chauds et s'y rendre 10 minutes avant le départ de la visite.

Par l'ampleur de ses salles et la variété de ses décors, la grotte de Niaux compte, avec Altamira et Lascaux, parmi les plus belles du monde. Dans le salon Noir, vous serez subjugué par de bouleversantes œuvres réalisées il y a environ 140 siècles qui dégagent encore une forte émotion. Plus de 100 représentations au traits noirs évoquent les grands mammifères de la faune magdalénienne que vous pourrez découvrir en fac-similé au parc de la Préhistoire à Tarascon. Dans une galerie inaccessible au public, fut trouvé plus récemment un dessin de belette, unique dans l'art paléolithique. La grotte de Niaux, chef-d'œuvre de l'art pariétal, est une des rares grottes ornées à être encore ouverte au public et reste un des sites incontournables de la préhistoire.

■ LA GROTTES DU MAS-D'AZIL

☎ 05 61 69 97 71 / 05 61 05 10 10

www.grands-sites-ariège.fr

info@grands-sites-ariège.fr

Fermé les lundis hors vacances scolaires, et le 25 décembre. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h45. Haute saison : tous les jours de 10h à 20h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 8 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 4 € (13-18 ans : 5 €). Pass Famille (2 adultes + 2 enfants) : 22,60 €. Étudiants : 6,50 €.

La caverne a l'originalité d'être traversée sur près d'un demi-kilomètre, par la route départementale et la rivière l'Arize qui l'a creusée sous la colline. On pensait qu'une grotte, ça ne changeait pas avec le temps. Mais l'homme, dans son ingéniosité et sa créativité, est toujours capable d'adapter la nature à son mode de vie. La grotte du Mas-d'Azil a vécu une nouvelle ère. Immobile depuis trente-cinq mille ans, elle a profité de nouveaux aménagements qui exaltent sa majesté grâce à une magnifique mise en lumière. La scénographie et la mise en lumière dans la grotte ont été revues et, surtout, un nouveau centre d'interprétation a été créé. À découvrir absolument !

■ PALAIS DES ÉVÊQUES

Route de l'Évêché – Saint-Lizier

www.st-lizier.fr

info@grands-sites-ariège.fr

Les horaires des visites guidées varient selon les périodes. Adulte : 5,60 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 3 € (enfant de 13 à 18 ans : 3,80 €). Chèque Vacances. Visite guidée. Boutique.

Sur ce site unique, où depuis les terrasses, vous aurez un point de vue exceptionnel sur la chaîne des Pyrénées, les évêques ont bâti un palais somptueux et une riche cathédrale, qu'ils n'ont cessé d'embellir du XI^e au XVIII^e

siècle. Racheté par le Conseil général et après 5 ans de travaux, 5 ans d'attente, nous voilà récompensés de notre patience. Ce nouveau musée départemental, situé dans le somptueux Palais des Evêques, héberge les collections du musée départemental de l'Ariège, présentant 2 000 ans d'histoire locale, de l'Antiquité à nos jours, répartis sur les quatre niveaux du musée : la présence romaine en Couserans, de la cité gallo-romaine à l'évêché du Couserans, Le Palais des Evêques, histoire et architecture, Vivre dans une vallée pyrénéenne au début du XX^e siècle. La visite inclut également la cathédrale Notre-Dame de la Sède. Nous vous invitons à suivre la visite guidée qui vous fera découvrir quelques trésors archéologiques (et techniques tels les boiseries amovibles) que vous n'auriez pas vus par vous-mêmes.

■ PARC DE LA PRÉHISTOIRE

Route de Banat – Tarascon-sur-Ariège

☎ 05 61 05 10 10

www.grands-sites-ariège.fr

info@grands-sites-ariège.fr

Fermé du 3 au 7 novembre. Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 10h à 18h ; le week-end de 10h à 19h. Haute saison : tous les jours de 10h à 20h. Fermeture tous les lundis d'avril, mai, septembre, les 6 et 13 octobre. Adulte : 10,80 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 6,90 €. Jeunes (13/18) 8,30 €. Etudiant : 8,50 €. Pass famille : 2 parents et 2 enfants : 32 €. Chèque Vacances. Visite guidée (à l'intérieur du musée en audioguide). Restauration. Boutique. Animations. Chenil gratuit.

Après avoir visité les fantastiques grottes de Niaux et du Mas d'Azil, il est inconcevable de ne pas s'arrêter au Parc de la Préhistoire situé dans un des plus beaux sites d'Ariège. Les magdaléniens avaient un véritable mode de vie qui leur est propre, un environnement composé d'animaux géants aujourd'hui disparus tels les bisons, les mammouths ou les mégacéros, sorte de rennes à taille préhistorique. Ces animaux sont appelés les « Géants de l'âge de glace » et un nouvel espace leur est entièrement consacré. Il faut savoir qu'à cette époque (-30 000 à -10 000 avant notre ère), l'Ariège avait un climat sibérien. Ne soyez pas enrhumé et vous aurez une surprise olfactive ! Dans un module interactif et ludique, vous pourrez même comparer des défenses de mammouths à la corne de rhinocéros laineux, faire un bras de fer avec le bison ou vous mesurer à la vitesse d'un lion des cavernes et, pourquoi pas, rencontrer Scart de l'Âge de Glace. Comme dans les autres ateliers du Parc, le visiteur est actif. Des animations et des ateliers, ouverts à tous, sont organisés tous les jours, permettant de revivre la préhistoire : l'atelier de fouilles archéologiques, l'atelier d'art pariétal pour s'exercer à la peinture préhistorique, celui de la chasse avec le maniement du propulseur. Dans un campement reconstitué, vous assisterez à des démonstrations de taille du silex et d'allumage du feu à la méthode Cro-magnon. Enfin, de nombreuses autres activités vous attendent comme le labyrinthe des sons, le panorama de la chasse ou le sentier des traces. Autour de lacs, un restaurant une boutique, une aire de pique-nique sont également à votre disposition. Nous ne sommes pas ici dans un parc d'attraction mais dans un musée interactif ou culture et nature rencontrent découvertes et mystères des origines.

LE **PARC** DE LA **PRÉHISTOIRE**
PRÉSENTE

LES GEANTS DE L'ÂGE DE GLACE

NOUVEL ESPACE DÉCOUVERTE



TARASCON-SUR-ARIÈGE

www.grands-sites-ariège.fr

05 61 05 10 10

Troupeau de vaches Aubrac

© ALAMER - ICONOTEC



Aveyron

L'Aubrac

Au nord de l'Aveyron, les paysages de l'Aubrac laissent un sentiment d'infini et de plénitude. Ce massif volcanique qui précède ceux de l'Auvergne est constitué de reliefs émoussés et de plateaux. Les pâturages et les forêts alternent, l'Aubrac est parcouru des drailhes, ces chemins en creux, délimités par des murets de pierre, qu'empruntaient les troupeaux en transhumance. De ses hauteurs dévalent les boraldes, les ruisseaux qui se jettent dans la vallée du Lot. Au blanc de l'hiver succèdent l'éclat du printemps et la lumière de l'été. L'Aubrac est le pays des burons, les maisons de bergers, et des troupeaux de vache Aubrac, cette belle bête à la robe couleur miel et aux yeux ourlés de noir. Ponctuant ces terres arides mais riches d'une flore unique, quelques villages de montagne et le bourg de Laguiole.

La ville, au centre de laquelle trône la statue immense d'un taureau de bronze, revit par la réputation qu'ont acquise ses couteaux à cran forcé, héritiers des couteaux de berger. Laguiole est maintenant presque aussi renommée pour son savoir-faire que pour sa gastronomie, la viande de bœuf Aubrac est classée en Label Rouge, la tomme de Laguiole et l'aligot parfument les tables les plus réputées, sans parler du chanfre cuisinier de ce pays, le triplement étoilé Michel Bras. Mais si vous demandez votre chemin, sachez que la prononciation locale a fini par « manger » le « g » de Laguiole, qui se prononce donc « Laïole ».

Conques et le vallon de Marcillac

Au nord de Rodez, la route longe la vallée du Dourdou, s'élargit et bifurque à l'assaut des hauteurs qui dominent les gorges de l'Ouche. Construite entre le XI^e et le XIV^e siècles, Conques doit sa beauté particulière à l'utilisation harmonieuse du calcaire jaune, du grès rose

et du schiste bleu gris. En perspective cavalière, les toits de l'abside et des absidioles forment un dessin régulier, de face, on aborde une partie majeure de l'abbatiale, un tympan sculpté où cent-vingt-quatre personnages composent la scène du Jugement dernier autour du Christ. L'intérieur est élané et dépouillé, mis en valeur par des vitraux qui susciteront bon nombre de commentaires. En 1987, l'Etat en a confié la réalisation au peintre Pierre Soulages. L'artiste connu pour ses tableaux noirs a conçu des surfaces de verre blanc, dépolies et séparées en bandes alternées par de baguettes noires, qui rendent un éclairage diffus convenant parfaitement à la sobriété des lieux. Cette ambiance volontairement épurée contraste avec la richesse du trésor de Conques. Autre intérêt majeur du site : les reliques de sainte Foy, sur le chemin de Saint-Jacques, ont été vénérées avec ardeur et firent l'objet de dons, les moines les employèrent à la constitution d'un reliquaire somptueux, d'or et de pierres précieuses, représentant la sainte en majesté – assise sur un trône. Il est la pièce majeure de ce trésor constitué d'objets précieux, de tapisseries et de pierres sculptées.

La Couvertoirade

A l'extrême sud-est du département, au cœur d'un paysage minéral en plein Causse du Larzac, La Couvertoirade s'impose comme un impressionnant exemple d'architecture défensive, resté dans un parfait état de conservation. Le village passa aux mains des Templiers au XII^e siècle, il dépendait de la commanderie de Sainte-Eulalie-de-Cernon et fut fortifié au milieu du XV^e siècle. L'ensemble médiéval semble avoir été préservé de toute évolution récente par ses murailles intactes. Vous pénétrerez dans l'enceinte par l'ancienne porte fortifiée, les ruelles se croisent et passent parmi les maisons des XIV^e et XV^e siècles, devant les beaux hôtels du XVII^e siècle. On a une belle vue d'ensemble depuis les courtines des remparts, le village est dominé par l'ancien château, en partie détruit, et par l'église du XIV^e siècle, à laquelle on accède par un escalier taillé dans la roche. Bien que ce site ne soit pas la commanderie des lieux des Templiers qui occupaient le Larzac, il reste probablement celui qui en a conservé toute sa force.



© JEAN LUC BOBIN - FOTOLIA

Maisons et fortifications – La Couvertoirade

Espalion et la vallée d'Olt

Au nord-est de Rodez, avant de s'enfoncer dans les gorges qu'il a creusées entre Estaing et Entraygues, le Lot coule dans une vallée bien ensoleillée au climat doux. En amont entre Saint-Laurent et Espalion, la rivière porte toujours son ancien nom d'Olt — on retrouve curieusement ce nom en Roumanie où il est porté par le deuxième plus grand fleuve du pays, affluent du Danube — dont on présume de l'origine celte. Les températures clémentes, la végétation abondante — il s'y cultive vergers et champs de fraises qui, jusque vers les années soixante, étaient parmi les plus réputées de France — contrastent avec la rudesse du plateau de l'Aubrac, dont cette vallée marque la limite.

Micropolis, la cité des insectes

■ MICROPOLIS, LA CITÉ DES INSECTES

Le bourg

SAINT-LÉONS

☎ 05 65 58 50 50

www.micropolis-aveyron.com

contact@micropolis-aveyron.com



Ouvert du 1^{er} mars au 11 novembre. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 19h. En très basse saison fermeture dès 17h et les lundi et mardi. Adulte : 13,60 €. Enfant (jusqu'à 12 ans) : 9,30 €. Pass Famille : 39 €. Label Tourisme & Handicap. Micropolis est un lieu unique ludique et pédagogique, consacré aux insectes. Créé grâce à l'élan impulsé par le film *Microcosmos*, tourné dans la région, ce site est également dédié à l'entomologiste Jean-Henri Fabre, à Saint-Léons, ville natale du scientifique. Micropolis est un musée dédié à l'insecte comprenant 15 salles soit 2 400 m² d'expositions. Compter 3 heures pour la visite ! Ici, tout est organisé pour qu'enfants et adultes découvrent cet univers extraordinaire grâce à une scénographie exceptionnelle, à mi-chemin entre musée et parc à thème, fort de 15 espaces thématiques et interactifs. Micropolis c'est aussi une promenade en plein air, le Carnaval des Insectes, proposant le long d'un parcours balisé des sculptures d'insectes, créations géantes ou animées, et d'une salle d'éveil à la biodiversité. Depuis 2010, la cité des insectes propose aussi un film en 3D d'une quinzaine de minutes sur la façon dont les insectes communiquent et un espace dédié aux plantes carnivores. A chaque saison, de nouvelles animations sont mises en place avec des promotions.

Millau et son viaduc

Au confluent du Tarn et de la Dourbie, Millau est une ville méditerranéenne où il fait bon vivre. Seule ville d'Europe de plus de 20 000 habitants à se trouver dans un parc naturel régional et sous-préfecture du département, Millau draine une population importante venue des alentours pour travailler dans la ville. En été, elle

augmente de façon très sensible sa population vu sa situation ouvrant sur les gorges du Tarn et de la Dourbie. Millau est agréable, les platanes bordent le boulevard qui ceinture la vieille ville à l'emplacement exact des anciens remparts aujourd'hui disparus, ils protègent d'une ombre douce les terrasses de cafés.

Ce viaduc du Millau représente l'aboutissement d'une formidable histoire. Des premières ébauches de tracés réalisées en 1987 à la fin du chantier en décembre 2004, dix-sept années d'études et de travaux ont été nécessaires pour que le chaînon manquant de l'A75 voie enfin le jour. Le viaduc de Millau, que certains n'hésitent pas à appeler le pont du Gard du XXI^e siècle, constitue l'aboutissement d'une multitude d'étapes. Pour chacune d'elle, rigueur, précision et professionnalisme ont été les maîtres mots. Autant de conditions indispensables pour faire entrer cet ouvrage d'exception dans le livre des records. De sa conception à sa réalisation, plusieurs centaines d'hommes ont uni leur énergie et leur ingéniosité pour participer à cette œuvre unique. Au plus fort des travaux, près de 600 compagnons ont travaillé sur le chantier. Ils ont maîtrisé les technologies de pointe pour piloter au millimètre près la construction de ce géant d'acier et de béton. Pour cela, il n'aura fallu que trois ans, de décembre 2001 à décembre 2004. Record mondial de hauteur, avec des pylônes culminant à 340 mètres (plus hauts que la Tour Eiffel) et long de 2 460 mètres, le Viaduc multi-haubané de Millau — à 2 fois 2 voies — effleure la vallée du Tarn en 9 points seulement. Son inscription très discrète dans le paysage a imposé le recours à des solutions techniques avancées : un tablier métallique au dessin très fin, supporté par des haubans et reposant sur 7 piles, très élancées et réalisées en béton à haute performance. Le profil de l'ouvrage est lui aussi original puisque l'on monte en pente très douce (3 %) du nord vers le sud, en décrivant une légère courbe. Pendant sa construction des milliers de visiteurs ont pu mesurer l'ampleur du chantier et à ce jour des souvenirs peuvent être achetés à la boutique : des T-shirts, sacs à dos, porte-clés, etc.

■ OFFICE DE TOURISME MILLAU-GRANDS CAUSSES

1, place du Beffroi

MILLAU

☎ 05 65 60 02 42

www.millau-viaduc-tourisme.fr

contact@ot-millau.fr

Octobre à mars : du lundi au samedi, de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 (fermé le dimanche). Avril, mai, juin, septembre : du lundi au samedi, de 9h à 12h30 et de 14h à 18h30 (le dimanche, de 10h à 16h) Juillet et août : tous les jours, de 9h à 19h. Boutique de produits du terroir.

Il propose un dépliant qui à travers un circuit permet de découvrir le centre historique et de mettre, de façon intelligente, ses pas dans ceux des personnages connus ou moins connus de la ville : la cantatrice Emma Calvé, le peintre romantique Théodore Richard, le poète du siècle des Lumières Claude Peyrot... En été : visites guidées au départ de l'Office. Renseignez-vous sur le Pass Patrimoine de Millau qui en saison, vous ouvre les portes des sites historiques de la ville.



© PASCALIE FORTUNA

Paysage escarpé de Montpellier-le-Vieux

Montpellier-le-Vieux et le Causse noir

Une ville d'eau et de vent, une ville imaginaire est née des roches dolomitiques du Causse noir. Ce causse de 22 400 hectares est le plus petit de ceux qui forment l'ensemble des Grands Causses mais aussi le plus sauvage. Les rivières – Tarn, Jonte, Dourbie – et l'Aigoual en marquent des limites profondes, autrefois difficiles à franchir. Les forêts sombres, qui ont valu son nom au causse, se trouvent parfois d'un champ de roches. L'exemple le plus spectaculaire est le chaos de Montpellier-le-Vieux, qui couvre 120 hectares sur la commune de La Roque-Sainte-Marguerite, à l'est de Millau. Là, les formes étranges contournées des rochers font penser aux ruines de constructions humaines dans lesquelles on a voulu voir un sphinx, la porte de Mycènes, un arc de triomphe. La promenade conduit au cœur de ces paysages de pierres grises en plusieurs itinéraires ou à bord d'un petit train vert. Il y a plus d'un siècle, on disait de ce lieu, composé d'un assemblage de roches dolomitiques, qu'il était le royaume des loups et des fées. Le nom de Montpellier-le-Vieux proviendrait des bouches de bergers qui le dénommèrent ainsi par rapprochement avec l'amas de pierres associées du chef-lieu de l'Hérault.

Najac

Un site, une forteresse, une bastide. A l'extrême ouest aveyronnais, Najac réunit les trois à la fois. Un joyau de l'art militaire, une forteresse au système de défense complexe qui intègre également l'église Saint-Jean – XIII^e et XIV^e siècles – construite par les Dominicains. La longue rue principale du village situé sur une crête domine largement la vallée et les méandres de l'Aveyron, de là, la vue porte sur les corniches de grès des rougiers et les arêtes rocheuses du Ségala. Le village s'étire entre le château et la place du marché. A l'ouest, le château royal – XII^e et XIII^e siècles – qui se visite. A l'est, le bourg et la bastide s'étendent jusqu'à la place sur l'arête rocheuse. Au milieu, quelques maisons médiévales – XIV^e et XV^e siècles –, une fontaine monolithe.

Gers

L'abbaye de Flaran



ABBAYE DE FLARAN

Abbaye de Flaran

Centre Patrimonial Départemental
VALENCE-SUR-BAÏSE ☎ 05 62 28 50 19
www.abbayedeflaran.fr



Fermé du 15 au 31 janvier. Fermé le 1^{er} mai, le 25 décembre et le 1^{er} janvier. Basse saison : ouvert tous les jours et les jours fériés de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 9h30 à 19h. Dernières entrées à 12h et 17h30. Gratuit jusqu'à 18 ans. Adulte : 5 €. Etudiants et Passeport Privilège : 2 €. Gratuit pour les personnes handicapées, chômeurs et Pass Culturel (sur présentation de la carte). Gratuit le premier dimanche de chaque mois de novembre à mars inclus. Visite guidée (pour les groupes à partir de 15 personnes et sur réservation). Elue Grand Site de Midi-Pyrénées en 2011, l'abbaye est incontestablement l'une des incontournables visites à faire dans le Gers. Depuis sa fondation en 1151 par des moines cisterciens, elle est, malgré une histoire pleine de rebondissements et de vicissitudes, l'une des abbayes les mieux conservées du grand Sud-Ouest. Si y flâner permet de découvrir très lisiblement la typique configuration de l'architecture cistercienne, on est très rapidement charmé par le joli et paisible cloître, la haute église romane et ses profondes voûtes en berceau (au niveau du chevet), les splendides croisées d'ogive de la salle capitulaire, le jardin des « simples » (plantes médicinales) ou encore le pigeonnier. A l'étage, le dortoir des moines, restauré en 2009 et réouvert au public, accueille aujourd'hui les œuvres de la collection Simonow, dont le thème change tous les deux ans. L'abbaye de Flaran accueille également plusieurs expositions temporaires : du 5 avril au 1^{er} juin 2014, exposition Félix Anaut, du 28 juin au 21 septembre exposition du peintre Aart Elshout, artiste agonais.



Église de l'abbaye de Flaran

De mi-juillet à fin août 2014, « La Grande Guerre dans la BD ». Enfin, d'octobre 2014 à mars 2015, photographies de Jean-Loup Trassard, « Mayenne intime ». À noter aussi, l'exposition tactile « Le petit zoo de Flaran », de novembre 2014 à mai 2015, basée sur des reproductions de sculptures animalières réalisées par de grands musées nationaux.

Les chemins de Saint-Jacques

Dans les années 830, la nouvelle se répandit dans toute l'Europe : on venait de découvrir à Santiago de Compostelle, en Galice, le tombeau de l'apôtre Jacques, décapité en Palestine, patron de l'Espagne et protecteur de la reconquête catholique sur l'Europe musulmane. Dès lors, le pèlerinage à Saint-Jacques-de-Compostelle attira des millions de pèlerins, durant tout le Moyen Âge. Après une éclipse de plusieurs siècles, ce pèlerinage a repris de la vigueur en 1989, grâce aux Journées Mondiales de la Jeunesse, organisées par le Pape Jean-Paul II à Compostelle.

L'année 1999 a ainsi marqué une forte mobilisation en raison de « l'année Sainte-Jacquire », (année où le 25 juillet, la fête de la Saint-Jacques, tombe un dimanche). Les deux chemins qui traversent le Gers, le chemin du Puy et le chemin d'Arles, ont largement contribué à la construction de la région, et les villes importantes qui jalonnent ces deux itinéraires ainsi que leur patrimoine, en témoignent. Ces monuments étaient bâtis pour donner un écrin digne de leur renommée aux restes des grands saints les plus vénérés.

Des reliques nombreuses et variées enrichissaient les trésors de ces centres de prière et les pèlerins tenaient essentiellement à venir les vénérer jusqu'à l'accomplissement final, à Compostelle. Le chemin du Puy entre dans le Gers à Saint-Antoine-Pont-d'Arrats. La ravissante petite église conserve encore un « bras de justice » avec sa relique du saint. On retrouve également l'empreinte des Antonins et leurs efforts pour nourrir les pèlerins, grâce au moulin sur l'Arrats, et les loger dans leur commanderie.

Le tout tient encore debout, alors que le pont, lui, n'est plus que ruine. Lectoure, Condom, Eauze, Nogaro sont les grandes étapes de ce parcours jalonné de cathédrales ou de simples églises, de restes d'hôpitaux, de ponts, et même de chemins transformés en petites ou grandes routes.

Le chemin d'Arles arrive à Pujaudran, avec son pont de Saint-Antoine, reste des Antonins, comme le pont de Monlezun quelques dizaines de kilomètres plus loin. Puis, il traverse l'Isle-Jourdain, Gimont, passe à Auch, à Montesquiou et à Marciac pour rejoindre le Béarn. L'Unesco vient de mettre en valeur ces richesses, en classant au Patrimoine mondial non seulement les chemins de Saint-Jacques en général, mais certains tronçons du chemin du Puy, dont celui qui relie Lectoure à Condom, avec tous les monuments qui le jalonnent, la collégiale Saint-Pierre de La Romieu, le pont d'Artigue, ainsi que la cathédrale Sainte-Marie-Marie d'Auch, située sur le chemin d'Arles. D'après une récente étude, on estime entre 32 000 et 37 000 le nombre de personnes qui marchent sur ces itinéraires. Avant de partir prenez des renseignements auprès de l'Association de Coopération Interrégionale « Les chemins de Saint-Jacques », dont le siège est à Toulouse.

La cathédrale Sainte-Marie-d'Auch

■ CATHÉDRALE SAINTE-MARIE
Rue Arnaud-de-Moles
AUCH

☎ 06 30 41 19 38 / 05 62 05 22 89

✉ info@auch-tourisme.com



Ouvert tous les jours de 9h30 à 12h et de 14h à 17h30. Visites tous les jours sauf pendant les offices. Visites guidées l'été. Gratuit jusqu'à 13 ans. Adulte : 2 €. Visite audioguidée des vitraux : 2 €. Réduction au musée des Jacobins sur présentation du ticket de visite du chœur.

Label Tourisme & Handicap. Visite guidée. Concert d'Orgue tous les dimanches en été. Animations musicales diverses. Il a fallu deux siècles pour construire cette magnifique cathédrale aux impressionnantes dimensions et dont les deux tours de 44 mètres de haut donnent le vertige ! Son classement au patrimoine mondial de l'Unesco n'a rien d'étonnant avec tous les trésors qu'elle abrite : les 18 splendides verrières d'Arnaut de Moles, qui racontent chacune des tas d'histoires bibliques, les très belles orgues qui se font face à chaque bout de la nef, les 113 stalles du chœur qui sont un véritable chef-d'œuvre de style gothique flamboyant. Un travail minutieux dans du chêne immergé pendant plus de 50 ans pour un résultat épatant et 1 500 personnages sculptés finement et qui illustrent la Bible, l'histoire profane, la mythologie, l'histoire légendaire (dont certaines réservent des surprises !). Les balades dans la cathédrale Sainte-Marie sont un moment de quiétude pour tous et deviennent encore plus agréables quand les lumières des vitraux se mettent à danser sur les hauts murs et les piliers.

La villa gallo-romaine de Séviac

■ VILLA GALLO-ROMAINE DE SEVIAC

Séviac

MONTRÉAL

☎ 05 62 29 48 57

montrealdugers.fr

Fermé de décembre à février. Ouvert tous les jours de mars à novembre de 10h à 12h et de 14h à 18h. En juillet et en août, sans interruption de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 18 ans. Adulte : 4,50 €. Groupe : 3 € (visite guidée 3,50 € sur réservation). Étudiant : 3 €. Possibilité de billet couplé avec le musée du Trésor d'Eauze et la Domus l'Elusa (adulte : 7 €, tarif réduit groupe et étudiant : 4,50 €, visite guidée groupe : 6 €).

Dans les années 1960, une certaine Paulette Aragon-Launet relance les fouilles commencées au siècle précédent sur le site de Séviac. Cette passionnée d'archéologie va permettre la mise en lumière de cette fabuleuse villa gallo-romaine – jadis palais luxueux d'un aristocrate – dans les années 1980. Une petite visite vous permet de découvrir l'organisation de cette demeure des IV^e et V^e siècles, ainsi que son architecture, avec notamment une cour carrée entourée de galeries. Le site compte 450 m² de mosaïques polychromes en place. Ces dernières sont tout simplement sublimes avec leurs différents motifs de végétaux et de fruits. Vous serez charmé par celle représentant un petit oiseau et par la salle aux rosaces. La découverte continue avec l'hypocauste (chauffage au sol) dont le système est mis à jour et également les immenses thermes étendus sur 500 m² (piscine, bains). C'est un lieu exceptionnel à l'échelle européenne et idéal pour revivre, le temps d'une balade, la vie domestique à l'époque de l'Aquitaine romaine. Pour prolonger et approfondir votre découverte, sachez qu'un musée des fouilles est à découvrir à l'office du tourisme de Montréal-du-Gers, où est exposée la célèbre mosaïque aux arbres.

Haute-Garonne

La basilique Saint-Sernin

■ BASILIQUE SAINT-SERNIN

Place Saint-Sernin

TOULOUSE

☎ 05 61 21 70 18

www.basilique-st-sernin-toulouse.fr

basilique-saint-sernin@wanadoo.fr

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 18h ; le dimanche de 8h30 à 19h30. De juin à septembre : jusqu'à 19h du lundi au samedi. Accès libre. Crypte et déambulatoire : ouvert du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 17h30, dimanche de 14h à 17h30 (doctobre à mai) ; du lundi au samedi de 10h à 18h ; dimanche de 11h30 à 18h (de juin à septembre). 2€. Groupe : 1€. Concerts. Vous ne pouvez manquer en passant à Toulouse de jeter un coup d'œil sur la majestueuse basilique Saint-Sernin. La construction en a été décidée à la fin du XI^e, alors que la basilique primitive était trop petite pour accueillir les chrétiens qui venaient en pèlerinage. Cette église primitive se visite encore, puisqu'elle fait office de crypte, en accueillant des reliques sacrées. L'achèvement du transept et d'une partie de la nef est effectif en 1180. En fait, tout remonte au III^e siècle, avec le premier évêque de Toulouse, saint Saturnin. Ayant provoqué la colère des autochtones païens, faute de donner des sacrifices efficaces, il fut attaché à un taureau. L'animal sortit, furieux, par la porte nord de la ville et traîna le saint homme qui en mourut. Deux femmes, appelées saintes Puellies, inhumèrent son corps à l'endroit précis de sa chute, et une petite église fut édiflée sur son tombeau, Notre-Dame-du-Taur. Saint-Sernin resta une « simple » église collégiale jusqu'en 1878, date à laquelle elle fut enfin consacrée basilique.



Basilique Saint-Sernin

Les grandes orgues de la basilique Saint-Sernin sont réputées dans le monde entier, achevées en 1889 par la maison Cavallé-Coll. Inauguré le 3 avril 1889 par Alexandre Guilment, l'instrument compte cinquante-quatre jeux répartis sur trois claviers et un pédalier (soit exactement 3458 tuyaux). Rénovée, entièrement éclairée, la basilique Saint-Sernin est l'un des plus impressionnants monuments toulousains.

Le Capitole de Toulouse

■ CAPITOLE

Place du Capitole TOULOUSE

Ouvert toute l'année. Des salles historiques de Pâques à Toussaint tous les jours de 9h à 19h. Samedi, dimanche et jours fériés de 10h à 19h. Basse saison : du lundi au samedi de 9h à 17h ; les jours fériés de 10h à 19h. Le premier dimanche du mois de 10h à 17h. Gratuit.

Ne manquez pas de découvrir le cœur de Toulouse et son joyau... Le Capitole ! Ce grand bâtiment à la façade colorée de pierre et de brique du XVIII^e siècle abrite aujourd'hui l'hôtel de ville ainsi que l'opéra... Il tire son nom des capitouls, ces édiles qui géraient la politique locale du XII^e au XVIII^e siècles. La façade s'en inspire également puisque les huit colonnes de marbre qui agrémentent le centre du Capitole, de part et d'autres de l'horloge, se chargent de les représenter. Ne manquez pas de pénétrer dans la cour du Capitole, au centre de l'édifice, où, sous la statue de Henri IV, fut jadis exécuté le duc de Montmorency, pour être entré en rébellion contre Louis XIII... Découvrez également la salle des Illustres, accessible depuis la cour par un grand escalier du XVII^e siècle, dessinée par les architectes Paul Pujol et Pierre Esquié à la fin du XIX^e siècle et décorée par les peintres toulousains Jean-Paul Laurens, Paul Pujol ou Paul Gervais, avant de découvrir les magnifiques fresques de Henri Martin. La visite est gratuite ! Enfin, en sortant, profitez des beautés de la place du Capitole en vous baladant près de la Croix Occitane sur le pavé, agrémentée des douze signes du zodiaque ou en prenant un café sous les arcades et les toiles de Raymond Moretti !

Le canal du Midi

■ CANAL DU MIDI

www.canaldumidi.fr
gs.albi@grandsud.fr

Conçu par l'ingénieur Pierre-Paul Riquet (1609-1680) et motivé par le commerce du blé, le canal du Midi a été façonné par la main de l'homme. Il a amorcé l'ère de la révolution industrielle en permettant de rallier, par ses 240 kilomètres, l'océan Atlantique via la Garonne à la mer Méditerranée. Son parcours commence à Toulouse et s'achève à Marseillan – l'autre partie qui relie l'Atlantique commence à Toulouse et s'achève à Castets-en-Dorthe (canal de Garonne) –. Réalisé entre 1667 et 1694, deux mille ouvriers furent engagés en janvier 1667. Ce nombre monta à douze mille, dont six cents femmes pour pallier le manque d'hommes. Les travaux se sont déclinés en trois gros chantiers : le premier de Toulouse à Trèbes (à l'est de Carcassonne) qui inclut les bassins et les systèmes d'alimentation en eau, le second vers le sud de Trèbes à l'étang de Thau, et le troisième qui consista en la construction du port de Sète. Pour répondre au problème de nivellement tout au long du parcours, plus de 60 écluses ont dû être construites, Riquet était parfaitement conscient de contribuer à forger ainsi un symbole du pouvoir de la France du XVII^e siècle, tout en donnant au pays une voie de communication fonctionnelle. Il veilla donc particulièrement à ce que la qualité de l'architecture du canal fût digne de cette fonction. Les ponts, les écluses et les structures qui leur sont associées, ainsi que les entrées de tunnel ont donc été pensés et dessinés avec un grand sens de l'esthétique allié aux contraintes techniques, l'ensemble comporte pas moins de 328 ouvrages d'art. Il était aussi extrêmement conscient de l'impact de son œuvre sur le paysage et prit grand soin de s'assurer qu'il fût convenablement bordé par des arbres et par une végétation en harmonie avec les paysages traversés. Depuis 1996, cette performance a été inscrite, à juste titre, au patrimoine mondial de l'Unesco. D'une largeur de 10 à 20 mètres et d'une profondeur d'environ 2 mètres, le canal passe en son plus haut point au seuil de Naurouze, à la frontière du



Le canal du Midi



© SYLVAIN SOUMET

La galerie sud du cloître de la cathédrale Notre-Dame de Saint-Bertrand de Comminges

département de l'Aude et de la Haute-Garonne dans le Lauragais. Son histoire avec Carcassonne a été assez complexe puisqu'à l'achèvement du premier tracé, le canal passait à 2 kilomètres de la ville. Une liaison entre la ville et le canal est proposée en 1686 par Vauban mais ce n'est qu'un siècle plus tard en 1787 que fut ordonnée la construction d'un nouveau tracé qui sera achevé en 1810 et qui installera définitivement le canal dans sa configuration actuelle.

Saint-Bertrand-de-Comminges

Perché sur un mamelon, au pied des Pyrénées, Saint-Bertrand présente aujourd'hui un passé aux vestiges multiples : ville romaine et cité médiévale. C'est l'un des sites de la région Midi-Pyrénées les plus extraordinaires. La saisissante beauté du site suscitera l'émotion.

■ LA BASILIQUE SAINT-JUST DE VALCABRÈRE SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

☎ 05 61 95 49 06 / 05 61 95 44 44

olivetains@wanadoo.fr

Ouvert toute l'année. Basse saison : du mardi au dimanche de 10h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours à partir de 9h et jusqu'à 19h. Contacter le ☎ 05 61 95 49 06 car horaires susceptibles de modifications. Gratuit jusqu'à 10 ans. Adulte : 2,50 €. Groupe (10 personnes) : 1,50 €. Visite libre et audio guide. Visite guidée (audioguide en français, anglais, allemand, espagnol, italien).

Isolée au milieu des champs, à quelques encablures de Saint-Bertrand-de-Comminges, la petite basilique Saint-Just de Valcabrère vaut le détour. Elle est charmante dans son écrin de verdure, construite au XII^e siècle et bel exemple d'architecture romane. Grâce à un audioguide (en français, anglais, allemand, espagnol et italien), vous pourrez suivre une visite bien commentée, avec

de nombreux détails permettant aux touristes de mieux connaître l'architecture et l'histoire locale. Dernier atout, cette basilique accueille régulièrement des concerts, grâce à sa très belle acoustique et à l'orgue de type nordique, construit par Gerhard Grenzing.

■ CATHÉDRALE SAINTE-MARIE SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

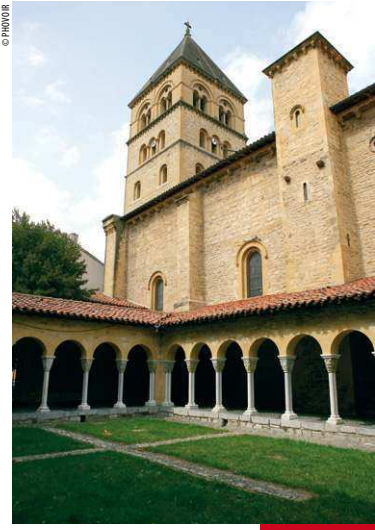
☎ 05 61 89 04 91

www.cathedrale-saint-bertrand.org
contact@cathedrale-saint-bertrand.org

Ouvert toute l'année. Le dimanche de 14h à 19h. Basse saison : du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : du lundi au samedi de 9h à 9h. Adulte : 4 €. Enfant : 1,50 €. Groupe (15 personnes) : 3 €. Visite guidée (avec audio-guide).

C'est elle que l'on aperçoit d'emblée, qui se dresse sur son rocher... La cathédrale romane date de l'épiscopat de Bertrand de l'Isle (1083-1123). Elle se caractérisait par l'importance des remplois romains ainsi que par son plan : un grand vaisseau de 35 m x 15,5 m. A partir de la moitié du XII^e siècle, la cathédrale romane est réaménagée. Un puissant clocher donjon lui est adjoint ainsi qu'un cloître dont il ne subsiste plus aujourd'hui que la galerie ouest. Un cloître gothique est construit au XIII^e siècle. La forme actuelle de la cathédrale, avec sa nef rehaussée et ses chapelles rayonnantes, date de cette époque. Les stalles réalisées entre 1525 et 1535 pour isoler les chanoines du flux des pèlerins sont absolument remarquables. Le chœur oscille entre l'humanisme de la Renaissance et l'esprit classique. Le jubé a été conçu comme un arc de triomphe. A droite se trouve l'arbre de Jessé, véritable dentelle sculptée retraçant la généalogie du Christ.

L'Unesco a inscrit l'ensemble des églises du site de Saint-Bertrand-de-Comminges/Valcabrère au Patrimoine Mondial de l'Humanité au titre de leur appartenance au Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle.



La collégiale Saint-Pierre de Saint-Gaudens

■ LES OLIVETAINS SAINT-BERTRAND-DE-COMMINGES

☎ 05 61 95 44 44
olivetains@wanadoo.fr

Ouvert tous les jours de 10h à 18h. Haute saison : jusqu'à 19h. En hiver fermeture le lundi.

Ce centre culturel et touristique départemental vous accueille tous les jours et vous propose de multiples services. Si vous souhaitez visiter l'ensemble du site de Saint-Bertrand-de-Comminges – Valcabrière, vous pouvez le faire sur réservation uniquement, en constituant un groupe d'au moins 15 personnes (adultes et/ou enfants). Les Olivetains disposent par ailleurs d'une librairie spécialisée, qui propose différents ouvrages sur la région et la vie locale.

► **Le site antique** : la fondation de la ville romaine remonte au I^{er} siècle avant J.-C. Le rattachement de la cité à la province de Novempopulanie au début du IV^e siècle entraîne son changement de nom. Elle devient alors Civitas Convenarum (cité des Convènes), puis Convenae. On poursuit aujourd'hui encore la mise au jour des vestiges déjà très nombreux de la ville romaine.

► **Le temple du forum** : le forum est organisé selon un plan tripartite (temple, place publique et basilica), mais seule une partie du sanctuaire en est visible. Ce temple se compose d'un podium à six colonnes de façade. Il est entouré d'une cour carrée bordée sur trois côtés d'un portique couvert. On pense qu'il était consacré à un culte impérial mais sa destination reste hypothétique.

► **Les thermes** : des trois ensembles thermaux qui ont agrémenté la ville, deux seulement peuvent être visités. Les thermes du nord (3 000 m²) occupent depuis le milieu du I^{er} siècle l'espace d'un insula. Les thermes du forum (65-70 ans après J.-C.), plus vastes encore, s'organisent sur un schéma très classique : *caldarium* (salle chaude et humide), *sudatorium* (étuve), *frigidarium* (salle froide) et natation (piscine à ciel ouvert).

► **Le macellum** : formé d'une cour au sol de mosaïques noires et blanches de 500 m², ce marché couvert est l'un des plus grands de la Gaule romaine. Entouré de vingt-six boutiques, il était le lieu d'approvisionnement en nourriture des habitants de Lugdunum dès le I^{er} siècle. Le théâtre, aujourd'hui bien dégradé, s'appuyait sur la pente de la colline. Il pouvait contenir environ 2 000 spectateurs. La basilique paléochrétienne, construite dans la moitié du V^e siècle, est installée dans les jardins d'une domus du Haut-Empire. De nombreux indices prouvent qu'elle aurait survécu au déplacement de la ville de la plaine vers la colline de Saint-Bertrand-de-Comminges. Les 26 sarcophages découverts là ont été datés des V^e au VIII^e siècles.

► **Le monument à enceinte circulaire** : il fut édifié à l'emplacement d'un carrefour préaugustinien au début du I^{er} siècle, la croisée des routes étant alors des lieux sacrés.

► **La Ville Haute** : l'enceinte de la Ville Haute a été si bien entretenue que le parement romain disparaît parfois sous les réfections récentes. On peut toutefois en admirer l'état primitif sur le parking. . .

Saint-Gaudens

Capitale du Comminges postée au pied des Pyrénées, la sous-préfecture de la Haute-Garonne s'étale entre plaine, rivière et coteaux, face aux Pyrénées.

De la ville elle-même, peu de choses à dire. Les vestiges d'un passé lointain ne sont pas très nombreux mais méritent, incontestablement, une pause attentive.

Les visiteurs à ce titre ne manqueront pas d'admirer la somptueuse collégiale romane (XI^e-XIII^e siècles) et son cloître littéralement ressuscité en 1987.

■ COLLEGIALE DE SAINT-GAUDENS

Route Nationale Jean-Jaurès

SAINT-GAUDENS

39-la-collegiale.php

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h.

Si la présence d'une communauté religieuse est attestée à Saint-Gaudens depuis le IX^e siècle, c'est au XI^e siècle qu'a commencé la construction de cette collégiale, probablement terminée entre 1130 et 1150. Dédiée à saint Pierre et à saint Gaudens, l'église est construite d'abord, puis suivent le cloître (1160-1180), la salle capitulaire et les parties orientales et méridionales du cloître enfin (XIII^e siècle). Pillée et brûlée par les Huguenots en 1569, l'église fut restaurée au XIX^e. C'est de cette époque que date l'imposant clocher actuel. Le cloître, tel qu'il se présente aujourd'hui, est le fruit d'une reconstitution minutieuse opérée en 1987 à partir de dessins d'archives et de vestiges conservés. Considérée comme le plus important édifice roman du Comminges, l'église présente un remarquable ensemble de sculptures romanes exécutées de la fin du XI^e siècle au début du XII^e siècle. Les chapiteaux les plus intéressants sont situés dans le sanctuaire. A l'intérieur, l'orgue est l'œuvre de Dominique Cavaillé-Coll, classé monument historique depuis 1971 et les deux tapisseries ont été tissées à la Manufacture royale d'Aubusson dans la deuxième moitié du XVIII^e siècle.

Le site archéologique Valentine

■ SITE ARCHÉOLOGIQUE VALENTINE

Lieu-dit Arnesp

VALENTINE ☎ 05 61 89 05 91

valentine.archo.free.fr

valentine.archo@free.fr

Pour visiter le site, prendre rendez-vous à l'office de tourisme. Adulte : 3 €.

Villa gallo-romaine, temple, mausolée, église paléochrétienne, mérovingienne et préromane, église romaine, prieuré et nécropoles... Les vestiges du site archéologique de Valentine sont datés du IV^e siècle au XIII^e siècle. On trouve de la villa une cour d'honneur, une piscine semi-circulaire et les traces d'un temple païen sur lequel fut bâtie une église chrétienne. Le temple gallo-romain a livré 18 monuments en marbre de Saint-Béat dédiés à Jupiter ainsi qu'à un dieu indigène nommé Boucous. Il est entouré d'une importante nécropole païenne où une trentaine de monuments ont été retrouvés, dont des stèles et des auges cinéraires en marbre.

La villa gallo-romaine de Montmaurin

■ VILLA GALLO-ROMAINE DE MONTMAURIN

MONTMAURIN ☎ 05 61 88 74 73

anita.de-fail@monuments-nationaux.fr

Ouvert toute l'année. Fermé les 1^{er} Janvier, 1^{er} Mai et 1^{er} et 11 Novembre, ainsi que le 25 Décembre. Basse saison : du mardi au dimanche de 9h30 à 12h et de 14h à 17h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 12h et de 14h à 18h. Gratuit jusqu'à 18 ans (accompagné d'un adulte). Adulte : 3 €. Groupe (20 personnes) : 2,80 €.

La villa gallo-romaine de Montmaurin a été découverte en 1946 par Georges Fouet. Edifiée vers le milieu du I^{er} siècle de notre ère, elle se serait développée jusqu'aux

environs de 350 et aurait été remaniée au cours des III^e et IV^e siècles. Elle est l'une des plus vastes villas connues en France : ses bâtiments s'étendaient sur une superficie de 19 hectares. Elle ne comptait pas moins de 200 pièces, qui jouissaient d'un certain confort. Décorées de marbre ou de mosaïques, leurs fenêtres étaient vitrées et elles bénéficiaient d'un système de chauffage par le sol et de l'eau courante. Les fouilles ont permis de mettre à jour les vestiges du vestibule, du temple, du nymphée, de plusieurs cours et de nombreuses pièces d'habitation.

Hautes-Pyrénées

Le cirque de Gavarnie

■ LE CIRQUE DE GAVARNIE

GAVARNIE

www.gavarnie.com

Ouvert toute l'année. Prévoir 1h15 pour monter à pied jusqu'à l'hôtellerie du cirque.

Le cirque forme un magnifique amphithéâtre qui s'étire sur 800 m de large et 1 000 m de haut. Grandioses, ses murailles et ses paliers de neige sont connus dans le monde entier. Issue des eaux glacées de l'étang du mont Perdu, la grande cascade se jette dans le vide, d'un saut vertigineux de 420 m et donne naissance au gave de Pau. Le chemin du cirque part du village jusqu'à l'hôtellerie du cirque (45 minutes de marche), à pied ou à dos de cheval ou de mulet. Il est possible de se rapprocher du mur du cirque et de la grande cascade mais, attention, vous serez amenés à marcher un moment sur le névé. Depuis l'hôtellerie du cirque, où vous pourrez vous désaltérer et vous restaurer, un autre itinéraire permet de rejoindre le village de Gavarnie : le sentier du Pailha, très riche en flore, offre un très beau point de vue sur la vallée et les pics alentours, comme le Marboré (3 250 m).



Rivière au pied du Vignemale.

Lourdes

Cité mariale, centre mondial de pèlerinages, Lourdes est la deuxième ville hôtelière de France. L'infrastructure hôtelière est exceptionnelle pour une cité de 15 800 habitants avec environ 280 établissements, de l'hôtel familial aux 4 étoiles, complétée par de nombreux campings, locations meublées et, bien sûr, restaurants et cafés.

Ce sont les 18 apparitions de la Vierge à Bernadette Soubirous en 1858 qui donnèrent à cette cité sa renommée bien au-delà des frontières hexagonales. Culminant à 420 m d'altitude, le site de Lourdes et des environs a été largement façonné par le glissement d'un glacier descendu des sommets du Vignemale. Il envahit de ses moraines le pourtour de la ville et y creusa l'important lac de Lourdes.

Très tôt, les environs furent habités. On y découvrit des chefs-d'œuvre de l'art paléolithique (statuette d'un cheval en ivoire de mammoth : le moulage est exposé au musée Pyrénéen). Lourdes prend tout son éclat et son rayonnement lorsque les 5 millions de fidèles qui viennent chaque année se recueillir sur les bords du gave de Pau animent la cité. Après les apparitions vues par la jeune fille de 14 ans, les croyants vinrent nombreux. Le chemin de fer (1866) accentua le processus.

Le pèlerinage devint un phénomène de masse. De nombreux monuments religieux furent érigés : les sanctuaires, impressionnants malgré des architectures d'inspirations diverses, la gigantesque basilique souterraine Saint-Pie X (elle peut accueillir 20 000 personnes sur ses 1,2 ha), la byzantine basilique du Rosaire et ses 15 chapelles dédiées aux mystères du rosaire et la néogothique basilique supérieure qui domine la grotte ainsi que des piscines et des hôpitaux. Aujourd'hui encore, devant la grotte miraculeuse si modeste, aux multiples plaques de remerciements, l'émotion est

grande : pèlerins et visiteurs en provenance du monde entier se recueillent et défilent pieusement devant la statue de la Vierge, tandis que l'eau bénite est recueillie par chacun.

Cent mille bénévoles donnent de leur temps pour se mettre au service des malades et handicapés. Depuis plus d'un siècle, les Sanctuaires remplissent leur mission : accueillir et aider ceux qui veulent vivre pleinement leur pèlerinage. Chaque jour, plus de 20 lieux de culte permettent de célébrer les messes dans toutes les langues. Grandes messes, bénédictions, processions mariales aux flambeaux, le soir, toutes les célébrations rassemblent pèlerins valides et malades. Pour les groupes, possibilité de réservations de lieux de cultes. Lourdes est également une ville pyrénéenne pleine de charme. Lors de vos promenades vous découvrirez un patrimoine historique et naturel très riche. Pour compléter la partie religieuse, le musée consacré à sainte Bernadette fait face au château.

■ OFFICE DE TOURISME DE LOURDES

Place Peyramale

LOURDES

☎ 05 62 42 77 40

www.lourdes-infotourisme.com

info@lourdes-infotourisme.com

Ouvert toute l'année du lundi au samedi. De novembre à février : de 9h à 12h et de 14h à 17h30. En mars et en octobre : de 9h à 12h et de 14h à 18h. D'avril à juin et en septembre : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h30. En juillet et août : de 9h à 19h. Ouvert certains jours fériés et dimanche (se renseigner).

Situé au centre de la Cité Mariale, vous ne pourrez pas rater l'office de tourisme. Ce petit bâtiment dont l'architecture s'intègre parfaitement dans le style de la ville vous ouvre ses portes tout au long de l'année pour vous renseigner au mieux sur les différentes activités qui vous attendent que vous souhaitiez rester en ville (grotte, Lac de Lourdes, etc.) ou prendre de la hauteur (Pic du Jer, etc.). A pied, à vélo, en voiture ou en bus, vous pourrez découvrir la ville et ses environs en toute sérénité après avoir consulté les informations disponibles à l'office.

Le parc national des Pyrénées

■ PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES

2, rue du IV-Septembre

TARBES

☎ 05 62 54 16 40

www.parc-pyrenees.com

contact@pyrenees-parcnational.fr



Ouvert du lundi au vendredi de 14h à 17h. Sous réserve de modifications. Gratuit. Label Tourisme & Handicap. Créé en 1967 dans les Hautes-Pyrénées et les Pyrénées-Atlantiques, sur une centaine de kilomètres le long de la frontière espagnole, c'est l'un des sept Parcs nationaux français. La zone centrale, avec une superficie de 45 700 hectares (vallées d'Aspe, d'Ossau,



Basilique de l'Immaculée Conception, Lourdes

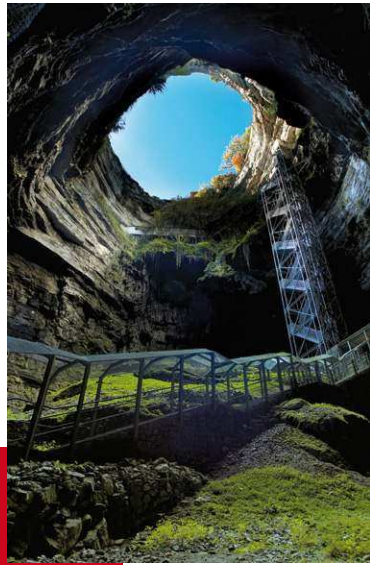
d'Azun, de Cauterets, de Luz et d'Aure) est totalement inhabitée. Les missions consistent à préserver un milieu naturel exceptionnel et fragile en protégeant la flore et la faune, en maintenant la biodiversité, et en mettant en valeur les paysages. Les gardes du Parc sont à la fois des agents assermentés chargés de faire respecter la loi (un code de bonne conduite très strict est à observer), mais ont aussi, bien entendu un rôle d'observateurs et de pédagogues : il leur faut observer l'évolution et le comportement des populations animales (certains isards par exemple sont équipés d'émetteurs qui permettent de les tracer), recenser la flore, analyser les microclimats... Cela permet d'élaborer une gestion de l'environnement adaptée aux conditions locales. L'accès aux maisons du Parc des différentes vallées est libre et gratuit, et de nombreuses conférences et sorties de groupes y sont organisées régulièrement.

Le Pic du Midi de Bigorre

■ PIC DU MIDI
BAGNÈRES-DE-BIGORRE
☎ 08 25 00 28 77
www.picdumidi.com

Les jours d'ouvertures sont variables selon les mois : se renseigner. De juin à septembre : ouvert 7j/7. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 36 € (pic Unlimited, 40 € (réduit 37 €)). Enfant (de 6 à 12 ans) : 23 €. Forfait famille (2 adultes + 2 enfants de - de 18 ans) 92 €, enfant supplémentaire 23 €. Tarifs incluant les trajets en téléphérique et la visite découverte du sommet. Chèque Vacances. Visite guidée.

Prêt pour une échappée vers la cité céleste ? A bord du téléphérique, vous voilà parti pour une ascension inoubliable vers l'observatoire du Pic du Midi qui, à 2 877 m d'altitude, vous fera découvrir le ciel, le soleil, les étoiles... comme nulle part ailleurs. Célèbre site d'observation et de recherche, l'observatoire offre au public une formidable aventure culturelle autour d'espaces muséographiques, d'expositions, de maquettes, de matériel d'observation et de films. Ses télescopes pointent leurs regards au plus profond de l'univers et le Sidérostas, par jeu de miroirs, lentilles et filtres, vous permettra de toucher des yeux le feu sacré de l'astre solaire. Ses deux grandes terrasses vous permettront aussi d'embrasser d'un seul regard plus de 300 km de sommets pyrénéens, les plaines du grand Sud et les premiers contreforts du Massif Central. Le panorama est unique et grandiose !



© J. CLEMMER - GOUTRE/PADIRAC

Le gouffre de Padirac

Ouvert du 5 avril au 11 novembre 2014-Du 5 au 11 avril et du 1^{er} au 30 sept de 9h30 à 18h-du 12 avril au 1^{er} mai puis du 11 au 29 mai, du 1^{er} au 6 juin, du 9 au 30 juin et du 8 au 11 nov de 9h30 à 18h30-du 2 au 10 mai puis les 30 et 31 mai. 7 et 8 juin de 8h30 à 20h-du 1^{er} au 12 juillet puis les 19 et 20 juillet et 26 et 27 juillet de 9h à 19h30-du 13 au 31 juillet (sauf 19, 20, 26, 27) de 9h à 20h30-du 1^{er} au 21 août (sauf le 9) de 8h à 21h30-le 9 août puis du 22 au 31 août de 8h30 à 20h30. Du 1^{er} oct au 2 nov de 10h à 18h-du 3 au 7 nov de 10h30 à 17h – Dernière admission et fermeture des caisses 1h30 avant la fermeture du site. Gratuit jusqu'à 4 ans, de 4 à 12 ans 6,90 €. Adulte : 10,30 €. Restauration (sur place). Visitez malin en réservant vos billets sur internet et en téléchargeant gratuitement les fiches-jeux pour vos enfants. Parking gratuit à proximité, aire de jeux.

Le Gouffre de Padirac, le plus célèbre d'Europe, est considéré comme l'une des plus grandes curiosités géologiques de France. Il fut exploré en 1889 par Édouard-Alfred Martel. Accédez aux entrailles de la Terre... Après une descente vertigineuse en ascenseur ou à pied à 103 mètres de profondeur, vous embarquez sur la rivière souterraine pour une promenade en barque le long des galeries majestueuses. C'est alors que vous découvrirez la Grande Pendeloque – stalactite géante de 60 mètres de haut – qui, comme suspendue à un fil, semble s'admirer à la surface du lac de la Pluie. Puis, vous accostez et continuerez à pied vers le Lac des Gours et la Salle du Grand Dôme dont la voûte s'élève à 94 mètres de hauteur. Celle-ci offre une multitude de concrétions, candélabres, cascades de calcite, sculptures incroyablement baroques et enchanteresses, façonnées par la nature durant des millions d'années.

Lot

Le gouffre de Padirac

 **GOUFFRE DE PADIRAC**
PADIRAC
☎ 05 65 33 64 56
www.gouffre-de-padirac.com
info@gouffre-de-padirac.com



Rocamadour

Rocamadour

Deuxième site de France après le Mont-Saint-Michel, Rocamadour, ancien phare de la chrétienté, est resté un lieu de pèlerinage vivant sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle (la fréquentation du lieu a triplé en 25 ans, passant de 500 000 à plus de 1,5 million de visiteurs par an). En arrivant de la route de Couzou, Rocamadour nous inflige toujours le même choc émotionnel devant l'invasibilité du site naturel et l'audace de ses bâtisseurs. Véritable village à étages : « les maisons sur la rivière, les églises sur les maisons, le rocher sur les églises, le château sur les rochers », c'est ainsi que le dépeignent les gens du lieu. 150 m au-dessus du somptueux canyon de l'Alzou, le bourg fortifié apparaît comme agrippé à la falaise du causse.

On pénètre dans Rocamadour par la porte du Figuier du XII^e siècle. L'unique rue principale fait découvrir des maisons à arcades, des fenêtres à meneaux, des portes fortifiées. L'hôtel de ville dévoile des tapisseries de Jean Lurçat. L'accès aux sanctuaires (ouverts l'été) s'effectue au moyen d'un ascenseur ou, pour les plus sportifs, par le grand escalier de 140 marches que les pèlerins gravaient à genoux ! (Il n'est pas rare d'en voir certains faire de même aujourd'hui). Le parvis dessert la basilique Saint-Sauveur (des XII^e et XIII^e siècles) et les cinq chapelles dont la chapelle Notre-Dame qui renferme une superbe Vierge noire (XII^e siècle) ainsi qu'une cloche (IX^e siècle) qui, dit-on, sonnait pour annoncer les miracles. Sur le plateau, L'Hospitalet ouvrait l'accès à la cité par la porte fortifiée de la Voie sainte. De Rocamadour, la vallée de la très belle rivière de l'Ouysses, dominée par des falaises abruptes, nous conduit au moulin fortifié de Cougnaguet (XIII^e siècle).

■ OFFICE DE TOURISME VALLÉE DE
LA DORDOGNE-ROCAMADOUR-PADIRAC
L'Hospitalet – ROCAMADOUR
☎ 05 65 33 22 00
www.vallee-dordogne-rocamadour.com

Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 17h. Haute saison : tous les jours de 10h à 19h30. Dans la cité médiévale, office ouvert de 9h30 à 19h en haute saison.

Office de tourisme ouvert à l'année, situé à l'Hospitalet, au-dessus de la cité médiévale. Un deuxième bureau est présent au cœur de la cité. Promenade à travers l'Histoire et les légendes de Rocamadour : château, chemin de Croix, les sanctuaires, le grand escalier, la place des Senhals, rue de la Mercerie. Visites guidées tous les jours sur rdv (départ de L'Hospitalet) : 5 € pour les adultes et 2,50 € pour les enfants. Pour les groupes, les visites peuvent se faire en français, anglais, espagnol et d'autres langues sur demande.

Saint-Cirq-Lapopie

L'un des plus beaux villages de France ! Accroché à 80 mètres au-dessus du Lot, face à un cirque de hautes falaises, Saint-Cirq-Lapopie occupe un site admirable. Les belvédères du Bancourel et du cirque de Venes offrent une vue spectaculaire. Au Moyen Âge, le lieu fut disputé entre les dynasties : Lapopie, Cardaillac, Castelnau et Gourdon. Ce qui explique les nombreux châteaux et maisons fortes qui constituaient la forteresse de Lapopie. Cette dernière fut démantelée par le futur Henri IV. Les activités artisanales l'ont enrichi : peaussiers rue de la Pelissaria, chaudronniers rue Peyrolierie, tourneurs sur buis et « robinetiers » qui produisaient écuelles, gobelets et robinets de tonnellerie. En décembre 1996, des fouilles ont mis au jour une salle basse et un escalier du Moyen Âge sous la place forte des Cardaillac. Le long des ruelles escarpées – Grand-Rue, rue de la Fourdonne – subsistent de très nombreuses maisons classées Monuments historiques, allant du XII^e au XVI^e siècle, ce qui confère au site une unité de style assez rare en France. On remarque la patine inimitable de ses toits couverts du tuileau lotois, conçu à partir d'une argile locale de teinte sanguine. Les murs également

se singularisent par cette pierre calcaire ocre, presque ivoire. Certains bâtiments possèdent des façades en encorbellement, des poutres apparentes, des portes gothiques taillées dans le chêne brun du Causse et des fenêtres à meneaux récupérées dans les ruines des anciens châteaux seigneuriaux. Vous allez donc découvrir un village médiéval au rythme de votre marche : l'église gothique fortifiée, Monument historique, édifée en 1522, avec les vestiges de son décor sculpté et des fragments de peintures murales ; le château dont les terrasses offrent une vue imprenable, la maison Rignault sur le rebord de la falaise, les portes de la Peyrolerie et de Rocamadour, maintenant porte de la Pellissaria, entre lesquelles s'étendait la ville médiévale, les places du Carol et du Sombrol, et l'auberge Les Marins d'Eau Douce du Lot où vécut André Breton. Henri Martin, peintre post-impressionniste, a séjourné dans le pigeonnier mirador de la place Carol : c'est le point de départ d'un sentier descendant sur les berges du Lot.

■ **OFFICE DE TOURISME
DE SAINT-CIRQ-LAPOPIE-PECH MERLE**
Place du Sombrol
SAINT-CIRQ-LAPOPIE

☎ 05 65 31 31 31

www.saint-cirqlapopie.com

info@saint-cirqlapopie.com

Basse saison : ouvert du mardi au samedi de 9h30 à 13h et de 14h à 17h30. Haute saison : du lundi au samedi de 10h à 19h ; le dimanche de 10h à 13h et de 14h à 18h. Du 1^{er} avril au 30 juin et en septembre : ouvert 7 j/7 de 10h à 13h et de 14h à 18h.

L'office de tourisme de Saint-Cirq-Lapopie domine la place du bourg. Passage obligé avant de se rendre au belvédère situé juste au-dessus. Vous obtiendrez toutes les informations que vous voudrez grâce aux compétences des personnes en place, qui sont en plus d'une extrême gentillesse. Vous y trouverez des guides, des topo-guides (le coin regorgent de magnifiques sentiers) et des informations sur les activités locales.

Tarn

La cathédrale Sainte-Cécile

■ **CATHÉDRALE SAINTE-CÉCILE**
5, boulevard du Général-Sibille
ALBI ☎ 05 63 43 23 43
paroisse.ste-cecile@wanadoo.fr



Basse saison : ouvert tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h à 18h. Haute saison du 1^{er} juin au 30 octobre. Pas de visites pendant les offices religieux. Gratuit jusqu'à 12 ans (à partir de 12 ans : tarif Chœur à 1 €, 1,50 € de juillet à septembre). Adulte : 3 € (visite du chœur avec audio-guide, ou visite de la salle du trésor). Entrée dans le trésor pour les 12-25 ans : 2 €.

Entre 1282 et 1480, la cathédrale est édifée pour signifier le retour du pouvoir papal en terre cathare. Son écrasante silhouette de briques roses, au cœur du vieil Albi, lui vaut le titre de chef-d'œuvre du gothique méridional. Cette véritable forteresse faisait partie du système défensif de la ville (intégrant aussi le Palais de la Berbie) et pouvait alors accueillir 6 000 Albigeois en cas de danger. Du Moyen Age, elle conserve la fresque du Jugement Dernier (qui couvrait à l'origine plus de 200 m²), où le Ciel, la Terre et l'Enfer sont mis en scène. Les fresques de la voûte forment l'ensemble le plus vaste et le plus ancien de France (97 m de long sur 28 m de large). Le jubé, de style gothique flamboyant, est orné d'une magnifique statuariaire polychrome, témoignage unique de la sculpture française du XV^e siècle. La salle du trésor, aménagée dans une ancienne chambre forte du XIII^e siècle, présente une collection d'objets d'art sacré du XIV au XIX^e siècle, et des objets de culte. Enfin, sainte Cécile, patronne de la musique, n'aurait pas de sanctuaire sans un orgue monumental ! Celui-ci date du XVIII^e siècle et si vous avez l'occasion d'écouter un récital, n'hésitez pas !



© GÉNÉRALISTREY - AUTHORS IMAGE



Vue générale de Cordes-sur-Ciel

Cordes-sur-Ciel

Nid d'aigle médiéval posé sur son piton rocheux, Cordes semble tutoyer les domaines célestes. Poser le pied dans ce village fortifié, dont les toits se découpent sur leur fond de ciel, est assurément saisissant. Cette bastide du XIII^e siècle, pôle touristique majeur dans la région, jouit d'une renommée internationale.

Même si la ville haute est accessible en voiture (ou en navette payante) et même si les rues pentues du vieux Cordes sont raides, c'est à pied que l'on découvre Cordes. Vous pourrez faire autant de haltes que la cité compte de richesses architecturales. Et il n'en manque pas : les vestiges des enceintes successives (ajoutées pour cause d'expansion de la ville), les portes remarquables (des Ormeaux, de la Jane, du Vainqueur, de l'Horloge) et les superbes façades des maisons gothiques rehaussées de sculptures d'étranges personnages vous laisseront sans aucun doute sous le charme. Mais la cité n'a pas encore livré tous ses mystères et de nombreuses questions subsistent quant au sens ou aux origines de certains de ses éléments : à quoi servit le puits de la halle, profond de 113 mètres ? Et que signifient sur certaines façades ces gargouilles qui n'en sont pas ? A quoi se réfèrent certains noms des rues du village ? Pour peu que les rues ne soient pas trop envahies de monde, la visite promet d'être inoubliable dans cette bastide peuplée de très nombreux artistes et artisans d'art. Plus qu'une ascension de la ville basse vers la ville haute, vous allez effectuer une remontée dans le temps, surtout en juillet, lors des fêtes du Grand Fauconnier, qui retracent la vie médiévale.

► **Conseils futés** : pour garder un excellent souvenir de Cordes, les escarpins ou autres petites chaussures sont à proscrire pour marcher sur les pavés. De même, promener bébé dans un sac à dos vous sera beaucoup plus facile que dans une poussette.

■ LES MAISONS GOTHIQUES DE CORDES CORDES-SUR-CIEL

L'architecture gothique constitue l'un des intérêts majeurs de la bastide. Si beaucoup sont admirables, quelques-unes méritent une attention plus particulière encore. Par exemple, la Maison du Grand Veneur est la seule à posséder 3 étages. Son succès particulier lui vient de la scène de chasse représentée sur sa façade, sujette à interprétation car certains y voient une symbolisation de la persécution cathare. La Maison du Grand Fauconnier, de grès ocre, compte parmi les plus récentes des maisons gothiques cordaises. Elle demande une observation spécifique car certains de ses éléments montrent une accentuation nette du style : amincissement des colonnes, étirement des chapiteaux, allègement des tympans, brisage plus marqué des arcs... La façade de la maison du Grand Ecuyer apparaît comme la plus finement décorée de Cordes. Ses sculptures sont demeurées intactes depuis le XIV^e siècle et présentent des détails remarquables dont certains surprennent : personnages hybrides, femme ailée aux pattes palmées, dragon, fausses gargouilles... L'éclectisme des décors a suscité des interrogations et certains y voient une représentation symbolique de l'alchimie, ou les indices d'un chemin de procession.

Le musée Toulouse-Lautrec d'Albi

■ MUSÉE TOULOUSE-LAUTREC

Place Sainte-Cécile

ALBI ☎ 05 63 49 48 70

www.musee-toulouse-lautrec.com

conservation@museetoulouselautrec.com



Ouvert toute l'année. Fermé les 1^{er} janvier, 1^{er} mai, 1^{er} novembre et 25 décembre. Octobre à mars : du mercredi au lundi de 10h à 12h et de 14h à 17h (janvier), 17h30 (février, mars, novembre, décembre), 18h (octobre). Avril, mai : tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 18h. 1^{er} au 20 juin : tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h. Gratuit jusqu'à 13 ans. Adulte : 8 € (10 € avec les expositions temporaires). Enfant (de 13 à 26 ans) : 4 €. Groupe (15 personnes) : 4 €. Exposition temporaire : 5 €. Terrasses et jardins : accès libre. Visite guidée. Boutique. Animations. Centre de documentation.

Le Palais de la Berbie, imposante forteresse du XIII^e siècle, se dresse au pied de la cathédrale d'Albi et domine le Tarn. C'est dans l'enceinte de cet édifice prestigieux, ancien Palais des évêques, que le musée Toulouse-Lautrec s'est installé en 1922, réunissant la collection la plus importante au monde de ce peintre albigeois. Il accueille plus de 1 000 œuvres, tableaux, lithographies et dessins, ainsi que les 31 affiches qui ont fait la célébrité de l'artiste. Cette collection exceptionnelle retrace toute son œuvre, depuis ses tableaux de jeunesse jusqu'à son ultime toile, en passant par les années montmartroises et l'univers du théâtre et du café-concert, et illustre de façon exemplaire chacune des facettes de son talent. Le musée présente également des collections d'art moderne, d'amis ou de contemporains de Toulouse-Lautrec, ainsi que d'artistes ayant vécu à Paris pendant l'Entre-deux-guerres. Après un ambitieux programme de restructuration, le musée

Toulouse-Lautrec dévoile depuis 2008 de nouveaux espaces d'accueil et d'animation, notamment une nouvelle salle d'expositions temporaires d'une surface de 470 m², entièrement modulable et dans laquelle la collection Toulouse-Lautrec est redéployée. S'y ajoutent une nouvelle salle de conférence qui accueille le 3^e jeudi de chaque mois, à 18h30, des conférences axées sur le XIX^e siècle. La reconstruction se poursuit avec la dernière phase de travaux portant sur le réaménagement des salles d'expositions des 1^{er} et 2^e étages.

Tarn-et-Garonne

L'abbaye Saint-Pierre-de-Moissac

■ **ABBAYE SAINT-PIERRE**
Place Durand de Bredon
MOISSAC ☎ 05 63 04 01 81
www.moissac.fr
tourisme@moissac.fr

Fermé le 25 décembre et le 1^{er} janvier. Ouvert de 9h à 19h en juillet et août, de 9h à 18h en septembre. Ouvert de 9h à 12h et de 14h à 18h en avril, mai, juin et octobre, ouverture à 10h le week-end. Ouvert de 10h à 12h et de 14h à 17h en novembre et mars (14h à 17h le week-end). Adulte : 6 €. Groupe (10 personnes) : 4 €. Tarif réduit : 4 € (pèlerins, chômeurs, étudiants) ; tarif famille : 12 €. Visite guidée (3 € la location d'un audio-guide).

L'abbatiale Saint-Pierre : l'abbatiale porte les marques des époques successives de sa construction. Sous le sanctuaire il y a les bases d'un autel mérovingien. Le chevet actuel repose sur les bases romanes de l'église clunisienne. Le style gothique s'impose dans les parties hautes de la nef et dans tout le chœur. Les peintures récemment restaurées, donnent à cette abbatiale un air très chaleureux. La statuaire est particulièrement riche. A voir plus particulièrement pendant la visite : La fuite en Egypte, une somptueuse Mise au Tombeau, un Christ roman sur une croix arborescente. La tour porche comprend au rez-de-chaussée un robuste narthex avec des chapiteaux de grandes dimensions. A l'étage, la salle haute révèle une voûte aux puissantes nervures donnant une vue plongeante sur l'intérieur de l'église. Partant de douze colonnes engagées, des arcs se rejoignent autour d'un oculus.

Le canal de Garonne (1838-1856)

Si le Tarn et son affluent l'Aveyron sont propices à des randonnées en canoë-kayak, la Garonne invite au

tourisme fluvial. Le canal des Deux Mers, constitué du célèbre canal du Midi (1666-1681) entre Toulouse et Sète et classé au Patrimoine mondial de l'Unesco, et du canal de Garonne (1838-1856) entre Toulouse et Bordeaux et donc, pour partie, en Tarn-et-Garonne, relie Bordeaux à Toulouse et constitue l'un des attraits majeurs du tourisme. Ces kilomètres de canaux sont l'occasion de croiser trois spécificités de ce type de paysage : la pente d'eau de Montech mise en service en 1974, ouvrage expérimental unique au monde car l'eau et le bateau sont poussés par une automotrice dans le sens de la pente. Réparti sur une distance inférieure à 3 km, permet le franchissement d'un seuil de 13,30 mètres, en évitant les cinq écluses de Montech, des Peyrets, de Pellaborie, d'Escudiès et de Pomiès. Le pont-canal du Cacor à Moissac construit en 1867, permet au « canal de Garonne » de faire passer la navigation au-dessus du Tarn. Le pont tournant Saint-Jacques à Moissac construit en 1845 en brique de Toulouse et pierre du Quercy, enjambe le Tarn. C'est aussi l'une des plus importantes curiosités du département.

Les gorges de l'Aveyron

Situées dans la partie nord-est du Tarn-et-Garonne, les gorges de l'Aveyron sont un véritable écrin de beautés architecturales et géographiques. Entre Saint-Antonin-Noble-Val et Bruniquel, se sont 15 km de paradis pour tous ceux qui aiment bouger, marcher, grimper, escalader... Vous vous envolerez pour une virée en deltaplane, ou descendrez l'Aveyron en canoë-kayak, vous vous équiperez pour une sortie spéléo, ou préférerez-vous immerger dans l'eau très fraîche, mais résolument calme de cette rivière... Appréciez ces paysages escarpés, cette nature sauvage et préservée, ponctuée de vestiges de châteaux, comme celui de Bruniquel, classé parmi l'un des Plus Beaux Villages de France. Ne manquez pas de découvrir Saint-Antonin-Noble-Val, ses ruelles étroites, ses maisons médiévales et son marché haut en couleurs, Caylus et sa vallée verdoyante, l'abbaye de Beaulieu-en-Rouergue et son centre d'art contemporain.

Montauban, Ville d'Art et d'Histoire

La cité de briques roses offre au promeneur sa place Nationale aux splendides arcades, ses vieilles rues piétonnes et ses hôtels particuliers, sa vue sur l'ancien palais épiscopal depuis le Pont-Vieux et sa roseraie François-Mitterrand. Elle a su conserver son identité et rénover ses monuments, témoins d'une histoire riche et mouvementée : la place Nationale du XVII^e siècle, l'église Saint-Jacques, le musée Ingres, abrité dans le magnifique palais épiscopal du XVII^e siècle, le pont-vieux du XIV^e siècle, la cathédrale Notre-Dame, les sculptures d'Antoine Bourdelle qui parsèment la ville...

Nature

En Midi-Pyrénées, la faune et la flore sont aussi riches que diversifiées, c'est ce qui fait l'intérêt et la particularité de cette magnifique région de France. La nature sauvage, les villages authentiques, les paysages, tantôt plats, tantôt vallonnés, les montagnes, et même la mer à proximité, font le bonheur de ses habitants et ses touristes.

Géographie

Climat

Le climat de la région est celui d'un pays de transition, où s'affrontent constamment influences océaniques et méditerranéennes. Les premières apportent hivers modérés et l'essentiel des précipitations, les secondes, fortes chaleurs estivales et automnes ensoleillés.

- ▶ **Températures moyennes** : 12 °C pour l'année complète en moyenne sur la région, mais elles sont supérieures à 25 °C pendant 80 jours.
- ▶ **Ensoleillement** : 2 000 heures en moyenne par an.
- ▶ **Précipitations** : pluviométrie élevée en Midi-Pyrénées. Le printemps est la saison la plus pluvieuse.
- ▶ **Vents** : le vent d'Autan, provenant du sud-est, souffle violemment. Le vent d'ouest s'accompagne souvent de pluie.
- ▶ **Phénomènes naturels** : tempêtes en montagne, tremblements de terre en Hautes-Pyrénées.

Relief

Paysages caractéristiques

Du nord au sud, se succèdent des paysages naturels aux caractéristiques propres dont l'ensemble forme une vaste gouttière inclinée vers le golfe de Gascogne entre deux bordures montagneuses, le Massif central et les Pyrénées. La région est une terre de contrastes. Le relief et les modes d'occupation du sol conduisent à une grande variété de panoramas : haute montagne et grandes cultures, étendues rurales et concentrations urbaines. Si la transition climatique se mesure en Midi-Pyrénées d'est en ouest, c'est du nord au sud qu'il faut suivre la succession des paysages. Le nord-ouest est le vieux pays hercynien, formé après des millions d'années d'érosion qui ont façonné des horizons tabulaires ; au sud, c'est le pays des montagnes, plus abrupt mais beaucoup plus jeune. Et entre les deux, une vaste zone déprimée dans laquelle se sont accumulés les sédiments arrachés au Massif central (cela donne des plateaux austères, taillés dans le calcaire), puis aux Pyrénées (le calcaire est plus rare, c'est plutôt un paysage de collines), avec la vallée de la Garonne comme frontière nette de ces paysages.

Vallées

De l'Atlantique à la Méditerranée, les Pyrénées enchaînent pics, cirques, cols et vallées sur près de quatre-cent kilomètres. Telle une épine dorsale reliant vallées et villages à travers la montagne, la route des Pyrénées est entrée dans la légende. Elle s'enroule et se déroule sur les traces des romantiques, des premiers découvreurs et des grimpeurs du Tour de France, vers les monts, les pics et les fameux cols tels que le Tourmalet, l'Aubisque, l'Aspin. La diversité des paysages, la richesse de son patrimoine culturel et événementiel fait de la route des Pyrénées un itinéraire de grand intérêt qui, par-dessus tout, a su conserver de réelles qualités d'authenticité et des aspects sauvages. Avec leur avenue d'eau bordée de falaises ocre, de crayeuses parois et de terres fertiles, les vallées ont toujours offert abris, pitance et passage aux hommes. D'une nature riche et parfois spectaculaire quand elles se font gorges, elles sont le décor d'aventures anciennes. En témoignent villes, bastides et châteaux nichés dans les creux hospitaliers, perchés sur les remparts de rochers. Et le théâtre d'aventures nouvelles pour toutes sortes de visites, balades, randonnées et sports d'eaux vives. La région Midi-Pyrénées est traversée, de part en part, de cours d'eau, chacun ayant creusé sa vallée, c'est dire si elles sont nombreuses et diverses. Parmi les plus larges, les plus pittoresques : les vallées de la Garonne, du Lot, du Célé, du Tarn, de la Dordogne, de l'Aveyron.

▶ **Oasis verdoyantes entre les Causse de Limogne et de Gramat**, les vallées du Lot et du Célé baignent un paysage que l'agriculture, l'histoire et le tourisme se partagent. Il n'y faut pas manquer la citadelle médiévale de Saint-Cirq-Lapopie, Cénevières et son château, les grottes de Pech-Merle.

▶ **La vallée de la Dordogne**, avec ses hivers doux, ses étés rafraîchis par la présence d'une eau vive, a toujours été aimée des hommes. On y trouve le château de Castelnaud, l'une des plus belles ruines féodales de France, des villages de caractère et, particulièrement, la cité de Rocamadour, des merveilles de la nature comme les grottes de Lacave aux concrétions riches et variées ou l'impressionnant gouffre de Padirac.

▶ **Quand la vallée du Tarn** traverse le causse du Larzac et le causse Noir, elle se borde de remparts dolomitiques et creuse des gorges somptueuses. Quand elle se mêle d'agriculture, c'est pour donner des vergers et des vignes, des fruits sucrés et le vin corsé des Côtes de Millau. De belles villes y ont prospéré : Albi la Rouge ou Millau, capitale du gant et ville historique.

La vallée de l'Aveyron possède, également, des gorges spectaculaires et sauvages, ainsi que quelques-uns des plus beaux villages de France, Najac, Belcastel, Bruniquel, Saint-Antonin-Noble-Val...



© YVANK

Etangs du Picot.

DÉCOUVERTE

► **Petit val montagnard à sa naissance** (au Pic d'Aneto, à 3 404 mètres), la vallée de la Garonne se transforme en une large plaine au sortir des Pyrénées, ponctuée sur son parcours jusqu'à Bordeaux, de belles cités, de vignobles et de vergers.

► **Pénétrer dans la vallée d'Aix** et plonger dans le fond des âges : le voyage passe par la grotte de Labouiche, la grotte de Niaux, le parc de l'art préhistorique de Tarascon et peut se refermer sur Foix la médiévale et son château fort. Dans la vallée du Couserans, on rencontre aussi l'histoire, dans la bourgade de Saint-Lizier, les traditions avec les sabots de Bethmale au village d'Audressein et un certain art de vivre avec le fromage des Pyrénées à Engomer.

► **La vallée de la Garonne** protège soigneusement la cité de Saint-Bertrand-de-Comminges, une véritable ville antique vieille de 2 000 ans et l'un des grands sites de Midi-Pyrénées. A deux pas de là, s'ouvre la vallée de la Pique dans laquelle Luchon est installée au cœur d'un paysage typique des Pyrénées. Les thermes de Luchon abritent un vaporarium, « bain de vapeur naturel », unique en Europe. A 1 810 mètres, le col de Peyresourde offre un magnifique point de vue sur la vallée de la Pique et la vallée du Louron. Descendons dans cette vallée, vivante et authentique, située aux portes d'Arreau, qui est devenue le royaume du deltaplane.

► **La vallée d'Aure abrite Saint-Lary**, village pyrénéen typique, station thermique et sportive hiver comme été. A ne pas manquer : la montée du Pla d'Adet, célèbre étape du Tour de France offrant un très beau point de vue sur la vallée. Depuis 2008, les Vallées d'Aure et du Louron sont classées « Pays d'art et d'histoire » pour leur patrimoine naturel, paysager et architectural. Ravissante et pastorale, la vallée de Campan a anticipé le développement durable en préservant ses patrimoines culturels et naturels. L'extrémité de la vallée est aussi une habitué du Tour de France : Sainte-Marie-de-Campan assure la transition entre les cols d'Aspin (1 489 mètres) et du Tourmalet (2 115 mètres) Le Pic du Midi de Bigorre la domine de ses 2 877 mètres.

► **Les vallées des Gaves** s'étendent du piémont vallonné du pays de Lourdes, passent par la vallée d'Argelès et remontent en val d'Azun, à Cauterets, et dans le pays Toys. Elles permettent d'accéder à 4 grands sites mondialement connus : Lourdes, Gavarnie, le Pont d'Espagne et le Pic du Midi.

► **Sommets et cols** : dans le Tarn, se tient la Montagne Noire. Dans les Hautes-Pyrénées, la montagne est omniprésente : elle couvre la moitié du département ! On y retrouve les célèbres Cirque de Gavarnie, Pic du Midi et Col du Tourmalet.

Volcans

L'Aveyron compte de nombreux plateaux volcaniques.

Grottes et gouffres

► **Grottes de Bétharram** : un parcours magnifique sur cinq étages qui s'effectue en barque, puis en petit train.

► **Grottes de Gargas** : il y a 27 000 ans, des chasseurs de l'âge de la pierre fréquentaient les grottes de Gargas.

► **Grottes de Médous** : un parcours en barque de 200 mètres, sur les eaux limpides et bleutées de l'Adour, stalactites, stalagmites, concrétions de couleurs naturelles différentes, gours, draperies et grandes orgues.

► **Gouffre d'Esparos** : une mise en scène originale permet d'apprécier cette véritable cathédrale de pierres et de silence où les fleurs d'Aragonite, superbe cristal de roche, fleurissent en toute saison... C'est l'un des plus beaux gouffres d'Europe.

► **Grottes de Labastide** : à la rencontre des hommes de la Préhistoire, initiation au feu et à la chasse préhistorique... Atelier peinture pariétale très ludique pour les enfants.

Forêts et bois

Dans le Tarn, la Forêt de Grésigne, qui s'étend sur plus de 4 000 hectares, est l'une des plus grandes du Sud-Ouest. Le Lot compte de nombreuses forêts de châtaigniers ou de chênes où l'on recherche le fameux « diamant noir » : la truffe !

Lacs

Situé dans le département des Hautes-Pyrénées, le lac de Gaube, qui se trouve dans la Vallée de Gaube à plus de 1 700 mètres d'altitude, est l'un des plus beaux ! En Haute-Garonne, on retrouve le lac de Saint-Ferréol (dont la surface équivalait à 70 hectares), qui constitue une véritable base de loisirs, où il est possible de pratiquer des sports d'eau (voile, planche à voile, pédalo, baignade surveillée...).

Au fil de l'eau

2 500 kilomètres de cours d'eau dans la région Midi-Pyrénées ! Il existe aussi quantité de sites propices à la pratique du canoë, du canyoning, du rafting, ou tout simplement celle de la baignade.

Les lacs

Les lacs font le bonheur des véliplanchistes, des campeurs, des dériveurs, des baigneurs... Citons pêle-mêle le lac de Saint-Ferréol, en Haute-Garonne, la plus ancienne retenue de France, construite pour alimenter le Canal du Midi. On y trouve aujourd'hui des équipements touristiques pour profiter de l'eau et des coins sauvages pour les balades et la pêche, le lac de Pareloup dans l'Aveyron est la plus grande mer intérieure aménagée de France, le plan d'eau de 400 hectares de Saint-Nicolas de la Grave, dans le Tarn et Garonne, avec une des plus importantes réserves naturelles d'oiseaux migrateurs de la région. Dans les Hautes-Pyrénées, il y a bien longtemps, régnaient d'imposants glaciers. Aujourd'hui disparus, ils ont laissé de nombreuses petites dépressions qui sont autant de lacs de montagne. Dans le département, on en compte près de 300. Grands (plus de 50 ha) ou petits, entourés de pelouses ou perchés dans d'anciennes moraines, accessibles en quelques minutes de marche ou après des heures d'ascension, ils sont très variés et représentent de magnifiques destinations de randonnées. Dans le Tarn, la pêche peut se pratiquer également sur certains lacs : La Raviege et plans d'eau aménagés (Vère-Grésigne, la Roucarié, etc.)

Les voies navigables

La région ne compte pas moins de 285 kilomètres de voies navigables.

Au fil de la Baïse

De Buzet-sur-Baïse à Valence-sur-Baïse (60 km en 30h). Nouveau défilé de merveilles au long de cette rivière paisible. De Valence-sur-Baïse et sa très belle bastide, à Condom et ses chais d'Armagnac, en passant par Flaran et sa superbe abbaye cistercienne. Une occasion de rêve pour découvrir le pays de d'Artagnan et les richesses culinaires de la Gascogne ! On pourra également faire une halte à Lecture, « Ville d'Art et d'Histoire » et pays du pastel, ou, à côté, à Vic-Fezensac, célèbre pour son amour des taureaux, des chevaux et de la fête. L'arrivée à Buzet mènera tout droit les navigateurs aux caves de la région où s'élabore la célèbre Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) du même nom.

► **Le canal du Midi** : de Toulouse à Carcassonne (104 km). Construit au XVII^e siècle par Pierre-Paul Riquet et classé aujourd'hui au Patrimoine mondial de l'Humanité par l'UNESCO, le Canal du Midi relie l'océan Atlantique à la mer Méditerranée. Entre Toulouse et Carcassonne, ce sont ainsi plus de 100 km de voies navigables qui s'offrent au plaisancier. Un itinéraire qui vous mènera au travers d'une cinquantaine d'écluses et de ponts, de la capitale de la ville rose, Toulouse, au Lauragais pays de Cocagne et du pastel en passant par Castelnaudary, avant d'arriver à Carcassonne (Languedoc-Roussillon).

► **Le canal des Deux-Mers** : constitué du canal du Midi et du canal latéral à la Garonne, le canal des Deux-Mers relie l'Atlantique à la Méditerranée. Entre Lamagistère (Tarn-et-Garonne) et Avignonnet (Haute-Garonne), il compte 155 km.

► **Le canal latéral à la Garonne** : une petite centaine de kilomètres seulement séparent l'Eglise des Jacobins d'Agen (Aquitaine) de l'église des Jacobins de Toulouse. Entre les deux, de superbes étapes jalonnent le parcours : l'abbaye romane de Moissac, la pente d'eau de Montech véritable prouesse technologique ou encore la bastide de Montauban (ville d'« Art et d'Histoire » et patrie du peintre Ingres). Le trajet pourra s'achever en bicyclette, tout au long des dizaines de kilomètres de pistes cyclables où l'on pourra admirer entre autres le port de la Daurade, l'école des Beaux-Arts, ou le Pont-Neuf.

► **La pente d'eau de Montech** : unique au monde, la pente d'eau de Montech permet aux bateaux de franchir un seuil de 14 mètres et remplace les cinq anciennes écluses ; le temps de passage est de 45 minutes chacune. La pente d'eau est construite sur un canal de dérivation de 400 mètres de long avec une pente de 3 %. Une porte coulissante hermétique forme un réservoir d'eau où se trouve le bateau comme dans une « baignoire ».

L'ensemble est tracté par 2 énormes locomotives de 1 000 chevaux, de part et d'autre du canal. La durée du passage est de 20 minutes. La contenance est d'une péniche de 40 mètres ou 2 à 3 bateaux de plaisance.

► **Le chemin de halage** : des sentiers de promenades, pistes cyclables, parcours de santé... ont été aménagés sur certains tronçons.

► **La Baïse** : rivière sauvage. Importante voie navigable pendant tout le XIX^e siècle, elle a été remise en navigabilité à partir de 1993. Sur la Baïse, vous rencontrez des écluses manuelles et des écluses automatiques à carte magnétique. C'est un affluent de la Garonne qui prend sa source dans les Hautes-Pyrénées. Avec ses berges parfois hautes, parfois basses, elle est encadrée d'une végétation luxuriante. Les branches des arbres frôlent souvent l'eau en créant une atmosphère très romantique. Au fil de l'eau, vous découvrez les Bastides gasconnes, les collines, les champs, les bois... Les eaux de la Baïse sont de bonne qualité et très poissonneuses (anguilles, brochets, perches, sandres, carpes, écrevisses).

► **Le Lot** : navigable entre Cahors et Cajarc ainsi qu'entre Fumel et Luzech.

Ariège

L'Ariège est le principal affluent pyrénéen de la Garonne. Elle coule depuis sa source en Andorre en passant par le département de l'Ariège via Ax-les-Thermes puis Foix pour finalement se jeter dans la Garonne tout près de Toulouse. Sur les 3 000 km de cours d'eau, 400 km sont recensés et répertoriés comme parcours praticables et accessibles aux sports d'eau vive. Le département de l'Ariège est très riche en torrents et rivières où l'on peut pratiquer ces sports.

La pêche

Il existe de nombreux lacs, étangs, fleuves et rivières. On peut s'y reposer, y exercer de nombreux loisirs dont la pêche. Des torrents d'altitude aux grandes et larges rivières, des cours d'eau paisibles aux ruisseaux capricieux, des paysages de plaine aux escarpements enneigés, la pêche est à la fois sport, passion, plaisir, délassément et jouissance de la nature. L'Ariège a le privilège de figurer parmi les départements dont les richesses dans ce domaine sont pleines de charme et d'imprévu. La Fédération de Pêche de l'Ariège compte près de 13 000 pêcheurs ou membres actifs et gère un patrimoine « liquide » qui s'étend sur près de 3 000 km de cours d'eau et 800 hectares de plans d'eau mais on estime à 40 000 le nombre de ceux qui pratiquent régulièrement la pêche en Ariège. Deux étangs sont régulièrement rempoissonnés, une fois par semaine, en truites ou saumons de fontaine : (altitude 1 214 m) à 13 km de Massat en direction de Le Port – Le lac de Bethmale (altitude 1 035 m) à 35 km de Saint-Girons.

Les sites

► Base nautique du lac de Montbel à Mirepoix.

Lac de 550 hectares bordé de forêts, vallons et plages sauvages. Pêche, voile (école ou location), canoë/kayak, bateaux à pédales.

► **Lac de Carla-Bayle à Mirepoix.** Un lac de quinze hectares a été créé il y a quelques années à pied du village. De nombreuses activités nautiques sont donc maintenant possibles : baignade, promenade en barque, mini-golf, jeux pour enfants... Vous pourrez également vous détendre en pêchant. Outre la truite dont regorgent ses eaux, diverses variétés de poissons sont présentes. Sur place, vous trouverez aussi un snack et une buvette.

Aveyron

Il entre dans le département et décrit un tracé sinueux jusqu'à Bruniquel où il se faufile aux pieds des falaises. Puis il arrose Montricoux, Nègrepelisse, passe au pied des ruines de Cos et se jette dans le Tarn à Lapointe. Les gorges de l'Aveyron offrent des aspects divers ; ici l'Aveyron peut être calme, ailleurs il peut donner toute son effervescence, mais dans ses gorges le lit du fleuve reste assez calme permettant de découvrir une nature sauvage très escarpée. D'ailleurs les rochers en surplomb permettent l'escalade et de nombreuses grottes sauvages ou aménagées comme la grotte du Bosc offrent aux visiteurs un monde souterrain merveilleux.

Les sites

► **Base nautique de Najac.** Ouvert toute l'année. Location pédalo, canoë-kayak, parcours de deux heures, découverte. Sur l'Aveyron et le Viaur, des moniteurs diplômés sont là pour encadrer la pratique de différents sports nautiques : canoë, kayak, rafting, hot-dog (au printemps), ski de rivière et même VTT, à pratiquer le long des rivières et sur les pentes environnantes.

► **Base canoë nature d'Entraigues-sur-Truyère.** Base de Vieillevie ouverte toute l'année. Base d'Entraigues ouverte en été. D'Entraigues à Grand-Vabre, en passant par Vieillevie, le Lot est un fabuleux terrain de jeu. L'équipe d'Asv'Olt y a balisé des parcours de différentes longueurs et très variés. La rivière ne présente pas de passage difficile (hormis en période de crue ou lors de l'ouverture des barrages), mais ses eaux et ses courbures offrent une variété de situations et de paysages.

► **Lac et base nautique de Saint-Rome-de-Tarn.** Le lac s'enfonce entre les flancs de la montagne, et le paysage n'est pas sans évoquer quelque peu un fjord norvégien. Il faut, rive droite, suivre la route qui longe la rivière et se rendre au Mas Nauq pour embarquer à bord d'un bateau-promenade *Le héron des Raspes* et découvrir dans le moindre détail ce paysage grandiose. La base nautique permet d'accueillir les amateurs de sports aquatiques.

► **Le lac de Pareloup à Salles-Curan,** appelé aussi lac de Salles-Curan, est un des hauts lieux du tourisme, de vacances et de pêche du département de l'Aveyron. Ses 107 kilomètres de rivages en pente douce permettent de pratiquer la pêche et les sports nautiques avec beaucoup de facilité.

Gers

Ce département est traversé, du sud au nord, par une multitude de cours d'eau qui le découpent, tel un éventail. Voici les plus importants.

► **La Save,** qui traverse le département en passant par Lombez, Samatan, l'Isle-Jourdain nous arrive de la Haute-Garonne, tout comme son affluent, l'Aussouze qui la rejoint à Labastide-Saves.

► **La Gimone,** qui accompagne la D12 du sud du département, en flirtant avec Simorre, Saramon, Gimont jusqu'à Mauvezin, reçoit la gersoise Marcaoue à Touget, et passe par Solomiac.

► **Le Gers,** d'une longueur totale de 178 km, passe à Masseube, Seissan, Auterive, Auch, Lectoure, après avoir reçu le Sousson au nord de Pavie.

► **La Baise arrose Mirande,** l'Isle-De-Noé, Saint-Jean-Poutge, Valence-sur-Baise, Condom.

► **Le Gers, la Baise, la Save, la Gimone** sont des cours d'eau qui prennent leur source sur le plateau de Lannemezan, affluents de la Garonne, qu'ils rejoignent dans des lieux différents.

► **L'Arros,** qui arrive par Villecomtal-Sur-Arros, est rejoint par le Bouès, qui longe la D3 par Tillac, Marcjac. Il passe ensuite par Plaisance, avant de se jeter dans l'Adour, qui fait une incursion dans le département et arrose Riscle.

Les sites

► **Base de loisirs du lac de l'Uby à Cazaubon-Barbotan.** L'un des plus grands lacs de détente, le plan d'eau de l'Uby (80 hectares) est ouvert à la baignade et dispose d'une grande plage de sable fin de 260 m. On peut pratiquer le pédalo, le canoë-kayak, la voile et l'aviron. Pour l'aviron : chenal de compétition internationale de 2,1 kilomètres. Chaque année, les championnats de France s'y déroulent. Une zone est réservée à la pêche. La base de plein air permet tennis, volley-ball et basket-ball, parcours de santé. Jeux pour enfants sur la plage, piscine de 700 m² avec pataugeoire pour les petits, lagon, balnéothérapie et couloirs de nage. Aire de camping-cars et aires de pique-nique.

► **Plan d'eau vive de la Baise à Condom.** Canotage, canoë-kayak en amont du barrage, pêche en 2^e catégorie et zone de loisirs. Tout l'été, la ville propose sur ce site des activités sportives, ludiques et gratuites (canoë, voile, tir à l'arc, golf, équitation, natation...) encadrées par des professionnels, et qui s'adressent autant aux vacanciers qu'aux Condois.

► **Lac de Gimont.** Petit plan d'eau de 2 hectares réservé aux pêcheurs (sandre, tanche, gardon...). A noter dans les environs, deux rivières poissonneuses l'Arrats et la Gimone (carnassiers : gardon, tanche, goujon...).

► **Lac des Trois Vallées à Lectoure.** Le lac de 5 hectares s'étire sur un domaine de 45 hectares au milieu d'une nature luxuriante. C'est avant tout une base de sports et de loisirs top niveau et ouverte tous les jours de Pâques à septembre. Trois bassins la composent pour nager, pêcher et glisser avec une piscine immense de 1 000 m², 4 toboggans pour les cascades et les dégringolades ainsi qu'une grande superficie consacrée à la planche à voile.

► **Lac de l'Isle-Jourdain.** La base de loisirs de l'Isle-Jourdain (24 hectares) présente des aménagements diversifiés. Des gîtes et un camping ont été aménagés autour de ses deux lacs : l'un pour la pêche et l'autre pour la baignade ; des bateaux à pédales et de nombreuses activités sont proposés telles que le mini-golf, tennis, pêche, voile, planche à voile.

► **Lac de Thoux-Saint-Cricq à l'Isle-Jourdain.** Ce lac est situé à 10 km de l'Isle-Jourdain, direction Cologne. Ses 70 hectares et sa plage de sable fin permettent aux sportifs ou aux promeneurs de se livrer à de nombreuses activités : voile, planche à voile, canoë-kayak, tennis, mini-golf, pêche, farniente sur la plage. Pour les tout-petits, aire de jeux et baignade surveillée. Un sentier nature fait le tour complet du lac (2h30 à pied, 1h30 en VTT). Grâce à ses proportions et à son environnement verdoyant, cet endroit offre un charme naturel que l'on apprécie à tout âge.

► **Lac de Marciac.** Base de loisirs de 30 hectares située dans une spacieuse vallée à proximité de la bastide, où les activités nautiques telles que canotage, planche à voile, voile, pêche à la carpe de nuit sont autorisées ; pour la baignade on se rend à la piscine de la base aquatique, dotée de jeux pour enfants

Haute-Garonne

La Garonne court sur 647 km, mais n'est navigable aujourd'hui que dans son estuaire, et pour les grosses péniches, de Bordeaux jusqu'à Langon. Le transport de gros gabarits a repris de l'activité jusqu'à Langon grâce à la construction aéronautique dans les ateliers de Toulouse.

Les poissons migrateurs

Des passes ont été installées sur les communes pour faciliter le passage des ouvrages hydroélectriques aux poissons migrateurs comme les saumons.

Les sites

► **Le lac de Xeresa à Fronton.** Un parc, aménagé sur un terrain de 2,8 hectares situé à proximité du collège. Cet espace comprend un lac de 8 000 m², une aire de jeux pour les enfants, une aire de pique-nique et une maison de la pêche. A proximité se trouvent la halle des sports, le stade, la piscine d'été et les tennis. Très agréable lieu de détente.

► **La base de loisirs de Saint-Féréol à Revel-Saint-Féréol.** Depuis Revel, prendre la route de Carcassonne (par la montagne) vers Saint-Féréol. Catamaran, canoë, planche à voile, escalade, accrobranche... Possibilité de restauration, bar.

► **Le lac du Larougou à Vergeil.** 44 hectares sont ici réservés à la voile, à la planche à voile, au modélisme naval, à l'aviron ou aux promenades équestres dans les alentours. L'activité la plus pratiquée demeure la pêche mais les berges constituent un lieu agréable pour de calmes pique-niques. D'autant que les engins à moteur sont proscrits.

Hautes-Pyrénées

Véritable château d'eau, le département compte plus de 2 000 km de cours d'eau et quelque 300 lacs.

► **Les Nests.** La partie haute de la vallée d'Aure est sillonnée de plusieurs gros torrents, issus des hauts sommets, qui portent tous le nom de Neste : Neste de Couplan, du Badet, de la Géla, de Saux, du Moudang... En se réunissant, elles vont donner naissance à la Neste d'Aure qui s'écoule dans une vallée encaissée jusqu'à Saint-Lary. Elle devient alors une belle grande rivière, puissante et tumultueuse, s'écoulant sur un lit de galets. Elle conserve ce profil jusqu'à sa confluence avec la Garonne, une trentaine de kilomètres en aval. La Neste du Louron est une rivière de tout premier ordre.

► **L'Ourse** se jetant directement dans la Garonne n'appartient pas, proprement dit, à la vallée de la Neste.

► **Les Adours.** Descendant tout droit des flancs du Pic du Midi et du célèbre col du Tourmalet, plusieurs Adours, gros torrents pentus et bouillonnants, s'unissent (Adour de Gripp, de Payolle) et donnent naissance à l'Adour. Au passage de Bagnères-de-Bigorre, il s'écoule dans une vallée plus ouverte et devient une belle rivière, large, selon les sites, de 15 mètres à 20 mètres. L'Adour arrose Tarbes et traverse Maubourguet.

► **L'Arros** est un des principaux affluents de l'Adour. Prenant sa source au nord du col d'Aspin, il traverse les Hautes-Pyrénées du sud vers le nord, passant par Bourg-de-Bigorre, Tournay puis pénètre dans le département du Gers à Villecomtal-sur-Arros et va rejoindre l'Adour à Izotges.

► **L'Echez**, petite rivière à l'ouest de Tarbes se jette dans l'Adour.

► **Les Gaves**. Descendant tout droit du célèbre cirque de Gavarnie, le gave de Pau est la plus grosse rivière du département, puissante, toujours bien alimentée en eau fraîche. Au passage de Pierrefite-Nestalas, il reçoit le gave de Cauterets et celui d'Arrens au niveau d'Argelès-Gazost. Le gave devient alors une grosse rivière et s'écoule jusqu'à Lourdes et sort du département une quinzaine de kilomètres plus loin.

► **Le Gers, la Baïse, la Save, la Gimone** sont des cours d'eau qui prennent leur source sur le plateau de Lannemezan, affluents de la Garonne, qu'ils rejoignent dans des lieux différents.

La pêche

C'est un département très « aquatique », sillonné de rivières majestueuses, de torrents poissonneux, de ruisseaux secrets, paradis des pêcheurs. Le réseau hydrographique des Hautes-Pyrénées est scindé en deux catégories. La première catégorie qui comprend tous les cours d'eau et plans d'eau peuplés majoritairement de truites fario. La seconde catégorie qui regroupe les cours d'eau et plan d'eau peuplés majoritairement de carnassiers et de cyprinidés.

Chacune de ces catégories possède une réglementation spécifique que nous ne détaillerons pas précisément. Les périodes d'ouverture, le nombre de cannes par pêcheur, la taille minimale des poissons, la quantité de poissons autorisée et le mode de pêche sont autant de critères qui les différencient. Les cartes ou permis autorisant la pratique de la pêche correspondent à ces règles : il existe une carte vacances (1^{re} et 2^e catégorie, toute techniques) valable 15 jours consécutifs du 1^{er} juin au 15 septembre inclus. La truite fario, l'omble chevalier, le saumon de fontaine, le crivomere sont les espèces qui se pêchent dans les cours d'eau ou dans les lacs de première catégorie. Le barbeau, le goujon, le gardon, l'ablette et la carpe seront pêchés dans les cours d'eau et dans les lacs de deuxième catégorie. Dans le département, il existe 11 parcours dans les rivières et un en lac de pêche en no-kill. Les poissons capturés doivent être relâchés, ce qui leur permet de vieillir et de devenir ainsi plus gros. La pêche à l'écrevisse est autorisée du dernier samedi de juillet au premier dimanche d'août.

Les sites

► **Le lac Bleu (1 928 m)**. Plus de 900 m de dénivelé et pourtant le lac Bleu constitue l'un des sites les plus appréciés en Bigorre par les marcheurs qui viennent rêver près de ce fragment d'azur tombé du ciel.

► **Le lac de Gaube (1 700 m)**. A partir du Pont d'Espagne, on peut atteindre, en une heure de marche à travers pins ou par télésiège, puis 20 minutes de marche, le magnifique lac de Gaube qui étend sa nappe bleue sur une superficie de 19 ha avec plus de 2 km de berges.

► **Le lac d'Isaby (1 746 m)**. Au départ de la station de ski de piste et de ski de fond du Hautacam, 1 heure et 40 minutes de marche aller et retour.

► **Le lac de Loudenvielle**. Le lac a une superficie de 32 ha. On y pratique de nombreuses activités aquatiques comme le kayak, la planche à voile, le pédalo, l'optimist, la pêche... Ses berges sont le point d'atterrissage de parapentes et de deltaplanes. On compte, à proximité, 80 kilomètres de sentiers pédestres et 30 kilomètres de sentiers pour VTT.

► **Le lac de Payrolle**. Au bord du lac, de nombreuses activités sportives et culturelles sont proposées pour tous. Location de canoë, tir à l'arc, randonnée, pêche, escalade, parapente, kayak, VTT, tennis.

► **Le lac de Lourdes**. Depuis le centre-ville, prendre l'avenue Antoine-Béguère, puis la route de Pontacq (direction Pau par Soumoulou), puis le chemin du lac à gauche. A 3 minutes du centre-ville, les amateurs de pêche, de sports nautiques et de nature seront comblés. D'origine glacière, ce lac de 55 ha est l'un des plus vastes des Pyrénées. Vous pourrez vous y détendre et y pique-niquer, au milieu d'une forêt de résineux : pêche, voile, canotage, bateaux à pédales, VTT, chevaux... Les possibilités sont multiples. Sur sa rive sud a été aménagé, dans un cadre de vallons et de pinèdes, un parcours de golf comportant 18 trous.

► **Les lacs de Néouvielle**. Un tour des lacs du Néouvielle permet d'apprécier le charme de cette zone si particulière, malheureusement très fréquentée. Près de 4 heures sont nécessaires pour tout admirer.

► **Le lac de Loule**. Au pied du pic Pichhaley (2 626 m), dans l'espace vallon du Portet, de la station de ski de Saint-Lary, on descend en skiant entre pins et cascades pour découvrir le lac de Loule dans un superbe décor.

► **Le lac de Borderes**. Dans la vallée de Bareilles, c'est l'un des plus profonds, dont l'alimentation souterraine est source de bien des mystères.

► **Les lacs de Sarrouyes et Mières**. Lacs situés en haut des crêtes de Val Louron où cohabitent tout l'été, vaches et brebis, mais aussi marmottes.

► **Les lacs de Caillaouas et de Pouchergues**. Résultats des travaux hydroélectriques entrepris dès la fin du XIX^e siècle.

► **Le lac des Hermitans ou lac de Nere**. Dans le massif du Hourgade, suspendu à 2 800 m d'altitude, il est l'un des plus hauts lacs des Pyrénées.

► **Le lac d'Aventignan**. Lac pour la pêche, le canoë, baignade non surveillée.

► **Le lac d'Etaing**. Accessible en voiture, restaurants, pêche, bateaux à pédales, barques, randonnée équestre, aire de pique-nique.

► **Le lac de l'Arret-Darre**. Lac de loisirs avec bar, brasserie, restaurant. Randonnées pédestres, en VTT. Sentiers balisés de 10 km.

► **Le lac de Loures**. Pêche, voile, canotage, bateaux à pédales, chevaux, parcours de santé.

► **Le lac de Mauléon**. Pêche.

► **Le lac de Puydarrieux.** Ici on pratique surtout l'observation des oiseaux. Depuis 1989, un arrêté protège la faune et la flore du lac, de la forêt et des proches terres agricoles. De plus, une partie du lac est classée réserve de pêche.

► **Le lac de Soues.** Aux portes de Tarbes, port miniature, pêche, promenade, pique-nique.

► **Le lac d'Agos.** Pêche à la mouche, canoë-kayak, piste de roller-line, tennis, mur d'escalade, parcours santé.

Lot

Affluent de la Garonne, le Lot prend sa source près du Mont-Lozère au sud du Massif central. En traversant les Causses, le Lot s'est creusé une vallée spectaculaire bordée de hautes falaises à pic. Sa pente devient ensuite plus douce et c'est une rivière calme qui traverse de vastes plaines jusqu'à sa confluence avec la Garonne à Aiguillon. Pendant longtemps, seuls les bateaux à fond plat, gabare ou macelet, pouvaient naviguer sur le Lot. Depuis le début du XX^e siècle, la rivière a été aménagée avec de nombreuses écluses et un étonnant chemin de halage creusé dans la roche. Pour les amateurs, à noter que les eaux du Lot sont très poissonneuses.

Les sites

► **La base nautique de Kalapca à Saint-Cirq-Lapopie.** Au pied de l'un des plus beaux villages de France, Kalapca (pour kayak-lapopie-canoë) est une base nautique, ouverte à tous, où la baignade est surveillée en été. Canoë à l'heure, la demi-journée ou la journée sur le Lot et le Célé (initiation gratuite et le matériel est fourni), VTT pour des balades seul ou accompagné avec Cap Liberté, spéléo, escalade et canyoning sur sorties en journée en collaboration avec l'association Vertige de Tour de Faure. Tous les moniteurs sont diplômés.

► **Les étangs du Quercy à Castelnau-Montratier.** Sortie de Castelnau-Montratier, direction Molières. Ouvert toute l'année. Pêche traditionnelle ou à la mouche, promenades en barque, initiation et rando en quad, karting, paint-ball, tir à l'arc. Dans un domaine de 50 ha boisés, posés sur les coteaux du Quercy Blanc, deux étangs (en tout 4 ha d'eau) ouverts à la pêche : en hiver, la truite est reine. L'été, quand les eaux sont bien réchauffées, le pêcheur averti s'exercera au black-bass (ou grande-bouche), carnassier proche au goût de la perche. Il pourra également chatouiller le gardon, le rectangle, les carpes et autres tanches. Prêt de matériel sur place, vente d'appâts.

Tarn

► **Le Tarn :** rivière naturelle qui prend sa source au Mont-Lozère. Vous pouvez la descendre en quittant le Canal de Garonne à Moissac jusqu'au centre nautique de Saint Nicolas de la Grave pour faire un peu de sport sur le lac et tout autour : planche à voile, tennis... et découvrir l'île aux oiseaux avec son observatoire ornithologique.

► **La boucle du Tarn :** 11 kilomètres de voies navigables sont désormais ouvertes pour permettre le passage des bateaux de Montech à Montauban. Le retour de Montauban à Moissac par le Tarn sera possible dans quelques années. Canoë-kayak

► **Le Tarn, l'Aveyron, le Cérou, l'Agout, le Viaur :** autant de rivières qui permettent de pratiquer ce sport d'aventure en toute sécurité.

La pêche

2 000 kilomètres de cours d'eau en première et deuxième catégorie et pas moins de 18 barrages : le Tarn est un véritable paradis pour les pêcheurs de truites, goujons, sandres, brochets et autres poissons d'eau douce. Des concours sont organisés tout au long de l'année. Pour les pêcheurs du dimanche ou les vacanciers, il existe une carte de pêche vacances qui permet de pêcher 15 jours consécutifs ou même à la journée. Idem pour les enfants qui veulent jeter l'hameçon, la carte spéciale jeunes est faite pour eux. La Fédération organise même des camps de pêche pour initier les 12-16 ans. La pêche peut se pratiquer également sur certains lacs (la Ravègè) et plans d'eau aménagés (Vère-Grésigne, la Roucarié, etc.).

Les sites

► **Le plan d'eau de la Roucarié à Carmaux.** Pour les amateurs de loisirs nautiques, une promenade à 4 kilomètres au nord de Carmaux s'impose. Avec ses 35 hectares d'eau et ses berges en partie boisées avec une aire de pique-nique et de jeux, le plan d'eau de la Roucarié est le paradis des pêcheurs et des amoureux de la voile (location de planches à voile, dériveurs, Optimists).

► **La base de loisirs de Vere-Gresigne à Castelnau-Montmiral.** A 2 kilomètres de Castelnau-de-Montmiral, la base de loisirs de Vere-Grésigne comprend un plan d'eau de 7 hectares. On peut y pratiquer des sports nautiques comme le canoë, la barque et le pédalo. La baignade est surveillée pendant la saison estivale.

► **Le domaine d'En Laure à Labruguière.** Ouvert d'avril à octobre, cette base s'étend sur 32 hectares dans le parc naturel régional du haut Languedoc. Elle possède un plan d'eau pour la pêche, un parcours de santé, des jeux pour les enfants et une aire de pique-nique. C'est le point de départ de sentiers de petite randonnée, dont un qui rejoint le GR7. Endroit propice également aux balades en VTT ou en VTC. Pour la baignade, il faudra aller à la piscine du village. Idem pour le tennis. Sur place, possibilité d'hébergement.

► **Le lac de Bellevue à Lisle-sur-Tarn.** Ouvert toute l'année. Accès gratuit. Pêche, pique-nique, balades en pédalo, parcours santé, tennis, jeux, aire de camping cars, départs de randonnées vers la belle forêt domaniale de Sivens. Le plan d'eau de Bellevue et ses abords directs offrent de nombreuses options de loisirs. Mais pour la vraie baignade, il faudra quand même aller à la piscine municipale.

► **La base nautique du lac des montagnes à Mazamet.** Ouverte toute l'année, baignade surveillée pendant la saison estivale. Accès gratuit. Parcours sportif, tour du lac, GR7 et boucles de randonnée, aires de pique-nique, mini golf, pêche, volley-ball, toboggan aquatique, sentier botanique. Ce havre de fraîcheur est particulièrement apprécié dès les premiers beaux jours pour un tour en barque ou en pédalo, un parcours sportif, un minigolf, une partie de pêche ou la baignade. Point de départ d'une myriade de balades en forêt au cœur de la Montagne Noire. Un sentier relie d'ailleurs le lac au pittoresque village médiéval d'Aussillon.

► **Le lac des Auzerals à Rabatens.** Le lac artificiel des Auzerals, à 3 kilomètres de la ville par la route de Grazac est un lieu idéal pour une sieste à l'ombre, un pique-nique, quelques activités telles que randonnées ou parcours de santé, et la pêche (des truites, des gardons, des tanches et autres y sont chaque année introduits par centaines de kilos...). mais la baignade y est interdite. Piscine à proximité.

► **Le lac des Tasconis à Rabatens.** Ouvert toute l'année. Accès gratuit. Ici, vous pourrez pêcher (cartes de pêche à retirer au bureau de tabac, rue Caraven-Cachin), pique-niquer, camper sur l'aire naturelle de camping, faire une partie de pétanque, jouer au volley et les enfants ont à disposition une aire de jeux. Le lac est aussi le départ de nombreuses randonnées.

Tarn-et-Garonne

► **Le canal.** Promenades en péniche, passage de la pente d'eau de Montech mise en service en 1974 (ouvrage expérimental unique au monde : l'eau et le bateau sont poussés par une automotrice dans le sens de la pente). Le pont canal du Cacor à Moissac, construit vers 1845 en brique de Toulouse et pierre du Quercy et unique en son genre, enjambe le Tarn et reste « la » curiosité à voir absolument lors de la visite de Moissac.

► **Eaux vives.** Location de canoës à Variation Sports Nature à Saint Antonin Noble Val.

► **Voile.** Sur la base de loisirs de Saint-Nicolas-de-la-Grave, vous pouvez découvrir la voile grâce aux stages organisés par l'école (label école de voile). La flotte est composée d'une cinquantaine d'unités avec 420 ; X4 ; catamarans ; optimists ; mini-solitaires ; caravelles, etc. Possibilité de louer du matériel nautique à la journée.

Les sites

► **Le parc de loisirs du Malivert à Molières.** Cette base de loisirs de plus de 40 hectares s'étend autour d'un lac aménagé de 9 hectares doté d'une plage de sable fin. La plus grande plage de sable blanc du département. La baignade est surveillée dès 13h en juillet et en août mais une foule d'autres loisirs, nautiques ou terrestres, peuvent également être pratiqués sur place : canoë, pédalo, pêche mais encore tennis, tir à l'arc, ping-pong, basket, VTT... A disposition, enfin, un coin pique-nique avec barbecue, restauration rapide (en été) et camping (voir ci-dessus) mais aussi une belle aire de jeux pour les enfants.

► **La base de loisirs de Monclar-de-Quercy.** Sur une superficie de 11 hectares, un complexe où vacances riment avec baignades, plaisirs de l'eau et promenades. Les lacs et leurs berges sont entièrement aménagés pour les plus petits (pataugeoire, jeux, toboggan aquatique) et les plus grands (bateaux à pédales, planches à voiles, canoë, tennis, promenades équestres, vélo, pêche).

► **La base de loisirs Montaigu Plage à Montaigu de Quercy.** La base de loisirs du plan d'eau des Chênes n'est rien de moins que la première du département du Tarn-et-Garonne : plage de sable blanc, toboggans aquatiques, plongeur, pieuvre flottante, location de bateaux à pédales et kayaks, minigolf, courts de tennis éclairés, volley, tonneau roulant, bar, restaurant, aire de

pique-nique, barbecue, etc. Aménagée dans un vaste parc, la base est classée.

► **La base de loisirs du Tarn et de la Garonne de Saint Nicolas de la Grave.** Au confluent du Tarn et de la Garonne, le superbe plan d'eau de 400 hectares a été aménagé pour la pratique de tous les sports nautiques. Dans les possibilités liées au plan d'eau proprement dit, moussaillons et vieux loups de mer trouvent embarcation ou activité à leur mesure : base et école de voile, cours de canoë, planche à voile, location de pédalo, bateau électrique... Les rives et abords constituent en outre l'une des plus importantes réserves naturelles d'oiseaux migrateurs de la région. De nombreuses espèces sont observables tout au long de l'année près des grands saules. L'observatoire ornithologique, créé et animé par la société des Sciences Naturelles de Tarn-et-Garonne, installé au bord de la Garonne, vous permet de suivre le parcours passionnant des oiseaux migrateurs et sédentaires. Observatoire ornithologique : découverte, observation, reconnaissance des oiseaux d'eau...

► **Le parc de loisirs de Saint-Sardos.** La petite commune de Saint-Sardos, à une dizaine de kilomètres à l'est de Beaumont-de-Lomagne, jouit d'un espace de loisirs qui attire les estivants en mal de sensations fraîches. Les deux lacs de Boulet et de Combecave ont été aménagés tout spécialement pour la détente ou le jeu. Des zones sont réservées à la baignade surveillée, d'autres aux jeux aquatiques tels que plongeurs, bateaux à pédales, toboggans (un « spiral » et un « kamikaze »). 750 m² de piscine ludique et trois pataugeoires pour les enfants ont été aménagés au bord du lac.

► **Le village de loisirs le Lomagnol de Beaumont de Lomagne.**

■ VILLAGE DE LOISIRS LE LOMAGNOL

Avenue du Lac

☎ 05 63 26 12 00

Fax : 05 63 65 60 22

village-de-loisirs.com

lelomagagnol@village-de-loisirs.com

Au bord du lac.

Ouvert toute l'année. En fonction des multiples activités. Se renseigner. Tarifs en fonction des activités. Camping, mobil-home, gîtes, baignade (piscine), pêche (lac), tennis, VTT, nautisme, sauna, jacuzzi, soins du corps...

En bordure du plan d'eau, on trouve ce splendide centre de loisirs qui a la particularité d'être ouvert toute l'année, sans droit d'entrée spécifique à acquitter et qui propose une foule d'activités au gré des saisons, ainsi que des formules d'hébergement pour les vacanciers (un camping 3-étoiles de 100 emplacements, 4 mobil-homes et 24 gîtes...), et on peut désormais louer un emplacement pour son propre mobil-home. On peut venir se baigner à la piscine l'été, naviguer ou pêcher sur le plan d'eau, faire un tennis, se faire bichonner au centre de soins, ou tout simplement venir pique-niquer ou promener le chien. 36 hectares de quiétude, intelligemment conçus, au pied de la ville et à proximité du champ de courses. Une nouveauté : location de gîtes tout confort, comprenant un équipement supérieur digne d'un *** avec climatisation, lave vaisselle, télévision... .

Faune et flore

Faune

Côté faune, les promeneurs les plus attentifs (et les plus chanceux) peuvent apercevoir les représentants parfois rares de plusieurs centaines d'espèces animales du héron garde bœuf à l'écrevisse à pattes blanches et du gypaète barbu au mouflon en passant par le renard ou le sanglier. Les réserves et parcs naturels s'avèrent, bien entendu, les lieux les plus appropriés à l'observation animale et végétale. Voici, pour les amateurs, quelques-uns des individus à guetter particulièrement...

► **L'aigle royal.** Tuant les proies dont il se nourrit, ce redoutable chasseur ressemble un peu au vautour en vol. Son envergure est moindre cependant (2 mètres) et son plumage plus sombre. Le parc national des Pyrénées compte 17 couples de cette espèce.

► **Le cerf.** Réintroduit dans les forêts de l'Aubrac en 1958, c'est l'animal sauvage le plus imposant qu'on peut observer dans la région. Les mâles à l'âge adulte peuvent atteindre 1,50 m au garrot. Leurs bois tombent, chaque année, aux mois de mars ou avril pour repousser en juillet et août. Le brame du cerf est le nom donné à la période d'accouplement ainsi qu'au cri du mâle. On peut l'entendre en septembre-octobre.

► **Le desman.** Une trompe, des pattes palmées, un corps de taupes... Sorti de l'imagination d'un créateur bien facétieux, ce petit insectivore se rencontre exclusivement dans les Pyrénées et au nord-ouest de l'Espagne. A la différence du dahu, il existe vraiment, vit au bord des rivières jusqu'à 2 200 mètres d'altitude et passe l'essentiel de son temps dans l'eau où il s'approvisionne en larves d'insectes et petits crustacés. Il demeure, toutefois, fort difficile à entrevoir.

► **Le grand tétras.** Appelé aussi coq de bruyère, cet oiseau de la famille des gallinacés habite les zones

humides de la hêtraie sapinière, entre 1 000 mètres et 2 400 mètres, au cœur du parc national des Pyrénées. Le mâle atteint 6 kg, la femelle 2 kg. Célèbre pour la grâce de ses parades nuptiales (mi-mai début juin) et son chant très particulier, le grand tétras poursuit tous les mâles qui osent empiéter sur son territoire, la queue déployée en éventail.

► **Le gypaète barbu.** Avec ses trois mètres d'envergure, son regard d'or cerclé de carmin, son masque et sa barbiche noirs, ses longues ailes anthracite et son poitrail orangé, le gypaète se distingue des autres rapaces. Ne subsistant naturellement que dans les Pyrénées et en Corse, il se nourrit à 90 % d'os de charogne qu'il brise au préalable sur les rochers. Neuf couples de cette espèce très rare vivent aujourd'hui dans le parc national des Pyrénées.

► **L'isard.** Trop chassé dans les années 50, l'isard aurait sans doute disparu s'il n'avait trouvé protection sur les terres du parc national des Pyrénées. En 1999 on comptait quelque 5 000 individus.

► **Le lagopède alpin.** Comme son nom ne l'indique pas, c'est dans les Pyrénées encore que niche ce gallinacé de haute altitude. On l'observe à proximité des crêtes et des sommets jusqu'à 3 000 mètres d'où son surnom de perdrix des neiges. Passant l'hiver en haute montagne, il change de plumage au fil des saisons pour devenir blanc l'hiver et se confondre avec la neige.

► **La marmotte.** Disparu de la chaîne des Pyrénées depuis la fin de la dernière période glaciaire, le petit mammifère a été réintroduit, avec succès, dans toutes les vallées, par l'administration du parc national. Elle est aujourd'hui, certainement, l'espèce la plus visible pour les visiteurs.

► **Le mouflon du Caroux.** Ancêtre du mouton domestique, ce mouflon sauvage de petite taille avait pratiquement disparu d'Europe continentale au XIX^e siècle. Il a été réintroduit dans le massif de l'Espinouse en 1956 et s'est parfaitement adapté. L'ensemble du massif du Caroux-Espinouse, dans le parc du Haut-Languedoc, compte aujourd'hui plus d'un millier d'individus.

► **Le percnoptère d'Égypte.** Surnommé « Marie Blanche » dans les Pyrénées, ce rapace, plus petit que le gypaète ou le vautour fauve (1,50 mètre d'envergure et 60 centimètres à 70 centimètres de long au plus) est essentiellement charognard. Il passe l'hiver au sud du Sahara et revient nichier l'été dans les falaises des Pyrénées occidentales.

► **Le vautour fauve.** C'est à son vol caractéristique (faisant de larges cercles au-dessus des sommets, profitant des courants ascendants pour s'élever le plus haut possible, puis plongeant brutalement) qu'on reconnaît le vautour fauve. D'une envergure de 2,30 mètres à 2,50 mètres, il a des ailes larges et rectangulaires prolongées par de grandes plumes sombres, sa tête, petite, se repose sur un long cou entouré d'une collerette. Sans eux, de nombreuses charognes pollueraient la montagne ou propageraient des maladies contagieuses. Quelque 110 couples y nichent dans les falaises.

Ours es-tu là ?

Représentant le plus célèbre de la faune pyrénéenne, l'ours est paradoxalement le plus rare. Quelques individus seulement subsistent sur le massif. Bien qu'on connaisse leurs noms il reste difficile de les apercevoir (même en les appelant gentiment !). Il trouve en altitude et en forêt une relative tranquillité. Il a besoin d'une nourriture abondante : myrtilles, framboises, glands, faines, charogne. Lorsqu'il est affamé, il lui arrive aussi de faire quelques ponctions dans les troupeaux qui paissent, d'où une inimitié assez franche de la part de bergers qui l'ont chassé jusque dans les années 1950. Depuis sa création, le parc national des Pyrénées est chargé d'expertiser et d'indemniser les dégâts aux troupeaux. Il contribue par ailleurs au suivi naturaliste de l'ours en tant que partenaire actif du réseau « ours brun ».

La route du pastel

Entre Toulouse, Albi et Castelnaudary, les champs de pastel ont fait la fortune du pays de Cocagne durant soixante-dix flamboyantes années. C'était il y a 500 ans. La teinture bleu profond obtenue à partir de cette plante était alors recherchée dans l'Europe entière et les maîtres du pastel dans le midi toulousain rivalisaient en projets audacieux. Châteaux, demeures et hôtels particuliers parsèment cette route historique, témoins de siècles d'or.

A Toulouse, une vingtaine de superbes hôtels pasteliers avec leurs tours de briques roses et leurs sculptures de pierres blanches contribuent toujours au charme des vieilles rues. Ne pas manquer entre autres l'hôtel de Bernuy, édifié par don Juan de Bernuy, un négociant originaire d'Espagne qui fit une extraordinaire fortune dans le pastel, et qui abrite aujourd'hui le lycée Pierre de Fermat. Ou encore, l'hôtel d'Assézat construit par le capitoul Pierre d'Assézat, qui accueille maintenant la collection d'art du milliardaire argentin Bemberg. On pourra poursuivre en dehors de Toulouse, avec le plus visité des châteaux du pastel : le château de Magrin. Construit entre les XII^e et XVI^e siècles, il abrite le dernier séchoir à pastel et un musée consacré à « L'épopée historique du pastel ». La cocagne a fait également la fortune du Tarn et l'on peut en voir de beaux témoignages à Albi, notamment l'hôtel Reynès où s'est installée l'actuelle Chambre de Commerce.

Mention spéciale sur le « Bleu de Lectoure ». Cher au Lauragais, le pastel réapparaît depuis peu en Gascogne. A Lectoure, un couple de passionnés cultive en effet depuis quelques années cette plante pour en extraire son bleu incomparable et le commercialise auprès des fabricants de piments pour peintures et de l'industrie textile. Une visite des cuves, suivie d'une démonstration de teinture au pastel est possible sur place.

Flore

Landes sèches, prairies humides, forêts, étangs, plateaux calcaires, hautes vallées et moyennes montagnes... La diversité climatique et la grande multiplicité des milieux naturels procurent à la région une remarquable richesse. Côté flore, bien entendu, le parc national des Pyrénées fait figure de conservatoire. On y dénombre plus de 3 000 espèces végétales dont 150 sur la chaîne pyrénéenne.

Au fil de leurs balades, les botanistes amateurs ou avertis repèreront ainsi rhododendrons, myrtilles, raisins d'ours, azalées, graminées d'altitude comme les fétuques à balai, fétuques gispet et grandes fétuques, plantes dites alpines telles que le silène brise-pierre, l'alchémille plicatula, les potentilles endémiques, les saxifrages, l'ibéris de

Bernard ou les asters ; mais encore, campanule flurette, pédiculaire chevelue, euphorbe petit buis, etc. A partir de la mi-juillet les plantes sont en fleurs. Les orchidées figurent, par ailleurs, parmi les emblèmes naturels pyrénéens les plus renommés. En altitude, on trouve encore en été de nombreuses dactylorhizas. L'orchis moucheron (*gymnadenia conopsea*) atteint, quant à lui, son record d'altitude vers les 1 600 mètres. Il en va de même des magnifiques ancolies des Pyrénées. Et les observateurs les plus aguerris reconnaîtront encore, au fil de leurs virées, des grassettes (plantes carnivores friandes des lieux humides), linaigrettes, dryas, carex, jongs, sans oublier les lys des Pyrénées, les envahissantes gentianes jaunes, l'aconit napel ou l'aconit tue-loup, le triste vérateur ou la majestueuse digitale.



Cocquelicots en vallée de Millau.

Parcs et réserves naturelles

La région Midi-Pyrénées comprend 4 parcs naturels régionaux :

- le parc naturel régional des Causses du Quercy, - le parc naturel régional des Grands Causses, - le parc naturel régional du Haut-Languedoc, - le parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises.

Deux autres parcs sont en projet actuellement.

Réserves naturelles

■ PARC NATUREL REGIONAL DES CAUSSES DU QUERCY

11, rue Traversière
LABASTIDE-MURAT

☎ 05 65 24 20 50

www.parc-causses-du-quercy.fr

contact@parc-causses-du-quercy.org

Fermeture annuelle entre Noël et le Jour de l'An. Ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 18h ; le vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

Le parc naturel régional des Causses du Quercy occupe la partie centrale du département du Lot. Il couvre environ 176 000 hectares et réunit 97 communes entre Figeac et Cahors. Là, se succèdent grottes et gouffres, paysages sculptés par les rivières du Lot et du Célé, grands sites qui témoignent d'une présence multimillénaire, architecture rurale typique avec ses murets de pierres sèches, ses gariottes, ses lavoirs... ainsi qu'une faune et une flore riches en espèces rares. Cette terre recèle aussi des trésors gastronomiques, tels que la truffe noire et de nombreux produits labellisés comme l'agneau fermier du Quercy, la noix du Périgord ou le safran. Le parc n'oublie pas ceux que la gourmandise ou la contemplation ne rassasierait pas : les falaises sont propices à l'escalade, les rivières au canoë-kayak, les grottes et les gouffres à la spéléologie. Les randonneurs - à pied, à cheval ou en vtt -, bénéficient de plus de 1 000 km de sentiers balisés, 270 km de chemins de grande randonnée. La nuit venue, le spectacle continue, puisque le parc offre aux amateurs d'astronomie, des conditions d'observation exceptionnelles dans l'un des ciels les plus préservés de France.

■ PARC NATUREL RÉGIONAL DES GRANDS CAUSSES

71, boulevard de l'Ayrolle

MILLAU ☎ 05 65 61 35 50

www.parc-grands-causses.fr

info@parc-grands-causses.fr

Adossés aux versants sud du Massif central, les Grands Causses bénéficient d'un climat contrasté et ensoleillé. C'est sur ces vastes plateaux que se pratique l'élevage des brebis et c'est avec leur lait qu'on fabrique le plus célèbre de tous les fromages : le roquefort. Sur 96 communes, ils couvrent 315 640 hectares dans le département de l'Aveyron, le parc naturel régional des Grands Causses abrite une flore exceptionnellement diverse : plus de 2 000 espèces dont la cardabelle, symbole des Grands Causses. C'est dans ce jardin grandeur nature que le célèbre entomologiste Jean Henri Fabre a mené la plupart de ses travaux. Pour peu qu'on lève le nez (ou bien les yeux au ciel), on découvre aussi les plus impressionnants représentants de la faune avicole tels que le vautour fauve ou le vautour moine. Une architecture caussenarde très typée, des cités fortifiées sur le Larzac, des pigeonniers de grès rouge, des statues menhirs et des dolmens érigés depuis plus de 4 500 ans complètent le décor. On peut explorer le parc par le biais de simples balades mais aussi d'une foule d'activités de pleine nature qui s'y pratiquent couramment : tranquilles parties de pêche, pêche sportive, rafting, vol libre, canoë, randonnées pédestres, pistes cavalières ou pour VTT...

■ RÉSERVE NATIONALE DE FAUNE D'ORLU

ORLU ☎ 05 61 64 60 60

Ouvert toute l'année.

Réserve nationale de Chasse et de Faune sauvage. Aux confins des Pyrénées ariégeoises et catalanes, dans le massif du Roc Blanc-Carlit, près d'Ax-les-Thermes, la réserve couvre 4 150 hectares de hautes montagnes de 930 à 2 765 mètres d'altitude. On peut y observer près de 800 isards -le chamois pyrénéen- et aussi marmottes, aigles, hermines, faucons, aigle royal, grand tétras, qui y ont élu domicile. Ici on diversifie la faune en favorisant de nouvelles espèces (gypaète), et on préserve celles qui sont présentes (lagopède, grand tétras, desman, vautour, aigle royal). Dans un cadre superbe, de nombreuses



Un des lacs du massif du Néouvielle



© MICHELGRANGER - FOTOLIA.COM

Lac et rochers à Néouvielle

randonnées sont possibles ; vous pourrez observer, si vous êtes discrets, des isards, des marmottes et des rapaces. Idées de balades, avec des bonnes chaussures : la vallée d'En Gaudu à 1h de marche du parking. Le refuge gardé d'En Beys (1 950 mètres), lui, se trouve au cœur de la Réserve, il est accessible en environ trois heures de marche en saison estivale. Musée Histoire et patrimoine.

■ RESERVE NATURELLE DE NEOUVIELLE SAINT-LARY-SOULAN

☎ 05 62 39 40 91

www.aure-louaron.com

C'est l'une des premières réserves naturelles en France, créée en 1936, bien avant le Parc National des Pyrénées. Ici, la nature dépasse les normes. Ses richesses en flore et faune, ses quelque 70 lacs et ses paysages font depuis longtemps l'objet d'une attention particulière. Grâce à son climat et à sa structure, les pins à crochets possèdent des records de longévité. La flore de la réserve est très riche : 1 250 plantes vasculaires dont une vingtaine très rares pour les Pyrénées, en particulier des espèces reliques, témoins des glaciations passées. L'eau est omniprésente. Les milieux aquatiques ont fait la célébrité de la réserve dans le monde scientifique : 571 espèces d'algues décrites et les deux tiers des espèces françaises de sphaignes. Lacs et torrents abritent deux célèbres animaux endémiques pyrénéens : le desman, petit mammifère aquatique proche de la taupe, et l'euprocte, voisin des tritons, qui affectionne les eaux claires et froides. Vous pouvez effectuer le tour du Néouvielle en allant de refuge en refuge ou vous essayer à l'ascension du pic du Néouvielle, 3 091 mètres, un sommet panoramique accessible en 3 heures. Les crampons sont parfois nécessaires mais la montée est sans grande difficulté. La prudence reste cependant de rigueur et la présence d'un professionnel est toujours conseillée pour les novices.

■ PARC NATUREL REGIONAL DU HAUT-LANUEDOC 13, rue du Cloître SAINT-PONS-DE-THOMIÈRES

☎ 04 67 97 38 22

www.parc-haut-languedoc.fr

Ouvert toute l'année. Parc accessible à l'année. Maison du Parc National ouverte du lundi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 (14h le mercredi) à 17h.

Le parc naturel régional du Haut-Languedoc s'étend sur 260 000 hectares. Sa double influence climatique (atlantique et méditerranéenne) lui confère une diversité biologique et paysagère exceptionnelle. Ainsi y trouve-t-on les monts de l'Espinouse, le haut pays des lacs, le Sidobre et ses fantômes de granit, les monts de Lacaune ou la Montagne Noire. Les bois et les forêts (70 % de son territoire) où se côtoient feuillus et résineux (châtaigniers et hêtres, pins laricio, sapins, épicéas) typent ces paysages de moyenne montagne. La faune et la flore, particulièrement riches, comptent plus de 2 500 espèces et en font un carrefour de la biodiversité. 247 espèces d'oiseaux, rares ou communs, voyageurs ou sédentaires et rapaces y ont été inventoriées. Respectueuse des ressources naturelles, l'agriculture d'excellence pratiquée ici donne aux produits du Haut-Languedoc des goûts et des saveurs uniques. Les balades en forêt et les randonnées (pédestres, équestres ou à vélo) ravissent les amoureux de la nature. Les plaisirs de l'eau sont aussi très présents : activités nautiques, baignades dans les lacs et pêche pour amateurs ou chevronnés dans les nombreux cours d'eau de première catégorie.

■ PARC NATIONAL DES PYRENEES

2, rue du IV-Septembre
TARBES ☎ 05 62 54 16 40

Voir page 26.

Jardins

La région possède une soixantaine de parcs dont 22 jardins remarquables. Il existe ainsi des jardins historiques qui permettent de voyager dans le temps, au cours d'une visite, et de remonter au Moyen Age (les 30 jardins secrets du Vieux Cahors, le parc du château du Colombier) ou à l'époque de Le Nôtre (jardin de l'évêché à Castres). Vous admirerez ainsi les allées romantiques du parc des Quinconces à Luchon, le jardin à l'anglaise aux Martels de Giroussens ou les essences exotiques de la Palmeraie de Sarthou ou du parc aux bambous de Lapenne.

Économie

L'économie des Midi-Pyrénées est très dynamique, notamment grâce à la présence de la ville de Toulouse sur son territoire, qui abrite de très grandes entreprises de renommées nationale et internationale : Airbus, les laboratoires Fabre, le CNES, EADS... Ainsi que des pôles universitaires de recherche : l'université Le Mirail et l'université Paul-Sabatier notamment.

Environnement et énergies

La région bénéficie d'atout importants à commencer par un riche patrimoine naturel. La question de l'environnement est donc des plus importantes. La région mène actuellement, une politique de soutien aux énergies renouvelables, de préservation et de valorisation des espaces naturels, de soutien aux démarches de production propres et de gestion saine des cours d'eau et de l'eau potable.

Agriculture

La région possède une agriculture dynamique. On recense ici en effet cinquante-quatre mille exploitations en activité et près de cent mille agriculteurs pour les faire tourner en misant sur la qualité et les circuits courts. Cela fait d'elle la première région de France pour le nombre d'exploitations et la seconde région en termes de surface cultivée (2,3 millions d'hectares). Près de quatre mille entreprises spécialisées dans le secteur agro-alimentaire se chargent ensuite de transformer les produits, réalisant ainsi le second chiffre d'affaires régional du secteur industriel ! La région est la première région productrice de semences et d'élevage d'ovin, la 7^e région viticole, la 4^e région de production de fruits, la

6^e région de production de volailles et palmipèdes, de bovins... Parmi les spécialités régionales, on compte ainsi le porc noir de Bigorre, le bœuf gascon, les fruits du Tarn-et-Garonne, le fromage d'Ariège, les canards du Gers...

Industries

La région accueille de nombreuses entreprises à haute valeur ajoutée, ce qui lui confère une bonne partie de son dynamisme. Les secteurs qui se font la part belle sont ainsi l'aéronautique (avec 53 500 emplois salariés et 5,6 milliards d'euros de chiffre d'affaires), l'aérospatiale, l'électronique, les biotechnologies, les nanotechnologies, les technologies de l'information et de la communication, la santé et les agro-industries. La région est ainsi au second rang national pour la création d'emplois. Depuis plusieurs années, la région développe des zones d'intérêt régional (une vingtaine actuellement), afin d'attirer les entreprises qui cherchent à s'implanter ici ou à se développer. La région soutient également les pépinières d'entreprises.

Tourisme

La région Midi-Pyrénées attire chaque année seize millions de visiteurs, en provenance de la France, certes, mais aussi du monde entier. Avec ses 25 grands sites, comprenant des villages pittoresques (Cordes-sur-Ciel, Saint-Cirq-Lapopie), des chefs d'œuvre naturels (le pic du Midi, le cirque de Gavarnie), des villes telles que Toulouse ou Albi, la région est en effet très attrayante. La région se mobilise pour valoriser ces destinations et en faire des étapes de choix pour les touristes. Il faut dire que l'économie touristique représente 7% du PIB régional et près de quarante-cinq mille emplois !

CITY TRIP
BY **petit fute**

WEEK-ENDS ET COURTS SÉJOURS
LA PETITE COLLECTION QUI MONTE

AMSTERDAM	HONG KONG	NEW YORK
BARCELONE	ISTANBUL	PARIS
BERLIN	LISBONNE	PEKIN
BRUGES	LONDRES	PRAGUE
BRUXELLES	MADRID	ROME
BUDAPEST	MARRAKECH	ST-PÉTERSBOURG
DUBAÏ	MIAMI	SAN FRANCISCO
DUBLIN	MILAN	SÉVILLE
ÉDIMBOURG	MONTREAL	SHANGHAI
FLORENCE	MOSCOU	VENISE
GENÈVE	NAPLES	VIENNE

plus d'informations sur
www.petitfute.com

Histoire

Visite chez nos ancêtres...



LE VILLAGE GAULOIS

RD 25 – La chaussée

RIEUX VOLVESTRE ☎ 05 61 87 16 38

www.archeosite-gaulois.asso.fr

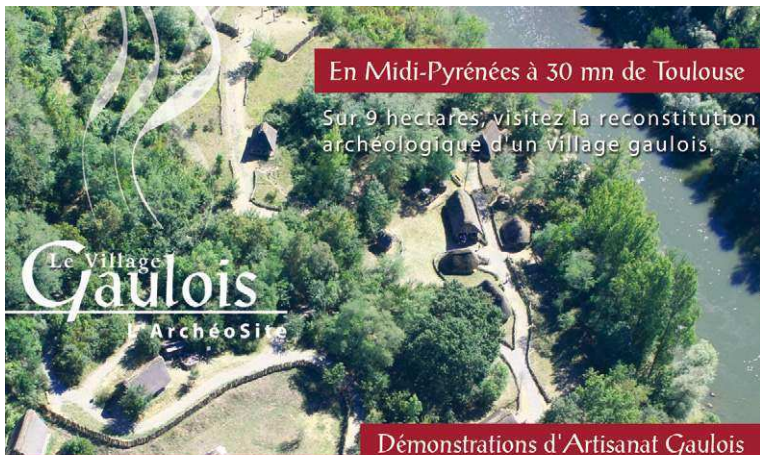
archeositegaulois@wanadoo.fr

Fermé du 11 novembre au 1^{er} avril. Basse saison : ouvert le mercredi, le dimanche et les jours fériés de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 19h. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 16 €. Enfant (jusqu'à 15 ans) : 14 €. Chèque Vacances. Visite guidée (départ à 15h). Boutique.

Sur 9 hectares de terrain, ce village grandeur nature a été reconstitué avec une rigueur scientifique et historique indéniable. Dès son arrivée, le visiteur est impressionné par la fortification du village qui court sur plus de 200 mètres. Un fossé profond est surmonté d'une forte palissade réalisée de pieux en bois. L'ouverture monumentale est fortifiée, elle achève l'ouvrage et permet, grâce à une porte à double battant, de pénétrer à l'intérieur du village. Au grès des chemins, on découvre des maisons faites de terre et de chaume destinées à l'habitation pour certaines, à l'atelier d'artisans pour d'autres. En bordure de Garonne, on assiste à la vie quotidienne de nos ancêtres, entre 450 et 52 avant J.-C., et on découvre le travail des artisans de l'époque gauloise. Aux quatre coins du village, les animateurs expliquent avec beaucoup de pédagogie et à l'aide de démonstrations les gestes d'autrefois : forge, orfèvrerie, bronze, poterie, teinture, tissage, boisillage, frappe de monnaie etc. Pour les enfants qui savent lire, un jeu les attend qui leur permettra de découvrir d'une façon ludique la vie des Gaulois. Parc entièrement ombragé, aire de pique-nique, boutique de souvenirs.

En Midi-Pyrénées à 30 mn de Toulouse

Sur 9 hectares, visitez la reconstitution archéologique d'un village gaulois.



Démonstrations d'Artisanat Gaulois



Le Village Gaulois - 31310 RIEUX VOLVESTRE / Autoroute A64, sortie 25, direction St Julien
Tél : 05 61 87 16 38 Fax : 05 61 97 41 94 www.archeosite-gaulois.asso.fr



Le château de Castelnaud-Bretenoux

De l'histoire des Cathares à nos jours, il aura fallu plusieurs siècles aux Midi-Pyrénées pour se construire en tant que région administrative et devenir le territoire qu'elles représentent aujourd'hui. Ce passé historique est aujourd'hui une véritable richesse car il a façonné à la région avec une identité très forte, dont ses habitants sont fiers.

Toulouse. Ce sont les plus « civilisés » de tous les Barbares. Le royaume wisigothique englobe bientôt l'Espagne et le Languedoc. Toulouse, qui a rang de capitale, vit un petit siècle d'or.

Moyen Âge

Antiquité

► **Vers -500 avant J.C.**, une grande nation gauloise, les Volques, prend ses quartiers dans la région et vers -300 avant J.C., l'une de leurs tribus, les Tectosages, s'établit à Toulouse. Bonnes terres, bonnes positions, ils s'enrichissent.

► **Au I^{er} siècle avant J.-C.**, la romanisation arrive. Tolosa (Toulouse) et Lugdunum Convenarum (Saint-Bertrand-de-Comminges) prospèrent en troquant les blés de la région contre du vin italien. Puis au I^{er} siècle après J.-C., le vin n'est plus italien mais de Gaillac (entre autres). Les poteries, elles, viennent de Montans et de la Graufesenque (Millau). Toutes les villes gauloises se sont romanisées : Cahors, Auch, Eauze, Albi...

Le christianisme se diffuse dans la région avec ses premiers martyrs toulousains. Au III^e siècle, la dédicace par les Toulousains d'un sanctuaire à Saint-Sernin rappellera les martyres subis par l'évêque saint Saturnin. Dernier âge prospère de l'Antiquité finissante, le IV^e siècle est marqué dans toute la région par une merveilleuse éclosion dans les campagnes, de grandes « villas » comme Elusa (Eauze), Seviac, Chiragan (Martres-Tolosane), Villa Valentine (Saint-Gaudens) ou encore la Villa Montmaurin où des riches exploitants résident. La fin de l'Antiquité est d'une courte embellie pour la région avant les invasions meurtrières des Vandales (406 après J.C.), les bien nommés. La légende veut qu'ils aient épargné Toulouse grâce aux mérites de son pasteur, Saint Exupère. Puis snobant Saint Exupère, les Wisigoths s'emparent de

► **En 507 après J.C.**, Clovis annexe la région, c'est la conquête franque. La légende raconte qu'il fonde alors l'abbaye de Moissac.

► **Au VI^e siècle**, des montagnards basques, les Vascons, investissent une plaine qu'ils nommeront « Gascogne ». En 778 : Charlemagne échoue dans sa conquête de l'Espagne. En repassant les Pyrénées à Roncevaux, une bonne partie de l'armée se fait étripier dans une embuscade. Roland, neveu de Charlemagne, aurait alors ouvert une brèche (la brèche de Roland) dans la montagne avec son épée Durandal pour permettre à l'armée de Charlemagne de s'échapper. Puis, lors d'un ultime affrontement, Roland brise son épée et la lance au loin. Celle-ci se serait plantée dans le roc à Rocamadour. On accuse les Sarrasins mais ce sont en réalité les Gascons qui sont responsables. Le Languedoc et le pays toulousain serviront de base aux chrétiens d'Espagne en lutte contre les Arabes.

► **Au XI^e siècle**, la région se divise en comtés, Foix, Rouergue, Carcassonne et Toulouse, dont les comtes étendent bientôt leur influence sur tout le Midi. L'ordre de Cîteaux essaima sur toute la région.

► **1177** : Toulouse et Barcelone se disputent le Midi. Un des alliés de ce dernier, Trencavel, vicomte de Carcassonne, est aussi protecteur des Cathares. Le comte de Toulouse croit habile de dénoncer l'hérésie au pape. Cela s'avérera néfaste pour tout le Languedoc. En 1209, un écuyer du comte de Toulouse assassine le légat du pape, Pierre de Castelnaud. C'est le début de la croisade dite des Albigeois menée par Simon de Montfort (1209-1213).

Un peu plus près des étoiles

De Saint-Exupéry à la station Mir et de l'Aéropostale à l'Aérospatiale, Toulouse et Midi-Pyrénées se sont peu à peu installées, sans le chantait le groupe toulousain Gold, « un peu plus près des étoiles ». Les passionnés de ciel et d'espace peuvent retrouver en plusieurs endroits les marques de l'affinité régionale pour les choses célestes. Tout commence, sans doute, dans une ville rose qui tisse, depuis quelques lustres, sa longue histoire d'amour à l'aéronautique. Flash-back...

Tout a commencé en 1890, quand l'ingénieur français Clément Ader, originaire de Muret, met au point le premier avion. Le 9 octobre 1890, il décolle et parcourt quelques dizaines de mètres à bord de l'Eole, dans le parc du château d'Armainvilliers, en Seine-et-Marne. Clément Ader est consacré « Père de l'aviation ». La région jouera un rôle important dans le développement de l'aéronautique. Le 17 décembre 1903, les frères Wilbur et Orville Wright volent à bord d'un avion avec moteur à hélice.

Puis, le 12 novembre 1906, le Brésilien Santos Dumont réalise à Paris le premier vol authentifié par les autorités. Le 25 juillet 1909, Louis Blériot traverse la Manche à bord d'un avion monoplan. La guerre mondiale de 1914-1918 fait évoluer l'aviation rapidement et le gouvernement français décide, en 1928, de créer un ministère de l'Air. Des instituts scientifiques sont fondés à Paris, Lille, Marseille et Toulouse afin d'étudier l'aéronautique. Cette politique a pour but de développer la production aéronautique française et de pouvoir rivaliser avec les autres constructeurs d'avions. Des usines d'aviation s'installent dans la région toulousaine (Latécoère, Bréguet) et un service commercial débute dès 1927. C'est le début de l'Aéropostale et des aventures de ses héros (Mermoz, Saint Exupéry...) qui amènent leurs avions jusqu'au Chili. La Seconde Guerre mondiale va voir de nombreux perfectionnements en aéronautique. Toulouse devient un centre de l'aéronautique avec son Ecole Nationale Supérieure de l'Aviation Civile et son Centre National d'Etudes Spatiales. En 1952, l'industrie aéronautique met en service le premier avion à réaction, bientôt suivi par la Caravelle, un nouvel appareil construit par l'entreprise toulousaine Sud Aviation qui continuera son développement en coopérant avec l'Allemagne, la Grande Bretagne, l'Italie et l'Espagne et construira une nouvelle série d'avions : les Airbus.

En choisissant Toulouse comme l'une des grandes métropoles d'équilibre du pays, l'Etat, depuis le début des années 1960, a donné une impulsion décisive au développement de la ville rose. Dotée des grands équipements publics à vocation régionale (universités, centres de recherche, hôpitaux, aéroport...), la capitale régionale

a bénéficié d'importantes décentralisations visant à renforcer sa vocation aéronautique : grandes écoles de l'aéronautique, Centre national d'études spatiales (CNES), Météo France. Dans les années soixante, premier succès, sur le marché mondial, de Concorde : le 1^{er} octobre 1960, le Concorde s'envole dans le ciel de Blagnac à 15h38 et franchit le mur du son. Ce bijou technologique marquera l'histoire de l'aviation civile. Néanmoins, si la technologie est révolutionnaire, et peut-être même pour cette raison, l'accueil du marché est loin d'être à la hauteur des ambitions. A Toulouse, ne seront oubliés ni l'échec commercial, ni les avancées technologiques, ferments du succès d'Airbus Industrie. Le programme de l'Airbus A300 est lancé, la Société Nationale Industrielle Aéropostale (S.N.I.A.S) et le G.I.E-Airbus-Industrie sont créés. 1971 annonce la fusion de Bréguet et Dassault, puis, en 1977, le Concorde a l'autorisation de se poser à New York. L'A310 prend son premier envol en 1982. A la même date, se crée le G.I.E et l'ATR. En 1983, a lieu le premier vol de l'A300-600 créé en 1980. Le lancement de l'ATR 72 se fait en 1985. Puis, en 1986, l'A320, lancé en 1984, exécute son premier vol. C'est en 1987 que seront lancés les programmes A330 et A340. Tout logiquement, en 1988, l'usine de montage d'Airbus à Colomiers, près de Toulouse, voit le jour. 1989 marque l'installation du bureau d'étude d'Aérospatiale à Saint-Martin-du-Touch et du G.I.E à Blagnac. En 1994, l'A321 procède à son premier vol. Depuis, l'industrie n'a cessé de se développer, dans l'aviation bien sûr, mais, aussi, dans les secteurs de l'électronique et de l'espace. Le 27 juin 2003 a sonné la fin d'une époque avec le dernier vol du légendaire Concorde qui finit sa course sur les pistes d'Airbus à Saint-Martin-du-Touch, signant un retour à la case départ pour une retraite bien méritée. Enfin, le 27 avril 2005 est marqué par le plus grand défi de l'ère de l'aéronautique européenne : le premier vol du gros porteur A380 qui a demandé la construction d'une des plus grandes usines aéronautiques du monde « l'Aéroconstellation », un site de 180 hectares employant plus de 3 000 salariés directement et 6 000 indirectement. Après des décades d'union, le mariage de Toulouse et de l'aéronautique semble plus solide que jamais...

Les visites peuvent commencer : usine Clément Ader de l'Aérospatiale et la Cité de l'Espace, d'abord, mais encore, pour s'approcher des étoiles, l'Observatoire du Pic du Midi à La Mongie et la Ferme des étoiles à Mauoux dans le Gers. C'est, en outre, dans le Lot, au cœur du Parc régional naturel des Causses du Quercy qu'est estampillé le seul « triangle noir » de France, un petit coin de terre exempt de pollution lumineuse qui rend presque idéale l'observation du ciel...

CITY TRIP
by **petitfute**

WEEK-ENDS ET COURTS SÉJOURS
LA PETITE COLLECTION QUI MONTE

plus d'informations sur
www.petitfute.com

Londres Marrakech Paris New York Rome

Les barons du Nord viennent combattre l'hérésie et s'octroyer de nouvelles terres. Le comte de Toulouse hésite entre leur prêter main-forte ou secourir ses vassaux. Ses attermolements lui coûteront ses états, qui reviendront dans l'escarcelle de Saint Louis, et peu à peu, la France que l'on connaît prend corps. La lutte dure vingt ans et se termine le 12 avril 1229 par le traité de Paris (ou de Meaux). Une grande partie du Languedoc entre officiellement sous l'administration directe du roi. Dans le même temps se met en place l'administration royale. L'université de Toulouse est fondée en 1229, parrainée par l'ordre des Dominicains, prompts à défendre l'orthodoxie. Ils y excellent jusqu'à l'excès. La reprise de la croissance, aux XII^e et XIII^e siècles, a comme conséquence la mise en place du réseau des bastides, castelnaus et sauvetés.

► **De la fin du XVI^e au début du XVIII^e siècle**, la région subit de nouveau des fléaux tels que la famine et l'épidémie. A partir de 1715, le Midi Toulousain bénéficie de l'apaisement des luttes religieuses et sociales et de la politique de modernisation menée par les états provinciaux. La culture du maïs prend de l'ampleur, transformant complètement la campagne toulousaine. Parallèlement se développent les activités industrielles, l'extraction du minerai de fer des Pyrénées et à Carmaux, la métallurgie et la verrerie (Foix), la draperie (Albi Castres, et Montauban). Plus spectaculaire est l'amélioration des voies de communication, comme le Canal du Midi construit de 1666 à 1681 par Pierre-Paul Riquet et les réseaux routiers. Les départements actuels reçoivent en 1808 leurs limites, avec la création du Tarn-et-Garonne.

De la Renaissance à la Révolution

► **Au début du XIV^e siècle**, avec la guerre de Cent Ans (peste, brigandages), Toulouse perd la moitié de sa population. Le Languedoc restera désormais attaché à la dynastie légitime. Son loyalisme est récompensé par la mise en place d'institutions, qui jusqu'à la fin de l'Ancien Régime, devaient dessiner son visage administratif : le parlement de Toulouse et les Etats du Languedoc. Vieille terre d'hérésie, le Midi Toulousain se montre particulièrement réceptif aux doctrines des Réformateurs du XVI^e siècle. La plupart des villes possède une église calviniste et des villes comme Castres, Montauban, Millau ou Pamiers sont administrées par des consuls réformés. L'expulsion des protestants de Toulouse le 17 mai 1792 donne le signal des guerres de religion, avec, pour conséquences, quarante années de dévastations. A cette même période c'est l'âge d'or du pastel, plante tinctoriale, dont les feuilles donnent un bleu profond, prisé pour la teinture des draps. Il fait la fortune des grands marchands toulousains comme Pierre d'Assézat. Cependant, les guerres de religion et la concurrence de l'indigo ruinent la production du pastel alors cultivé dans le Lauragais et l'Albigeois. Le roi ayant retiré aux états de la province le droit de voter et de répartir les impôts, le Languedoc se soulève en 1629. Le gouverneur, le duc de Montmorency, qui se joint au mouvement, est battu au combat en 1632. Condamné à mort par le Parlement de Toulouse, il est décapité dans la cour du capitole. Désormais, la région se tiendra tranquille, d'autant qu'à Alès, Richelieu signe l'édit de grâce qui met fin au cycle infernal des guerres de religion.

De la Révolution au XXI^e siècle

► **A partir des années 1850**, la région connaît un fort mouvement d'exode en l'absence d'une économie prospère, malgré les industries minières (Decazeville, Carmaux), la métallurgie (Pyrénées, Saut du Sabo), les mégisseries (Mazamet, Graulhet) ou encore les draperies (sud du Tarn, Pyrénées). Entre 1851 et 1954, la région perd le quart de sa population ! Alors que la ville de Toulouse ne cesse de grandir.

Il faudra attendre encore de longues années après la fin de la Seconde Guerre mondiale pour qu'apparaissent les premiers signes annonciateurs d'un renouveau inespéré. L'arrivée des rapatriés d'Afrique du Nord, quelques succès industriels (Caravelle), le choix de Toulouse comme métropole recevant de l'Etat de grands équipements et des activités nouvelles... Dès les années soixante le frémissement s'annonce. C'est bien par Toulouse que s'est amorcé ce renouveau économique qui ne cesse de se développer.

► **Quelques dates plus près de nous !**

- 1870 : création de la *Dépêche du Midi*.
- 1871 : création de la Commune de Toulouse.
- 1919 : inauguration des services réguliers aériens Toulouse-Barcelone-Maroc.
- 1920 : barrage hydraulique dans les Pyrénées.
- 1942-1945 : la Résistance française met à profit la porosité des Pyrénées pour acheminer hommes et armes d'Espagne.
- 1960 : formation de la région Midi-Pyrénées.
- 1969 : premier vol du Concorde à Toulouse.
- 1986 : la région Midi-Pyrénées devient une collectivité territoriale.

j'aime

Une appli futée
pour partager
tous ses
bons plans
et gagner
des guides

pour télécharger l'appli

© Fotolia

Patrimoine et traditions

La région Midi-Pyrénées possède un patrimoine historique et culturel très riche, avec ses 66 musées et ses nombreux monuments, qui font le bonheur de ses habitants et de ses touristes. Que l'on soit amateur d'Histoire ou d'Art classique ou d'Art contemporain, que l'on aime les vieux monuments ou les bâtisses récentes... la région a de quoi satisfaire toutes les personnes avides de découvrir et d'apprendre dans de multiples domaines.

Patrimoine culturel

Peinture

Si vous aimez la peinture, sachez que la région ne manque pas de musées à ne pas rater. A Toulouse, ne manquez ni le musée des Abattoirs dédié à l'art contemporain, ni, bien sûr, le musée des Augustins, musée des Beaux-Arts. Mais en région, vous trouverez bien d'autres trésors, à découvrir absolument :

- ▶ le musée Ingres à Montauban,
- ▶ le musée Toulouse-Lautrec à Albi,
- ▶ le musée Henri Martin à Cahors,
- ▶ le musée des Jacobins à Auch,
- ▶ le musée Goya à Castres,
- ▶ le musée des beaux-arts Salies, à Bagnères de Bigorre,
- ▶ le musée des beaux-arts de Gaillac

Cinéma

Le cinéma est bien présent dans la région Midi-Pyrénées. On retiendra la présence d'une cinémathèque très active à Toulouse, qui préserve et diffuse de nombreux films anciens, le festival de Luchon qui fait chaque année son cinéma pour la télévision au mois de février, et de nombreux petits festivals de cinéma en plein air l'été de Toulouse à Montauban... Tout un programme !

Patrimoine architectural

Villes et villages

▶ **L'empreinte cathare.** Citadelles en ruine d'un côté, fastes célébrations d'un catholicisme triomphant de l'autre... La région Midi-Pyrénées porte les traces (et les stigmates...) des sanglantes croisades menées au XIII^e siècle pour défaire l'hérésie cathare. Bien des sites et des villes conservent aujourd'hui la marque, et, quelquefois,

Le circuit des villages perchés

Si vous souhaitez partir en balade pour quelques jours, prenez la route pour découvrir les villages perchés de Midi-Pyrénées. Le circuit comprend une centaine de kilomètres !

- ▶ Départ de Cordes-sur-Ciel dans le Tarn
- ▶ Passage par Le Cayla, Mauriac, Castelnau de Montmirail, Puycelci
- ▶ Poursuite du circuit par Bruniquel, Penne, Saint-Antonin-Noble Val, Varen, Najac
- ▶ Arrivée à Villefranche-de-Rouergue.

l'âme de ce qui fut une religion méconnue au temps de la civilisation occitane ancienne qui était celle des troubadours, de la tolérance, de la démocratie et de l'amour courtois... Le catharisme, en fait, demeure mal connu de beaucoup, car appréhendé via des documents provenant plus ou moins directement de l'Inquisition. La désignation « cathare » vient du grec « catharos » signifiant « les purifiés ». Les Cathares eux-mêmes ne se dénommaient que bons chrétiens ou bonshommes. Ni adorateurs du soleil, ni doués de pouvoirs surnaturels, les Cathares étaient donc des chrétiens. Ils pensaient toutefois que leur monde était trop terrible pour être l'œuvre du seul Dieu. Ils croyaient ainsi en un second principe créateur. Ils ne pensaient pas que le bon arbre puisse porter de mauvais fruits (parabole du bon et du mauvais arbre dans l'Évangile selon saint Jean).

Dieu, selon eux, ne pouvait être à l'origine du mal. Pour résoudre ce dualisme latent, ils opposaient le bas monde au Royaume du Père. Il y avait ainsi, pour eux, deux créations, deux créateurs mais un seul Dieu : le Père. Au récit de la création par Yaveh contenu dans la Genèse, ils préféraient celui de la chute des anges dans l'Apocalypse, emportés malgré eux par la queue du dragon repoussé par l'archange. C'est ainsi que leur bas monde pétri par Lucifer (ange rebelle à Dieu), ou par Satan (le diable), aurait été peuplé d'âmes divines enfermées dans des corps malins. Or, avec cette divergence de taille, la foi cathare apparaissait comme d'autant plus subversive qu'elle refusait en outre les biens terrestres et contestait les fastes de l'Église. La vie de chaque Cathare était vouée à libérer son âme de sa prison corporelle dans le but de revenir à Dieu en pur esprit. Au sein de l'Église cathare, une distinction était opérée entre ceux qui avaient reçu le « consolamentum » (à la fois baptême, ordination, confirmation et extrême-onction), et les simples croyants. Le premier groupe constituait la véritable hiérarchie cathare avec les « parfaits », qui prêchaient généralement par deux : le fils majeur et le diacre.

Sur les pas de saint Jacques

© HEBRECK - FOCOLIA



Statue de saint Jacques

L'héritage de Compostelle est si vivace dans la région que des milliers de personnes accourent chaque année pour marcher dans les pas du célèbre saint Jacques. Inscrits au patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco, les chemins de Saint-Jacques de Compostelle sillonnent Midi-Pyrénées en égrenant leur lot de monuments classés, paysages paisibles et gîtes confortables. Trois des principaux itinéraires passent par la région (le chemin d'Arles, le chemin du Puy et le Piémont pyrénéen) qui compte au total 135 kilomètres de sentiers et 33 des 76 monuments officiellement inscrits en France comme jalons des chemins. On retiendra, par exemple, les abbayes de Conques ou de Moissac, la basilique Saint-Sernin de Toulouse, la collégiale de La Romieu, le pont Valentré de Cahors, l'église de Gavarnie ou la chapelle des Templiers d'Aragnouet. Une balade à effectuer pour le simple bonheur de la contemplation ou guidé par la flamme d'une quête spirituelle pour ceux qui n'oublient pas l'origine du pèlerinage. Flash-back...

► **Aux environs de l'an 800, on exhume en Galice** une tombe donnée pour être celle de saint Jacques le Majeur, évangéliste de l'Espagne. Cette sépulture va devenir le but du plus important pèlerinage de l'Europe médiévale. Les pèlerinages étrangers vers Compostelle commencent à partir du X^e siècle. En 997, Al Mansûr, conquérant musulman et maire du palais de Cordoue, détruit Santiago mais les cloches de l'église sont ramenées à Cordoue par des esclaves chrétiens. Le sanctuaire apparaît alors comme le symbole de la reconquête. Des pèlerins venus de toute l'Europe se pressent à Compostelle, et parmi eux, beaucoup de Français.

► **Dès 1147, Compostelle attire également les Croisés** ; en effet, saint Jacques, apôtre de l'Espagne, s'était imposé comme le « matamore » (tueur de Maures), champion de la reconquête et, de ce fait, patron de toutes les formes de croisades. Tout au long du XIII^e siècle, le succès du pèlerinage s'accroît. A partir des XIV^e et XV^e siècles s'amorce le déclin. Le pèlerinage renaît au XVII^e siècle, époque d'une nouvelle mobilisation catholique en France. Il subit ensuite une chute régulière aux XVIII^e et XIX^e siècles pour connaître un regain inattendu depuis quelques années.

► **Eloge de l'hospitalité** : l'essor des structures hospitalières a donné naissance à une architecture particulière, en partie disparue. Les hôpitaux comprenaient alors une chapelle et un bâtiment hospitalier pour l'accueil des pèlerins. Souvent, les deux structures étaient reliées par une voûte sous laquelle passait le chemin. Les ordres religieux des Templiers et des Hospitaliers se sont spécialisés dans les fonctions de protection et d'accueil des pèlerins. Ils œuvraient déjà lors des croisades en Orient. Les Antonins et les Augustins (monastère de Roncevaux) exerceront les mêmes fonctions d'accueil.

► **Par quatre chemins** : les quatre grandes voies vers Compostelle sur le sol français sont la Via Turonensis, la Via Lemovicensis, la Via Podiensis et la Via Tolosana. Elles ne font plus qu'une à Puente La Reina pour former le Camino Francés menant au tombeau de l'apôtre Jacques à Compostelle. La Via Podiensis et la Via Tolosana sont les deux plus grands chemins qui traversent la région Midi-Pyrénées. En cours de route, ils s'enrichissent de voies secondaires tout aussi intéressantes, dont celle du Piémont pyrénéen.

► **La Via Podiensis ou Chemin du Puy** : ce chemin est classé au patrimoine mondial de l'humanité depuis le 5 décembre 1990 ; le GR 65 suit en grande partie son tracé. Les voyageurs partaient du Puy, puis franchissaient les monts d'Aubrac pour atteindre Conques et la vallée du Lot. Ils arrivaient ensuite dans le Quercy, à Moissac et traversaient la Gascogne pour rejoindre enfin les Vies Lemovicensis et Turonensis au carrefour de Gibraltar. De Figeac, il était aussi possible de se rendre à Rocamadour.

► **La Via Tolosana** : au départ d'Arles, la Via Tolosana ou Via Arletanensis, accueillait les « jacquets » venus d'Italie, des Alpilles et de la Provence. Elle servait également en sens inverse, aux « romieux » venus d'Espagne ou de France et qui se rendaient à Rome, en empruntant, du côté italien, la Via Francigena.

► **La Via Arletanensis** est liée à la ville d'Arles et plus particulièrement à la dynastie comtale des Saint-Gilles (les comtes de Toulouse), qui joua, au XII^e siècle, un rôle majeur sur les terres de langue d'oc. Une variante du chemin quitte la Via Lemovicensis et passe par Rocamadour et Souillac pour rejoindre la voie du Puy. Un autre chemin (par le Piémont pyrénéen), partant de Saint-Guilhem-le-Désert dans l'Hérault, passe à Foix, Saint-Lizier, Saint-Gaudens, Lannemezan, Saint-Bertrand-de-Comminges et Lourdes, pour retrouver le Camino Francés, en Espagne.

Il existait aussi un ou plusieurs fils mineurs, futurs parfois itinérants. L'ensemble était coordonné par un évêque dont la charge était géographiquement délimitée. A l'aube de la croisade, on comptait cinq évêchés : l'Agenais, l'Église de Toulouse (le Toulousain, le Lauragais et le comté de Foix), l'Albigeois, l'Église de Carcassonne (le Cabardès, le Minervois et le Carcasses) et le Razès (Limoux). Parmi les sièges de diacres, on peut remarquer Moissac, Cordes, Toulouse, Puylaurens, Montréal, Mirepoix, Tarascon-sur-Ariège... Alors que la religion cathare gagnait tout le Midi médiéval, le pape lança la croisade. Celle-ci devint vite une guerre de conquête, tant les enjeux politiques apparaissaient comme puissants. Difficile en effet de parler des Cathares et de la croisade contre les Albigeois sans parler de l'importance politique de ces événements dramatiques. Deux volets sont à distinguer dans cette approche. Tout d'abord, il y a la mobilité de la maison de Toulouse, dont les comtes cherchaient manifestement à se retirer de la dépendance française. Ensuite, il y avait véritablement un risque de « concurrence » pour l'Église romaine. En effet, celle-ci était en difficulté du fait de l'instabilité du royaume de Jérusalem et des problèmes inhérents aux croisades, qui recevaient de moins en moins de participation et qui étaient souvent détournées à des fins militaires par les chevaliers croisés. Quatre croisades en Terre Sainte avaient été menées avant que le pape n'invente et ne mette sur pied la seule et unique croisade en terre chrétienne.

La forte pénétration du catharisme dans la bourgeoisie languedocienne a largement contribué à l'agacement des prélats romains qui ne pouvaient ni se faire respecter par la population, ni compter sur les seigneurs occitans pour défendre leurs droits. De nombreux chevaliers finirent « faydits », perdant ainsi leurs terres en prenant résolument position contre les croisés venus du Nord. D'un point de vue strictement politique, il est clair que le traité de Paris (traité de Meaux) de 1229 fut un véritable couperet aux volontés d'indépendance du Midi vis-à-vis du royaume de France. Le comté de

Toulouse était, géographiquement et économiquement, presque aussi riche que le reste du royaume de France. Malheureusement, les positions mouvantes et indéfinies des seigneurs occitans lui furent fatales.

Les nombreuses dissensions entre les seigneurs locaux, tout au long des événements furent un élément de plus dans l'effondrement du Languedoc. Les interventions directes des rois de France ont achevé le rattachement de l'ancien comté de Toulouse et de Provence à la France. La mort d'Alphonse de Poitiers, frère de Saint-Louis et de Jeanne, dernière représentante de la lignée de Toulouse en 1271, tourne définitivement une page de l'Histoire. En Ariège, Montségur et sa citadelle perchée demeure un haut symbole de la résistance cathare. 225 Cathares y périrent brûlés pour avoir défendu leur foi. mais bien des villes, des bourgades, bien des sites et des villages midi-pyrénéens portent encore l'empreinte du catharisme. C'est le cas, par exemple, à Foix (avec son château), à Saint-Félix Lauragais (où se tint le premier concile de l'Église cathare), à Penne dans le Tam ou à Cordes sur Ciel...

► **Le pays des bastides.** Créées de toutes pièces aux XIII^e et XIV^e siècles, les bastides sont typiques du Midi-Pyrénées. Dotées de véritables actes de naissance, ces villes nouvelles – à l'époque – répondaient aux impératifs stratégiques, économiques et/ou sociaux définis par leurs fondateurs (comtes de Toulouse, rois de France, seigneurs ou ecclésiastiques). A l'origine d'une bastide, il y a ainsi une charte de fondation, document officiel précisant le nom de la future ville, sa dimension, le nombre de ses habitants, l'emplacement de la maison consulaire, de la tour du roi et de l'église, l'autorité qui présidera la destinée de la communauté... On trouve également un acte de paréage associant les principaux responsables du projet de fondation, à savoir les propriétaires de la terre, l'autorité politique locale ainsi que le promoteur : seigneur, comte, roi ou représentant de l'église. La charte attire les nouveaux habitants qui assurent la mise en valeur de l'espace agricole tout en bénéficiant de la sécurité publique et de perspectives d'aisance matérielle.



© PHOIVOR

Qu'elle soit construite sur un plateau, une colline, dans une vallée ou le long d'un fleuve, la bastide se caractérise par une organisation parcellaire : plan en damier composé de parcelles d'habitation souvent identiques (îlots ou moulons), divisées par un réseau de longues rues se coupant à angle droit, dont les plus larges (*carrera*) aboutissent à la place aménagée au centre de la ville. Cette nouvelle conception rationnelle et géométrique de l'espace urbain – qui puise, sans doute, ses racines dans les villes du monde gréco-romain – vient parfois se greffer sur des sites plus anciens, comme les sauvetés (villages de l'époque romane construits autour d'un prieuré ou d'un monastère dont des croix de pierre assuraient aux habitants un espace de paix et d'inviolabilité) ou les bourgs castraux (*castrum*) constitués sous l'aile protectrice d'un château fort et créés pendant les XI^e et XII^e siècles.

Un pal est planté sur la place, symbolisant le commencement du chantier. On trace les larges rues charrières qui y donneront accès, puis les rues plus étroites, ainsi que les parcelles sur lesquelles seront construites les maisons. Enfin, à l'extérieur de la ville ou du village, on fixe les limites des jardins, des champs, des herbages et des vignes dont bénéficieront les habitants.

L'arrivée des premières familles qui constituent la communauté s'accompagne de la réalisation d'une charte de coutume qui fixe les règles de vie et les libertés accordées par le fondateur. Véritable petit code civil, elle régleme la vie quotidienne de l'habitant : le droit de propriété, les activités commerciales liées aux magasins, aux marchés et aux foires, l'entretien de la voirie, l'aménagement d'édifices publics, l'hygiène publique, les taxes et les amendes perçues pour les délits ou les crimes... Il faut donc, pour définir une bastide, qu'elle ait ces caractéristiques, mais, également, que le terme de « *bastit* » ou « *bastida* » soit présent dans les textes de l'époque de création.

L'apparition des bastides succède à la croisade contre les Albigeois orchestrée par la couronne de France et l'Église : le roi, qui a fait détruire un certain nombre de châteaux et d'enceintes urbaines et qui s'est approprié des terres appartenant au comte de Toulouse et à ses vassaux convaincus de soutenir l'hérésie cathare, autorise (traité de Meaux-Paris de 1229) Raymond VII de Saint-Gilles à reconstruire des villes privées de remparts. Ces villes nouvelles, désarmées, construites autour de Toulouse, seront les premières bastides. A la mort de Raymond VII, Alphonse de Poitiers hérite du comté de Toulouse par alliance (il a épousé Jeanne de Toulouse, fille de Raymond VII) et intensifie la politique de construction des bastides pour le compte de son frère, le roi Saint-Louis. Leur projet commun est de contrôler parfaitement le comté de Toulouse et de mater les seigneurs rebelles du Midi grâce au puissant réseau des bastides : ces villes nouvelles acquises à un commerce prospère, à la démocratie et à la paix se substituent progressivement aux places fortes seigneuriales et permettront le rattachement définitif à la couronne de France.

Audacieux, ambitieux et hautement stratégique, le projet est un succès total. Plus tard, sur un territoire gigantesque qui ressemble de plus en plus à un échiquier, les rois de France Philippe III le Hardi et Philippe IV le

Bel, ainsi que les rois d'Angleterre, poursuivent cette même politique d'aménagement, cette même lutte d'influence économique et militaire jusqu'au début de la guerre de Cent Ans. Celle-ci déclenche l'arrêt définitif des bastides.

Pendant une période de paix relative de 150 ans (1229-1373), les XIII^e et XIV^e siècles ont vu naître dans le grand Sud-Ouest (entre Gironde et Pyrénées, Rouergue et Languedoc) quelque 315 bastides. Midi-Pyrénées en compte plus de 300 dont la plus ancienne est Montauban (1144) et la plus récente Revel (1342). Toutes différentes, elles distillent un charme plus ou moins préservé, plus ou moins mis en valeur, mais toujours agréable lorsqu'on découvre, presque intactes, leurs maisons à colombages, leurs places à couverts, leurs halles à vieux piliers et leurs demeures à encorbellements...

Traditions et modes de vie

Langue

► **L'occitan.** Mais qu'est-ce exactement et d'où vient le nom ? On le reconnaît bien dans Languedoc, mais qu'est-ce qui fait le lien avec l'occitan ? L'explication se trouve dans l'histoire de France, plus précisément dans celle de la langue française. Le latin parlé par les gens ordinaires, notamment par les soldats romains, s'est imposé en Gaule, comme dans tous les pays annexés par l'empire romain. La latinisation s'est faite de manière lente, progressivement, dans les régions proches de Rome d'abord puis dans les régions lointaines. Elle s'y est souvent heurtée à des résistances locales – tant politiques que linguistiques (l'idée d'une « poche de résistance » en Bretagne est, comme on sait, à l'origine des *Astérix* et *Obélix*).

En Gaule, les Romains – et, avec eux, le latin – devaient aussi affronter les tribus germaniques, notamment les Francs ; lesquels ont réussi, au fil des siècles, à s'installer à demeure dans toute la moitié nord de la Gaule. La version gauloise du latin populaire – appelée « gallo-roman » – a évolué pendant ce temps en une multitude de dialectes qu'on peut regrouper sommairement, d'après leurs parentés lexicales et phonétiques, en dialectes du Nord et dialectes du Sud. On s'est entendu pour nommer ces groupes d'après la manière dont les gens disaient « oui ». Or, le latin *hoc ille* (qui signifie « c'est ça ») avait abouti dans le Nord à *o-il* (qui deviendra oui) et dans le Sud à *oc*. On appelait donc les dialectes du Nord la langue d'oïl, ceux du Sud la langue d'oc. L'oc-citan est une autre façon d'appeler la langue d'oc qui était donc parlée dans tout ce qu'on appelle aujourd'hui le Midi de la France, de la côte atlantique aux Alpes, de la Gascogne à la Provence. Le Languedocien est le dialecte parlé au centre de cette vaste région. Depuis la croisade albigeoise et l'annexion du Midi au royaume de France, en 1271, l'occitan a été supplanté par le français. Malgré cela, cette langue des troubadours est arrivée jusqu'à nos jours. Au début du XX^e siècle elle était encore très



Le célèbre couteau de Laguiole

vivace dans les campagnes. L'occitan est parlé dans toute la région du grand Sud de la France : Limousin, Auvergne, (sauf les deux tiers nord du département de l'Allier) Midi-Pyrénées, Languedoc-Roussillon (sauf la plus grande partie des Pyrénées-Orientales, de langue catalane), Aquitaine (sauf le tiers ouest des Pyrénées-Atlantiques, de langue basque) Provence-Alpes-Côte d'Azur, ainsi que les départements de l'Ardeche, de la Drôme et le sud de l'Isère en Rhône-Alpes. A l'extérieur de la France : les douze vallées du sud des Alpes piémontaises en Italie, et la haute vallée de la Garonne, le Val d'Aran, en Espagne.

Aujourd'hui en région Midi-Pyrénées, il y a un regain d'intérêt pour la langue occitane. De nombreuses collectivités, villes, départements, éditent des brochures bilingues « français – occitan », placent des panneaux de signalisation en occitan. C'est le cas à Toulouse où les plaques des rues sont bilingues. L'occitan est considéré comme « langue régionale ». Il est même depuis 1983, admis au baccalauréat avec d'autres langues ethniques. Avec ce statut, il peut être enseigné dans les établissements scolaires, mais il faut savoir que l'administration est souvent hostile, et que les lois sont ambiguës et contradictoires, notamment l'article 2 de la constitution modifié en 1992 pour dire que seul le français est la langue de la République française. En dehors des cours optionnels de l'éducation nationale, l'enseignement s'est développé sur des bases associatives. Les écoles *calandreta* sont des écoles maternelles et primaires bilingues, présentes à Castres, Rodez, Toulouse, Castanet, Muret et Pamiers. Depuis plusieurs années s'est amorcée une renaissance autour de l'enseignement, de la création artistique et littéraire, d'un tissu associatif. Les structures telles que Cordae/La Talvera à Cordes, le Conservatoire occitan Midi-Pyrénées et L'Institut d'Etudes Occitanes à Toulouse travaillent à la promotion de la culture occitane. Des festivals programment des formes essentiellement occitanes. Estivada de Rodez est le plus renommé.

Artisanat

► **Les cuivres de Dürfort.** Point de trompettes, de cuivres ou de saxo, délibérément plus gourmands, les cuivres de Dürfort préfèrent prendre la forme de chaudrons, de casseroles ou de bassines à confitures. Le savoir-faire remonte aux années 1600 et des deux techniques de fabrication toujours utilisées, celle du martinet est désormais unique en France.

► **Les chapeaux de Caussade.** Petite ville du Tarn-et-Garonne, Caussade cultive son savoir-faire depuis 1857 et s'est imposée comme le premier centre chapelier français, avec une gamme de produits très riches : panamas, montechristi, canotiers, casquettes de plage ou capelines. Une renommée internationale qui explique que l'on ait fait appel aux ouvriers de la ville pour réaliser, par exemple, les chapeaux que porte Andy Mc Dowell dans « 4 mariages et un enterrement »...

► **Les couteaux de Laguiole.** Le fameux couteau de Laguiole (prononcez « layole »), est né dans le village éponyme en 1829. Fruit – non défendu – d'un métissage hispano-aveyronnais, il est le résultat d'une fusion locale entre le « navaja » (couteau de poche pliant espagnol à cran d'arrêt) et le « capuchadou », la lame fixe rivée au morceau de hêtre plus ou moins travaillé qui faisait office de couteau indigène. Avant de devenir le signe de ralliement de la diaspora aveyronnaise à Paris, puis l'objet en vogue des designers, le Laguiole a servi à percer la panse des herbivores frappés de météorisation (sorte d'indigestion d'herbe fraîche qui faisait gonfler les bêtes parfois à mort)... Le couteau de Laguiole peut compter jusqu'à 14 pièces différentes assemblées par 11 rivets. Contrairement à ce que beaucoup pensent, ni la mouche, ni l'abeille ne donnent aux couteaux la garantie d'authenticité. Les modèles les plus anciens portent différents motifs tels que rosaces, trèfles ou encore fleurs de lys... Quelques artisans perpétuent aujourd'hui une fabrication de prestige à Laguiole, les autres ateliers se cantonnent à l'assemblage.

► **La faïence de Martres-Tolosane.** Le XVIII^e siècle a donné le coup d'envoi des faïences de Martres-Tolosane décorées à main levée sur émail cru. La faïence est une céramique particulière à base d'argile, recouverte d'une glaçure à base d'étain qui lui donne son aspect si particulier. Durant plus de trois siècles, Martres a prolongé des qualités appréciées des amateurs de faïence : argile locale riche et sonore, émaux stannifères à base d'oxyde d'étain aux reflets chaleureux, décors de grand feu à palette limitée mais d'une inaltérabilité extrême, les couleurs étant cuites avec un émail à 960 °C. Les usages ont varié au cours des siècles : bénitiers, plats à barbe, pichets, vases, assiettes, soupières, saucières, moutardiers, encriers... Les décors sont toujours consacrés aux fleurs, aux oiseaux, la plupart du temps des ibis, et aux arabesques qui constituent le style caractéristique du vieux Martres. Aujourd'hui encore, neuf ateliers fonctionnent à Martres-Tolosane, assurant, tout en maintenant une qualité d'exécution artisanale, une diffusion commerciale soutenue en France et à l'étranger.

► **Les gants de Millau.** C'est grâce au roquefort que la tradition gantière de Millau a acquis un rayonnement international. Dit comme cela, le raccourci peut surprendre, et pourtant... Le travail de la peau date du XII^e siècle. A l'époque, déjà, les plateaux calcaires du pays de Millau servaient de pâturages à de nombreux troupeaux d'ovins de race Lacaune. Les brebis fournissaient le lait nécessaire à la fabrication du fromage de roquefort. Or pour optimiser le rendement, on sacrifiait très jeunes les petits agneaux (moins d'un mois). Ceux-ci, appelés « regards » fournissaient une quantité considérable de peaux d'une grande finesse. C'est pour transformer ces peaux périssables en un produit fini imputrescible que s'est créée la mégisserie. Les peaux, une fois traitées, allaient trouver sur place une utilisation de choix : la ganterie. La ganterie millavoise utilise désormais des peaux d'origines géographiques et animales diverses : agneaux, bien sûr, mais aussi chèvres, cerfs, pécaris ou autruches. Les gantiers de Millau fournissent les maisons Hermès, Yves Saint-Laurent, Poulain... et fabriquent et exportent plusieurs centaines de milliers de gants. Millau a diversifié ses activités dans la maroquinerie, le tannage, les chaussures et l'ameublement.

► **Les meubles d'art de Revel.** Acajou, citronnier, palissandre, bois de rose ou de violette... Les essences les plus nobles et les plus exotiques entrent dans la composition des meubles d'art de Revel. C'est l'installation d'un maître ébéniste réputé, à la fin du XIX^e siècle, qui a donné à la bastide de la Haute-Garonne le point de départ d'une tradition forte. Une quarantaine d'entreprises perpétuent aujourd'hui le savoir-faire des ébénistes, marqueteurs, sculpteurs, doreurs sur bois, fondeurs et ciseleurs de bronze, tapissiers et autres marbriers, lui faisant mériter l'appellation de « cité du meuble d'art ».

Musique – Danses

► **La musique occitane.** La musique occitane est riche de toutes les familles d'instruments de musique populaire. Tous les principes s'y retrouvent : les instruments à vent avec les hautbois, cornemuses, flûtes à bec, flûtes traversières, flûtes de Pan, accordéons diatoniques ; les instruments à cordes avec les violons et violons sabots, vielles, tambourins à cordes, les percussions avec tambours et tambourins et autres instruments de toutes sortes.

Sports et jeux traditionnels

► **Les quilles.** Les quilles de huit sont à l'Aveyron ce que la pétanque est à Marseille : une institution. Pourtant l'invention est récente. Longtemps ce ne fut qu'un jeu banal, neuf quilles de bois disposées en quinconce et une boule lancée pour les faire tomber. Sans que l'on en connaisse la raison, peut-être pour corser les choses, un joueur décida, au début du XX^e siècle, d'enlever une quille et de s'en servir pour « déquiller » les autres en la propulsant au moyen de la boule. Et là, c'est franchement moins évident ! Le nouveau jeu, à huit quilles donc, a été codifié, vers 1912, par les Aveyronnais de Paris et des championnats sont organisés depuis. Les tirs se font à plusieurs distances imposées (de 1 m à 20 mètres), avec une boule à poignée pesant de 3,5 kg à 6 kg et une quille « joueuse » (de 1 kg à 2,5 kg). Le jeu demande à la fois force et adresse, il est de plus en plus populaire. Il n'est pas rare de pouvoir assister à une de ces parties impressionnantes et d'en profiter pour s'essayer au geste.

► **Le rugby.** Nombreux sont ceux qui s'en réclament, mais peu sont ceux qui le méritent... Plus que toute autre, peut-être, la région Midi-Pyrénées se pose en terre d'ovalie. A peine inventé en Angleterre (à la suite, on s'en souviendra, de la transgression des règles du football par William Webb Ellis, au collège de Rugby, près de Londres), et importé en France, le jeu à quinze a pris ses meilleures marques dans ce coin du sud-ouest. Au début du siècle dernier déjà, les rouge et noir du Stade Toulousain enflammaient un stade Ernest Wallon érigé en temple. Seize titres de champions de France et deux de champions d'Europe plus tard, le club toulousain continue de susciter l'enthousiasme des foules, mais s'il domine le paysage rugbyistique régional (puisque national...), il n'en laisse pas moins leur aura à plusieurs autres équipes valeureuses. Au rang envié des détenteurs passagers du bouclier de Brennus, on compte les valeureuses équipes telles que : le FC Lourdaise, le Castres Olympique, le Stade Tarbais, l'US Carmaux, et l'US Montauban. Midi-Pyrénées reste en outre la région la mieux représentée dans le top 14, puisque cinq de ces clubs y évoluent actuellement : Albi, Auch, Castres, Montauban et le Stade Toulousain.

Les Midi-Pyrénées gourmandes

Que ce soit pour ses alcools, ses viandes, sa charcuterie, ses plats typiques, ses fromages ou ses gâteaux... la région Midi-Pyrénées propose une gastronomie d'excellence, avec bon nombre de produits classés ou d'appellation d'origine. De nombreux produits sont ainsi synonymes de bon goût, vous les retrouverez sur les étals de nos marchés et dans les meilleures épiceries fines de la région. Découvrez-les pour les plaisirs du palais !

Spécialités locales

L'aligot

Spécialité de l'Aubrac, l'aligot était, à l'origine, le plat traditionnel des bergers. Cette grosse purée de pommes de terre mélangée à du lait, du beurre, de la crème et du lard fondu est très copieuse. Pour « filer » cette pâte épaisse sans qu'elle ne rompe en de longs filins délicieux, on ajoute une part importante de tomme fraîche. Ce plat typique de l'Aveyron se mange en été comme en hiver. On le trouve sur nombre de tables, il est généralement servi en accompagnement d'une viande de pays ou d'une saucisse.

Le cassoulet

On trouve son ancêtre autour du XVI^e siècle dans les campagnes lauragaises où l'on cuisait dans des « cassouls » (les plats en terre du cru) des ragouts de haricots blancs. C'était le plat typique des campagnards. Castelnaudary, Toulouse et Carcassonne s'en disputent la

Le circuit des chefs étoilés

Si vous souhaitez titiller vos papilles tout en découvrant la région sous un nouveau jour, suivez le circuit des chefs étoilés en Midi-Pyrénées.

Voici quelques étapes gourmandes à ne rater sous aucun prétexte !

► **Toulouse et des étoiles plein les yeux.** Etape obligatoire chez les chefs Stéphane Tournié (les jardins de l'opéra), Franck Renimel (la folie d'en Marge), Jérémy Morin (Le Metropolitan), Michel Sarran...

► **Montauban.** Arrêt chez Hervé Daumy à la table des Capucins.

paternité, chaque ville ayant sa propre variante : haricots tarbais ou cocos du Lauragais, fondus au confit d'oie, au jarret de porc, à la saucisse de couenne, saucisse de Toulouse, tomates, clou de girofle, collier de mouton, perdrix rouge, herbes, à l'ail et à la muscade... Le vrai cassoulet exige une très longue préparation et une cuisson lente, avant d'être servi dans son petit bol de terre cuite. A noter l'apparition récente du févoulet, sorte de cassoulet concocté à partir de fèves.

L'estofinado

C'est un plat délicieux que l'on mange au nord de l'Aveyron, à la lisière du Lot, dans la vallée du Lot et du Dourdou. Il est préparé avec de la morue, des pommes de terre, de l'huile de noix, de l'ail et du persil. Etrange... car la morue ne se pêche pas dans les rivières du cru !



Ingédients pour un bon cassoulet

Mais il se dit que des soldats du Roi-Soleil, originaires de la région, ont rapporté le goût de ce poisson de leurs expéditions dans les Flandres et en Prusse. La légende raconte qu'on laissait alors traîner la morue à la remorque des bateaux pour qu'elle arrive ainsi au pays, dessalée. Dans le Lot, on a ressuscité, depuis quelques années, la fameuse « Route du cahors et du stockfish ».

La garbure

La garbure est une soupe au chou et aux légumes. C'est une tradition gasconne que l'on peut accompagner d'un vin charpenté comme le Madiran. Énergétique et complète, cette spécialité que l'on trouve dans les Landes en Aquitaine comme dans les Pyrénées, mais d'origine bigourdane (la Bigorre), rassemble de nombreux produits régionaux, que l'on rassemble au gré des saisons : pommes de terre, choux, navets, carottes, haricots tarbais, oignons, gésiers, confits, jarret de porc ou de jambon... C'est l'une des rares soupes dans lesquelles la cuillère peut se tenir droite.

Les tripous

A la différence des tripoux avec un « x » typiques de l'Auvergne, les tripous avec un « s » sont un plat traditionnel dans le Rouergue. A la fin du XIX^e siècle, il était confectionné par les ménagères agricoles pour le dimanche avant le départ des « pages » (propriétaires des domaines) et de leurs domestiques pour la messe. Elaborés à base de veau, de foie d'agneau, de jambon, de panse, fraises, persil, sel et poivre, les tripous ont conquis leurs lettres de noblesse sur les marchés de l'Aveyron. Proposés au petit-déjeuner, à la fourchette (comme à Réquista), certains maquignons peuvent en avaler plusieurs, dès le matin, pour sceller de bonnes affaires.

Produits du terroir

Viandes, volailles et gibiers

► **L'agneau del País.** C'est sous ce nom que l'on retrouve les cinq marques d'agneaux fermiers « Label rouge » produits en Midi-Pyrénées : agneaux fermiers des Pays d'Oc, du Quercy, de l'Aveyron, des Pyrénées-Garonne et « Lou Paillol ». L'unique point commun d'un tel quintet réside dans l'excellence de la qualité de la viande. L'agneau fermier del País est essentiellement élevé au lait de sa mère. Sa ration quotidienne est complétée autant que nécessaire par des céréales et du fourrage. Les éleveurs privilégient les races rustiques locales. La viande jeune, très tendre est de couleur rosée claire. D'une senteur douce et peu prononcée, elle est parée d'un léger gras de couverture qui contribue à parfaire son exquise saveur après cuisson.

► **Le bœuf gascon.** Désormais produit en montagne aussi bien qu'en plaine, le bœuf gascon pâit couramment

dans le Saint-Gironais, le Saint-Gaudinois, le Volvestre et la montagne Luchonnaise. Des génisses, des vaches et des bœufs répondent à la désignation « gasconne » telle que définie par le très rigoureux cahier des charges Label rouge (depuis 1997). L'appellation officielle « Bœuf Gascon, pure race, pur goût » n'est accordée qu'après une sévère sélection des carcasses. Seuls, sont estampillés les animaux d'un âge, d'un poids, d'une conformité et d'un mode alimentaire naturel précis. Tués à plus de trois ans (et souvent à plus de 48 mois, soit près du double de l'âge des « bœufs intensifs »), ils sont nourris au foin et aux céréales en hiver. Ils sont généralement pré-finis au pré et finis à l'auge (blé, orge, maïs) pendant les six derniers mois. C'est ce qui donne à la viande ses qualités tendres, goûteuses et persillées.

► **Le bœuf fermier Aubrac.** Sa qualité est reconnue par les grands chefs à commencer par Michel Bras qui l'accueille sur sa table. Elevé dans l'Aveyron, ce bœuf est reconnu Label Rouge depuis 1999.

► **Le porc noir de Bigorre.** Le porc noir de Bigorre est le porc autochtone du Piémont des Pyrénées centrales, à la lisière du Gers et des Hautes-Pyrénées, entre Bigorre, Astarac et Comminges, où sa présence est attestée depuis des temps très anciens. Adapté à son milieu, il se distingue par sa couleur entièrement noire, des oreilles étroites portées horizontalement, des pattes fines et un calme olympien. Il supporte très bien la chaleur et son aptitude à la marche lui permet de se nourrir à la pâture. Inadapté à l'élevage intensif, il a échappé de peu à la disparition. On comptait, dans les années trente, 28 000 truies de race pure, une centaine seulement en 1970 et 34 en 1981, lorsque fut initié le programme de conservation de la race. Pour aboutir à sa renaissance, des éleveurs, des salaisonniers, des artisans charcutiers et des conserveurs, ont uni leurs efforts pour sauvegarder la race avant qu'elle ne s'éteigne définitivement. Ils se sont appliqués à élever les animaux dans leur milieu naturel d'origine, de façon traditionnelle, et à mettre en valeur la très grande qualité gustative des produits. En 2010, on comptait ainsi 750 truies, réparties dans une cinquantaine d'élevages. Elevé pendant au moins 12 mois, il pâture sur des prairies ou dans les sous-bois et se nourrit essentiellement à partir des ressources naturelles, l'herbe, les céréales, les glands et les châtaignes, ce qui garantit un goût hors du commun, une chair juteuse et fondante.

► **Le jambon de Lacaune.** C'est à la tradition d'élevage des porcs dans les départements de l'Aveyron, du Lot et du Tarn qu'on doit l'apparition du jambon de Lacaune. Bien adaptée pour stabiliser des exploitations fragiles, la production porcine s'y pratique dans des élevages de taille humaine au cœur d'exploitations familiales. Les porcs destinés à la filière jambon de Lacaune sont alimentés avec des céréales (pour plus de 2/3 des rations). Les éleveurs utilisent un aliment de finition contenant des céréales rustiques pour amener les bêtes à un poids de 120kg au moins. Les jambons sont ensuite mis au sel et affinés exclusivement dans les salaisons des cantons de Lacaune et de Murat-sur-Vèbre. Les étapes de l'élaboration aujourd'hui

font écho aux pratiques d'hier. Le salage, le repos, le réchauffement et l'affinage du jambon en séchoirs naturels se succèdent patiemment pour apporter leur marque à l'affinage du jambon. Il faut, au moins neuf mois pour que le jambon exprime toute sa typicité. La mise en marché se fait avec une étiquette commune et une communication collective. La traçabilité de chaque jambon est cependant assurée par la fixation d'une bague numérotée sur chaque jambon mis au sel et qui permet d'identifier l'origine du porc, d'identifier l'éleveur, de savoir comment le porc a été élevé et nourri, de connaître la date exacte de mise au sel du jambon, et de connaître, enfin, le salaisonnier qui l'a élaboré. La demande d'AOC pour le jambon de Lacauze est actuellement portée par les professionnels. On notera qu'aux côtés du jambon, d'excellentes salaisons telles que saucisson ou saucisse sèche figurent aussi au palmarès de Lacauze.

► **Oies et canards gras.** Du foie gras, du confit, du civet, du salmis, du pâté, des rillettes, des magrets fumés... La tradition de l'élevage et du gavage est très vivace dans tout le Sud-Ouest.

► **Le confit.** D'oie ou de canard, le confit s'impose comme l'un des produits phares de la gastronomie régionale. Comme souvent, c'est un souci de conservation qui a présidé à la création de la recette. La méthode de cuisson remonte aux Romains. Pour faire un bon confit, il convient de placer d'abord pendant plusieurs heures les parties nobles de l'oie ou du canard dans le sel. On les cuit ensuite dans leur graisse.

► **Le foie gras.** Si l'oie est devenue, peu ou prou, le symbole du Gers, depuis les dandinements d'un certain troupeau dans le film de Chatiliez, l'apparition du palmpède dans les prés de la campagne gasconne n'est pas nouvelle.

Depuis longtemps, il est le roi de cette campagne et, déjà, au début du XIX^e siècle, on recensait 140 000 têtes dans le département. Et si l'oie de Gimont ou de Masseube sert aujourd'hui d'emblème, la production du canard mulard que l'on élève pour sa chair grasse, s'est envolée depuis quelques années. Avec plus de 4 millions de canards et 130 000 oies, le Gers est un des principaux départements producteurs, détenant même une IGP (indication géographique protégée) depuis l'an 2000. Vous pourrez également vous fier au label rouge, canard à foie gras du Sud-Ouest, pour choisir vos meilleurs produits qu'ils soient en provenance du Gers, du Lot, de l'Aveyron ou du Tarn-et-Garonne... Car l'on produit partout ces mets délicats que sont le foie gras, certes, mais aussi le confit, le magret, les rillettes... incontournables de la gastronomie locale. Vous le trouverez sur les étals des marchés au gras entre les mois de novembre et de mars à Gimont, Samatan, Fleurance, Seissan ou Lombez, comme dans les nombreuses fermes de la région.

► **Le magret.** Le savoureux filet prélevé aux oies ou aux canards gras figure, depuis les années 1950, parmi les délices gascons. Délicieux grillé ou cuit en croûte de sel, il s'accompagne avantageusement de pommes de terre sautées à la graisse d'oie (ou de canard), de petits navets braisés, ou de pêches.

► **La saucisse de Toulouse.** Désormais gratifiée du sérieux label rouge, la saucisse de Toulouse répond à des règles de fabrication précises. Dépourvue d'eau et de colorant, elle ne contient que de la viande de porc (épaule, poitrine et jambon) hachée au hachoir et assaisonnée à raison de 16 à 20 g de sel et 2 g de poivre par kilo. La chair est embossée dans des boyaux de porc ou de mouton de 35 à 40 mm de diamètre. Elle se présente « en brassée », enroulée à plat. C'est un élément indispensable du cassoulet toulousain.

► **Le veau d'Aveyron et du Ségala.** Gratifiée du Label rouge depuis 1994 et protégée par une IGP depuis 1996, la viande de veau d'Aveyron et du Ségala est de couleur rosée. Réputée aussi tendre que diététique, sa réputation dépasse, désormais, largement les frontières de la région. Son terroir de production, en revanche, est strictement délimité et marqué par l'unité géologique de terrains acides sur lesquels l'élevage artisanal du veau de boucherie est depuis toujours associé à la culture du seigle (l'étymologie du nom Ségala). Le lait constitue la base de l'alimentation du veau pendant les 6 à 10 mois que dure son élevage. L'animal reçoit un apport complémentaire en céréales et dispose, en permanence, d'eau et de foin. A l'abattoir, le lent refroidissement de la carcasse garantit la tendreté de la viande. La maturation est, ensuite, d'au moins cinq jours pour les pièces à griller et à rôti.

► **Les volailles fermières du Gers.** Voilà près de 40 ans que les éleveurs gersois se sont inscrits dans une démarche de qualité. Optant pour des races rustiques à croissance lente, ils ont favorisé une saveur et une fermeté de chair particulièrement recherchées. Le nombre de volailles est limité par élevage et le plein air est de rigueur. De la même manière, la durée d'élevage est largement supérieure à celle de l'élevage standard. L'alimentation repose, quant à elle, essentiellement sur des céréales sans farines ni graisses animales. La gamme des volailles fermières du Gers sous Label rouge est l'une des plus étendues en France : poulets fermiers roux, blancs, noirs et gris, les plus célèbres, ainsi que chapons fermiers, poulardes et dindes fermières, mais encore pintades et chapons de pintades fermiers.

► **La poule gasconne.** Elevée sur quatre départements, le Gers, les Hautes-Pyrénées, la Haute-Garonne et l'Ariège, cette poule noire a connu sa notoriété dès le XIV^e siècle. Favorite du roi Henry IV, elle fut longtemps le plat traditionnel du dimanche : la poule au pot. Depuis octobre 2003, l'association La Poule gasconne, composée d'amateurs et de professionnels, milite pour la relance et la valorisation de cette race. Alimentée de façon traditionnelle, au minimum 5 à 6 mois pour un poulet et une poularde, 6 mois pour un coq vierge, elle offre une qualité de viande qui régale tous les gastronomes avec sa chair d'un blanc rosé qui tient bien à l'os et qui s'adapte à toutes les préparations. Ses œufs à la coquille blanche saumonée sont tout aussi savoureux. Le chapon est quant à lui élevé 8 mois. Sa viande est moins grasse et plus dense qu'une volaille fermière classique. Plumé à sec pour garantir la saveur de sa chair, un poulet convient à merveille pour un réveillon de 4 à 5 personnes.

Et les coquilles de Saint-Jacques...

Ramassées sur les rives de Galice et cousues sur les vêtements, les coquilles dites « Pecten », étaient la preuve de la part du pèlerin de l'aboutissement de son voyage (nécessaire pour ceux qui effectuaient le trajet comme châtimement par décision de justice, ce qui n'était pas si rare...). La coquille était aussi le symbole de la Vierge, protectrice des pèlerins et celui, antique, de la naissance. Mais la légende, évidemment, a aussi sa version des faits : elle raconte qu'un jeune seigneur avait été jeté à la mer par son cheval et était sur le point de se noyer lorsque saint Jacques le sauva. Son corps repêché était alors tout constellé de coquilles, devenues depuis symbole du miracle... Ce qui est plus sûr, est que Compostelle était une destination si célèbre que le symbole de la coquille devint puissant au point de remplacer ceux des autres lieux de pèlerinage et de devenir celui, par excellence, du pèlerin jeté sur les routes, qu'elles fussent d'Espagne, de Rome ou de Jérusalem.

Le nom de « coquille Saint-Jacques », en revanche, (autrefois « conque »), n'est entré que récemment dans la langue française. Il a été inventé par le naturaliste Linné lors de son inventaire sur la faune, au XVIII^e siècle.

Poissons, fruits de mer et crustacés

► **La truite.** La truite commune ou la fario, ou celle venue d'Amérique du Nord, l'arc-en-ciel, sont pêchées dans les torrents et lacs de montagne.

► **La truite bio et le caviar de truite du lac de Montbel.** La qualité de l'eau du lac de Montbel permet à la Ferme aquacole du Plantaurel d'élever des truites 100 % bio, d'un goût exquis, et de produire un produit de luxe très original : le caviar de truite

Fromages, produits laitiers

► **Le bethmale.** C'est à un canton de Saint-Girons (Ariège) que le bethmale a emprunté son nom. La légende raconte que ce fromage à pâte pressée et à croûte orangée serait né sous l'occupation des Maures au XIV^e siècle. Originellement fabriqué l'hiver, il est affiné de deux à six mois et se consomme, par conséquent, plutôt au printemps et en été.

► **Le bleu des Causses.** Ainsi que son nom l'indique sans détour, le bleu des Causses est un fromage... bleu, de la famille des pâtes persillées. Il est exclusivement fabriqué à partir de lait de vache entier. Les experts vous diront qu'il se présente sous la forme d'un cylindre plat d'environ 20 cm de diamètre et de 10 cm de hauteur, pour un poids situé entre 2,5 et 3 kg, que sa croûte

naturelle est fleurie et qu'il est délicatement veiné d'un « bleu », à base de pénicillium, qui lui a donné son nom. Sa pâte de couleur ivoire en période estivale est plus blanche en hiver. Mais les gourmands décriront plutôt son fondant et son onctuosité, sa saveur équilibrée, douce en même temps qu'ardente. Essentiellement produit sur le département de l'Aveyron, son aire d'appellation (AOC depuis 1953) déborde en périphérie sur les départements du Lot et de la Lozère. C'est d'un affinage d'au moins soixante-dix jours dans des caves aménagées au cœur de la roche calcaire des Causses que le bleu acquiert sa saveur.

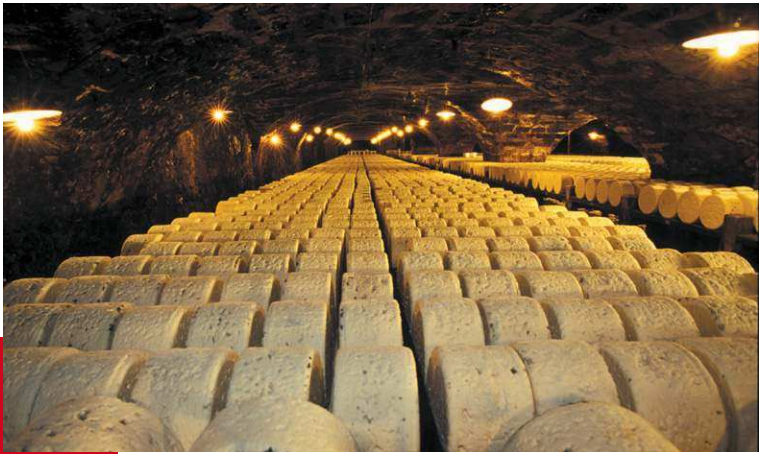
► **Le cabecou de Rocamadour.** Le Rocamadour désormais AOC est un fromage de chèvre au lait cru, qui peut se déguster frais, crémeux, sec ou bien chaud sur une salade. Le cabecou est l'invité traditionnel des cartes de restaurant. C'est un petit fromage de chèvre fondant au lait cru en forme de galet. Sa texture est fine et sa pâte fondante et crémeuse. C'est un fromage mi-affiné (10-12 jours) qui développe un arôme chèvre caractéristique mais délicat, avec un léger goût de noisette. On a coutume de le présenter en entrée en salade, nappé de miel aromatisé et parfois de sauce tomate, sur un lit de pain complet.

► **Les fromages de chèvre du Tarn-et-Garonne.** Les causses du Quercy, au nord du département du Tarn-et-Garonne, comptent de nombreux élevages caprins où sont produites différentes variétés de fromages de chèvre fermiers, comme ces nouveaux venus dans les appellations : l'AOC cabecou d'Autan et le cabecou du Quercy Rouergue, en cours de labellisation.

► **Le laguiole.** Produit sur le territoire d'une quarantaine de communes de l'Aubrac, à 800 m d'altitude au moins, le laguiole est un fromage de vache, au lait cru, à pâte pressée de forme cylindrique. Depuis 1961 il est honoré d'une Appellation d'Origine Contrôlée. Produit par la Coopérative Fromagère Jeune Montagne (dont on peut visiter les installations à Laguiole), ce savoureux fromage atteint 45 kg et 45 % de matières grasses. Le laguiole, jadis, était fabriqué dans les mazucs ou « burons », ces constructions traditionnelles typiques de l'Aubrac où les bergers venaient passer l'estive. C'est pour pallier leur déclin que de jeunes agriculteurs ont fondé la Coopérative Fromagère en 1960. Pari gagné, puisque la production actuelle est supérieure à celle réalisée par l'ensemble des 300 burons de l'Aubrac au début du XX^e siècle : 700 tonnes de fromage de Laguiole par an et 300 tonnes d'aligot... Pour fabriquer le laguiole, le lait récolté est emprésuré.

Le caillé obtenu est ensuite égoutté pour obtenir de la tomme fraîche (celle-là même avec laquelle on fait l'aligot). La tomme est alors broyée, salée, placée dans des moules, pressée et retournée encore avant de rejoindre une cave d'affinage où elle séjourne de 4 à 12 mois. C'est ce traitement seul qui lui donne la maturation minimale correspondante à l'AOC laguiole. Les tommes affinées moins longtemps (2 à 3 mois par exemple) sont consommées sous le nom d'Aubrac.

► **Les fromages des Hautes-Pyrénées.** Les Hautes-Pyrénées, comme tout bon terroir français, a ses propres fromages.



© COMTEPERA - IONOTIC

Cave d'affinage de roquefort

Le fromage de Barousse, mélange de lait de brebis et de lait de vache, est une pâte pressée non cuite. Il est fabriqué dans le respect des traditions, affiné au moins un mois et demi, puis lavé, essuyé et retourné tous les jours, pendant les deux semaines. Ses goûts fleurissent bon l'air pur et l'herbe verte des estives.

La tomme est un fromage de garde qui se déguste après de longues semaines d'affinage ou de vieillissement : 2 à 3 mois pour la tomme de vache ou de chèvre, 3 mois au minimum pour la tomme de brebis. Le lait est chauffé entre 32 °C et 36 °C, emprésuré et finement tranché avant le brassage. Le moulage dure plus d'une nuit, suivi du salage puis de l'affinage. La chair est plus ou moins jaune selon la nature du lait et la saveur est toujours au rendez-vous.

Les crottins ont la saveur vagabonde de leurs mères nourricières, chèvres et gasconnes de surcroît. A chaque jour son crottin, ou presque : leur parfum évolue selon les degrés d'affinage ou de vieillissement. Frais, il est blanc et humide, doux au palais et qui s'accompagne très bien de confiture. Demi-sec, il est habillé d'une fine croûte ondulée et jaune pâle sous laquelle se forme une délicieuse crème onctueuse. Sec ou affiné, il est petit et d'une belle fermeté, avec un fort caractère.

► **Le roquefort.** Longtemps, il a été le seul fromage d'Aveyron connu hors des limites du département. Les plateaux de fromages laissent maintenant une grande place au laguiole, à l'écir, aux fromages de chèvre et à ceux de brebis (autre que le roquefort, bien sûr) ; mais le roi en est toujours le roquefort auquel a été attribuée une AOC dès 1925, c'est-à-dire la première en France. Les obligations de l'appellation portent, entre autres, sur la zone de collecte du lait, sur l'affinage dans une des caves du village de Roquefort et sur l'utilisation du fameux pénicillium roqueforti. Trois sociétés se partagent aujourd'hui les prestigieuses caves de Roquefort : Société, Papillon et Gabriel Coulet. Il est possible de les visiter, avant de déguster bien sûr !

Fruits et légumes

► **Les cèpes.** Plus aisés à trouver sur les marchés et dans les restaurants du Tarn-et-Garonne que lors de promenades dans les bois, car les meilleurs endroits « de chasse » sont jalousement gardés secrets par les amateurs. A savoir : le cèpe de Vaissac est inscrit au patrimoine culinaire français, et la récolte des cèpes, quels qu'ils soient, est réglementée.

► **Le chasselas de Moissac.** Premier fruit frais à obtenir l'Appellation d'Origine Contrôlée en France (en 1971), le chasselas de Moissac est un raisin exclusivement élevé et cueilli en Midi-Pyrénées, près de Moissac. Sa grappe dorée aux grains fins et lumineux, ses arômes sucrés, sa chair croquante en font un fruit d'exception. L'AOC couvre un territoire limité allant du sud du département du Lot au nord du Tarn-et-Garonne. Depuis 1996, le chasselas est commercialisé dans des barquettes unitaires portant le nom et l'adresse de chaque producteur.

► **Les châtaignes.** Base alimentaire dans la région bien avant qu'apparaisse la pomme de terre, la châtaigne a, depuis cent ans, conquis ses lettres de noblesse culinaire. Facile à cuisiner (elle se consomme bouillie, étuvée, braisée ou grillée), elle accompagne, à merveille, viandes blanches et gibiers, elle entre dans la composition de nombreuses farces et fournit de délicieuses confitures. Avec les pommes et les noix, c'est le fruit d'automne par excellence, qui réchauffe à tous points de vue les fraîches soirées autour de la cheminée.

► **Le haricot tarbais.** La « Ferrari des haricots », symbole de la gastronomie française, prend ses sources au Mexique où, déjà, il était cultivé par des fins connaisseurs, les Aztèques, sous le nom d'ayacotl. Arrivé en Europe dans les cales de Christophe Colomb, il parvient dans les vallées pyrénéennes via l'Espagne. Ce haricot ou *phaseolus vulgaris*, a été implanté dans la plaine de Tarbes vers 1712, en même temps que le maïs, le « gros millet », par monseigneur de Poudenx, évêque du diocèse de Tarbes.

Très vite, il s'est avéré que la Bigorre convenait particulièrement à cette variété et le marché de Tarbes est devenu le principal lieu d'échange de ce type de haricot. Ainsi, ce haricot, expédié par les grossistes dans le Midi, a pris le nom de « haricot de Tarbes ». Les agriculteurs locaux ont vite reconnu que le « tarbais » se distinguait par sa saveur, la finesse de sa peau, la consistance de sa chair, qui ne râpe pas au palais. Depuis, Label rouge et IGP recouvrent le département des Hautes-Pyrénées.

► **Le melon du Quercy.** Gorgé de sucre et de soleil, c'est au plus fort de l'été que le melon du Quercy offre sa tendre chair fraîche et parfumée. L'exposition plein sud des coteaux du Quercy blanc, ses sols maigres et argileux conviennent parfaitement à la production de ce fruit, labellisé en 1998.

Servi nature, relevé d'une crème à l'huile de noix, rempli de fruits rouges ou de muscat, en sorbet, en accompagnement d'aiguillettes de canard ou de jambon cru, sa saveur est si douce qu'on peut aussi le présenter, débarrassé de sa peau, en tranches fines saupoudrées de fleur de sel et de basilic. Un filet d'huile d'olive, quelques morceaux de gorgonzola, servir frais à l'ombre d'un grand arbrea...

► **Les noix du Périgord.** Appellation d'Origine Contrôlée, la noix dite du Périgord se cultive dans le Lot (2 102 hectares de production) aussi bien qu'en Dordogne. Elle trouve, dans cette région, les sols argilo-calcaires et les coteaux peu élevés qui lui conviennent pour développer son goût délicat. Riche en magnésium, en phosphore, en potassium, pur cocktail de vitamines, la noix contribue à lutter contre le cholestérol, le stress, le vieillissement, c'est tout dire. Elle apparaît sur les marchés dès la mi-septembre, fraîche pour quelques semaines seulement. Elle se conserve alors au réfrigérateur et son cerneau très blanc, riche en eau, doit se consommer rapidement. Quatre noix bénéficient de l'AOC : la Grandjean, Marbot, Rustine Corne et Franquette.

► **Les petits fruits des Pyrénées.** Myrtilles, framboises, fraises des bois, mûres, cassis, groseilles, fraises... A déguster « nature » ou parmi les produits qui en découlent : liqueurs, confitures, gelées, fruits au sirop, apéritifs...

► **La prune.** Le Tarn-et-Garonne est le premier producteur en France pour les prunes de table, en particulier les reines-claudes, qui bénéficient d'un Label rouge garantissant leur origine tarn-et-garonnaise. Il est de même le deuxième producteur en ce qui concerne le raisin de table, avec, notamment, son chasselas.

► **La truffe.** Le diamant noir du Quercy (ah... son parfum incomparable et son prix tout aussi... incomparable) se trouve au pied des chênes et des noisetiers du Lot et du Tarn-et-Garonne, aux pays de Montpezat-de-Quercy, de Lalbenque, de Limogne ou de Martel. mais personne ne vous indiquera lesquels ! Plus sûrs qu'une vaine quête dans les bois, les marchés de Caussade (début décembre) ou de Lalbenque (de décembre à mars) permettent à ceux qui le peuvent d'en faire provision. La rareté croissante de la *tuber melanosporum*, qui persiste à ne pas livrer à la science ses secrets de reproduction, rend la gourmandise de moins en moins accessible. Récoltée à raison de 800 tonnes par an en 1900, elle ne donne plus, aujourd'hui, que 20 tonnes annuelles environ...

Huiles, épices, condiments

► **L'ail.** Blanc à Beaumont-de-Lomagne (82), rose à Lautrec (81) et violet à Cadours (31) l'ail dans notre région est une tradition très ancienne, d'autant que la production est forte. La région fournit en effet plus de la moitié de la consommation nationale du bulbe. Plante millénaire connue depuis la haute Antiquité, on lui a attribué des pouvoirs thaumaturgiques. A chaque époque les vertus de l'ail pour la santé ont été utilisées pour soigner certains maux. L'ail de Lomagne, le plus gros avec sa couleur d'un blanc nacré, bénéficie des meilleures conditions de développement. Futé : l'ail coupé en lamelles est plus doux que l'ail haché, lui-même plus doux que l'ail écrasé. Cependant l'ail écrasé est plus digeste. Pour les personnes sensibles, vous pouvez enlever le germe avant de le cuisiner, il sera alors plus facile à digérer.

► **L'oignon de Trébons.** Trébons est un petit village de la haute vallée de l'Adour connu dans le département des Hautes-Pyrénées pour sa culture ancienne d'une variété d'oignon à la saveur douce et au bulbe allongé. Les traces écrites les plus anciennes de cette culture remontent au début du XVIII^e siècle. L'oignon de Trébons est issu d'une tradition forte sur un territoire unique, son berceau d'origine : la Bigorre. Cette région est nichée entre les Pyrénées et le Val d'Adour. Sur ces terres d'alluvions, il bénéficie d'un microclimat, d'une terre saine et de tous les soins nécessaires à la bonne réussite de sa culture.

Douceurs

► **Confiseries et pâtisseries.** A côté de la charcuterie et des autres produits du terroir, les pâtisseries sont peu connues alors qu'elles méritent l'honneur de la bouche : le Montauriol (bonbon au chocolat garni de cerises et d'Armagnac), le Pavé du Quercy (gâteau moelleux garni de fruits secs et confits), la bûche « La Verger » (bûche de Noël du Tarn-et-Garonne, c'est un biscuit aux noisettes éclatées, garnie d'une crème légère à la noisette et de pommes et poires caramélisées), croustades aux pommes (feuilletage doré et croustillant, garni de pommes fondantes et vieil Armagnac) ou encore le Jacquou (sablé aux noix et au miel, fourré de pruneaux et de raisins). Parmi les confiseries, on peut référencer les Boulets de Montauban (spécialités de noisettes enrobées de chocolat), le grain doré de Moissac (grains de chasselas confits enrobés d'un fondant à l'Armagnac et de chocolat noir) mais on ne saurait trop vous conseiller d'opter pour les créations des restaurateurs de la région.

► **Les berlingots de Cauterets.** Le berlingot est toujours d'actualité à Cauterets. Ce bonbon parfumé et multicolore a fait la joie de plusieurs générations. A Cauterets, de nombreux confiseurs les fabriquent de façon artisanale. N'hésitez pas à entrer dans leurs boutiques, au centre-ville.

► **Les cachous Lajaunie.** La boîte ronde et jaune fut conçue par un horloger pour pouvoir se glisser dans la poche d'une montre à gousset... Marqués par leur époque (1880), les cachous Lajaunie ont traversé les siècles sans prendre une ride. La recette du pharmacien

toulousain, Léon Lajaunie, est restée secrète jusqu'à aujourd'hui. Les six millions de boîtes annuelles contiennent d'être fabriqués à Toulouse par une petite équipe de moins de dix personnes. « Caillou, pou, genou, hibou, genou, Cachou J'ai oublié le chou/T'es fou/T'as pas des pitchous ? » Les *Fabulous troubadors* en ont même fait une chanson.

► **Le croustilot.** (Prononcez le « t » final, tant qu'à faire !). Fabriqué à partir de blé du Lot, naturel et garanti sans aucun additif, ce délicieux pain renoué avec les saveurs d'autrefois, tout en associant céréaliers, meuniers et artisans boulangers d'aujourd'hui.

► **L'échaudé.** L'échaudé est le plus ancien de tous les gâteaux encore connus dans le Tarn, spécifiques du Ségala-Carmausin. Cité dans une charte datant de 1202, cette très ancienne spécialité biscuitière était également nommée *panis qui disunher eschandatis* (pains appelés échaudés). Ce n'est que plus tard qu'un artisan eut l'idée d'ajouter des grains d'anis à la pâte. Ces pains échaudés d'un goût nouveau sont proposés dans de nombreuses boulangeries. La recette n'a guère évolué depuis le Moyen Âge. Les goûts changent et s'affinent, aussi élabore-t-on aujourd'hui des pâtes plus fines, plus riches, dans lesquelles sont incorporés du sucre, des œufs, ou du miel. C'est ainsi qu'est apparu le « janot » et le « charlot ».

► **La fouace aveyronnaise.** Elle est cousine de la fougasse. Il existe d'innombrables fouaces selon le lieu où l'on se trouve dans le département. Chaque boulanger conserve jalousement sa recette et la transmet uniquement à l'ainé de la famille. Cette gourmandise à base de pâte à brioche existe donc sous diverses formes : ronde, ovale, en forme de soleil (région de Marcillac) ou encore fouace coque... Elle est parfois agrémentée de fruits confits sur le dessus. Pour ceux qui voudraient percer le secret, sachez que les ingrédients de base sont de la farine de froment, du beurre, du sucre, des œufs, de la fleur d'oranger, du levain, de l'eau, du sel... mais peu importent les recettes, ce dessert peut être consommé aussi bien au petit-déjeuner qu'au goûter.

► **Le gâteau à la broche.** Cette recette étonnante se préparait lors des fêtes et des grandes occasions, car sa préparation est très longue. La pâte elle-même est assez proche de celle de la madeleine. La particularité du gâteau réside dans son mode de cuisson : il consiste à verser, peu à peu, de la pâte sur un cône de bois plein, fixé sur une broche, que l'on tourne devant un feu. Il faut attendre que chaque couche cuise, avant de verser à nouveau de la pâte et l'on obtient un gâteau en cône. Ce n'est pas une exclusivité aveyronnaise, car on le découvre également dans d'autres pays de montagne comme les Pyrénées ariégeoises et même au Pays basque.

► **La pompe à l'huile.** Derrière ce nom original se cache, en fait, une pâtisserie en pâte de pain. C'est

un pain de fête. Préparée sous la forme d'une grande plaque plate, elle se fait avec des œufs, de l'huile et des écorces râpées d'oranges qu'on passe au four. Le résultat est excellent et il est conseillé de la manger chaude ou tiède. Conseil gourmand : froid au petit-déjeuner, c'est aussi excellent.

► **Lou Tarnes.** Spécialité fruitée à base de pommes sautées au miel et de confiture de raisins, agrémentée de noix et d'amandes (Tarn).

► **La galette de Touradise.** C'est une pâte à base de farine de maïs consommée dans les Hautes-Pyrénées, elle est cuite longuement dans le chaudron et tournée patiemment à l'aide de la longue palette de bois. Elle composait le menu du soir. On la retrouve sur certaines de nos meilleures tables.

Eaux minérales, boissons locales

► **Montcalm.** L'eau de source Montcalm puise sa pureté en Ariège, dans la petite ville d'Auzat. Une eau que l'on peut qualifier d'oligo-minérale y resurgit à 1 100 m au-dessus de la vallée. Très faiblement minéralisée et pratiquement exempte de nitrates, elle peut être bue par tous et convient à la préparation des biberons. C'est un produit des « Eaux de Saint-Amand ».

► **Luchon.** Mise en bouteille par la Société des eaux de Luchon, dans le département de la Haute-Garonne, l'eau minérale naturelle de Luchon se présente comme légère et ressourçante. Issue de la source Lapadé, elle est faiblement minéralisée. Parce qu'elle est particulièrement légère, elle se diffuse rapidement dans les cellules et réhydrate le corps en profondeur. Elle accompagne donc, parfaitement, l'activité sportive des adultes et des enfants, mais convient à tous, y compris aux bébés.

► **Mont Roucou.** L'eau minérale de mont Roucou et (sa sœur !) l'eau Rosée de la Reine sont captées au cœur des forêts domaniales des monts de Lacagne, dans le Tarn, dans le Parc Naturel du Haut Languedoc ; les sources sourdent à plus de 900 mètres d'altitude. La nature microcristalline de la roche Gneiss, à travers laquelle les eaux effectuent leur parcours souterrain, explique leur faible teneur en calcium et sodium qui en fait l'une de leurs qualités premières.

► **Saint-Antonin-Noble-Val.** Commercialisée par le groupe Saint-Amand, l'eau minérale de Saint-Antonin-Noble-Val est puisée au cœur des gorges de l'Aveyron dans la source du prince Noir. Bien minéralisée, elle est riche en calcium et magnésium. Très pure (sans nitrate), elle apporte également du fluor, qui contribue au bon état des gencives et des dents. Sa faible teneur en sodium la rend, en outre, compatible avec les régimes pauvres en sel.

Alcools et spiritueux

Vins

Un vignoble entre deux montagnes avec Toulouse comme capitale. Bordé au sud par les Pyrénées et au nord par le Massif Central, entre Aveyron et Pays Basque, avec Toulouse comme capitale, le vignoble du Sud-Ouest couvre environ 45 000 hectares répartis sur 10 départements. Dans ce jardin viticole, construit par les moines le long du chemin de Compostelle, on compte quelque 18 appellations d'origine, une vingtaine de vins de pays (indications géographiques protégées) et surtout, une collection de cépages uniques que l'on préserve jalousement. Si le cabernet-sauvignon et le sauvignon blanc sont cultivés dans certains secteurs, le Sud-Ouest s'avère surtout être une véritable mosaïque de cépages qui compte plusieurs variétés anciennes, souvent propres à la région. Ainsi, les cépages négrette, les fer-servadou, duras, tannat, malbec et autres préservent l'identité et la personnalité des vins rouges du Sud-Ouest, tandis que les colombar, mauzac, manseng, courbou, baroque et len-de-l'el contribuent à faire découvrir le charme trop souvent insoupçonné des vins blancs secs et moelleux de la région.

► **L'hypocras.** Au Moyen Age, les Croisés ont célébré l'Hypocras aux vertus toniques pour le corps et l'esprit. Restant fidèle à l'authentique recette médiévale, la famille Séguela de Tarascon-sur-Ariège a remis au goût du jour cette boisson qui fut jadis sur les tables royales. Jusqu'au XVIII^e siècle, les plus fins gourmets (Gaston Fébus, Henri IV, Rabelais et Louis XIV) apprécièrent ce breuvage précieux composé d'ingrédients délicats (cannelle, cardamome, clous de girofle, pétales de rose, gingembre) rapportés d'Orient. Dans sa belle robe brune, cet élixir 100 % naturel se déguste frais aussi bien en apéritif qu'en vin de dessert.

Maison du floc de Gascogne



MAISON DU FLOC DE GASCOGNE

Rue des Vignerons

EAUZE ☎ 05 62 09 85 41

www.floc-de-gascogne.fr

contact@floc-de-gascogne.fr

Ouvert toute l'année.

Vous connaissez sûrement l'Armagnac... vous avez déjà bu du jus de raisin, alors vous connaissez parfaitement le Floc de Gascogne ! Eh oui, le floc est un subtil assemblage de jus de raisin frais (pour 2/3) et d'Armagnac (pour 1/3) : vous pouvez l'aimer blanc comme rouge ! Ce délicat breuvage, classé parmi les AOC, se boit en apéritif, mais aussi avec un foie gras, du fromage ou le dessert (croustade, crêpes, pastis...)... Il est produit dans trois départements sur 780 hectares, pour un rendement de 10 000 hectolitres... N'hésitez pas à vous rendre à Eauze, la Capitale du Floc, pour en savoir plus et découvrir cette boisson traditionnelle du Sud-Ouest !

► **Côtes de Millau.** Comme le rappellent les villages des caves de la vallée du Tarn, les environs de Millau ont toujours été propices à la culture viticole ; ces vins eurent, jadis, les faveurs de la table des papes d'Avignon. Les sols de grès et de schistes sont soumis à l'influence méditerranéenne et à de fortes amplitudes thermiques. Les nouveaux vigneron ont su restaurer ce vignoble de 40 hectares, répartis sur 17 communes, y planter des cépages adaptés : le gamay noir est présent à 30 % dans les vins rouges, à 50 % dans les blancs, et associé au syrah, au cabernet sauvignon et au fer servadou. Le passage en AOC-VDQS, en 1994, est venu récompenser les efforts constants des 28 producteurs de la zone. Les côtes de Millau représentent, aujourd'hui, environ 2 000 hectolitres, produits aux trois quarts par la cave coopérative.

► **Marcillac.** Le fait paraîtra surprenant au premier abord ; pourtant, le vin est une production ancestrale en Aveyron. Malgré un climat que l'on sait rude en hiver, la vigne n'a jamais disparu. Les villages, les paysages et les traditions le rappellent encore. C'est grâce au rayonnement de l'abbaye qu'il s'est développé et a obtenu sa notoriété. Ces vignobles ont connu leur apogée au milieu du XIX^e siècle et ont fait vivre une population nombreuse jusqu'à la crise du phylloxéra.

Depuis la fin des années soixante, un véritable renouveau s'opère dans la viticulture aveyronnaise. Ils donnent aujourd'hui des vins à l'image de leur terroir, peu connus hors de leur région mais francs, simples et nets, abondants comme la cuisine qu'ils accompagnent. Des terroirs où elle a été plantée, l'AOC Marcillac est le plus célèbre. Étendu sur 11 communes et la presque totalité du canton de Marcillac-Vallon, il occupe 160 hectares pour une production de 5 000 à 6 000 hectolitres dont les neuf dixièmes en rouge, le reste en rosé. Il en résulte des vins uniques, très typés, charpentés, derrière une robe foncée. Le Marcillac renaît grâce aux efforts de la cave coopérative et au travail acharné, passionné, des 10 autres producteurs indépendants. Reconnu à sa juste valeur, le Marcillac a obtenu une AOC méritée en 1990.

► **Vins d'Estaing.** A deux pas de l'Aubrac, dont on redoute la froidure, Estaing est le plus petit terroir de France : tout juste 15 hectares pour une production annuelle de 50 000 bouteilles de rouges, blancs et rosés. 15 producteurs, dont 11 regroupés dans la cave « Les Vignerons d'Olt », travaillent à l'amélioration de ces vins classés en AOC-VDQS depuis 1965. Le gamay noir représente 60 % des cépages, le reste se compose de pinot noir, negret et mansois (fer servadou).

► **Vins du Fel et d'Entraigues.** Les terrasses ensoleillées au-dessus des gorges du Lot portent les deux petites – par la taille – appellations du département, les vins d'Estaing et ceux d'Entraigues et Le Fel. Ils sont six courageux vigneron à s'être accrochés aux pentes de la vallée du Lot et de la Truyère. Sur de petits terroirs, ils cultivent, avec passion, du cabernet franc, du gamay, du negret, du jurançon noir et même du fer servadou et produisent, chacun selon sa sensibilité, des rosés d'été, des blancs parfumés, des rouges parfaits pour accompagner la cuisine du terroir. L'appellation totale, en VDQS, ne compte pas plus de 21 hectares de vignes et produit, chaque année, de 650 à 1 000 hectolitres. Entre



© PHOTON

Vignoble de Gascogne

DÉCOUVERTE

granits et schistes, ces six jeunes vigneron travaillent, en harmonie, à l'élaboration d'un vin de qualité, qu'ils définissent eux-mêmes comme le plus auvergnat des vins aveyronnais. Ils reçoivent sur leur domaine, de préférence sur rendez-vous.

► **Le pousse-rapière.** C'est une liqueur gasconne à base d'armagnac aromatisée à l'orange entre autre. Il en existe plusieurs sortes pour 24°. Cent pour cent gersoïis, ce breuvage de bretteur est né dans les caves du château de Monluc à Saint-Puy. À partir d'un vin blanc champagnisé et d'une liqueur d'armagnac, sirop de roses et limonade, cognac et jus de pomme, nectar de poire et Tabasco, ou liqueur de melons et floc de Gascogne, inventez-vous aussi votre cocktail. À l'origine, le pousse-rapière était réservé aux chapitres de la Confrérie des mousquetaires de l'armagnac. Il s'est fort heureusement démocratisé. C'est l'esprit gascon épanoui dans des bulles parfumées et grisantes, avec sa teinte ambrée, son nez original. On le boit très frais, à l'apéritif, accompagné d'une rondelle d'orange.

► **Floc de Gascogne.** Né d'une recette gasconne bien gardée par les traditions paysannes, le floc de Gascogne est réalisé en mélangeant 1/3 d'armagnac de l'année précédente à 2/3 de moût, du jus de raisin issu de la première pression. Les raisins proviennent des mêmes cépages que ceux qui ont fourni l'armagnac. Un an à un et demi de garde est nécessaire avant d'obtenir un produit fini titrant généralement 17,5°. Il y a 1/4 de siècle, le floc était encore inconnu du grand public. Depuis 1990, il trône dans les rangs envieux des appellations d'origine contrôlée (AOC). Plus d'un million de bouteilles par an sont aujourd'hui vendues en France et à l'étranger. De teneur raisonnable en alcool, il ne se déguste pas seulement en apéritif, on en arrose les croustades, les fruits, les sorbets ou les crêpes. On conseille le floc rouge glacé, au creux des melons de Lectoure, le floc blanc frais sur un foie gras, un poisson en sauce ou sur les fromages forts. Le terroir est bien présent dans ses arômes rustiques.

► **Pacherenc.** Aux confins de trois départements, Gers, Pyrénées-Atlantiques et Hautes-Pyrénées, le Pacherenc est le vin blanc jumeau (il est cultivé sur les mêmes aires de production) du Madiran. Le pacherenc est produit à partir de l'arrufiac, du petit courbu et des petit et gros manseng. Les raisins surmûris sont cueillis à la main, par tris successifs, sur des coteaux ensoleillés de fin octobre à la Saint-Sylvestre (31 décembre). 8 000 hectolitres sont récoltés de ce nectar doux et équilibré dont le degré atteint 19°.

► **L'armagnac ou l'élixir de longue vie.** L'histoire de l'eau-de-vie d'Armagnac, la plus ancienne de France, commence au début du XV^e siècle en Gascogne. On retrouve de nombreuses traces de cette « aygo de bit » (eau de vigne) devenue « aygo de bito » (eau-de-vie). Ici, la vigne est cultivée depuis l'époque romaine, les bois de chêne blanc sont présents partout (les Celtes ont développé l'utilisation du fût) et l'alambic a été apporté par les envahisseurs arabes. Au XVII^e siècle, les Hollandais, qui disposent de la flotte la plus puissante du monde, transportent l'eau-de-vie et l'exportent dans toute l'Europe. Dans le sillage des Gascons bien en cour, l'armagnac conquiert aussi l'entourage du roi. La fin du XIX^e siècle enregistre la chute brutale de la production, à cause du phylloxéra. Aujourd'hui, le vignoble gersoïis représente un potentiel de 15 000 hectares, pour une production annuelle atteignant 6 à 8 millions de bouteilles, et concerne 4 000 viticulteurs et 40 maisons de négoce. La fabrication est obtenue par distillation du vin blanc récolté sur l'aire d'appellation. Soufrage et chaptalisation sont interdits. Le vin demeure sur « lie » jusqu'à sa distillation, qui se pratique pendant l'hiver au moyen d'un alambic armagnacais à jet continu. À la sortie, l'eau-de-vie incolore oscille entre 52° et 72°. Il faudra encore de nombreuses années de vieillissement pour atteindre 40° à 48°, d'abord dans un fût neuf de chêne, puis dans un fût plus âgé. Le maître de chai réalise enfin des mélanges savants et harmonieux (les coupes) pour obtenir un produit prêt à la vente.

Côtes-de-Gascogne

Pour ceux qui associeraient inévitablement l'armagnac aux vignes de Gascogne, qu'ils sachent que les rangs de vigne si bien alignés sur les coteaux gersois sont à l'origine des vins de pays côtes-de-Gascogne. Aujourd'hui, près des 2/3 du vignoble gersois sont consacrés à la production des vins de pays côtes-de-Gascogne soit 12 000 hectares. Océanique mais tempéré par la forêt des Landes à l'ouest et les Pyrénées au sud, le climat offre un cadre privilégié : juste ce qu'il faut de soleil, de pluie et de fraîcheur pour dorloter les vignes et laisser éclore, à maturité optimale, une riche palette aromatique, complexe, séduisante... Les vins se nourrissent également de la richesse des sols typiquement gascons. A l'est, le Terrefort : une terre argileuse, plantée sur une roche mère calcaire. A l'ouest, les Sables Fauves et les Boulbènes, faites d'argile et de limons mêlés. Avec plus de 70 millions de bouteilles commercialisées chaque année, le Gers est le premier département français producteur de vin de pays blanc et le côtes-de-Gascogne un des tout premiers vins blancs français. 92 % du volume est produit en blanc, les côtes-de-Gascogne occupent une position atypique dans le Sud-Ouest de la France, zone majoritairement tournée vers la production de vin rouge. Ce sont des vins agréables et fruités, festifs et amicaux, de qualité, des vins gouleyants et désaltérants. En deux mots, des vins de bonne humeur et de fraîcheur.

Vins des côtes de Gascogne

■ VINS DES CÔTES DE GASCOGNE

Route de Cazaubon

EAUZE ☎ 05 62 09 82 19

www.vins-cotes-gascogne.fr

La Gascogne, région généreusement vallonnée et verdoyante, nichée aux pieds des Pyrénées, dédiée depuis deux mille ans ses coteaux à l'art de la vigne. Ce terroir prédisposé associé à la force du savoir-faire de mille cinq cents producteurs gascons a donné naissance aux Vins des Côtes de Gascogne. Essentiellement produits dans le Gers, berceau de la convivialité et de la qualité de vie, les vins à Indication Géographique Protégée (IGP) Côtes-de-Gascogne se déclinent en blanc (90 % de la production), rouge et rosé. Issus de cépages locaux comme le colombar, l'ugni-blanc et le gros manseng, les vins Côtes-de-gascogne blancs, secs et moelleux, vous séduiront par leurs arômes fruités, au goût prononcé d'agrumes et de fruit exotique. Servis bien frais (8 °C), ils ont délicieux en apéritif, comme pour un repas de poissons. Fruits d'un assemblage de cépages réputés comme le tannat, le merlot et les cabernets, les côtes-de-gascogne rouges déclinent des notes gourmandes de fruits rouges (cerise, fraise) ou noirs (cassis, mûre). Servis à une température idéale de 16 °C à 18 °C, c'est la valeur sûre à associer à vos viandes rouges, plats en sauce ou fromages. Quant aux Côtes-de-Gascogne rosés, ils jouent sur des arômes de fruits rouges et de fruits exotiques et sont à déguster avec charcuterie ou salades composées. Sachez que les vins des côtes de Gascogne sont partenaires des guides Petit futé !

► **Le côtes-de-Gascogne blanc sec** vous séduira par sa fraîcheur désaltérante et son nez très fruité (arômes d'agrumes, de fruits exotiques) typique des cépages gascons : Colombar, Ugni-blanc ou Gros Manseng. Parfait à l'heure de l'apéritif ou pour accompagner vos fruits de mer, poissons grillés ou viandes blanches... A servir bien frais (8 à 10 °C) pour un plaisir des papilles garanti !

► **Le côtes-de-Gascogne blanc moelleux** partenaire idéal du foie gras et des desserts traditionnels comme la croustade ; à servir frais.

► **Le côtes-de-Gascogne rosé**, frais, aux parfums de fruits rouges, est le vin d'été par excellence, pour les soirées grillades et même en accompagnement de la cuisine exotique souvent relevée. A servir frais (6 à 8 °C).

► **Le côtes-de-Gascogne rouge**, fruité, épicé et gouleyant, se marie parfaitement avec la cuisine traditionnelle gasconne (magrets, confits, viandes rouges, volailles du Gers...). Cépages : tannat, pinenc, cabernets.

► **Le côtes-de-Saint-Mont** : c'est en 1055 qu'est fondé le prieuré de Saint-Mont, placé quelques années plus tard sous la protection de l'abbaye de Cluny. Les besoins ecclésiastiques en vin étaient tels que les moines développèrent la culture de la vigne autour du prieuré. 49 communes du Gers, pour un total de plus de 1 000 hectares rassemblent les cépages vinifiés en blanc, rouge ou rosé. Les rouges contiennent du tannat, de fer servadou, de cabernet franc et de cabernet sauvignon.

► **Le côtes-du-frontonnais** : fier de son identité et de son cépage unique, l'appellation des vins de Fronton est aussi le vin toulousain. Très ancien vignoble (IV^e siècle de notre ère), il se développe dès l'époque mérovingienne sur les espaces défrichés de la forêt d'Agre. L'appellation d'origine contrôlée a été attribuée en 1975 aux vins des côtes du Frontonnais. Ce vignoble s'étale sur d'anciennes terrasses du Tarn, entre Tarn et Garonne. Le sol est pauvre, graveleux et sec. Le fer et le quartz prédominent et donnent au vin toute la plénitude de son arôme fruité et floral. La particularité du Fronton est liée à la présence d'un cépage : la Négrette. C'est un cépage très ancien dont la région a gardé l'exclusivité au cours des siècles. Cépage principal des vins rouges (50 à 70 %) et rosés, il est à l'origine du fruité et de la finesse caractérisant les vins de Fronton. Les vins rosés sont à servir frais à 8 °C ou 10 °C maximum. Ils accompagnent les poissons, la charcuterie, voire l'ensemble du repas en période estivale. Les vins rouges, jeunes, servis à 14 °C, se marient à merveille avec les viandes grillées ou rôties et les fromages des Pyrénées. Les vins rouges, millésimés, plus généreux, se dégustent à 16 °C ou 17 °C avec des cassoulets, les confits, les pièces de viande et le gibier.

Madiran

Les Hautes-Pyrénées comptent un seul vignoble classé, mais non pas l'un des moindres : le madiran, cultivé dans le village de Madiran, au nord du département, sur les coteaux aux sols acides de la vallée de l'Adour. Le vignoble du Madiranais remonte au 1^{er} siècle avant notre ère. Au XI^e siècle, les Bénédictins fondent l'abbaye de Madiran et améliorent le vignoble. L'appellation Madiran concerne 37 villages, dont trois dans le Gers, six dans les Hautes-Pyrénées et vingt-huit dans les Pyrénées-Atlantiques.

Le madiran devint AOC en 1948 et fut la première appellation en France à imposer le contrôle de la qualité par la délivrance d'un label après analyse et dégustation. Le nouveau décret de classement en AOC date du 31 mai 1997. Ce vin coloré, riche en tannins et apte au vieillissement possède un parfum de framboise. Il se marie parfaitement avec les confits, l'agneau fermier, les cèpes, les haricots tarbais ainsi qu'avec les poissons et les fromages.

Cahors

Le vignoble de Cahors, l'un des plus anciens de France, est apparu avec la colonisation romaine il y a environ 2 000 ans. On passera les influences (bénéfiques ou funestes) des empereurs Domitien et Probus, du pape Jean XXII ou de François, des guerres ou du phylloxera pour sauter en 1956. La terrible gelée de février de cette année aurait dû porter un coup fatal au vignoble si une poignée de vigneron n'en avait décidé autrement en sélectionnant de nouveaux cépages plus résistants : le cot noir appelé l'auxerrois, le tannât, le merlot noir qui permet d'en affiner le bouquet. L'aire de production actuelle du vin de Cahors s'étend sur 60 kilomètres de rives et coteaux le long du Lot depuis Arcambal, en amont, jusqu'à Soturac, en aval. Le vignoble compte environ 500 vigneron répartis sur 5 500 hectares de plantations, tous regroupés au sein de l'Union interprofessionnelle des vins de Cahors. Le souci premier de cette union est une meilleure commercialisation qui passe, avant tout, par le respect d'une qualité toujours améliorée grâce à une baisse du rendement à l'hectare, un tri de la vendange et un vieillissement en fût. Le vin de Cahors est un vin de garde. Le cahors produit dans la vallée et sur les terrasses s'arrondit à partir de trois ans. Celui des plateaux demande au moins cinq ans pour donner tous ses arômes. Les meilleurs cahors se conservent plus de 15 ans en cave. Il se sert à une température de 14/15 °C pour un vin jeune, léger et fruité, tandis qu'un cahors plus vieux sera servi après décantation dans une carafe à une température de 16/18 °C. Un vin de Cahors léger sera servi de préférence sur les crèmes de légumes et différents consommés. Un cahors jeune, légèrement tannique,

accompagnera convenablement les foies gras, les fritons de canard ou d'oie, les viandes en sauce et les charcuteries. Un vin de Cahors vieux, déjà affiné, aux parfums subtils et raffinés, se marie parfaitement avec les truffes, les viandes rouges accompagnées de cèpes et les gibiers. Les rocamadours et le cantal permettent d'apprécier une grande bouteille de cahors. Un roquefort supporterait un vin plus jeune, charpenté, corsé et tannique.

Coteaux du Quercy

A 45 minutes de Toulouse, l'aire de production des vins AOC-VDQS « Coteaux du Quercy » s'étend du sud de Cahors au nord de Montauban, de part et d'autre des départements du Lot et du Tarn-et-Garonne, sur 450 hectares. L'appellation compte 170 producteurs, répartis dans 3 caves coopératives et 25 chais particuliers. Dans cette région calcaire, riche de culture et de gastronomie, le vignoble participe à façonner la mosaïque des paysages du Quercy. Le vin est élaboré par les viticulteurs, soucieux de la qualité et de leur environnement. Un vin fruité, épicé et généreux, qui traduit la typicité du terroir. Des parcelles ont été retenues dans chaque commune, correspondant à un terroir argilo-calcaire plus ou moins évolué, et de bouldiers chaudes. Il répond à des caractéristiques de bon réchauffement et d'exposition favorable, car l'aire géographique du Quercy est placée sous une double influence climatique : atlantique et méditerranéenne. Entre dans l'assemblage des « Coteaux du Quercy » le cabernet franc, de 40 % à 60 %. La part de Merlot, d'Auxerrois, de Tannât et de Gamay varie dans la limite de 20 % pour chacun des cépages. Les rosés représentent 10 % à 15 % de la production. Les rouges, hauts en couleurs, riches en fruits comme la framboise, la mûre ou le cassis, dégagent de subtiles nuances poivrées et épicées. Les tanins ajoutent de légères notes boisées et animales.

Vin de pays des coteaux de Glanes

Les écrits les plus anciens concernant Glanes remontent au IX^e siècle — donation de l'abbaye de Beaulieu —, mais les origines du vin de glanes seraient peut-être plus anciennes et dateraient de l'époque gallo-romaine.



En 1976, le groupement des huit producteurs de la dénomination vin de pays voit le jour. Le vignoble des coteaux de Glanes s'étend aujourd'hui sur 30 hectares répartis sur sept communes (principalement sur celle de Glanes). Le terroir des coteaux argilo-calcaires est le seul accepté. Les cépages se partagent entre le gamay beajolais et le merlot (pour le vieillissement). Le cépage segalin qui n'occupe que 10 % de la surface est plus précoce et permet de donner du degré.

Le vin de glanes peut être bu jeune, il a alors une belle couleur rubis et un goût fruité, mais il peut aussi se garder cinq ans. Ses arômes deviennent alors plus épicés et sa couleur plus soutenue. Les Vignerons du Haut-Quercy ont obtenu la médaille d'or au Concours général agricole de Paris 2001.

Coteaux et terrasses de Montauban

La dénomination « vin de pays » n'a peut-être été obtenue qu'en 1981, mais cela fait déjà quelques dizaines d'années que la vigne est cultivée dans ce pays de Montauban. Aujourd'hui, l'appellation couvre quatorze communes et moins d'une dizaine d'exploitations se répartissent la production. Implanté sur les boulbènes, les rouges et les graves des coteaux et terrasses qui lui ont donné son nom, le vignoble dispose d'un encépagement diversifié avec quatre catégories de vins : des rouges à consommer jeunes, à base de gamay, merlot ou cabernet, aux arômes fruités, souples et bien équilibrés ; des rouges de garde à base de cabernet, tannat ou syrah, aux arômes plus corsés, idéaux avec du gibier ou des produits régionaux ; des rosés à boire jeunes, aux arômes vifs et fruités ; et des blancs doux et secs, à base de sémillon, sauvignon et chardonnay.

Lavilledieu

C'est entre Montauban et Castelsarrasin, sur le territoire de 13 communes à peine, qu'on déniché le vignoble de Lavilledieu. Les sols de « boubène » maigre des terrasses entre Tarn et Garonne ont bien apprivoisé les négrettes, cabernets francs, gamays, syrahs et tannat qui donnent aux vins de Lavilledieu tous leurs caractères V.D.Q.S. Depuis 1947, le vignoble couvre environ

150 hectares pour un potentiel de 8 500 hectolitres. Très apprécié jeune, le lavilledieu garde tout son caractère au vieillissement avec un épanouissement de ses arômes après 4 à 5 ans en bouteille. Les plus charpentés peuvent attendre dans une bonne cave jusqu'à 7 ou 8 ans. Rouge, il arbore une belle robe cerise ou pourpre lorsqu'il est jeune, nuancé de reflets brique à partir de deux ans. Le nez évoque un bouquet de fruits rouges et parfois le fruit en confiture. En bouche, ce sont, en général, des vins tendres, souples et veloutés. Le lavilledieu rouge doit être servi entre 16 °C et 18 °C, avec des plats régionaux (confits, cassoulets, magrets, etc.). La mise en température des vins vieillissants doit s'effectuer lentement (48 heures) et le débouchage des bouteilles, une à deux heures avant la dégustation. Le lavilledieu rosé a une belle robe rose pâle dans les tons pastel. Souvent très typés, ils sont essentiellement à base de négrette. Au nez, notes florales et fruitées se côtoient. En bouche, ce sont en général des vins tendres, souples et veloutés.

Vins de Saint-Sardos

Ils sont produits sur un petit vignoble gascon qui s'est perpétué historiquement grâce aux moines de l'abbaye cistercienne de Grand Selve, fondée en 1114. Ce terroir s'étend essentiellement au sud-ouest du département du Tarn-et-Garonne, au nord-ouest de la Haute-Garonne, sur les coteaux de Gascogne et les hautes terrasses de la Garonne et ce, sur 230 hectares. Il se situe sur des sols argilo-siliceux et caillouteux bien exposés. Les vins produits sont essentiellement des rouges et des rosés. Sur ce lieu d'échange traditionnel entre Languedoc et Aquitaine, les viticulteurs ont sélectionné les cépages les plus appropriés. Le syrah et le tannât sont à la base de l'originalité de ces vins. Un vieillissement de trois à quatre ans est préconisé pour ces vins qui arrivent alors à leur plein épanouissement. Les vins rosés (domaine La Gravette par exemple) s'expriment bien lorsqu'ils sont jeunes, fruités et consommés frais entre 8 °C et 12 °C. A découvrir aussi, les vins blancs, vifs et fruités (domaine de Marquestus, blanc sec ou moulin Rout, blanc doux).

Les côtes du Brulhois

Les documents historiques mentionnent la présence du vignoble et des vins du Brulhois dès l'époque gallo-romaine. La reconnaissance en appellation d'origine VDQS en 1984 consacre la notoriété des vins de ce terroir. Le vignoble est situé principalement au sud de la vallée de la Garonne, à cheval sur les départements du Lot-et-Garonne et du Tarn-et-Garonne. Les sites viticoles sont la moyenne terrasse et les coteaux argilo-calcaires. Sur la moyenne terrasse, formée de boubènes blanches, les vins produits sont colorés et de bonne qualité. Sur les coteaux, les pentes de graves caillouteuses produisent peu mais les vins sont riches en alcool, fins bouquetés, aptes à vieillir. Par ailleurs, les argiles rouges à silex donnent des vins excellents. Le VDQS côtes du Brulhois couvre une superficie d'environ 200 hectares pour une production proche de 12 000 hectolitres (dont 99 % en rouges et rosés). Ce vignoble en pleine reconstruction pourrait couvrir prochainement une superficie voisine de 300 hectares pour atteindre un potentiel de production d'environ 18 000 hectolitres.

Gaillac

Le vignoble de Gaillac est l'un des plus anciens de France et fait la fierté des tamais, d'autant que la production monte en qualité. Situé dans le nord du département du Tarn, l'aire d'appellation Gaillac couvre 2 500 hectares répartis sur 73 communes pour une production AOC (décret d'appellation contrôlée pour les vins blancs obtenu en 1938 et en 1970 pour les vins rouges) de plus de 165 000 hectolitres. L'appellation regroupe aujourd'hui une centaine de caves particulières et trois caves coopératives. La variété des terroirs (la Rive Gauche, la Rive Droite et le plateau Cordais) et l'ancienneté du vignoble permettent à Gaillac de présenter un encépagement varié et traditionnel. Le vignoble gaillacois donne ainsi une grande variété de vins : vins blancs secs, doux et perlés, vins rouges ou rosés et vins effervescents.

Sports et loisirs

Du degré zéro de l'effort à l'émotion intense et du farniente presque éhonté au sport le plus extrême... tout est là. La nature midi-pyrénéenne offre à ses visiteurs la palette la plus étendue en matière de loisirs. Du thermalisme au canyoning, du tourisme fluvial à la randonnée, la spéléo, le ski, les signes d'eau, et les signes de terre vont être satisfaits. Inventaire.

Activités de plein air

Randonnées pédestres

Qu'elle soit pédestre, équestre ou cycliste, la randonnée est une activité touristique essentielle en Midi-Pyrénées qui ne compte pas moins de 26 000 kilomètres de sentiers, chemins de grande randonnée et de grande randonnée de pays.

Les chemins les plus réputés, bien sûr, sont ceux de Saint-Jacques de Compostelle (au sein desquels le chemin d'Arles, la voie du Puy et le chemin du Piémont). Le GR 10, quant à lui, traverse la chaîne des Pyrénées, de l'Atlantique à la Méditerranée. On estime à près d'un million le nombre de pratiquants occasionnels ou réguliers de randonnée pédestre en Midi-Pyrénées. Comme la région est grande, on n'a pas encore vu d'embouteillage à pied sur les sentiers ! L'offre régionale de tourisme équestre est constituée, pour sa part, de 130 établissements organisant des séjours et circuits équestres, ainsi que de 2 000 kilomètres de sentiers balisés.

Tourisme fluvial

Avec la Baïse, le Lot et les canaux du Midi, la région Midi-Pyrénées déroule le plus grand réseau fluvial d'Europe du Sud. De l'Atlantique à la Méditerranée, des vignes du Bordelais à la Camargue, c'est tout le Sud-Ouest que l'on peut traverser au rythme paisible de la navigation de plaisance. On oublie la voiture et le monde s'offre d'un point de vue inédit. Sous le signe de l'eau, la région est riche de lacs, de plans d'eau, véritables mers intérieures et de quelque 2 500 kilomètres de rivières, pour des vacances en eau douce. Des bateaux habitables, bateaux-promenade ou bateaux-hôtels offrent des solutions adaptées à chaque envie.

Un long voyage à travers Midi-Pyrénées commence sur le canal latéral à la Garonne. Il vous mène au rythme de ses trente-trois écluses, de Moissac à la jolie ville de Montauban, passe par la pente d'eau de Montech et aboutit aux portes de la « ville rose ». A Toulouse, l'histoire prend la relève, on vogue sur le chef-d'œuvre historique de Pierre-Paul Riquet, classé au patrimoine mondial par l'Unesco, le canal du Midi. Traversant Toulouse et le Lauragais, il égrène ses écluses et leurs maisons désuètes jusqu'à Sète. Cet ensemble forme le canal des deux mers. La Baïse, hier encore rivière sauvage dans sa partie gersoise, s'ouvre aujourd'hui à la navigation fluviale, sur une partie de son parcours, de Valence-sur-Baïse à Condom. On peut désormais rejoindre le canal latéral de la Garonne et renouer avec une tradition vieille de plusieurs siècles. Le plaisancier découvrira un parcours sinueux, plein de mystère, parfois une végétation luxuriante dans un paysage de collines.



Sur les hauteurs de Luchon

Avec les descentes en rivières sur le Tarn, sur la Garonne, sur le Lot et la Baïse, tout le bassin fluvial sud-ouest est accessible à partir du Canal des deux mers.

Le Lot se fait rivière tranquille de Luzech à Saint-Cirq-Lapopie et offre la traversée d'une grande variété de paysages : méandres verts, falaises, citadelles, villes et ponts (Cahors et le pont Valentré), forteresses médiévales, patrimoines naturel et historique, grottes de Pech-Merle. Encore de l'eau, à Saint-Ferréol, la plus ancienne retenue de France, a été construite pour alimenter le Canal du Midi. On y trouve aujourd'hui des équipements touristiques pour profiter de l'eau et des coins sauvages pour les balades et la pêche. Le lac de Pareloup dans l'Aveyron est la plus grande mer intérieure aménagée de France. Une activité se développe à cent à l'heure, notamment dans le Tarn-et-Garonne ; c'est le « canoë-kayak ». Un exemple : plus de 21 000 locations de canoë-kayak se font par an à Saint-Antonin-Noble-Val sur les gorges de l'Aveyron, en plus des milliers de pratiquants se déplaçant en club avec leur propre matériel, depuis les zones touristiques les plus proches du Tarn.

Golf

Les joueurs de golf ne seront pas en reste grâce à l'un des 35 parcours de golf de la région où les contrastes sont étonnants. De Laguiole à Eauze (soit du Golf de Mezeyrac au Golf de Guinlet), de Saint-Céré à Luchon (soit du Golf du château de Montal au Golf de Luchon), de Lourdes et Bagnères de Bigorre à Mazamet en passant par Labastide de Sérou en Ariège, que de possibilités de mille et une découvertes, culturelles, historiques, artistiques et gastronomiques. Circuit cathare, circuit de la route Napoléon, circuit de l'armagnac... Six circuits vous sont proposés sur le site de la Fédération Française ligue de golf Midi-Pyrénées.

Sports d'hiver

Ski

Pour bien mériter son appellation, Midi-Pyrénées a eu la riche idée d'installer 3 départements en plein massif pyrénéen. Les Hautes-Pyrénées, la Haute-Garonne et l'Ariège ne comptent pas moins de vingt-trois des trente-huit stations de sports d'hiver du massif. Certaines, au fil du temps, se sont spécialisées dans le fond et les raquettes, d'autres dans l'alpin, dans les vacances en famille ou dans la glisse en vogue. Une seule chose est sûre : il y en a pour tous les goûts. . .

Ariège

Le vaste domaine skiable des Pyrénées ariégeoises couvre 9 stations dont 4 stations de ski de fond dispersées sur les versants de la chaîne pyrénéenne s'étirant du mont Vallier jusqu'à la limite du Capcir.

► **Les stations des vallées d'Ax.** Accrochées sur les hauteurs d'Ax-les-Thermes, pas moins de 4 stations se partagent le vaste espace skiable des vallées d'Ax : Ascou-Pailhères, Ax 3 Domaines, le Domaine du Chioula et le Plateau de Beille.

► **Ascou-Pailhères (1 500 m – 2 000 m).** Ascou reste « la station sympa à deux pas de Toulouse ». Spécialisée dans l'accueil des tout-petits, la station leur réserve son jardin des neiges et une aire de luge à l'écart. Mais les skieurs de bon niveau, parmi lesquels les adeptes du snow-board, devraient trouver aussi leur bonheur. Monoski, surf, patinette et raquettes sont autant de techniques pratiquées pour éprouver la neige. Sympa : navette à partir d'Ax-les-Thermes les week-ends et les vacances scolaires. Pistes ski alpin : 20 kilomètres de pistes, 14 pistes, 3 vertes, 4 bleues, 5 rouges et 2 noires et 6 remontées mécaniques. 10 canons à neige. Tarifs des remontées mécaniques en semaine : adultes journée 18 euros, enfants journée 11,50 €, étudiants journée 14 €.

► **Ax 3 Domaines (1 400 m – 2 400 m).** Du plateau de Bonascre au pic du Saquet s'étend le plus grand domaine skiable de l'Ariège et le plus complet des Pyrénées, site admirable où la neige et le soleil sont mariés pour l'éternité. Les 3 Domaines réunissent les versants de Bonascre, du Saquet et des Campels qui communiquent entre eux en un seul et vaste tapis de glisse. Outre le ski alpin, il est possible de pratiquer le monoski, le surf des neiges, le ski artistique ou le ski nordique. Grâce à la qualité de ses équipements pour handicapés, Ax bénéficie notamment du label Handisport. Un télésiège débrayable de six places assure une remontée express sur le plateau. Cette aire de glisse plutôt branchée fait appel à plus de technicité de la part des skieurs et des surfeurs. Les Campels ont résolu un goût d'évasion. Accessibles par télésiège, des pistes sont damées pour la vitesse. Mais les grands espaces sont ouverts à la glisse en liberté au sein d'une nature sauvage à découvrir en surf ou snow-board pour les fans de la poudreuse. L'aire dessine une cartographie de 28 pistes traçant 80 kilomètres de pistes : 5 vertes, 8 bleues, 10 rouges et 5 noires se déployant au milieu des sapins ; 7 télésièges, 6 télésièges, 1 télésiège six places qui relie Bonascre au Saquet. Une nouvelle télécabine relie maintenant directement la ville d'Ax-les-Thermes à la station.

Celle-ci dispose de 142 canons à neige pour braver la météo ! Une télécabine relie directement la ville d'Ax-les-Thermes à la station. Le snowpark prisé des jeunes a été complètement réaménagé avec plus de 12 modules, agrandissement de la zone, un petit bigger, 5 tables, 1 hip, 1 pyramide, 1 rail. Tarifs : la journée adultes 25 euros, enfants 18 euros et la journée étudiants, 19 euros.

► **Domaine du Chioula (1 500 m – 1 800 m).** L'amateur d'espace préservé est ici le bienvenu. La plus importante après Ax 3 Domaines, cette station est destinée aux fondus de ski de fond, randonneurs et marcheurs. Elle bénéficie de nombreux chemins forestiers au beau milieu de 5 000 hectares de bois et d'espaces vierges naturels. Au total 65 kilomètres de pistes tracées, damées, et balisées suivant le tracé naturel des sentiers jusqu'aux portes des villages ou au pied des vestiges du château cathare de Montailou : 2 vertes, 2 bleues, 2 rouges, 1 noire. Pour les piétons sont marqués des itinéraires pédestres et 15 kilomètres de pistes balisées pour raquettes, dont la nouvelle piste du Roc de l'Orry d'Ignaux. De plus un espace luge et un espace itinéraire piéton. Tarifs d'accès aux pistes de ski de fond, raquettes, luge, passeport nordique : 5,90 euros la demi-journée et 7,50 euros la journée.

► **Plateau de Beille (1 800 m – 2 000 m).** Au-dessus des Cabannes, sur le plateau de Beille, s'étend le premier domaine de ski de fond des Pyrénées, également premier stade de neige au niveau national. L'altitude garantit un des meilleurs enneigements.

L'espace naturel y est préservé et dégage un véritable bol d'air pur et vivifiant. La Portaille, la piste la plus longue du plateau avec ses 19 kilomètres, court en boucle d'entraînement au bout du plateau jusqu'au Finestre à 1 967 m d'altitude. Les deux chemins de la Promenadou et des Crêtes se prêtent aux balades pédestres et les sentiers de l'Ombrée et de l'Orry sont ouverts pour les randonnées en raquettes à travers la forêt. La station s'adresse à tous les âges, aux enfants comme aux seniors.

La formule « ski-rail » au départ de Toulouse via Les Cabannes est intéressante. Une navette assure régulièrement la montée jusqu'à la station. 70 kilomètres de pistes de ski nordique : 1 verte, 4 bleues, 5 rouges, 2 noires. 40 kilomètres de pistes raquettes ; espace luge avec 4 pistes balisées et sécurisées à partir de 5 ans. Accès depuis Toulouse par A66 et tunnel de Foix. Tarifs d'accès aux pistes : adultes (8,80 € la journée), enfants (6,20 €).

► **Etang de Lers (1 300 m – 1 650 m).** En Haut-Couserans, l'écrin de l'étang de Lers reste le point stratégique de la station, à la jonction de trois vallées Massat, Auzat-Vicdessos et Aulus les Bains. 30 kilomètres de parcours sur 5 pistes : 1 piste balade piétons, 3 pistes raquettes, 1 piste luge. Tarifs : adultes (7 euros la journée) ; enfants (4,70 euros la journée). Station ouverte tous les jours pendant les vacances scolaires, hors vacances du samedi au lundi soir. Location de skis, raquettes, luges sur place. Centre de jour, bar/restaurant en hiver.

► **Goulier Neige (1 500 m – 2 000 m).** Au dessus d'Auzat et de Vicdessos, cette petite station Sport Nature au pied du Montcalm est une des plus conviviales, loin de l'esprit de compétition. Il est possible de combiner deux activités sportives en passant des spatules à l'étrier avec des week-ends ski/équitation. Pistes : 6 pistes dont 2 vertes, 2 rouges et 2 bleues résumant l'ensemble du circuit de 5 kilomètres. Tarifs : 10,50 euros la journée en basse saison et 12,50 euros la journée en haute saison. Forfait de 6 jours : 57,50 euros en basse saison et 70 euros en haute saison.

► **Guzet Neige (1 100 m – 2 100 m).** Accès depuis l'autoroute A64, sortie 20. Au dessus du col de la Trappe, à la limite de la frontière espagnole, cette station très nature est plantée d'une colonie de 350 petits chalets douillets en pierre et en bois au milieu des sapins. La zone de Le Prat pour les débuts à ski : ESF, Téléski Baby, ski dans les sapins, la Combe de Guzet pour apprendre tout en s'amusant et enfin le Freychet pour les plus sportifs et *freeriders*. Un espace est réservé aux surfeurs. Les enfants ont leur propre club des neiges : le village des Chipies et des Chenapans et une nouvelle piste de luge. Pistes ski alpin : 31 pistes tous niveaux sur 40 kilomètres dont 7 vertes, 9 bleues, 9 rouges et 6 noires. 15 remontées mécaniques. De plus : 2 circuits raquettes, 2 pistes de luge, 2 circuits de luge et... 106 canons à neige. Tarifs journée : 23,50 euros. Forfait de 6 jours : 129,50 euros.

► **Mijanes-Donazan (1 530 m – 2 000 m).** « Québec ariégeois », le Pays de Donazan est couronné de sommets dont le relief et l'altitude assurent un bon enneigement. Ouverte en 1986-1987, la station la plus méridionale des Pyrénées ariégeoises plante ses bâtons à la limite de l'Aude et des Pyrénées Orientales, garantissant un ensoleillement durable. Le fort taux de boisement du canton permet de skier même par mauvais temps. Mijanes-Donazan offre pour le ski alpin un domaine skiable de 30 hectares avec 9 kilomètres de pistes : 3 vertes, 4 bleues, 2 rouges, 1 noire et 1 baby avec 2 pistes pour les débutants. Le ski de fond n'est pas en reste avec 25 kilomètres de pistes préparées pour la pratique des deux techniques, alternatif et skating : 1 verte, 3 bleues, 2 rouges, 1 noire. Restaurant. 5 téléskis. Tarifs ski alpin : 15 euros la journée adultes et 73,90 euros le forfait de 6 jours. Sur place garderie et école de ski.

► **Les Monts d'Olmes (1 500 m – 2 000 m).** Sous l'œil des pics Galinat et du Han, au pied du col de Cadène, cette station se trouve en plein pays cathare et dès le premier manteau neigeux, elle se niche au sein du massif de Tabe, orientée au nord. La neige d'Olmes se goûte en famille et la station créée il y a plus de trente ans offre à tous les skieurs des parcours à leur mesure. Le ski de bosses ayant ses adeptes, une vingtaine de pistes sillonnent le cirque d'un dénivelé de 7 à 350 mètres sur 21 kilomètres. Les enfants ont leur jardin des neiges. Hormis le ski, les monts d'Olmes se prêtent aux promenades pédestres ou en raquettes, au dévalkart et au parapente. 22 pistes de ski alpin : 8 vertes, 4 bleues, 9 rouges, 1 noire et 12 téléskis. Tarifs journée adultes : 20 euros. Forfait 6 jours adultes : 96 euros. Navette : Lavelanet Monts d'Olmes (vacances scolaires et week-ends) – Accès par Lavelanet.

Aveyron

Parce que les Pyrénées n'ont pas le monopole du flocon, elles n'ont pas eu celui de la glisse... Au nord de l'Aveyron, le grand plateau volcanique qu'est l'Aubrac se dévoile en domaine de rêve pour le ski de fond avec pas moins de 200 kilomètres de pistes balisées reliant Brameloup, Nasbinals, Aubrac, Saint-Urcize et Laguiole. Aux skieurs de pistes, le pays propose, en outre, trois vraies stations estampillées...

► **Aubrac (1 300 m).** Apprenons, à cette occasion, qu'hormis le célèbre plateau, Aubrac désigne, non seulement un village mais encore une station... Celle-ci est le point de départ idéal pour la randonnée nordique hors-pistes et le ski de fond. Plusieurs boucles (40km) permettent de rayonner autour de la station. Consacrée au ski de fond et au patinage sur glace, la station d'Aubrac est aussi celle des enfants. On peut être hébergé sur place et bénéficier de tous les services et commerces à Laguiole ou Saint-Chély d'Aubrac.

► **Brameloup (1 200 m – 1 390 m).** La station de Brameloup déroule au cœur de la forêt 41 kilomètres de pistes de ski de fond, dessine deux itinéraires de randonnée raquettes, compte dix pistes de descente et actionne neuf téléskis. Quatre des pistes bénéficient, si besoin, de l'enneigement artificiel ; les plus petits profitent de la garderie et du jardin des neiges mais on peut encore pratiquer le surf des neiges ou faire des balades en raquettes. Possibilités d'hébergement sur place. Tous services et commerces à Saint-Chély d'Aubrac.

► **Laguiole (1 000 m – 1 400 m).** Avec 48 kilomètres de pistes balisées, la station de Laguiole propose, sur deux versants, un équipement de qualité en ski de fond. Côté alpin, l'offre n'est pas mal non plus : 16 pistes (dont une éclairée pour les nocturnes, jusqu'à 22h certains jours), un télésiège, 12 remontées mécaniques et des canons à neige pour assurer l'enneigement artificiel le cas échéant. Possibilité d'hébergement sur place.

Haute-Garonne

La Haute-Garonne avec ses 4 stations de ski n'a rien à envier à sa voisine les Hautes-Pyrénées et souvent d'une station à une autre on change de département sans s'en apercevoir. Ces stations sont proches de la nature, respectueuses des sites, de la flore et de la faune, accueillantes et à taille humaine. Ski de piste ou de fond, surf et nouvelles glisses, raquettes, motoneige, traîneaux... la variété du paysage de la Haute-Garonne offre toutes ces possibilités et bien d'autres.

► **Bourg d'Oueil (1 350 m – 1 500 m).** A 15 kilomètres de Luchon, dans une superbe vallée, la station de Bourg d'Oueil vous attend, prête à vous dévoiler tous ses charmes. Idéale pour les randonnées en famille grâce à ses champs vierges, vous pourrez également y pratiquer le ski alpin, le ski de fond et la luge. Des moments intenses en perspective. Les pistes : 4 pistes ski alpin, 3 remontées mécaniques. 14 kilomètres de pistes de ski de fond balisées. Station ouverte uniquement les week-ends et pendant les vacances scolaires.

► **Le Mourtis (1 420 m – 1 860 m).** Une station conviviale qui vous offre 20 pistes de ski alpin, le tout dans un environnement naturel particulièrement agréable. Skier à travers les sapins de la forêt communale de Boutx, un vrai plaisir. Versant nord dans la forêt, ou bien versant sud, plein soleil, le Mourtis comblera tous les amoureux d'évasion.

Les pistes : ski alpin, 20 pistes dont 8 vertes, 5 bleues, 5 rouges et 2 noires, 10 remontées mécaniques. Ski de fond, 15 kilomètres de ski de fond en forêt sur des pistes damées et balisées. Garderie enfants à partir de 2 ans. Au pied des pistes, en plein cœur de la station, la garderie ainsi que 2 jardins des neiges accueillent les petits, sans limite d'âge, de 9h30 à 17h30.

► **Luchon-Superbagnères (1 440 m – 2 260 m).** Un village authentique qui fleurit bon la tradition pyrénéenne, des hébergements au pied des pistes, un domaine skiable vaste et aéré, des canons à neige très performants, cette station offre tout ce que l'on est en droit d'attendre. A noter la proximité de Luchon (8 minutes en télécabine) où vous pourrez profiter de l'après-ski et notamment de l'espace thermal, de son casino, de ses discothèques, bars, restaurants et cinémas. Les pistes : 28 pistes soient 4 vertes, 11 bleues, 7 rouges et 6 noires. Boucle de ski de fond de 4 kilomètres balisée et gratuite. 15 remontées mécaniques, 130 canons à neige. Accès : de Luchon à Superbagnères ; télécabine et route (17 kilomètres). Billetteries : 1 à Luchon et 1 à Superbagnères. L'utilisation de la télécabine Luchon/Superbagnères est comprise dans l'achat du forfait « remontées mécaniques ». Garderie enfants de 18 mois à 3 ans, jardin des neiges pour les plus de 3 ans.

Hautes-Pyrénées

Le ski dans les Hautes-Pyrénées est un instant de bonheur et de convivialité avec des stations proches de la nature, respectueuses des sites, de la flore et de la faune, accueillantes et à taille humaine. Ski de piste ou de fond, surf et nouvelles glisses, raquettes, motoneige, traîneaux, les Hautes-Pyrénées et ses douze stations sont à la hauteur des plus exigeants : hébergements de qualité, services sur les pistes et en station, bon enneigement tout au long de la saison, équipements structurants dernière génération.

► **Station de Payolle. De 1120 m à 1450 m : 50 kilomètres de pistes de ski de fond balisées et tracées ; 1 itinéraire nordique de 5 kilomètres ; 4 circuits raquettes balisés ; 1 piste piéton de 2 kilomètres ; 1 piste initiation de 2 kilomètres ; téléski débutant ; espace luge ; chiens de traîneaux ; parapente.**

Vous souhaitez marcher au rythme des raquettes ? Vous rêvez de vivre une aventure en passant une nuit dans un igloo ? Vous cherchez un domaine de forêts et les espaces de neige vierge ? Le site de Payolle vous attend. Vous pourrez aussi aller à la rencontre du pastoralisme. Les plus jeunes peuvent s'initier au milieu montagnard et découvrir les empreintes d'animaux. Un lieu de séjour, aux allures de Grand Nord, tonifiant et relaxant.

► **Station de Cauterets.** Station village de charme, Cauterets décline tous les styles de glisse grâce à ses 2 domaines skiables, le Cirque du Lys, dédié aux nouvelles glisses, « le premier ouvert et le dernier fermé des Hautes-Pyrénées », et le Pont d'Espagne, à 7 kilomètres du village, classé « Grands Sites Midi-Pyrénées », niché en plein cœur du Parc National des Pyrénées. Ce site est un enchantement pour les amoureux du ski de fond avec 5 circuits de 1 à 15 kilomètres, dont une piste école, et des balades en raquettes dans ce qu'on appelle ici le « petit Canada ». Le conseil futé : la carte Yéti Pass vous permet d'obtenir des réductions de 5 % à 25 % pendant toute la saison. En après-ski, le casino, le cinéma, 1 espace multimédia, 1 bibliothèque, balnéothérapie, piscine couverte... et de nombreuses surprises pour les enfants !

► **Station de Gavarnie-Gèdre.** Aller skier dans cette station veut dire aller skier dans l'un des sites les plus somptueux des Pyrénées. Depuis les cimes vous avez une vue directe sur le cirque de Gavarnie. Une fois sur les pistes, à chacun sa glisse : larges pistes bleues et vertes, Kidpark pour les débutants et le Buzzpark consacré aux nouvelles glisses et en prime l'un des meilleurs enneigements naturel des Pyrénées. A ne pas oublier, les 7,5 kilomètres de pistes de ski de fond damées et balisées au plateau de la Prade (gratuit). Autres activités : cascades de glace qui attirent des grimpeurs du monde entier, ski de randonnée, construction d'igloo, alpinisme estival et hivernal, piste de luge pour les enfants. En après-ski, vous avez sur Gèdre une patinoire, du bob-luge, une salle d'escalade et un musée découverte.

► **Station du Grand Tourmalet (La Monie-Barèges).** En été, lorsque vous franchissez le mythique col du Tourmalet par la route, en venant de l'est ou de l'ouest, vous voyez bien des remontées mécaniques, mais

vous avez du mal à imaginer que vous êtes au milieu du domaine skiable du Tourmalet. C'est pourtant le cas et en hiver les inconditionnels du GPS qui se sont trouvés bloqués d'un côté, en voulant aller de l'autre, ne sont pas rares... D'un côté Barèges, l'incarnation même d'un village typique de montagne, de l'autre La Mongie, pure volonté de créer des hébergements « ski aux pieds ». Barèges et La Mongie se complètent ainsi pour former le Domaine du Tourmalet, le plus vaste des Pyrénées françaises, avec plus de 100 kilomètres de pistes. Les activités dans les stations y sont multiples : ski alpin, snowboard, ski de randonnée, promenades en raquettes, balades avec chiens de traîneaux, en calèche ou en moto neige, parapente, détente et remise en forme. Le plateau de Lienz, côté Barèges, offre un beau domaine de ski de fond de 18 kilomètres dont une partie en forêt. De nombreux événements sportifs et festifs sont organisés tout au long de la saison d'hiver. Depuis La Mongie, c'est aussi un accès au Pic du Midi (2 872 m) pour une simple visite ou une descente en ski libre (1 500 mètres de dénivélé), de préférence accompagné par un professionnel de la montagne.

► **Station du Hautacam.** Entre forêts et sommets, Hautacam est un cadre splendide idéal pour débiter le ski en famille. L'espace nordique permet d'aller à son rythme tout en admirant un panorama exceptionnel pour un site de ski de fond. La pratique de la raquette est libre sur le domaine, mais vous pouvez demander à un accompagnateur en montagne de vous emmener découvrir les traces d'animaux dans ce splendide milieu naturel. Pour le fun vous avez le choix entre la *mountain luge* qui se pratique seul ou à deux, sur un rail long de 670 mètres, ou le ski joëring, impressionnante activité qui consiste à se faire tracter sur des skis par un cheval... au pas et au galop ! Pour descendre plus vite dans la vallée, pensez aussi au parapente biplace : surtout, avant le décollage, pensez à laisser les clefs de votre véhicule à votre conjoint !

► **Station de Luz-Ardiden.** Luz-Ardiden, la station de Luz-Saint-Sauveur, bénéficie de 3 versants accessibles facilement et rapidement depuis le bas des pistes. Vous pouvez enchaîner les descentes de haut en bas sans coupure, soit 820 mètres de dénivélé. Et grâce aux 6 places débrayables, 5 minutes plus tard, vous êtes déjà en haut ! Une longue piste bleue permet aux débutants de monter à 2500 mètres admirer le superbe panorama, et de redescendre en toute sécurité. Quant aux bons skieurs, ils peuvent se faire plaisir avec un exceptionnel hors piste de 1250 mètres, à faire de préférence avec un professionnel. Et le plus de Luz, à votre retour au village, c'est de pouvoir profiter du centre de remise en forme Luzéa : si vous avez acheté le forfait ski + thermes vous pourrez vous laisser guider par vos envies dans le jacuzzi, le hammam, le sauna ou dans la piscine, à un prix préférentiel.

► **Station de Nistos.** A pied, en raquettes ou en ski, Nistos est un espace pour tous ceux qui aiment la randonnée et la nature. Le point de vue sur les Pyrénées est superbe à 360°, du Pic du Midi Bigorre aux sommets de la Haute Garonne et de l'Ariège, en passant par ceux du Luchonnais et d'Espagne. Les animations de

la station sont multiples tout au long de la saison, avec des temps forts comme la course de chiens de traîneaux qui a lieu en janvier, la journée en raquettes destinée à s'initier à la sécurité en montagne et à l'orientation, mais aussi des plans nuit en igloo, randonnée nocturne... L'hébergement peut se faire en pied de pistes, dans un gîte-refuge, ou dans les villages qui précèdent la station : chalets, chambres d'hôte, gîtes, hôtels, aire pour camping-cars... Au Domaine des dieux, vous êtes toujours le bienvenu.

► **Station de Peyragudes.** La station de Peyragudes domine la vallée de Larboust, en Haute-Garonne et la vallée de Louron, dans les Hautes-Pyrénées. Deux villages de ces départements, Agudes et Peyresourde, ont su surmonter leurs particularités et les difficultés administratives pour réunir leurs deux versants et offrir une seule et même station, en pied de pistes : Peyragudes. Ici, assurer le niveau d'enneigement a toujours été une priorité ; les canons disposés sur les pistes sont capables d'assurer une production de 1500 m³ par heure et de conforter la skiabilité sur les 2/3 du domaine. 7 dameuses travaillent au quotidien. Ce déploiement de moyens est pour vous le gage de descentes et des pistes parfaitement adaptées à tous vos désirs de glisse. Côtés remontées, l'objectif clairement annoncé est de vous emmener toujours plus vite et toujours plus haut. Côté glisse, c'est la station des férus de sensations nouvelles. Le yonner, vous connaissez ? C'est une luge montée sur amortisseurs. Et le snakeglisse ? Une luge chenille pour s'amuser à plusieurs. L'aïboard est une luge gonflable et le speed-riding est un mélange de parapente et de ski qui permet d'évoluer en alternant ski et vol... L'hébergement se fait à Balestas, environ 500 mètres plus bas et un service de navettes gratuites est assuré de 8h45 à 17h30.

► **Station de Piau-Engaly.** Piau-Engaly est la seule station tout piéton du département. Ici, vous laissez votre voiture à l'entrée, prenez les navettes et vos enfants circulent en toute sécurité d'une activité à une autre. Et pour tous, elles ne manquent pas : le ski bien sûr, mais aussi toutes les nouvelles glisses et pour tous les niveaux, sur des boulevards ou dans des pentes bien raides à descendre en free ride. Les accros de nouveautés sont servis avec la possibilité de s'essayer au snowboard ou au skibike, mais les nostalgiques ne sont pas oubliés avec le télémark ou le monoski ! Sur l'espace nordique, planté de sapins, vous pouvez vous laisser emporter par vos rêves derrière votre attelage de 2 ou 4 chiens. Ne manquez pas la plongée sous glace, un défi bien encadré par des professionnels et une expérience inoubliable, tout comme l'escalade d'une cascade gelée... Frissons garantis sur un site très prisé des glaciéristes pyrénéens, mais même les débutants peuvent s'y essayer. Pas encore fatigué ? Muni de votre forfait journée, allez faire quelques descentes nocturnes sur la piste bleue éclairée ! Pour l'hébergement, c'est dans de grands coquillages, sur une plage de neige blanche...

► **Station de Saint-Lary-Soulan.** Saint-Lary compte désormais 2 ascenseurs pour monter du village de Saint-Lary à Saint-Lary 1700 : le téléphérique du Pic Lumière et la télécabine de Saint-Lary village. 3 espaces composent

la station : Saint-Lary 1700 (Pla d'Adet), dédié au ski en famille avec le Jardin des Neiges, sa piste de luge et l'espace de glisse ludique « Kidpark » destiné aux skieurs en herbe de 6 à 12 ans. Saint-Lary 1900 « Espiaube » est un espace pour skieurs plutôt confirmés, relié aux autres secteurs par les pistes ou par la route (navettes). De Saint-Lary 1900 descend sur 3,6 kilomètres la célèbre « Mirabelle », l'une des pistes les plus longues des Pyrénées avec ses 700 mètres de dénivelé. Sur Saint-Lary 2400, les amateurs de nouvelles glisses peuvent s'éclater sur le stade de bosses ou de slalom ou dans le snowpark sonorisé et animé. 2400 est aussi un paradis pour les promeneurs et les amoureux des loisirs-nature : balades en raquettes à proximité du lac de l'Oule, accessible en télésiège. Vous choisissez votre hébergement en fonction de vos sensibilités ; dans la vallée et ses villages, l'offre est multiple, vous trouvez de rares chambres d'hôtes à Soulan et à 1700, vous avez le choix entre hôtels, résidences, appartements et chalets tandis qu'un hôtel et un gîte vous attendent à 1900.

► **Station du Val d'Azun.** Accessible par le Col du Soulor, à partir des villages d'Arrens-Marsous et Arbéost ou par le Col de Couraduque, à partir d'Aucun, c'est le plus vaste espace nordique de toutes les Pyrénées avec 110 kilomètres de pistes. Il domine les vallées, traverse des forêts de sapins et de hêtres. L'approche de la raquette peut se faire par le biais des professionnels de l'Ecole Pyrénéenne de Raquette à Neige située au Col de Couraduque. Un périple de 5 jours est proposé pour faire le tour du Val d'Azun, de gîte en gîte. Les grands rapaces et les passereaux sont très présents sur le site du Soulor : à proximité de la piste de luge et sur la piste de ski de fond, 5 grandes silhouettes de rapaces en vol (2,50 m à 3 m) et un itinéraire sur les passereaux permettent d'apprendre à les reconnaître de façon ludique. Le soir, 8 privilégiés peuvent faire une balade en dameuse en cabine aménagée et une étape gourmande au refuge peut également faire partie du programme. Hébergement en gîte d'étape et de séjour sur la station. Au village, chalets et appartements, hôtels résidences de tourisme, centres de vacances, caravaneiges, gîtes d'étape et aire pour camping-cars.

► **Station de Val Louron.** Val Louron est une station à taille humaine, idéale pour des vacances familiales et l'apprentissage du ski. L'espace débutants est particulièrement bien adapté aux plus petits, avec des remontées faciles et un espace sécurisé, dont une partie réservée pour la luge. Le panorama sur la vallée est superbe et l'ambiance décontractée. Les amateurs de raquette disposent d'un circuit balisé en forêt et de nombreuses autres possibilités, à découvrir de préférence avec un accompagnateur de montagne. Une association, Louron Pyrénées Nature propose chaque semaine des activités à la journée ou à la demi-journée, à la découverte de l'environnement montagnard. 8 kilomètres en aval, les piétons seront comblés avec des circuits autour du Lac de Génos ou dans les charmants et authentiques villages environnants. Après le ski, Balnéa, espace de bien-être, vous attend avec ses jacuzzi, hammam, piscine... ou pour des soins personnalisés. Pour ce séjour convivial et détendu, vous avez en pied de piste différentes formules d'hébergement avec ou sans prestations hôtelières,

ainsi que des bornes camping-cars. Dans la vallée, des chambres d'hôtes, hôtels, caravaneiges et gîtes viennent compléter l'offre.

Bien-être et remise en forme

Thermalisme

Si les Gaulois étaient déjà présents auprès des sources, notamment à Luchon (31) et Bagnères-de-Bigorre (65), c'est, surtout, durant la période romaine que l'emploi des vertus médicinales de certaines eaux s'est développé : c'est le cas à Capvern (65), Luchon et Bagnères-de-Bigorre... Tandis que les dieux du Panthéon romain remplacent les divinités gauloises, l'eau minérale est associée à une manifestation divine : le liquide bienfaiteur guérit parce que les dieux l'ont voulu. Un caractère miraculeux qui perdurera pendant des siècles avant de périr pendant le Moyen Age et de revivre pendant la période médiévale. Le XVIII^e siècle est celui de la renaissance thermale. La construction des routes favorise l'embellissement de certaines stations, comme Luchon. Le thermalisme évolue et participe aux grandes mutations de la société française : médicalisation de la société et développement des loisirs. Les stations ne sont plus uniquement fréquentées par des malades, mais, aussi, par des amateurs de détente, d'excursions en montagne, de jeux dans les casinos... Bien évidemment, ce thermalisme plus mondain ne se pratique que dans les villes d'eaux les plus importantes, même si le développement de ce marché a incité les autres à suivre le mouvement. Phénomène de mode ou besoin profond, prendre soin de soi est devenu une préoccupation majeure de l'homme moderne.

De fait, on redécouvre les qualités bienfaitantes de l'eau thermale à tel point que la région Midi-Pyrénées est devenue la quatrième région thermale de France. Elle compte ainsi 17 stations et vingt-trois établissements thermaux. Ces établissements permettent de traiter dix des douze indications thérapeutiques répertoriées en France. On retiendra surtout le traitement des rhumatismes et des traumatismes, des affections respiratoires et de l'obésité. Si l'on ne souhaite pas suivre des soins curatifs pendant trois semaines, il est possible de profiter des espaces bien-être dédiés à la relaxation avec banquettes à bulle, geysers, hydro-massages, bassins à jets... De plus en plus de stations proposent ainsi des courts séjours, permettant d'allier à ces moments de relaxation le plaisir des découvertes touristiques. Certaines stations de sport d'hiver proposent des séances spéciales après-ski ou après randonnée. Notons qu'il est de plus en plus facile de réserver simultanément soins thermaux et hébergement.

Parmi les stations citons Ax-les-Thermes, Aulus-les-Bains, Beaucens, Castéra-Verduzan, Luchon, Luz-Saint-Sauveur, Ussat-les-Bains, Bagnères de Luchon, Argeles-Gazost, Barbotan les Thermes, Cauterets, Lectoure, Barèges et Cransac. Avec des chiffres en constante progression et des infrastructures de mieux en mieux adaptées au thermalisme ludique, les Pyrénées sont devenues une région thermale majeure.

Festivals et manifestations

Découvrez toutes les plus grandes manifestations, les festivals et les animations folkloriques, traditionnelles ou originales, qui se dérouleront en région Midi-Pyrénées en 2014 et en 2015.

Ariège

Fêtes

■ FESTIVAL DES SAVEURS

AX-LES-THERMES

www.festivalsaveurs.com

En septembre.

Le Festival des saveurs organise depuis plus de dix ans une manifestation favorisant la rencontre de producteurs fermiers et de restaurateurs du département afin de mettre en valeur leur savoir-faire. Depuis sa création, il suscite l'intérêt des professionnels et la curiosité du public et a initié la création du Club des saveurs qui engage selon une charte de qualité des producteurs, des artisans métiers de bouche et des restaurateurs à proposer le meilleur de la gastronomie ariégeoise dans le respect des produits du terroir. Ce festival a lieu tous les 2^e week end de septembre par l'ouverture du marché, sans intermédiaires, directement du producteur au consommateur. Le concours des binômes met en relation un restaurateur et un producteur pour une création gastronomique originale où le public peut participer à la dégustation des plats. Et enfin le concours des azinats, ce plat typique ariégeois, réservé aux familles et aux amateurs de cuisine de l'Ariège. Après une préparation sur place, chaque recette est goûtée et notée par un jury. Azinat et rouzolle sont ensuite consommés par le public inscrit au repas festif.

■ FOIRE AU GRAS

MAZÈRES

En décembre.

Chaque année, en décembre, Mazères organise sa traditionnelle foire au gras. Au programme, un concours qui met en concurrence de bons produits du terroir : foie d'oie et de canard, oies et canards entiers, oies et canards ouverts, chapons, dindes et oies de Guinée, et une catégorie plus récente : foies d'oie ou de canard en bocaux ou en boîte. Le jury va déguster et le public peut donner son avis ! Bien sûr, les gourmands et gourmets peuvent aussi venir se procurer sous la halle couverte les délices qu'ils concocteront pour les fêtes et qui feront l'objet d'une dégustation commentée par le jury, auquel le public sera associé. Le samedi soir a lieu le traditionnel repas du gras, avec foie gras en perspective !

■ FETE DE LA POMME DE MIREPOIX

Place du Maréchal Leclerc – MIREPOIX

Chaque troisième week end d'octobre, sur un thème précis la ville est décorée en pommes locales.

Marché fermier avec les producteurs ; tous produits dérivés ; fabrication de jus de pomme, distillation... une très belle façon d'accueillir l'arrivée de l'automne. L'association des commerçants s'évertue comme toujours à embellir la belle bastide de Mirepoix. Sous les couverts et autour de la ville se déploient des centaines de mains qui manipulent les pommes pour le plus grand plaisir de nos yeux.

■ FIESTA

Office de Tourisme du pays de Pamiers

PAMIERS ☎ 05 61 67 52 52

fiesta@ot-pamiers.fr

En juillet.

Défilé carnavalesque, flamenco, apéro-concert, tango, salsa, feu d'artifice... De la musique, de la danse, la fête quoi ! Le plateau du Castella se transforme en une gigantesque scène de plein air. De nombreuses animations de rue sont au rendez-vous. Un festival de quatre jours qui promet d'être haut en couleur. La salsa, ingrédient de base, est conservée mais elle peut être accompagnée de sauces africaines, mexicaines, orientales... De nouvelles formules, de nouvelles recettes, de nouvelles destinations, pour plonger sans modération dans le chaudron épique et endiablé d'une Fiesta détonante.

■ AUTREFOIS LE COUSERANS

SAINT-GIRONS ☎ 05 61 96 26 60

En août.

Le premier week-end d'août, depuis 1992, c'est la grande manifestation des traditions rurales, de la vie fermière, des savoir-faire ancestraux... Elle attire tous les ans plusieurs milliers de personnes. Défilé dans les rues, bal traditionnel, marché artisanal et marché gourmand. Tout est mis en œuvre pour étonner le palais des plus gourmets. Plus de 700 bénévoles participent avec des tracteurs, vaches, moutons et vous font revivre la vie du Couserans d'autrefois.

■ FESTIVAL D'ART SACRE DU COUSERANS ET DE L'ARIEGE

SAINT-LIZIER ☎ 05 61 96 77 77

Le festival se déroule pendant les fêtes de l'Ascension, en Couserans. Le Sacré sous toutes ses formes artistiques : musique, chant, art, théâtre dans les édifices sacrés tels que la cathédrale de Saint-Lizier, l'abbaye de Combelongue, les églises romanes du Haut Salat. Tout en pratiquant des tarifs modiques, le festival propose une programmation de qualité, permet de faire découvrir le patrimoine du Couserans et de l'Ariège.

■ FOIRE AU GRAS VERNIOLLE

☎ 05 61 68 07 36

Le 1^{er} dimanche de décembre.

Chaque année, le premier week-end de décembre, la ville de Verniolle organise son marché au gras. Au programme, animation de rue, défilé de vieux tracteurs, bandas, promenades en poney et les produits que vous aimez tant (confit, foie gras, magret...) sur la place du marché ! Vous pouvez également vous restaurer sur place.

Foires – Salons

■ FOIRE D'AUTOMNE PAMIER

Un dimanche du mois d'octobre, toute la journée.

Chaque automne, l'association des commerçants organise une foire. Elle réunit ainsi 200 exposants au cœur de la ville, un dimanche du mois d'octobre. Sur les étals, il est ainsi possible de dénicher vêtements, articles de mercerie, bijoux et parfums, maroquinerie, batterie de cuisine, brocante et produits du terroir. Il est également possible de grignoter sur le pouce, en flânant le long des étalages.

■ FOIRE DE SAINT-GIRONS SAINT-GIRONS

Le 2^e et 4^e lundi de chaque mois,

La ville doit son nom actuel à Gérance ou Girons, apôtre qui parcourut les Pyrénées vers le V^e siècle et fut mis à mort du côté d'Auch. Ses restes furent transportés plus tard sur les rives du Salat où un oratoire fut élevé sur sa tombe (premier édifice d'une ville qui devait prendre le nom du saint), honorée de plusieurs miracles. De l'ancienne église du XV^e siècle, on n'a conservé que le clocher qui se termine par une flèche hérissée de têtes de loup. L'aspect extérieur rappelle les basiliques romano-byzantines de la période carolingienne. Sur son parvis et sur cette place rectangulaire recouverte de pavés, on imagine aisément Esméralda, superbe, dansant à la fête des fous. A voir aussi, l'église de Saint-Vallier pour ses retables et son portail ouest classé en 1925, ce superbe monument gothique étant orné de portails et sarcophages romans, l'église de Saint-Girons est un édifice dont l'architecture mêle plusieurs siècles (clocher du XIV^e siècle). Il est très agréable de se promener dans Saint-Girons, notamment le long du Salat, en contemplant le vieux pont du XVI^e siècle.

Manifestations culturelles – Festivals

■ LA TÊTE DANS LES ÉTOILES AUZAT ☎ 05 61 02 75 98

En août. Ouvert à tous.

L'Association française d'astronomie, la revue *Ciel et Espace*, Planète Sciences, le Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche, France Bleu et France Info organisent la « Nuit des Étoiles ». A cette occasion et pour la troisième année consécutive, la Maison des patrimoines d'Auzat proposera une soirée « la tête

dans les étoiles ». Un intervenant astronome, Philippe Tosi, viendra conter le ciel et vous fera plonger dans la voie lactée ! En plus, vous pourrez découvrir le ciel sous les étoiles du port de Lers, un des hauts sites ariégeois d'observation des astres !

■ FESTIVAL DE GRANDS CHEMINS Chemin de la condamine AX-LES-THERMES

☎ 05 61 64 60 60 / 05 61 64 38 00

www.ax-animation.com

axanim@wanadoo.fr

En juillet (festival de rues gratuit).

L'association Ax animation propose de découvrir sur ses chemins de contrebande la libre expression des artistes de théâtre de rue, danse, cirque, musique, dans le creux des Vallées d'Ax et au sommet de ses montagnes. Une randonnée est écrite en résidence par une compagnie laissant voguer son imagination à l'air libre. Accompagnée par des guides de montagne, la randonnée permettra à ses participants de découvrir un spectacle écrit sur mesure, mais aussi de savourer celui tout aussi subtil de leurs hôtes plus discrets, la faune et la flore de cette scène à ciel ouvert. Des spectacles sont proposés sur le plateau de Beille et les villages partenaires de l'édition, associant aux tribulations des compagnies les facettes précieuses de leur patrimoine naturel et bâti.

■ TERRE DE COULEURS DAUMAZAN-SUR-ARIZE

☎ 09 75 23 66 29

www.terredecouleurs.asso.fr

tdc.infos@terredecouleurs.asso.fr

En juillet.

Terre de Couleurs organise et programme des artistes et spectacles appartenant aux mouvements des musiques du monde, traditionnelles et actuelles, et il est reconnu comme l'un des grands festivals de l'Ariège et de Midi-Pyrénées. Théâtres de rue, danses, chansons populaires, cabaret équestre, déambulation, orchestre sans instruments, jeux en bois, traditionnels et insolites et aussi conférences sur le thème de l'année. Autant d'animations, de spectacles et d'échanges forts riches et instructifs que nous promet encore Terre de Couleurs.

■ LES Z'ARTS EN DOUC DUN

www.zartsendouc.fr

zartsendouc@gmail.com

En août.

Depuis dix ans cette association organise le festival d'été de la vallée du Douctouyre. Ce festival multiculturel proposera cette année du théâtre local, des projections de reportages et de documentaires, des concerts, des rencontres avec les producteurs de la vallée, des ateliers divers... Mais la petite asso bien sympathique est devenue avec le temps une grande et dynamique association, et présente tout au long de l'année différents artistes dans différents domaines et dans différents lieux... Ok, petit renard, tu ne nous dis pas grand-chose ! Le plus simple est d'aller sur leur site pour avoir toutes les programmations à jour. Ça vaut le coup ! Foi de Renard !

■ **FESTIVAL INTERNATIONAL DE FILMS RESISTANCES**
FOIX ☎ 05 61 65 44 23
www.festival-resistances.fr
festival.resistances@orange.fr

En juillet.

Cinéma d'auteur avec des œuvres engagées autour de différents thèmes : on a vu *Bonheur intérieur brut contre PIB, Science, devoir d'ingérence, Murs et frontières, Art, pouvoir et contestation...* Tous les ans, des thèmes sociétaux sont abordés, venus de France ou d'ailleurs. Ce festival s'est donné comme objectif de promouvoir un cinéma rarement diffusé sur les écrans pour créer un salutaire étonnement, faire connaître d'autres regards et d'autres cinéastes que ceux du prêt-à-penser habituel.

■ **FESTIVAL RÉSISTANCES**
Centre culturel –
Scène nationale de Foix et de l'Ariège
20, avenue du Général-de-Gaulle
FOIX ☎ 05 61 65 44 23
www.festival-resistances.fr
festival.resistances@orange.fr



Début juillet. Restauration.

Le festival de films Résistances a été fondé en 1997 et se déroule chaque année au mois de juillet à Foix. Le festival s'inscrit dans un esprit de contre-culture cinématographique et s'est donné comme objectif de promouvoir un cinéma engagé, rarement diffusé, en proposant un autre regard sur le monde et des cinéastes à l'opposé du « prêt-à-penser habituel » allant à contre-courant des idées reçues. Le festival Résistances construit une utopie libertaire. Chaque année, le festival s'articule autour de quatre grands thèmes soigneusement choisis par le collectif de Résistances en lien avec les problématiques actuelles. Une centaine d'œuvres cinématographiques est alors sélectionnée et discutée lors de débats avec les réalisateurs. Programmation spécifique destinée aux malentendants et aux malvoyants.

■ **JAZZ À FOIX**
FOIX ☎ 05 61 01 18 30
www.jazzfoix.com
artriege@wanadoo.fr

En juillet.

Une pléiade de concerts et une belle distribution pour ce festival ariégeois. Le festival «In» présente un ensemble de concerts donnés par de grosses peintures du jazz. En open, le festival «Off» anime les terrasses des cafés fuxéens les après-midi et soirées. Il est l'événement culturel de la musique jazz en Ariège. Tous les jours à 18 heures, apéritifs concerts, à consommer avec modération pour l'apéro et sans modération pour la musique.

■ **FESTIVAL INTERNATIONAL DE LA MARIONNETTE A MIREPOIX**
MIREPOIX ☎ 05 61 68 20 72
www.mima-festival.com

En août.

Ce rendez-vous, désormais bien installé début août, offre l'occasion de découvrir un Mirepoix insolite peuplé de petits personnages malicieusement manipulés. Ce

festival reste fidèle à sa volonté de promouvoir les multiples formes de la marionnette, des plus traditionnelles aux plus contemporaines. Le festival décentralise sa programmation à travers des villages et propose des circuits en campagne dans des lieux aussi divers qu'un verger, une petite place, une impasse, etc.

■ **SALON DU LIVRE D'HISTOIRE LOCALE DE MIREPOIX**

1^{er} dimanche de juillet.

Le premier dimanche de juillet, sur la place Maréchal Lederc, sous les couverts et sous la halle se déroulera le salon. Ventes et dédicaces de livres par les auteurs historiens ou auteurs de romans historiques, bouquinistes et associations de défense du patrimoine, conférences et vente aux enchères privée animeront cette manifestation. Le prix Joseph-Laurent Olive récompense les ouvrages d'histoire locale publiés dans l'année.

■ **LOVE BLUES IN SEM**
SEM ☎ 06 70 93 47 45
www.bluesinsem.com

En août.

Le village de Sem est niché au creux d'une vallée glacière, à 900 m d'altitude, dans un écrin de verdure, traversé d'un petit torrent, juste au-dessus de la vallée du Vicdessos. Sous l'impulsion d'un petit groupe d'amis et de passionnés, cette « nuit du blues » a vu le jour il y a plus de dix ans. Retrouvez le programme détaillé de Love Blues in Sem sur le site Internet. Ce festival est à découvrir absolument dans ce coin de l'Ariège, au croisement de plusieurs vallées.

■ **TARASCON LATINO**
TARASCON-SUR-ARIÈGE
 ☎ 05 34 09 88 88
www.mairie-tarascon.com

En juillet.

Pendant six jours et six nuits, fin juillet, Tarascon, ses habitants et ses touristes vivent sur des rythmes Latinos. Des films, des expos, du théâtre, des conférences, des danses folkloriques et des concerts gratuits, pour les grands et les petits, pour vous immerger dans les cultures des civilisations d'Amérique latine. Le festival s'élargit désormais à différentes cultures du monde, tout cela au pied des Pyrénées ariégeoises.

Manifestations sportives

■ **JOURNÉES NATIONALES DU CHEVAL DE MERENS**
BOUAN ☎ 05 61 01 98 58
www.chevaldemerens.com

En août.

Ce concours national de la race du cheval de Mérens se déroulera dans le cadre magnifique de Bouan où village d'exposants et restauration vous accueilleront pour cette manifestation gratuite. Le cheval de Mérens, originaire de la Haute Vallée de l'Ariège, ressemble étonnamment aux chevaux magdaléniens d'il y a 13 000 ans et que l'on voit peints dans la grotte de Niaux. Deux journées festives alliant l'élevage et l'utilisation.

■ LE TRAIL DES CITADELLES

LAVELANET

☎ 05 61 01 22 20

www.trail-citadelles.com

contact@trail-citadelles.com

Deuxième week-end d'avril.

Depuis plusieurs années, le 2^e week-end d'avril, le trail des Citadelles accueille des coureurs venant de tous horizons, plus de 60 départements ainsi que belges, andorans, luxembourgeois, espagnols, anglais, marocains, brésiliens, australiens, tous participent à cette aventure pour découvrir la course mais aussi les châteaux cathares et les paysages de notre région. Quatre parcours sont proposés : 20, 40 et 70 km individuels et une rando. Au cœur du Pays d'Olmes vous apprécierez les doux sentiers en sous bois, la vue panoramique sur le saint Barthélemy, les forêts de Belesta et Mondini, le charme romantique des cascades de Roquefort et le magie de la fontaine de Fontestorbes, les chemins escarpés pour atteindre les châteaux de Montségur et Roquefixade. A la fin de votre périple fatigués mais heureux du chemin parcouru, vous retrouverez l'ambiance conviviale du repas. Plus de 150 personnes travaillent au succès toujours grandissant de cette manifestation et durant les courses six points de ravitaillements sont installés où des bénévoles assurent la logistique. Le Trail des Citadelles reste une aventure humaine et intérieure formidable. Une épreuve, résolument réservée, à tous.

■ L'ARIEGEOISE

SAINT-GIRONS

En juin.

Cyclosporitive de niveau international. Plus de 4000 participants attendus entre Tarascon-sur-Ariège et Auzat par les cols ariégeois. Trois parcours : deux cyclosporitifs et une randonnée. Une grande partie des trois parcours se déroulera dans Le Pays d'Olmes et traversera le Massif du Plantaurel, piémont des Pyrénées ariégeoises. Le parcours de l'Ariégeoise passera au pied du château cathare de Montségur. L'arrivée se déroulera vers la station de ski nordique du Plateau de Beille à 1 789 m d'altitude.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ FOIX TERRE D'HISTOIRE

Théâtre de verdure de l'Espinet
FOIX

☎ 05 61 02 88 26

En août.

Dans le cadre privilégié du théâtre de verdure de l'Espinet, cette reconstitution historique est attendue chaque année avec le même enthousiasme. A la nuit tombée, le château de Foix devient le siège d'un spectacle qui remonte le temps et replonge dans l'histoire de l'Ariège.

Plus de 200 comédiens, bénévoles ou professionnels et puis, bien sûr, des feux d'artifices, des canons à images et des lasers, particulièrement grandioses chaque année. Durant plus d'une heure trente, actions, émotions, effets spéciaux, cascades et tableaux vivants vous transporteront dans les pas de ceux qui, il y a huit siècles, ont résisté au nom de la liberté de choisir. C'est un des grands spectacles historiques de Midi-Pyrénées avec dans le rôle principal : l'unique et magnifique château de Foix.

■ LES MIEVIALES DE MAZERES

MAZÈRES

www.ville-mazerres.fr

En août.

Comme chaque année, organisées par l'association Fébus Aban, ces fêtes médiévales réunissent plus de 400 figurants et 50 cavaliers défilant dans les rues de la belle Bastide de Mazères le samedi à 21 heure et le dimanche à 16 h avant le spectacle. Le dimanche soir un grand festin médiéval pour 650 couverts et 8 services est organisé sous la magnifique halle couverte avec de nombreux divertissements.

■ LES MÉDIÉVALES DE MIREPOIX

MIREPOIX

☎ 05 61 68 83 76

www.tourisme-mirepoix.com

contact@tourisme-mirepoix.com

En juillet.

Du vendredi au lundi, les médiévales sont une reconstitution d'une histoire riche, d'un cadre magnifique, de costumes époustouflants et de bénévoles motivés qui sont le secret de ce festival. Cette année le thème en est « fêtes et jeux » Tournois de chevalerie sous le pont de l'Hers. Défilé historique le dimanche après midi, saynètes nocturnes et marché artisanal sous les couverts et médiéval sur le parvis de la cathédrale durant 4 jours. Jeux géants en bois et présentation de jeux d'antan. Un fabuleux voyage dans le temps à travers l'Histoire, la musique et les jeux. Venez découvrir l'ambiance moyen-âgeuse au cœur de la magnifique cité de Mirepoix qui se clôture toujours avec un défilé aux flambeaux et une messe en occitan dans la cathédrale.

■ FESTIVAL HISTORIQUE

AUTOUR DU CATHARISME

MONTAULLOU

☎ 04 68 20 77 90

Premier week-end du mois d'août.

Montaillou est aujourd'hui un site témoin du catharisme et de sa répression, une référence internationale pour la recherche. Le festival historique et culturel, organisé par l'association Le Castellans depuis une dizaine d'années, met en spectacle ce passé historique. Cette manifestation a pour objectif de valoriser et de permettre à tous de découvrir le patrimoine historique, par l'expression de la culture occitane et montagnarde.

Aveyron

Fêtes

■ MARCHÉ DES PRODUCTEURS DE PAYS CAMARÈS

www.marches-producteurs.com

marches-producteurs@apca.chambagri.fr

Le mercredi matin de 8h30 à 12h30, sur la place du Foiral, en juillet et août. Découvrez toutes les spécialités de l'Aveyron et goûtez aux produits locaux. reconnu pour ses activités agricole les produits aveyronnais sont reconnus pour leur qualité. Roquefort, pérail, charcuterie et autre vous régaleront. A noter aussi : la convivialité des producteurs locaux, qui seront ravis de partager avec vous l'amour de leur région.

■ FÊTE DE LA CHATAIGNE Sauveterre-de-Rouergue SAUVETERRE-DE-ROUERGUE

Fin octobre.

Le dernier dimanche d'octobre, Sauveterre-de-Rouergue célèbre les produits de la saison : la châtaigne et le cidre doux. Dans le joli décor de la place des Arcades, alors que le temps s'est rafraîchi, vous dégusterez des châtaignes grillées, en admirant les mouvements d'un groupe de danse folklorique. Voilà une jolie manière d'allier plaisir des yeux et plaisir gustatif ! Un moment savoureux à partager en famille !

Foires – Salons

■ FOIRE AUX GRAS BARAQUEVILLE

Le 3^e vendredi de décembre.

Chaque année à Baraqueville, le troisième vendredi de décembre se tient une foire grasse. Elle a été créée en 1969 et connaît un grand succès, accueillant de nombreux producteurs de la région sous la grande halle de l'espace Raymond-Lacombe, dès 8h30 du matin ! Ils vendent ainsi dindes, dindons, oies, canards, lapins, pintades, chapons... Vous aurez de quoi concocter de délicieux mets pour les fêtes et pourrez assurément choisir ici vos plus beaux foies gras ! Un beau (et bon !) rendez-vous en perspective.

■ FOIRE DE CAMARÈS CAMARÈS

Toute l'année, le 4^e mercredi du mois. Place du Foiral.

■ FOIRE AUX CHEVAUX Gabriac GABRIAC

4^e jeudi de novembre.

■ FOIRE DE MILLAU Millau MILLAU

■ LUNDI EN FÊTE – MARCHÉ NOCTURNE MILLAU

Tous les lundis de juillet et août.

■ FOIRE MENSUELLE RÉQUISTA ☎ 05 65 74 02 39

Tous les 2^e jeudi du mois, en matinée.

■ FOIRE SUR LE TOUR DE VILLE RODEZ

Dernier vendredi de mars et juin ; 1^{er} vendredi de septembre et décembre, sur le tour de ville.

■ SALON TOUTES COLLECTIONS Salle des fêtes, plateau Paul Lignon RODEZ

contact@cartoclub12.com

Mi septembre. Prochaine édition le 14 septembre 2014.

Entrée : 2 €. Le prochain salon Toutes Collections se tiendra à la salle des fêtes de Rodez au mois de septembre. Comme chaque année, il s'agit d'un salon entièrement dédié aux collections de tout poil : cartes postales, monnaies, timbres, livres, miniatures et autres objets de collection. Il est organisé par le Carto club Aveyronnais. Vous y trouverez un point restauration, si vous souhaitez passer l'ensemble de votre dimanche sur place.

■ LA FOIRE AUX ÂNES THÉRONDELS

Autour du 20 octobre. Belle journée d'animations à Thérondels autour des ânes. Marché, dégustations, musique, vide grenier, repas. Bal en soirée. Exposition et vente d'ânes.

Manifestations culturelles – Festivals

■ CHALLENGE INTERDÉPARTEMENTAL DE PÊCHE DES CARNASSIERS

☎ 05 65 68 20 91

5 concours/an sur les lacs aveyronnais en partenariat avec d'autres départements : Lot, Tarn-et-Garonne, Puy-de-Dôme, Haute-Vienne...

■ LES NUITS ET LES JOURS DE QUERBES Querbes – ASPRIÈRES

Début août. Prochaine édition du 7 au 10 août 2014.

Dans un cadre campagnard se mêlent aux pierres, la littérature et la musique. Pendant trois jours, chaque année au début du mois d'août, le village de Querbes s'anime au gré des mots et des notes. Concerts, performances, lectures et rencontres littéraires se multiplient pour le grand plaisir des festivaliers. La prochaine édition, 2014, croisera les regards de Querbes et de Budapest pour des échanges inoubliables.

■ LA FESTA DEL TRAUC BOZOULS www.festa-del-traouc.fr

Fin août. Le comité des jeunes de Bozouls organise chaque année un festival de rock, au mois d'août. Le principe est simple : accueillir des groupes connus et moins connus, pour une soirée festive en Aveyron. Les concerts ont lieu sur le parvis de l'église Sainte-Fauste et pour un prix d'entrée modique. C'est l'occasion de découvrir des groupes d'ici et d'ailleurs et de passer un excellent moment, à la fin de l'été !

■ **FESTIVAL DES DEUX RIVES**
Cabanès – La Salvetat-Peyralès –
Lescurre-Jaoul
CABANÈS

2^e semaine d'août.

Chaque année au début du mois d'août, le festival des deux rives, situé en Ségala au cœur de l'Aveyron vient animer les pierres, en proposant des concerts de musique. Au programme, musique classique ou jazz, à l'église de Cabanès, en la chapelle Saint-Jacques de Rieupeyroux, à la Salvetat-Peyralès, Sauverterre de Rourgue pour rester dans l'Aveyron, ainsi qu'à Jouqueviel, Lagarde Viaur, Mirandol, Saint Martin Laguëpie et Pampelonne, dans le Tarn...

■ **L'AUTRE FESTIVAL**
(DERRIÈRE LE HUBLOT)

Capdenac

CAPDENAC-GARE

www.derriere-le-hublot.fr

derrierelehublot@wanadoo.fr

En mai ou juin. Prochaine édition le week-end de la Pentecôte 2014 (7 et 8 juin).

Derrière le Hublot est une association qui a été créée en 1996 à Capdenac-Gare. Depuis presque vingt ans, elle tente de créer une dynamique culturelle en lien avec les territoires qui l'accueillent. Elle accueille ainsi des spectacles de mai à décembre, des artistes en résidence, des projets et un festival, au mois de juin-juillet chaque année. Le festival est surtout dédié aux arts de la rue, afin de s'implanter largement dans les terroirs ruraux autour de Capdenac.

■ **FESTIVAL DE MUSIQUE DE CONQUES,**
LA LUMIÈRE DU ROMAN

Conques

CONQUES

www.festival-conques.com

Fin juillet, début août.

Chaque année, le Centre européen de Conques et l'Adccc organisent un festival qui permet d'allier au charme des lieux, choisis pour leur acoustique exceptionnelle, de magnifiques sonorités. Il se tient au cœur de l'été, chaque année. Au programme, spectacles, concerts, lectures, récitals... En 2014, il sera entièrement dédié au violoncelle avec deux invités de marque à l'honneur : le violoncelliste Claudio Pasceri et le compositeur Lamberto Curtoni.

■ **LES ESTIVALES DU LARZAC**
Sites templiers et hospitaliers

Viala du Pas de Jaux

La Couvertoirade, La Cavalerie,

Saint-Jean-d'Alcas,

LA COUVERTOIRADE

☎ 05 65 59 12 22

www.conservatoire-larzac.fr

En juillet et août.

Chaque été, les cités templières plongent habitants et visiteurs, huit siècles en arrière. Accueillant un bon millier de spectateurs à chaque représentation, les Estivales du Larzac sont dédiées aux Templiers et Hospitaliers. Tentes médiévales, échoppes, bannières, mobiliers et vaisselles d'époque, la mise en scène, quasi muséale, reconstitue

l'art de vivre au Moyen Age. Pour retrouver l'esprit de chevalerie, ses règles et codes de bienséance, d'honneur et de loyauté ! Du grand spectacle !

■ **FESTIVAL LIVRE BD JEUNESSE**
LA FOUILLADE

www.bullest12.com

Prochaine édition les 26 et 27 juillet 2014.

Le Festival Livre BD Jeunesse de La Fouillade se tient chaque année dans la salle omnisports, au mois de juillet. Il accueille des auteurs BD, Jeunesse et Littérature régionale pour des rencontres avec le public. Au programme également, des ateliers, un concours d'écriture, la possibilité d'acheter des livres sur place et bien d'autres surprises, spectacles et séances de dédicaces, à découvrir sur place.

■ **CAP FESTIVAL**
LE VIBAL

www.cap-festival.com

infos@cap.festival.com

Du 15 au 17 août 2014.

Cap Festival est le festival des musiques actuelles en Aveyron. Pendant trois jours, des artistes connus et méconnus viennent animer le village du Vibal. Avec l'année 2014, sonne la vingtième édition : un anniversaire qui démontre la vigueur de ce festival ! Vous pouvez réserver vos places à l'avance ou sur place. Attention, les tarifs sont majorés lorsque les billets sont achetés au dernier moment, pensez futé !

■ **FESTIVAL MILLAU JAZZ**
16, boulevard de l'Ayrolle
MILLAU

☎ 05 65 60 82 47

www.millauenjazz.net

millau.jazz@wanadoo.fr

Mi-juillet. Prochaine édition du 12 au 19 juillet 2014.

Le festival de jazz implanté à Millau existe depuis 1992. Il est organisé par l'association Millau en jazz avec le soutien de nombreuses institutions locales. Chaque année une thématique est au goût du jour. En 2014, le festival fête de nouveaux horizons en mettant à l'honneur l'éclectisme, le goût du voyage. Il met ainsi à l'honneur soul, blues, jazz manouche, raggamuffin, bossa nova... Découvrez-le sans tarder.

■ **RENCONTRES... À LA CAMPAGNE**

Rieupeyroux

RIEUPEYROUX

www.rencontresalacampagne.org

rencontresalacampagne@wanadoo.fr

Seconde semaine de septembre. Prochaine édition : du 10 au 14 septembre 2014.

Les rencontres... à la campagne se tiennent tous les ans au mois de septembre à Rieupeyroux, depuis seize ans. Il s'agit de célébrer le septième art en organisant cinq jours de projections et de rencontres entre publics et professionnels. Au programme, des avant-premières, une journée réservée aux films produits ou réalisés en région(s), films du répertoire, films jeunesse, courts métrages... et un chapiteau pour rassembler festivaliers et invités !

■ **ESTIVADA, CARREFOUR CULTURELS
DES PAYS D'OC
RODEZ**

www.estivada-rodez.com

Fin juillet.

Le festival interrégional des cultures occitanes existe depuis plus de vingt ans et constitue depuis un incontournable pour qui veut découvrir l'Aveyron et les traditions occitanes. Huit régions sont ici représentées, avec même des partenaires venus d'Italie et d'Espagne pour célébrer l'Occitanie. Vous retrouverez ici des concerts et spectacles, des ateliers de cuisine ou de danse, des rencontres et débats, des jeux, des spécialités culinaires...

■ **SALON TOUTES COLLECTIONS**

Salle des fêtes

RODEZ ☎ 05 65 42 58 33

contact@cartoclub12.com

Mi-septembre. Cartes postales, monnaies, timbres, livres...

Entrée : 2 €.

■ **FESTIVAL ET RENCONTRES DE MUSIQUE DE
CHAMBRE DU LARZAC**

Différents sites du Larzac

SAINT-BEAULIZE

www.festivaldularzac.com

festivaldularzac@yahoo.fr

En août.

Ce festival est né avec l'ambition de réunir de jeunes musiciens professionnels, sur le plateau du Larzac, afin qu'ils puissent prendre le temps de travailler et jouer ensemble. Les concerts sont les résultats de ces rencontres sur le Larzac. Au programme, quatuors et quintettes, ensembles et voix, vents et cordes, accordéon... Chaque concert accueille plusieurs formations et des œuvres variées, classiques, modernes ou contemporaines...

■ **FESTIVAL INTERNATIONAL
DE MUSIQUE SACRÉE**

SYLVANÈS ☎ 05 65 98 20 20

www.sylvanes.com/festival

abbaye@sylvanes.com

En juillet et août. Prochaine édition du 13 juillet au 24 août 2014.

Le festival international de musique sacrée de Sylvanès n'est plus à présenter. Il accueille chaque année des artistes de renommée internationale autour d'une thématique soigneusement choisie. Citons par exemple les Chants de l'âme autour du monde en 2007, Chants du ciel et de la terre en 2011, Vers des lendemains qui chantent en 2012, Métamorphoses en 2013... et permettent d'entendre chœurs, solistes chanteurs, organistes dans des œuvres sacrées, liturgiques, classiques et traditionnelles, en provenance de tous les pays.

■ **FESTIVAL EN BASTIDES
VILLEFRANCHE-DE-ROUERGUE**

www.espaces-culturels.fr

espacesculturels@wanadoo.fr

En août.

Le festival en Bastides est organisé chaque année au mois d'août. Animé par les Espaces culturels villefranchois il a pour but de promouvoir le spectacle vivant et les arts de la rue, en allant à la rencontre des publics d'ici

et d'ailleurs. A Villefranche de Rouergue, mais aussi dans les bastides environnantes, s'invitent troupes et musiciens, pour une programmation aussi riche que variée : conte, théâtre, cirque, musique, danse, mime...

■ **LES NUITS MUSICALES
VILLEFRANCHE-DE-ROUERGUE**

Musique de chambre dans les monuments. Fin juillet.

Manifestations sportives

■ **FESTIVAL DE LA RANDONNÉE
PLEINE NATURE**

ESPALION ☎ 05 65 44 10 37

De la mi-juillet à la mi-août. Prix variables en fonction des randonnées et balades choisies.

Chaque année se tient le festival de la randonnée Pleine Nature, dans le pays du Haut Rouergue. Il s'étend ainsi sur une dizaine de cantons (Bozouls, Entraygues-sur-Truyère, Espalion, Estaing, Laguiole, Mur-de-Barrez, Saint-Amans-des-Cots, Saint-Chély-d'Aubrac, Laissac, Sainte-Geneviève-sur-Argence, Saint-Geniez-d'Olt) et donne l'occasion d'en arpenter les chemins à pied, à vélo ou à cheval... Le programme est soigneusement affiché sur Internet et dans les offices de tourisme des cantons choisis. Il suffit de s'inscrire (au plus tard la veille à 18h30) et de profiter de la nature à pleins poumons !

■ **MARATHON ET 100 KM DE MILLAU
MILLAU**

www.100kmdemillau.com

Prochaine édition le 27 septembre 2014. Départ à 9h30.

Les 100 km de Millau, comme son nom l'indique bien, est une course organisée sur routes goudronnées, chaque année à Millau. L'idée est simple : une première boucle correspond à un marathon, de Millau à Millau en passant par Le Rozier et Peyreleau. Les coureurs peuvent s'arrêter là ou choisir de poursuivre leur route avec un aller-retour Millau - Saint-Affrique. Les participants doivent avoir plus de vingt ans et effectuer le trajet en 24 heures maximum. Rendez-vous à 9h30, au bas du Parc de la Victoire, après contrôle de départ obligatoire, pour un départ en fanfare !

■ **MONDIAL DE PÉTANQUE
MILLAU**

www.millau-petanque.com

Prochaine édition du 12 au 17 août 2014.

■ **VTT LA CAUSSENARDE
MILLAU**

Au début du mois de juin, chaque année.

Le club cyclotouriste de Millau organise chaque année une randonnée VTT montagnarde sur le Causse du Larzac et le Causse noir, au début du mois de juin. La 25^e édition aura lieu le 1^{er} juin 2014. Au programme, grimpettes, descentes et ravitaillement bien sûr ! Les plus endurants choisiront de partir à 8h pour un itinéraire de 85 ou 100 km, les sportifs du dimanche préféreront partir à 9h pour un parcours plus doux de 20 km, le long du Tarn et de la Dourbie... Dans tous les cas, partez à la découverte de grands espaces, de sous-bois et de la flore des Causses, pour un dimanche inoubliable !

■ À CHAQUE DIMANCHE SA RANDONNÉE Maison du Tourisme – 17, rue Aristide Briand RODEZ ☎ 06 57 55 4 – cdrp12@wanadoo.fr

*Du mois de mars au mois de novembre, tous les dimanche.
Entrée : 2 €.*

Le comité départemental de la randonnée pédestre en Aveyron organise dans tout le département de nombreuses randonnées, du début du mois de mars à la fin du mois de novembre. Pour prendre un grand bol d'air frais et découvrir les beautés de l'Aveyron, il suffit de se renseigner auprès de la maison du tourisme de Rodez ou dans l'un des offices du tourisme du département et se rendre au rendez-vous fixé, avec de bonnes chaussures, un pique-nique et une tenue adaptée à la saison. Le prix est modique et les thématiques alléchantes : plaisirs d'automne, sur les traces de l'ancienne voie ferrée, sentier botanique, rando santé mutualité ou marche gourmande. Il y en a pour tous les goûts !

■ ESPACE SPORT NATURE DU LAISSAGAIS Centre VTT de Sévérac-l'Église N88 –SÉVÉRAC-L'ÉGLISE

10 circuits balisés sont proposés, de 4 à 30 km, classés par niveau de difficulté. Les circuits couvrent tout le canton, conduisant de prairies en châteaux, du surplomb panoramique de la vallée de l'Aveyron en passages voutés, de griffouls (fontaines) en bornes (vieilles fermes), de moulins en dolmens... 14 parcours d'orientation sont aussi proposés – dont certains accessibles en fauteuils roulants et Joëlettes. Renseignements à l'office de tourisme du Laissagais. En haute saison, le camping de la Grange de Monteillac loue des vélos (Séverac-l'Église. Tél. 05 65 70 21 00). Le Laissagais ou le VTT dans toutes ses dimensions... En avril, le temps d'un week-end, les choses deviennent plus sérieuses et la promenade laisse la place à la compétition internationale avec le Roc laissagais. En parallèle à la compétition, des randonnées conviviales sans classement sont organisées ainsi que de nombreuses animations. Inscriptions et information : www.roclaissagais.com

Spectacles historiques – Son et lumière

■ FÊTE DU CHÂTEAU SÉVÉRAC-LE-CHÂTEAU

1^{er} week-end d'août. Théâtre de rue et marché de potier.

Gers

Fêtes

■ LA FERIA D'EAUZE EAUZE

Féria organisée chaque année, le 1^{er} week-end de juillet. Si vous voulez vivre au rythme de la corrida, des courses landaises, des bandas et des bodegas, la feria d'Eauze est faite pour vous. Organisée chaque année, le premier week-end de juillet, c'est l'une des ferias les plus célèbres de la région et un rendez-vous incontournable des «festayres» (festoyeurs) du Sud-Ouest. De plus en plus de personnes s'y déplacent pour faire la fête ou découvrir cette fête traditionnelle gersoise. Courses cyclistes et hippiques, fête foraine... pendant quatre jours, il y en a pour tous les âges et pour tous les goûts.

■ LA FÊTE DE LA SAINT-VINCENT EAUZE

☎ 05 62 09 85 62 (office de tourisme)

Le 3^e samedi du mois de janvier.

La fête de la Saint-Vincent a lieu chaque année pour célébrer ce saint patron des vigneron. Elle démarre par un concours des vins de Gascogne puis continue l'après-midi par une randonnée de 8 km dans les vignes (sur réservation). Après la messe de 17h30, une sortie au flambeau conduit les participants au hall des expositions où a lieu une dégustation des vins primés. Un repas clôture la journée.

■ LA FLAMME DE L'ARMAGNAC Bureau National Interprofessionnel de l'Armagnac

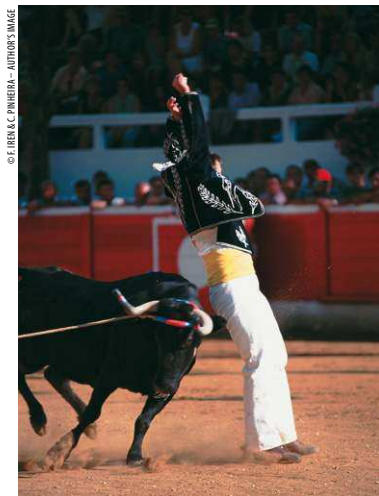
11, place de la Liberté
EAUZE

☎ 05 62 08 11 00

www.armagnac.fr
info@armagnac.fr

Du 26 octobre au 31 novembre (de mi-octobre à fin novembre).

La Flamme de l'Armagnac a lieu une fois les vendanges faites. Les producteurs d'armagnac ouvrent alors leur domaine pour faire découvrir les techniques de confection de ce breuvage régional si prisé des amateurs d'eau-de-vie. Distillation, fonctionnement de l'alambic, repas vigneron, marchés aux armagnacs, et randonnées vigneronnes, sont organisés dans tout le secteur de l'Armagnac (Nogaro, Eauze, Fourcès, Montréal-d'Eau-de-Vie, etc.). Tous les renseignements sur les manifestations sont sur le site internet du Bureau National Interprofessionnel de l'Armagnac (www.armagnac.fr).



Course landaise

■ LA FÊTE DES FLEURS RISCLE

☎ 05 62 69 74 01

www.riscle-canton.com

La fête se déroule chaque année, le jeudi de l'Ascension. Tous les ans, à l'Ascension, la Fête des fleurs offre aux passants son cortège de chars fleuris et colorés. Inscrits dans une démarche de développement durable, les chars sont faits en éléments naturels par douze quartiers, associations et villages. Fleurs, feuilles, graines, rien n'est acheté, tout est fait. Les plantes ont été semées, cultivées, avec patience, dans de nombreux jardins, avec l'objectif de fleurir un char et de constituer un beau spectacle. Un spectacle naturel qui réunit chaque année près de 3 000 visiteurs.

■ CONCOURS DE L'AIL SAINT-CLAR

☎ 05 62 66 40 45

www.mairie-st-clar.com/
mairie-de-saint-clar@wanadoo.fr

Le troisième jeudi d'août. Se renseigner auprès de l'office du tourisme.

Cette plante d'origine asiatique a toutes les vertus : remède, magie, exploitée dans l'imaginaire, faisant fuir les vampires. Mais elle est avant tout l'un des fleurons de la gastronomie lomagnole depuis la fin du Moyen Âge quand elle s'est progressivement installée dans le sud de la France. En 1970, la culture de l'ail connaît un très bel essor dans la région, participant à l'économie locale. Aujourd'hui l'ail de Lomagne est très célèbre et se trouve sur tous les marchés gersois et Saint-Clar est considérée comme étant la capitale de l'ail blanc. Devant l'office de tourisme, impossible de rater la grosse gousse d'ail qui accueille les visiteurs. Tous les ans, la commune organise la fête de l'ail. Le premier jeudi d'août, un grand marché s'étale sur la place de la mairie et la fête bat son plein toute la journée jusque dans la soirée où la gastronomie est à l'honneur dans les rues de la bastide. Le troisième jeudi d'août, par exemple, les producteurs participent à un concours et les plus belles réalisations artistiques avec de véritables tresses d'ail sont récompensées. Des jeudis estivaux aillés, gourmands, festifs et inoubliables !

■ VIGNOBLE EN FÊTE SAINT-MONT

☎ 05 62 69 62 87

www.plaimont.fr

Dernier week-end de mars.

A l'occasion de cette manifestation, quelques 200 vigneronnes de la coopérative de Saint-Mont ouvrent leur vignoble et leurs chais aux visiteurs curieux ou passionnés. Visites des chais et des châteaux, balades dans le vignoble, dégustation des grands vins de Saint-Mont et festivités dans les villages de l'appellation composent un beau programme de réjouissances pour les amateurs et d'échanges avec les artisans vigneronnes. Des chefs étoilés se joignent aussi à la fête pour partager leur savoir et concocter de magnifiques plats de la gastronomie du Sud-Ouest. Vous pourrez profiter des hébergements «Accueil vigneron» et «Accueil en Vignoble» (www.gers-gites-france.com/accueil-vigneron-plaimont.html). De belles rencontres en perspective !

Expositions

■ FESTIVAL DE LA BD EN GASCOGNE

2, rue Leyral

EAUZE

☎ 05 62 09 75 83

www.eauzebd.com

1^{er} week-end d'août. Grand hall exposition. Entrée gratuite. Le premier week-end d'août, la ville d'Eauze vit au rythme de la BD à travers un festival qui accueille tous les ans de nombreux auteurs français et étrangers de renom. Discussions et dédicaces, rencontre avec les auteurs, atelier d'initiation à la BD, expositions de planches originales et BD-thèque avec vente de BD neuves et d'occasions sont proposés. L'invité d'honneur expose ses œuvres, de mi-juillet à fin août, à l'abbaye de Flaran, à Valence-sur-Baïse. L'entrée est gratuite donc si vous êtes dans le coin, n'hésitez pas à aller y faire un tour. Vous serez bluffés par toutes les réalisations présentées.

■ EXPOSITION INTERNATIONALE CANINE DE AUCH

Association Canine du Gers

Zone d'Endoumingue

JUSTIAN

☎ 05 62 06 40 96 / 05 62 07 15 40 /

06 38 53 77 56

pmimoun.i@wanadoo.fr

Exposition organisée chaque année en juin. Tarifs sur demande.

C'est à l'hippodrome de la Ribère, route d'Agen que vous pourrez voir les chiens défiler. Une sortie à faire en famille avec la remise de plusieurs prix. En cette journée, vous assisterez à la désignation du meilleur chien de race, de groupe et de l'exposition. D'autres récompenses seront attribuées avec le prix du meilleur jeune chien, du meilleur puppy, du meilleur vétérinaire, de la meilleure paire, du meilleur couple, de la meilleure meute et du meilleur lot et classe d'élevage.

■ LES EXPOSITIONS DU CHÂTEAU DE LAVARDENS LAVARDENS

☎ 05 62 58 10 61

www.chateaulavardens.com

chateaulavardens@wanadoo.fr

Fermé du 7 janvier au 15 mars. Le tarif d'entrée pour les adultes varie suivant l'exposition : de 5€ à 6,50€. Gratuit pour les moins de 12 ans, 4€ pour les 12/18 ans. Visite guidée pour les groupes à partir de 10 personnes : 4€/personne.

Depuis 1998, l'association organise des expositions temporaires et variées (2 à 3 expositions par an). Classé monument historique en 1961, le château de Lavardens présente des prouesses architecturales uniques telles que les tours sur trompe. Ses grandes salles voûtées aux pavements ocre et brique, offre un bel écrin valorisant les différentes expositions. Découvrez aussi ses galeries extérieures et sa vue panoramique sur la campagne. A la fin de la visite un diplôme de chevalier est remis aux enfants.

■ L'ÉTÉ PHOTOGRAPHIQUE

DE LECTOURE

Maison de Saint-Louis

8, cours Gambetta

LECTOURE

☎ 05 62 68 83 72

www.centre-photo-lectoure.fr

contact@centre-photo-lectoure.fr

De mi-juillet à mi-août. Tous les jours de 14h à 19h. Entrée : 9 € (pour 1 lieu : 4 €). Entrée libre.

Si votre agenda est peu rempli cet été, notez le rendez-vous de Lectoure, il vaut le détour. L'été étant la période durant laquelle plusieurs expositions photographiques investissent les lieux les plus connus et les plus importants de la ville pour présenter au visiteur les clichés de créateurs contemporains. Parmi les festivals, celui de Lectoure ne fonde pas sa singularité sur un genre particulier de photographie mais sur le choix de réunir des œuvres parfois non photographiques autour de questions de fond. Et c'est bien plus intéressant et passionnant.

Foires – Salons

■ BIO GASCOGNE

CONDOM

☎ 05 62 28 00 80 / 06 10 93 13 74

www.biogascogne.fr

contact@biogascogne.fr

Dernier week-end d'août. Salon de l'alimentation biologique, l'habitat sain et des métiers d'art.

Bio Gascogne est un salon qui a pour thème le développement durable. Il a désormais acquis ses lettres de noblesse puisqu'il existe depuis plus de 10 ans. Les forums, les produits exposés abordent le respect de l'environnement, le bien-être et la santé. Vous pouvez vous y rendre en famille puisqu'il y a un village bio gourmand et surtout un stand d'éveil à la nature pour les enfants. On vous prodiguera aussi des conseils pour réduire la pollution. En somme, il s'agit d'un rendez-vous de sensibilisation donc un week-end utile !

■ SALON DES ANTIQUAIRES

Halle au gras

SAMATAN

☎ 05 62 62 55 40

www.antiquaire-samatan.fr

contact@antiquaire-samatan.fr

4^{ème} week-end d'août. Entrée payante, les prix sont disponibles par téléphone.

Si vous aimez l'ancien et que vous aimez chiner, allez faire au tour au salon des Antiquaires de Samatan qui a lieu chaque année fin août et est parrainé par Pierre Arditi. Une quarantaine d'exposants y proposent des pièces souvent uniques et toujours intéressantes par leurs histoires. Des expositions d'artistes (peintures, sculptures, vitraux, etc.) et des conférences thématiques toujours très intéressantes se tiennent aussi sur le site. Enfin, sur place, vous trouverez quelques stands de producteurs locaux venus pour promouvoir la qualité de leurs produits. De quoi passer une belle journée, riche en découvertes et en enseignements.

■ FOIRE DU CHEVAL

VIC-FEZENSAC

☎ 05 62 64 89 63 / 06 08 62 39 08

www.foireducheval.com

antoniolli.francis@wanadoo.fr

Ters samedi et dimanche d'avril et de novembre.

Restaurant, sandwicheries sur place.

La foire du cheval se déroule en deux temps, en avril puis en novembre, aux arènes de Vic-Fezensac et à l'hippodrome de Gimat. Une place importante est désormais accordée à l'exposition canine qui présentera des chiens de meute. Sinon, vous pourrez admirer les plus beaux chevaux et poneys de la région à travers des galas équestres qui sont gratuits, des concours de dressage artistique, des attelages de poneys, etc. Un restaurant ou des sandwiches sont disponibles sur place.

Manifestations culturelles – Festivals

■ NUITS MUSICALES EN ARMAGNAC

Office de tourisme de Lectoure

☎ 05 62 68 76 98

www.nma32.com

nuitsmusicales@gmail.com

Mi-juillet à mi-août. Tarif réduit pour étudiants, demandeurs d'emploi et pass-culturel, sur demande.

Tarif : de 15 € à 30 € selon les concerts. Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans accompagnés. Tarifs de groupe sur demande.

Voilà le doyen des festivals gersois. La première de ces Nuits Musicales en Armagnac (NMA) a eu lieu en 1968 dans l'abbaye de Flaran. À l'origine de cet événement, l'ensemble vocal de l'Armagnac et son chef fondateur André Clarac. C'est dans une volonté d'ouverture et de partage que l'ensemble a créé ces nuits musicales. Leur succès ne s'est pas démenti puisque le festival a fêté en 2013 sa 45^e édition.

Organisées dans différents sites du département, les nuits musicales en Armagnac doivent leur succès autant à la qualité des artistes et des ensembles qui s'y produisent (orchestres nationaux de Bordeaux-Aquitaine et du Capitole de Toulouse, pour ne citer qu'eux) qu'à la beauté des lieux qui les accueillent (cathédrales de Condom et de Lectoure, abbaye de Flaran, etc.). Voilà de quoi passer de grandes soirées musicales en perspective !

■ CIRCA, FESTIVAL DU CIRQUE ACTUEL

Allée des Arts

AUCH ☎ 05 62 61 65 00

www.festival-circa.com

info@circa.auch.fr



Du 17 au 26 octobre 2014. Entrée : 17 €. Tarif réduit : 13 € (demandeurs d'emploi, intermittents du spectacle, moins de 21 ans, étudiants, groupes de 10 personnes minimum).

Ce festival du cirque actuel est l'occasion de découvrir le nouveau visage du cirque contemporain avec les dernières créations de nombreuses compagnies prestigieuses invitées pour l'occasion. Rire, émotion et émerveillement assurés avec ces créations qui

mêlent souvent la poésie à la performance physique. De nombreuses écoles de cirque françaises et internationales sont aussi invitées pour le festival et nous font découvrir l'enthousiasme et le dynamisme de grands artistes de cirque en devenir. Toutes les informations sur le programme du festival et de la saison sont sur www.festival-circa.auch.fr.

■ **FESTIVAL CINÉ 32, INDÉPENDANCE (S) ET CRÉATION**
Allée des Arts
AUCH

☎ 05 62 63 50 62
www.cine32.com
festival@cine32.com

La deuxième semaine d'octobre.

Si vous recherchez une manifestation alliant cinéma et culture, ce festival, qui se déroule chaque année début octobre, est fait pour vous. Organisé par Ciné 32, il vous propose de nombreux films inédits ou en avant-première. Et, cerise sur le gâteau, vous aurez également droit à des rencontres avec les professionnels (acteurs, metteurs en scène, producteurs, techniciens etc.). Que vous soyez cinéphiles avertis ou non, vous serez comblés et vous en prendrez pleins les yeux. Au festival Ciné 32, l'émotion est garantie.

■ **FESTIVAL N'AMASSE PAS MOUSSE**
CASTÉRA-VERDUZAN

☎ 05 62 68 19 00
www.petitepierre.net
petitepierre@free.fr

De 5 € à 13 € selon spectacle. tous les tarifs sur le site de la Petite Pierre. Restauration.

L'association La Petite Pierre, adepte de la «culture en plein champ» a installé ses quartiers au milieu des coteaux et vallons gersois. Elle propose un lieu dédié à la création (avec gîte et salles de répétition), une programmation saisonnière itinérante et surtout le festival N'amasse pas Mousse. Ce festival des arts de la rue réunit chaque année une douzaine de compagnies pour une vingtaine de représentations. Théâtre, cirque, danse, marionnettes, musique, il y en a pour tous les goûts et le talent est toujours au rendez-vous.

► **Autre adresse :** Association La Petite Pierre -La Peyrette - 32360 Jegun

■ **FESTIVAL GALOP ROMAIN**
Parc de loisirs de Panblan
EAUZE

☎ 05 62 09 85 62
www.festivalgalopromain.com
office.tourisme.eauze@wanadoo.fr

Deuxième week-end de juillet. Entrée : 10 € (15 € pour 2 jours). Enfant : 5 €. Gratuit jusqu'à 8 ans. Restauration. Envie de se replonger dans l'antique cité d'Elusa, capitale de Novempopulanie ? Rendez-vous à Eauze alors pour le festival Galop Romain. Cette manifestation, qui a lieu tous les ans mi-juillet, rend hommage à la civilisation gallo-romaine. Cela se passe sous la forme d'animations et de reconstitutions théâtrales et équestres avec des troupes de Gaulois et de

Romains venus de toute la France, des constructions de village, hôpital de campagne, de campements militaires romains et gaulois et de champs de bataille avec manœuvres militaires, entraînements et batailles. Un beau programme donc tout au long du week-end. Ce festival a reçu le label « Terra Gers » et figure parmi les événements majeurs du département.

■ **CUIVRO'FOLIZ**
Association Fleurance Cuivro, Maison des associations
60, bis rue Gambetta
FLEURANCE

☎ 06 73 92 99 02
www.cuivrofoliz.com
contact@cuivrofoliz.com

Chaque année le 3^e week-end de juillet. Entrée gratuite. Stage « Fanfar'classe » de 25 € à 50 €. Restauration. Quelle ambiance pendant 3 jours dans les rues de la belle Fleurance ! Depuis 1998, le troisième week-end de juillet, le festival Cuivro'Foliz organisé par l'association Fleurance Cuivro une formidable occasion de découvrir l'univers des fanfares, des bandas, des groupes de musique de rue et de faire la fête. Ces orchestres composés d'instruments à vents et de percussions viennent de la France entière, voire de l'étranger. Jazz, rock, pop, swing, funk, musique latine ou tzigane, airs traditionnels, musique des Balkans,... tous les styles sont permis à Cuivro'Foliz ! Lors de la manifestation, un stage de fanfare, une exceptionnelle nuit de concert, un marché de producteurs locaux et d'artisans d'art et une intrigante Corrid'oise sont organisés. Les groupes musicaux se succèdent et tournent sur des scènes disposées aux quatre coins de la bastide. Vous pourrez, ainsi, sans vous déplacer, en voir un maximum lors de la grande nuit musicale. S'y rendre une fois vous donne envie d'y retourner chaque année.

■ **FESTIVAL D'ASTRONOMIE**
Au Moulin du Roy
FLEURANCE

☎ 05 62 06 62 76
www.festival-astronomie.com
contact@fermedesetoiles.com

Du 2 au 8 août 2014. Tarifs sur demande auprès de l'organisation. Restauration.

Chaque année, début août, Fleurance a la tête dans les étoiles. Ce festival exceptionnel autour des sciences et de l'astronomie réunit chaque année quelques-uns des scientifiques les plus pointus dans leur domaine et attire des milliers de visiteurs. Au programme, des cours et ateliers pour trois niveaux, des débutants aux plus chevronnés, des expositions, des conférences, des soirées d'observation des étoiles, des débats et bien d'autres choses encore pour découvrir et comprendre l'univers et son exploration. Lors du marathon des sciences, 12 conférenciers se relaient de midi à minuit pour prendre la parole sur un thème donné. Et les enfants ne sont pas oubliés puisque Astro-Jeunes permet aux enfants de 4 à 15 ans de partir à la découverte de l'univers. Pas de doutes, une fois que vous y aurez goûté, vous n'aurez qu'une envie : y retourner !

■ MUSIQUE EN CHEMIN

Association La Main Harmonique
GAZAPOUY

☎ 05 62 28 00 80 / 05 62 28 86 33 /
05 62 68 76 98

www.musiqueenchemin.fr

contac@musiqueenchemin.fr

Mi-août.

Musique en Chemin est un festival de musique classique itinérant. Le long d'un parcours jalonné de sites remarquables, sur une portion du chemin de Compostelle, il propose au public de rencontrer les musiques classiques, du Moyen Âge à la création contemporaine. Une programmation d'excellence où se côtoient jeunes talents et artistes de renom dans une ambiance à la fois festive et décontractée. Une attention toute particulière est portée à l'adéquation entre le lieu du concert et le répertoire proposé. L'ensemble de La Main Harmonique, à l'origine du festival, organise aussi quelques concerts pendant l'année. Renseignements sur www.lamainharmonique.fr.

■ FESTIVAL DES SENS

PLAISANCE

☎ 05 62 08 26 60 (office de tourisme)

Le festival se déroule le 14 juillet. Gratuit.

Comme chaque année, à l'occasion des fêtes de juillet, Plaisance organise son festival des sens et du goût, où l'on retrouve différents vins et fromages pour le plus grand plaisir des fins gourmets. A la base (à sa création en 1976), il s'agissait d'une foire aux fromages de chèvre. Puis c'est devenu par la suite le festival des sens. Diverses animations inspirées par la tradition taurine de la commune viennent encadrer ces festivités.

Jazz in Marciac

■ JAZZ IN MARCIAC

☎ 0892 690 277

www.jazzinmarciac.com

info@jazzinmarciac.com

En août (prochaine édition du 28 juillet au 17 août 2014).

Qui ne connaît JIM ? JIM pour Jazz in Marciac bien sûr ! ! La renommée de ce festival dépasse les frontières et ce n'est pas pour rien. Le petit village gersois s'anime chaque année au début du mois d'août pour accueillir les plus grandes pointures, ces artistes qui peuvent vous mettre des étoiles pleines les yeux ! Le soir, le chapiteau accueille une magnifique scène pour près de cinq mille spectateurs. Dans la journée, ce sont les grands de demain qui entonnent quelques notes de musique pour le plus grand plaisir des amateurs venus pour les écouter gratuitement... Pour cette nouvelle édition 2014, ne manquez pas de rencontrer JIM et tous ses amis, de Dee Dee Bridgewater à Lucky Peterson, en passant par Ahmad Jamal, Thomas Dutronc et l'incontournable Winton Marsalis... Et si vous ratez cette occasion unique, sachez que JIM, c'est désormais toute l'année avec les nombreux concerts et spectacles produits à l'Astrada !

■ SPIRALE À HISTOIRES

Petit Théâtre Spirale –
Écocentre Pierre et Terre

Route de Saint-Mont

RISCLE ☎ 05 62 08 43 81

www.spiraleahistoires.com

fredspirale@yahoo.fr

Entrée : 7 €. Enfant : 6 €.

Organisé par le Petit Théâtre Spirale, ce rendez-vous champêtre des arts de la parole rassemble sur trois jours des artistes de la France entière : comédiens, humoristes, clowns, conteurs, etc. Installé sur le site de l'écocentre Pierre et Terre, le festival déploie ses chapiteaux et occupe les bâtiments du site pour trois jours de folie. En passant, profitez-en pour aller voir les bâtiments de l'écocentre qui sont à la pointe des techniques de construction nouvelles et écologiques. Pour toutes ces raisons et bien d'autres encores, la Spirale à Histoires voit son succès grandir d'année en année. Il serait dommage de le manquer ! Le Petit Théâtre Spirale organise aussi de nombreux spectacles hors festival. Retrouvez le programme de la saison sur www.spiraleahistoires.com.

■ SAM'AFRICA

Association Adama 32

54, rue du Marcadieu

SAMATAN ☎ 05 62 62 55 40

www.sam-africa.fr

samafrica32@hotmail.fr

Le premier week-end de septembre.

S'il fallait encore démontrer que le Gers est une terre d'ouverture et de découverte, ce festival en serait une nouvelle preuve. Créé en 2001, Sam'Africa propose, chaque premier week-end de septembre, de partir à la découverte de l'incroyable diversité des cultures africaines. Au programme : expositions d'artistes, stages d'initiation aux chants, aux danses et aux musiques africaines et, bien sûr, de nombreux concerts de musiques africaines de tous les styles et de toutes les époques. En circulant au milieu des stands au centre du village, vous pourrez discuter avec les marchands de leur pays et de leur culture d'origine, prendre un thé à la menthe et des pâtisseries marocaines ou profiter d'un spectacle de rue ou d'un concert improvisé de djembés. Un très bel événement tout en partage et en convivialité.

■ FESTI'DROLE

Association Asta'drôle – Mairie

SIMORRE ☎ 05 62 65 37 29 / 05 62 05 52 42

<http://festidrole.free.fr> – festidrole@free.fr

Premier week-end de juillet. Restauration.

Voilà 20 ans que ce festival entièrement dédié aux drollets («enfants» en occitan) attire petits et grands enfants. Le temps d'un week-end, le village de Simorre tout entier devient un terrain de jeux pour les petits. Cirque, peinture, poterie, musique, jeux de société, danse... à chaque atelier de nouvelles découvertes. Il suffit de déambuler dans les rues et de s'arrêter devant les stands pour découvrir une nouvelle activité. Bien sûr, de nombreuses animations de rue et des spectacles s'enchaînent tout au long de la journée avec, en plus, des buvettes et des espaces de restauration. Petits et grands en voient de toutes les couleurs et en repartent absolument émerveillés.

jAZZ
in
MARCIAC
SINCE 1978

28
JUILLET
15
AOÛT 2014



jazzinmarciac.com
0892 690 277

FNAC - CARREFOUR - GÉANT - MAGASINS U
LECLERC - AUCHAN - CORA - CULTURA

LES MÉCÈNES DE JAZZ IN MARCIAC



© Illustration Sébastien Gervais

■ **TEMPO LATINO**
3, rue du Général Delpoit
VIC-FZEZENSAC

☎ 05 62 06 56 66

www.tempo-latino.com
tempo-latino@wanadoo.fr

Fin juillet. Selon les concerts, de gratuit à 50 € la soirée.
 Ce festival de musique latine et afro-cubaine, créé en 1993, est l'occasion de découvrir un monde musical pétillant et dansant que l'on n'a pas forcément l'habitude de côtoyer. Tempo Latino c'est aujourd'hui 4 jours d'évasion et fête au son des artistes et groupe talentueux qui se produisent un peu partout dans la ville : venant d'ici ou d'ailleurs, d'Amérique latine, d'Espagne, d'îles lointaines, ils vous transportent des pieds à la tête dans leur univers trépidant ! Salsa, mambo, zumba, cha cha cha... la déclinaison de genres et de danses est grande : de quoi enflammer les rues, les pistes et les spectateurs !

Manifestations sportives

■ **CHAMPIONNAT DU MONDE DE PALET GASCON CONDOM**

☎ 05 62 28 16 93

Le 15 août. De nombreux lots à gagner.

Et oui, des championnats du monde se tiennent dans le Gers ! Des mondiaux un peu originaux puisqu'il s'agit de palet gascon. Chaque année, le hameau de Condom accueille, en effet, les participants de ce jeu ancestral dont les origines remontent à l'Antiquité. Cette discipline perdure encore aujourd'hui dans quelques régions. C'est donc tout naturellement que les Gersois ont invité les autres spécialistes du palet à venir découvrir leur façon de jouer. Les règles sont assez simples : placé à 10 m (9 m pour les femmes, 7 m pour les enfants), le lanceur doit faire tomber une quille de bois en lançant

Circuit de Nogaro Paul Armagnac

Le circuit Paul Armagnac, c'est plus de 52 ans de passion de sport mécanique, 17 manifestations par an (auto, moto, camion), un tracé homologué pour les épreuves de championnat du monde et une école de pilotage. Les traditionnelles coupes de Pâques ouvrent la saison sportive française lors du week-end de Pâques, s'en suivent : le championnat de France Superbike, le challenge Educ eco, le championnat d'Europe Camions et le Grand Prix historique. Rassemblement de motos anciennes, concentrations de club de voitures de prestige, essais industriels ou encore présentation de gamme animent le circuit toute l'année.

Le circuit Paul Armagnac, c'est aussi une école de pilotage Berline et Monoplace ouverte toute l'année et sur rendez vous. Idéalement situé au cœur de la Gascogne, à 150 km des grandes métropoles que sont Toulouse et Bordeaux il vous accueillera toute l'année.

un palet d'acier de 10 cm de diamètre. Si les pièces, posées sur la quille, sont plus près du palet que de la quille, le joueur remporte le point. C'est un instituteur condomois qui a lancé ces championnats du monde en 1990, afin de perpétuer la tradition de ce jeu typique de la région. Chaque année, ces championnats du monde rassemblent plus d'une centaine de joueurs de tous âges qui viennent s'amuser et découvrir ce sport régional. Une manifestation à ne pas manquer pour sa convivialité assurée.

■ **LA RONDE DES FOIES GRAS MAUVEZIN**

<http://rondesfoiesgras.free.fr>

Le deuxième dimanche d'octobre. Inscription coureurs : 27 € (comprenant la course et le repas «tout canard» du midi), accompagnateurs : 15 € (pour le repas seulement).
 Top départ au lancer du canard ! Chaque année en octobre a lieu la traditionnelle course de la Ronde des foies gras ! 25 km de course à pied ou en VTT avec un but inhabituel : faire halte dans sept fermes des environs pour déguster du foie gras ! Voilà une agréable façon de concilier forme et gourmandise ! Attention, il faut vous inscrire avant le mois de juin si cette course vous intéresse, car le nombre de participants est impressionnant : tout est expliqué sur le site Internet. Et n'oubliez pas qu'après l'effort, vient le réconfort... car tous les participants reçoivent les mêmes prix, un tee-shirt et une petite boîte de foie gras, et la course s'achève avec un grand repas convivial sous la halle de Mauvezin !

■ **GRAND PRIX DE NOGARO NOGARO**

www.circuit-nogaro.com

circuit-nogaro@circuit-nogaro.com

27 et 28 septembre 2014. Tarifs sur demande.

Le Grand Prix de Nogaro est l'un des événements annuels majeurs du Gers. Pour ce grand rassemblement de la rentrée, ce ne sont pas moins de seize courses qui se succéderont sur l'asphalte brûlant du célèbre circuit Paul-Armagnac. Au programme : championnat de France GT, Porsche Carrera Cup France, Peugeot RCZ Racing Cup et enfin championnat de France de F4. Autant de confrontations, animées par quelque deux cents pilotes. Un rendez-vous bien ancré dans le calendrier et à vivre entre passion et liberté !

Spectacles historiques – Son et lumière

■ **FESTIVAL GALOP ROMAIN**

Parc de loisirs de Panblan

EAUZE

☎ 05 62 09 85 62

Voir page 83.

■ **CAMP DE SIEGE MEDIEVAL Cité des Machines du Moyen Age LARRESSINGLE**

☎ 05 62 68 33 88

<http://larressingle.free.fr>

larressingle@free.fr

Ouvert du 1^{er} mars au 11 novembre de 14h à 18h et en juillet et août de 10h à 19h. Fermé de mi novembre à fin février. Entrée : 8,20 €. Adolescent : 7,20 € et moins de 13 ans : 5,20 €. Tarif spécial groupe (4 personnes ou plus) : adulte : 7,20 €, enfant de moins de 13 ans : 4,80 €. Chèque Vacances.

Situé aux abords de l'enceinte fortifiée de Larressingle, le camp de siège médiéval est un parc à thème qui présente des machines du Moyen Age. Vous pourrez même participer à leur fonctionnement. Il y a des démonstrations avec le trébuchet, la pierre, la bricole, la baliste. Des visiteurs pourront participer au déclenchement de tir. A l'assaut du château avec le bélier et la tour roulante, essayez la grue médiévale, faites tourner la cage à écureuil ! Essayez aussi le heaume et la tunique de chevalier, ou la coiffe et robe de princesse, ou l'atelier de frappe de monnaie médiévale et si c'est une fausse monnaie, vous êtes mis au pilori ! Le camp propose aussi une présentation de l'harnois : armes d'hast, hallebarde, lance, hache, épée, etc. Vous pourrez éprouver votre adresse : tir à l'arc et à l'arbalète ou voir la présentation de pièces d'artillerie : bombardelle, couleuvrine, serpentine.

Haute-Garonne

Fêtes

■ FETE DES FLEURS
BAGNÈRES-DE-LUCHON
☎ 05 61 79 21 21

Du 21 au 24 août 2014.

Chaque année la fête des Fleurs s'installe à Bagnères de Luchon au cœur du mois d'août. Pendant plusieurs jours sont programmées de nombreuses animations telles que course à pied, élection de miss Fleur, spectacle pyrotechnique... Le clou du spectacle reste bien entendu le défilé de chars fleurs dans le centre-ville de Luchon. Pour cette 115^e édition, la thématique retenue est « les contes au cinéma ». Une tradition à ne pas rater pour les futés.

■ FESTIVAL MONDIAL DE FOLKLORE
DE MONTREJEU (31)
MONTREJEU ☎ 05 61 95 80 22
www.festivalmontrejeu.fr

Du 13 au 17 août 2014.

Ce festival, l'une des plus grandes manifestations folkloriques régionales, rassemble chaque année, à la mi-août, environ 400 artistes venant des cinq continents, qui viennent partager leur amour et leur passion : les arts et traditions populaires, dans un esprit de fraternité et d'égalité. Au programme : des spectacles de musique et de danse, totalement gratuits. Restauration et hébergement sur place ou à proximité.

■ FESTIVAL CONVIVENCIA
4, rue Claude-Chappe
RAMONVILLE-SAINT-AGNE
☎ 05 62 19 06 06
www.convivencia.eu/
info@convivencia.eu

De juin à juillet 2014.

Pendant un peu plus d'un mois, le festival Convivencia s'ouvre sur un concept unique. En ce début d'été, il s'agit de faire vivre le patrimoine fluvial en encourageant la fête à chaque escale sur le canal du Midi. Au gré de ses méandres, l'on trouve ainsi des animations pour faire vivre le canal construit par Pierre Paul Riquet ! Au programme donc, des concerts en extérieur, des stages et master-classes, des rencontres débats...

■ FETE DU PAPOGAY RIEUX-VOLVESTRE
RIEUX-VOLVESTRE

☎ 05 61 87 63 33

www.tourisme-volvestre.com
otrioux31@orange.fr

Premier dimanche du mois de mai.

La compagnie des Archers du Papogay a été fondée en 1585. Depuis cette époque, la tradition du tir au Papogay, chère aux habitants, est restée vivace dans la cité de Rieux-Volvestre. Au programme des festivités : trois journées de sérénades, bals, spectacle médiéval, défilé royal et tir au Papogay. Dans le cadre des fêtes du Papogay, l'office de tourisme de Rieux-Volvestre organise un rallye pédestre dans le village. Un événement à ne pas manquer !

■ FETE HISTORIQUE DE LA COCAGNE –
SAINT-FELIX-LAURAGAIS

Place de la Mairie
SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

☎ 05 62 18 96 99

www.lacocagne.siteweb.com/

Prochaine édition, le samedi 2 août 2014.

Chaque année depuis 1972, la bastide de Saint-Félix-Lauragais s'anime et accueille des milliers de visiteurs. C'est en effet la fête traditionnelle de la Cocagne, pendant laquelle tout le monde peut se déguiser et devenir l'espace d'une journée forgeron, bourgeois ou marquis. Des animations en son et lumière permettent à tous de profiter de cette journée en beauté : jeux en bois, danse de quadrilles, musique...

■ MARCHÉ DE NOËL
Place du Capitole
TOULOUSE
www.toulouse-tourisme.com
infos@ot-toulouse.fr

En décembre 2014. Environ 130 chalets.

Avec les premiers vrais frimas, trois semaines avant le réveillon de Noël s'installent les premiers chalets du marché, sur la place du Capitole. Le village est tout de bois revêtu, pour une ambiance montagnarde. Sur le marché, les échoppes se multiplient donc et les chandals trouvent de multiples objets qui peuvent devenir de sympathiques cadeaux à la fin de l'année. Si l'on aime s'y régaler d'un aligot, de marrons grillés ou d'un vin chaud qui réchauffent par des températures avoisinant les 0 °C, on peut aussi trouver de jolis bijoux artisanaux, des guirlandes colorées, des masques vénitiens, des bijoux comme des sacs en cuir... Un marché toujours très apprécié des Toulousains !

■ SALON VINS ET TERROIRS

Parc des Expositions

Rond-Point Michel-Bénéch

Hall 6, 7

TOULOUSE

☎ 05 62 25 45 45

www.salon-vins-terroirs-toulouse.com

info@salon-vins-terroirs-toulouse.com

Du 31 octobre au 2 novembre 2014.

Entrée : 5,50 €.

Avec la fin du mois d'octobre ou le début du mois de novembre, selon les années, s'ouvre le salon des vins et terroirs. Sur un espace de 7 000 m² entièrement dédié aux produits du terroir et aux vins, vous pourrez découvrir de nouvelles saveurs. Au programme, dégustations certes, mais aussi atelier œnotourisme, atelier terroirs... Vous apprendrez aussi à organiser votre cave comme à accorder vins et mets !

Foires – Salons

■ SALON CÔTÉ SAVEURS

Espace Diagona

150, rue Pierre-Gilles de Genes

LABÈGE

☎ 05 61 39 93 39

www.saloncotesaveurs.fr

sylvielemignon@saloncotesaveurs.fr



En novembre 2014. Entrée : 4,50 €. Restauration.

Le salon Côté Saveurs s'adresse à tous les gourmets toulousains. Il s'installe à Labège et permet de découvrir les goûts et les parfums émanant des produits de nombreuses régions de France : produits du terroir, produits insolites, produits gourmets ! Vous pourrez ainsi aller à la rencontre de producteurs, artisans et viticulteurs de tous les horizons pour affiner votre palais. Bien évidemment, vous pourrez vous restaurer sur place, goûter chocolats et foies gras ou déguster du vin...

■ SALON DES ARTS ET DU FEU

MARTRES-TOLOSANE

☎ 05 61 21 80 45

www.mairie-martres-tolosane.fr

contact@mairie-martres-tolosane.fr

Premier week-end de novembre.

Les créateurs et artisans viennent pérenniser l'amour de Martres pour la faïence. Des artisans en faïence, céramique, porcelaine, grès, émaux, verre, bronze, de France, Hollande, Espagne, Algérie... présentent leurs réalisations. L'originalité, maître mot de ce salon, s'allie à la découverte du savoir-faire à travers les éléments Eau, Terre et Feu. Un rendez-vous incontournable pour les amoureux de l'art et des traditions...

■ LA FOIRE DE LA COLOMBETTE

Rue de la Colombette

TOULOUSE

www.colombette.fr/

1^{er} week-end de novembre.

Chaque année, la rue de la Colombette s'anime et se colore. Elle accueille en effet depuis 1944 une foire : ce sera donc la 70^e édition en 2014 et ça se fête ! Les stands se multiplient donc et vous pourrez acheter livres, saucissons, jupettes et balais... Il y en a pour tous les goûts à la foire de la Colombette ! Achats et rencontres sont au rendez-vous. Ne manquez pas non plus le traditionnel concert et le concours qui permet de gagner DVD, appareil photo...

■ MAHANA – SALON DU TOURISME

Parc des Expositions

TOULOUSE

www.salonmahana.com

amandine.foussadier@comexposium.com

En février. Entrée : 8 €. Gratuit pour les moins de 12 ans.

Le parc des expositions accueille un salon du tourisme au mois de février. Ce salon est divisé en plusieurs pôles, pour le plus grand plaisir des visiteurs. Vous pourrez ainsi découvrir l'espace œnotourisme, pour suivre les chemins de la vigne, l'espace insolite pour sortir des sentiers battus, l'espace tourisme de mémoire, à l'occasion des commémorations de la grande guerre, et les roues de l'aventure, pour voyager autrement... sans compter le coin des bonnes affaires, pour partir futé et à petits prix !

■ SALON DE LA QUALITÉ ALIMENTAIRE

Parc des Expositions

TOULOUSE



En décembre 2014.

Vous vous préoccupez de ce que contient votre assiette ? Vous en avez marre de la malbouffe ? Le Salon de la qualité alimentaire ou SISQA de son petit nom est fait pour vous ! Il ouvre ses portes, comme chaque année en décembre, peu de temps avant Noël et les Toulousains ne l'oublient pas ! On y vient pour discuter avec des producteurs locaux, découvrir les dernières bières artisanales ou les bons foies gras à déguster pour les fêtes de fin d'année, manger un bout sur le pouce ou attablé... jouer au jeu des cinq sens ou observer les animaux de la ferme ! Toutes les occasions sont bonnes pour découvrir le salon de la qualité alimentaire, pour les grands comme pour les petits !

■ LE SALON DE L'AUTO ET DE LA MOTO

Parc des Expositions

TOULOUSE

www.salon-auto-toulouse.com

contact@toulouse-evenements.com

En novembre 2014. Entrée : 5 €.

Au parc des expositions de Toulouse s'affichent et s'exposent ces bolides dont vous rêvez... et qui attirent des milliers de visiteurs chaque année. Les concessionnaires Jaguar, Lexus, Ferrari, Hyundai, Posche, Aprilla, Honda, Piaggio se rassemblent dans le hall pour votre bon plaisir ! Vous découvrirez les derniers modèles, un stand dédié aux métiers de l'automobile et un hall dédié aux véhicules d'occasion. Rendez-vous en novembre !

■ SALON DES ANTIQUAIRES ET DES ARTS CONTEMPORAINS

Parc des Expositions

TOULOUSE ☎ 05 61 21 93 25

www.sforman.fr – contact@sforman.fr

Novembre 2014.

Le Salon des antiquaires et des arts contemporains constitue l'un des rendez-vous d'automne incontournables dans la ville rose. Il se tient chaque année au parc des expositions et permet d'admirer sur 15 000 m², des objets choisis par 150 exposants soigneusement sélectionnés. Vous retrouverez les trois espaces que vous connaissez : arts contemporains, brocante et antiquités. Les amateurs de crapauds, comme de tapisseries ou de céramique trouveront ici leur bonheur !

■ SALON DES ARTISANS D'ART ET DES JEUNES CRÉATEURS

Parc des Expositions

TOULOUSE ☎ 05 62 25 45 45

En décembre 2014. Entrée : 5,50 €. 4 € en tarif réduit.

Le Salon des artisans d'art et des jeunes créateurs se tient chaque année au mois de décembre, au parc des expositions. Vous pourrez y découvrir les dernières nouveautés en matière de design, d'art et d'artisanat contemporain. Vous dénicherez forcément de bonnes idées et de beaux objets pour revaloriser le fond en comble l'apparence de votre maison ! Ici les bonnes trouvailles sont au rendez-vous : n'hésitez pas à venir y faire un tour, ne serait-ce que pour le coup d'œil.

■ SALON DES LOISIRS CRÉATIFS

Parc des expositions

TOULOUSE

www.tendances-creatives.com

Du 9 au 12 octobre 2014. Qu'est-ce qui peut réunir point de croix, pochoir, scrapbooking, dessin, tricot et patchwork ? Le salon des loisirs créatifs qui se tient chaque année au mois d'octobre, au parc des expositions. Il permet de découvrir les dernières tendances, les dernières techniques pour s'en donner ensuite à cœur joie. Vous pourrez apprendre à passer des journées concentré sur votre ouvrage, sans vous ennuyer une seconde et ainsi donner un coup de jeune à ce qui vous entoure !

■ SALON « DU CÔTÉ DE LA MAISON »

TOULOUSE

En janvier.

160 exposants se rassemblent à l'occasion du salon « Du Côté de la Maison » qui se tient au mois de janvier chaque année ! C'est une occasion unique, ou presque, de rencontrer quelques acteurs de l'immobilier, pour concrétiser votre projet de construction ou de rénovation. Vous pourrez prendre contact avec des constructeurs de maison bois, des constructeurs de maisons individuelles, des architectes, des spécialistes de la rénovation et de l'extension bois ou traditionnelle, des professionnels des énergies renouvelables, des matériaux naturels et de rénovation, des éco-artisans, des organismes institutionnels...

■ SALON VINS ET TERROIRS

Parc des Expositions

TOULOUSE

☎ 05 62 25 45 45

www.salon-vins-terroirs-toulouse.com

info@salon-vins-terroirs-toulouse.com

En novembre 2014.

Chaque année au mois de novembre se tient le salon Vins et terroirs. Sur 7 000 m² au parc des expositions, il permet aux visiteurs de découvrir et redécouvrir des crus méconnus. Toutes les régions viticoles françaises sont ainsi représentées, avec 230 viticulteurs et 50 producteurs de mets artisanaux sur place, ce qui attire chaque année plus de 20 000 visiteurs. Vous pourrez ainsi déguster et discuter autour de ces vins que vous apprendrez à apprécier encore davantage !

■ SENS@HOME

www.sensathome.fr

Automne 2014.

Voilà assurément un concept original qu'il convient de mentionner et de signaler ! Chaque année une vingtaine de partenaires s'associent pour créer une maison éphémère, qui devient donc leur maison témoin, vitrine des nouvelles tendances en matière de bâtiment et de décoration. Il est possible de la visiter, mais aussi de l'occuper le temps d'une réunion, d'une conférence ou d'une dégustation, sur réservation ! Bien évidemment, nous ne savons pas encore où se tiendra le prochain Sens@home ! Rendez-vous sur le site, à l'automne, pour le savoir...

■ LE TOULOUSE GAME SHOW

TOULOUSE

www.toulouse-game-show.fr

Automne 2014.

Depuis 2007, le Toulouse Game Show se tient chaque automne au parc des Expositions. C'est l'occasion attendue par tous les geeks, de partager découvrir, les dernières nouveautés en matière de jeux vidéo, de mangas, de science-fiction, de fantasy ou de culture japonaise. Au programme, des concerts, des rencontres avec des auteurs comme des acteurs, des bornes pour jouer aux jeux d'arcade, des jeux vidéo et jeux de plateau... Un salon incontournable dans le sud de la France.

■ ZOO MANIA

TOULOUSE

www.zoomania.fr

En novembre 2014.

Le salon Zoo Mania est entièrement dédié aux animaux... mais pas de panique, vous ne rencontrerez guère ours, tigres ou panthères dans le hall du parc des expositions ! Par contre si vous appréciez les chats, les chiens, les rats, les perroquets ou les chinchillas, vous sonnez à la bonne porte ! Ce salon s'ouvre à tous les animaux de compagnie, vous l'aurez compris. Vous pourrez ainsi rencontrer les exposants et participer aux concours, démonstrations et animations.

Retrouvez le sommaire en début de guide

Manifestations culturelles – Festivals

■ L'EUROPÉENNE DE CIRQUES

61, rue Saint-Jean

BALMA

www.la-grainerie.net

Prochaine édition du 23 mai au 8 juin 2014.

La caravane de cirques devient l'Européenne de cirques ! Comme son nom l'indique, il s'agit d'un festival entièrement dédié au cirque contemporain. Il accueille des artistes et des compagnies en provenance de toute l'Europe, pour faire découvrir aux Toulousains et aux amateurs de toute la région des spectacles qui multiplient les influences et les effets. Rendez-vous au printemps à la Grainerie, pour découvrir une programmation chaque année renouvelée !

■ NOVELUM

BLAGNAC

☎ 05 61 71 75 15

www.odysseus.com

billetterie@odysseus.com

En novembre 2014.

Le Festival Novelum a été créé en 1998 et s'installe chaque année en automne, entre les villes de Toulouse et de Blagnac, en bien des espaces culturels majeurs : Odysseus, l'auditorium Saint-Pierre des Cuisines, le CDC, le Petit Théâtre Saint-Exupère de Blagnac, l'espace Edgar Varèse au CNR de Toulouse, le TNT, le Théâtre Garonne... Son but est ainsi de promouvoir la création musicale sous toutes ses formes ! Vous aurez ainsi la possibilité d'assister à des projections, des performances, des spectacles chorégraphiques et bien sûr, à des concerts et autres récitals ! N'hésitez pas à y faire une petite visite !

■ FESTIVAL DE LA BANDE DESSINÉE

COLOMIERS

☎ 05 61 15 23 82

www.bdcolomiers.com

contact@bdcolomiers.com

En novembre 2014.

C'est la bande dessinée qui est chaque année à l'honneur dans la cité de Colomiers ! Un festival qui attire de nombreux amateurs, qui apprécient de flâner, bouquiner, discuter avec les auteurs et se faire dédicacer leur œuvre préférée... Editeurs, dessinateurs, auteurs se trouvent réunis ici autour de ces livres imagés qui plaisent toujours autant aux petits comme aux grands... De nombreux titres inédites sont également disponibles à la boutique et la ville vit pendant quelques jours au rythme de la BD !

■ FESTIVAL DE RUE DE RAMONVILLE

Place Jean-Jaurès

Association Arto Centre Culturel

de Ramonville

RAMONVILLE-SAINT-AGNE

☎ 05 61 73 00 48

www.festivalramonville-arto.fr

arto7@wanadoo.fr

En septembre 2014.

Le festival de Ramonville est l'un des principaux festivals dédiés aux arts de la rue en France. Organisé par l'association ARTO et la municipalité de Ramonville, il est désormais incontournable. Chaque année plus de 200 artistes se réunissent à Ramonville, devant plus de 25 000 spectateurs. Les genres se mêlent, entre théâtre, danse, mime, musique et arts plastiques pour mettre l'art au cœur de la ville. Installations et créations se bousculent, toujours mêlées à la convivialité et à la fête. Avantage futé, les manifestations sont entièrement libres d'accès !

■ FESTIVAL DEODAT DE SEVERAC (1873-1921)

SAINT-FÉLIX LAURAGAIS

SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

Le festival Déodat de Séverac est dédié au compositeur de musique, né à Saint-Félix-Lauragais. Il a été créé en 1989 par le petit-fils du compositeur. Depuis, ce festival de musique classique dont la direction artistique est attribuée au chanteur lyrique Jean-Jacques Cubaynes tourne autour de quelques thématiques majeures : le croisement des domaines musicaux, l'œuvre de Déodat de Séverac, la Convivencia et la culture occitane. Au programme stages, concerts, rencontres, journées d'études...

■ LE CARTOON FESTIVAL

TOULOUSE

En septembre 2014.

Toulouse est une ville de l'image et le veut bien ! Le cartoon festival a été organisé par la ville de Toulouse et la région Midi-Pyrénées, pour la première fois dans la ville rose en septembre 2012 et a rencontré un beau succès. Le programme était inédit : des extraits des films d'animation les plus attendus de l'année et une sélection des meilleurs courts-métrages européens. Le programme était riche, nous gageons qu'il le sera encore plus cette année ! Rendez-vous à l'ESAV, à la cinémathèque, au cinéma Utopia, au Centre culturel Alban Minville ou au Cratère (et même dans quelques villes de Midi-Pyrénées) pour des séances inoubliables !

■ CINESPANA

15, rue Jean-Rancy

TOULOUSE

☎ 05 61 12 12 20

www.cinespanaol.com

En octobre 2014.

En 1992, quelques cinéphiles passionnés d'histoire réunis en association créent le festival « Les écrans de l'histoire ». En 1996, ils se tournent vers l'histoire de l'Espagne contemporaine et découvrent ainsi un continent inexploré : le cinéma espagnol... C'est ainsi qu'ils décident de changer l'orientation du festival pour créer un festival entièrement dédié à ce cinéma méconnu. Et voilà l'histoire de Cinespana partie pour une longue vie ! Aujourd'hui, Cinespana ce sont de nombreux films récents projetés partout dans la ville rose au mois d'octobre, pour le plus grand bonheur des Toulousains ! La compétition est forte entre les films proposés, mais c'est toujours l'occasion de découvrir des documentaires, de revivre l'histoire ou de vivre quelques heures durant une vie à l'espagnole !

■ **CONCOURS INTERNATIONAL DE CHANT DE TOULOUSE**
Théâtre du Capitole
Place du Capitole
TOULOUSE

☎ 05 61 22 31 31

www.theatre-du-capitole.fr

Du 1^{er} au 6 septembre 2014.

Si on l'oublie souvent, Toulouse est la ville du Bel Canto ! Une tradition véhiculée depuis des siècles... Le Concours de chant qui se déroule tous les deux ans au théâtre du Capitole en est l'une des manifestations les plus claires. Il fêtera ses cinquante bougies en septembre prochain, afin de promouvoir, comme à l'accoutumée, les plus belles voix lyriques du moment. Il faut dire que ce concours est particulièrement réputé, attirant des jeunes chanteurs du monde entier, pour se faire connaître du public et des plus grands directeurs de théâtre. C'est aussi l'occasion d'entendre les airs les plus magnifiques, de Verdi, Wagner ou Puccini, lors des demi-finales et finales publiques.

■ **DANSES ET CONTINENTS NOIRS**
TOULOUSE

☎ 05 62 30 69 10

www.danses-et-continents-noirs.com

melise.bicep@jamescarles.com

En octobre-novembre 2014.

Le festival Danses et continents noirs est organisé chaque année par l'APCA et le centre James Carlès. Dans de nombreux espaces culturels toulousains, MJC Roguet, Casino Barrière, Théâtre Sorano, Centre Culturel Altigone, Mix'Art Myris, la fabrique culturelle (UTM), l'auditorium Saint-Pierre des Cuisines et le centre James Carlès, la danse s'invente pour lutter contre les discriminations culturelle et sociale et inscrire un peu d'art dans notre vie de tous les jours ! Il s'agit ainsi de transmettre, diffuser et sensibiliser autour des forces chorégraphiques des traditions sociales et populaires au travers de projections, stages, expositions et spectacles de la compagnie James Carlès et de ses invités !

■ **ELECTRO ALTERNATIF**
78, avenue des Etats-Unis
TOULOUSE

☎ 05 82 74 50 14

<http://electro-alternatif.com>

En septembre 2014.

Le Festival Electro Alternatif créé en 2005 se tient chaque année à Toulouse au mois de septembre. Il accueille près de quinze mille personnes chaque année. Il se tient ainsi dans de nombreux lieux toulousains à la mode : Bikini, Dynamo, Dune, Centre Culturel Bellegarde, Multiprise... Au programme : des musiques électroniques actuelles. Des artistes internationaux, du hip hop, de l'électro jazz ou de la techno expérimentale viennent pour l'occasion à Toulouse. Rendez-vous sur Internet pour connaître la programmation et pour acheter vos billets en ligne !

■ **FESTI'COULEURS**
Parc des expositions
Allées Fernand-Jourdan
TOULOUSE

En mai 2014.

L'association Kirikou Evénements a créé ce festival en 2002. L'idée était alors de mettre en scène la diversité des cultures du monde et cela n'a pas changé ! Elle lutte également contre toutes les discriminations, en prônant avant tout la mixité. Toutes les formes artistiques sont également représentées avec musique, danse, peinture, sculpture, littérature... à travers de nombreux projets culturels (jazz, pop rock, danse malgache, Zouk Love, atelier graff, maquillage, studio photo, marionnettes...)

■ **FESTIVAL D'IMAGES MANIFESTO**
37, rue Viguerie
TOULOUSE

www.festival-manifesto.org

En septembre.

Manifesto est un festival entièrement dédié à l'image sous toutes ses formes, à Toulouse et à Tournefeuille. Depuis qu'il a passé l'âge de raison, ce festival renouvelle davantage sa programmation tout en restant à dimension humaine. Il propose toujours des travaux artistiques contemporains et novateurs, des créations originales, sans perdre le contact avec son public, grâce à des expositions gratuites, des conférences-débats et même des concerts. Des invités d'honneur prestigieux et reconnus dans le monde de la photographie sont conviés chaque année, pour le plus grand plaisir du public.

■ **FESTIVAL INTERNATIONAL TOULOUSE LES ORGUES**
22 bis, rue des Fleurs
TOULOUSE

☎ 05 61 33 76 80

www.toulouse-les-orgues.org

infos@toulouse-les-orgues.org

En octobre 2014 (consulter le site pour davantage d'informations).

Chaque année un vent passionné souffle sur les orgues de la ville rose ! Comme vous le savez, Toulouse est riche d'instruments magnifiques qui ne demandent qu'à sonner et résonner dans les églises, musées et temples de la cité. Le festival que dirige Michel Bouvard permet aux amateurs d'entendre avec bonheur l'orgue du musée des Augustins, le Cavallé-Coll de la basilique Saint-Sernin ou l'orgue du temple du Salin... Les œuvres de Bach, Guillemant, Duruflé et Widor résonnent à l'occasion. Un concours prestigieux s'invite également à l'occasion, permettant d'entendre les talents d'aujourd'hui et de demain !

■ **FESTIVAL OCCITANIA**
Institut d'études occitanes
de la Haute-Garonne
11, rue Malcousinat
TOULOUSE

☎ 05 61 11 24 87

www.festivaloccitania.com

ieo31@ieo31.com

De septembre à octobre 2014 (consulter le site pour connaître le programme !).

Chaque année au mois d'octobre, l'Institut d'Etudes Occitans (l'Institut d'études occitanes) de la Haute-

Garonne organise le Festival Occitania, à Toulouse et dans ses environs, avec l'aide d'une soixantaine de partenaires. Il s'agit tout simplement de promouvoir la création contemporaine occitane en lui permettant de rencontrer un large public, tout en nouant des liens avec les autres cultures. Tous les ans, la programmation est très riche : rendez-vous sur le site Internet pour connaître les nombreuses manifestations organisées dans le domaine du théâtre, du cinéma, de la peinture, de la musique, de la photographie ou du conte !

■ FESTIVAL RAVENSARE

**Jardin Raymond VI
TOULOUSE**

Du 2 au 5 juillet 2014.

Le festival Ravensare existe depuis treize ans. Il s'agit d'un véritable tremplin artistique en Midi-Pyrénées ! En effet, en hiver le festival Ravensare lance un appel à auteurs et à contribution. Une cinquantaine d'heureux élus sont ensuite sélectionnés pour se produire, au mois de juillet, dans le jardin Raymond VI, allées Charles de Fitte. Cette année le festival s'articulera autour de quatre points forts : danse, création chorégraphique, rencontres musicales et expositions.

■ LES JARDINS SYNTHÉTIQUES

TOULOUSE

☎ 06 03 84 94 86

www.jardins-synthetiques.org
callforth.association@gmail.com

En octobre 2014.

Les Jardins synthétiques en arrivent bientôt, à leur quatrième édition. L'idée est de construire des ponts et des passerelles entre les gens, les œuvres d'art et les disciplines ! Il s'agit tout simplement de changer le regard du public, et notamment du jeune public, sur l'art contemporain. Rendez-vous sur le site Internet pour découvrir une nouvelle programmation éclectique à la découverte de l'art et des arts !

■ JAZZ SUR SON 31

**Point Info Jazz à l'Adda 31
(à partir du 1^{er} septembre)**

7, rue Chalande

TOULOUSE

☎ 05 34 45 05 92

www.jazz31.com
contact@cg31.fr

En octobre 2014.

Voilà largement plus de vingt ans que Jazz sur son 31 est LE rendez-vous des fans et passionnés de jazz en Haute-Garonne ! Chaque année le festival accueille sur de multiples scènes réparties dans le département des artistes incontournables et des jeunes talents du monde entier. De très nombreuses villes de la Haute-Garonne sont concernées : Aucamville, Plaisance du Touch, Carbone, Auzeville, Saint-Orens (salle Altigone), Blagnac (Odysseus)... L'an dernier Jazz sur son 31 a fait entendre aux Toulousains fans de jazz, Billy Cobham Spectrum, Frédérique, Gérard Clayton Trio, Dianne Reeves, Joëlle Léandre, Omer Klein Trio, Ping Machine et bien d'autres encore !

■ LES JOURNÉES DU PATRIMOINE

TOULOUSE

www.journeesdupatrimoine.culture.fr

En septembre 2014.

Au mois de septembre, chaque année, les journées du patrimoine déferlent sur l'ensemble du territoire national. C'est l'occasion pour visiter les principaux monuments, comme ces trésors cachés méconnus des Français.

Cet événement culturel s'inscrit bien sûr aussi dans l'agglomération toulousaine, permettant aux Toulousains de revoir leur bien aimée basilique Saint-Sernin, comme de visiter le petit musée des transports toulousains, le siège de la DRAC rue de la Dalbade, les coulisses du crédit municipal de Toulouse ou la précieuse réserve de la Cinémathèque !

■ JOURNÉES SPIRALE

TOULOUSE

www.spirale-bebe.fr

contact@spirale-bebe.fr

En décembre 2014.

Chaque année l'association Spirale organise deux journées de rencontres de grande qualité. Le TNT accueille ainsi les professionnels et les particuliers qui souhaitent entendre des conférences et débattre autour de thématiques centrées sur le bébé.

Après « Punir Bébé » ou « Le bébé dans la ville », les journées Spirale s'ouvriront sur une nouvelle thématique, encore inconnue à l'heure où nous écrivons ces lignes. Rendez-vous sur le site pour connaître le programme !

■ MAP

TOULOUSE

www.map-photo.fr

contact@map-photo.fr

En septembre 2014.

MAP, c'est le festival de photographie amateur de Toulouse. Il a lieu tous les ans dans le centre-ville de la cité rose. Au détour des ruelles et des monuments les plus prestigieux, vous tomberez ainsi sur de petites expositions de photographies, qui vous permettront de voir le monde sous un nouveau jour... C'est bien le but de la photographie, ne croyez-vous pas ? MAP a le grand avantage d'être gratuit et de renouveler chaque année ses thématiques de prédilection ! Renseignements sur le site Internet du festival.

■ LA NOVELA

TOULOUSE

<http://novela.toulouse.fr>

lanovela@toulouse-metropole.fr

En octobre 2014.

Fête connaissance est la devise de cette manifestation entièrement dédiée aux rencontres entre les cheuchers et les Toulousains. La sixième édition aura lieu à l'automne 2014 et permettra d'entendre, dans les principaux centres culturels de la cité, les « novelisés » parler de leurs trouvailles en matière d'histoire, de chimie, de musique ou de médecine. Expositions, débats, animations mettent la science à portée du public, en une médiation/vulgarisation passionnante.

■ ORIGINES CONTRÔLÉES

20 bis, rue Michel-de-Montaigne
TOULOUSE ☎ 05 34 40 80 70
www.tactikollectif.org
tactik@tactikollectif.org

En novembre.

Origines Contrôlées est un festival créé en 2004 par Tactikollectif, collectif créé dans les quartiers Nord de Toulouse. L'ambition de ses créateurs est de mêler de façon originale des rencontres-débats autour de thématiques de société et une programmation artistique pluridisciplinaire populaire. C'est ainsi l'occasion d'évoquer les discriminations tout en plaçant l'expression des habitants des quartiers populaires et l'action culturelle au centre des préoccupations des Toulousains.

■ PEUPLES ET MUSIQUES AU CINÉMA

35, place des Tiercerettes
TOULOUSE ☎ 05 61 21 33 05
www.peuplesetmusiquesaucinema.com

En octobre 2014.

Peuples et musiques au cinéma fête son quinzième anniversaire en 2014 ! Évidemment, ça s'arrose ! Ce festival de cinéma met à l'honneur les peuples, les groupes ethniques et sociétés d'ici comme du bout du monde, ainsi que leur musique. Au travers d'une programmation très riche, diffusée dans les principaux centres culturels de la ville, il est possible de voyager très loin et de s'évader, tout en restant dans la ville rose ! Une gageure rendue accessible grâce à l'association Escambar !

■ PIANO AUX JACOBINS

56, rue Gambetta
TOULOUSE ☎ 05 61 22 40 05
www.pianojacobins.com
contact@pianojacobins.com

En septembre 2014 (renseignements au bureau du festival, du lundi au vendredi).

Piano aux Jacobins résonne dans les monuments toulousains pendant tout le mois de septembre, ou presque. Ce rendez-vous est très attendu des pianistes et mélomanes qui apprécient d'entendre de la belle musique, magnifiquement interprétée dans des lieux souvent magiques. Les Jacobins résonnent ainsi des notes composées par Liszt, Bach, Debussy ou Chopin, sous les doigts de Boris Berezovsky, Nino Gvetadze, David Fray ou Jonathan Biss. Un bon moment de musique !

■ LES RENCONTRES DU CINÉMA ITALIEN

TOULOUSE
www.cinemaitalienetoulouse.com
christine.grezes@gmail.com

Du 28 novembre au 7 décembre 2014. Plein tarif : 7,50 €.

Les rencontres du cinéma italien fêtent cette année leurs dix bougies ! Un bel événement pour ce festival qui se tient au cinéma ABC et au cinéma L'Autan à Ramonville. Cette année encore le festival se propose de faire découvrir au public toulousain un panorama du cinéma italien d'aujourd'hui, avec des films de jeunes réalisateurs comme de stars du cinéma transalpin. Une compétition met en lice des films choisis qui concourent ainsi pour le prix du public, le prix de la critique et le prix du jury étudiant.

■ SÉQUENCE COURT-MÉTRAGE

6, rue des Chalets
TOULOUSE
☎ 05 61 62 92 46
www.sequence-court.com
sequencem@gmail.com

En novembre 2014.

Le festival Séquence Court-Métrage prend place à Toulouse, chaque année, au mois de novembre. La programmation est exclusivement composée de courts-métrages, sélectionnés et projetés dans les principaux cinémas et centres culturels de Toulouse et de ses environs : cinéma ABC, cinémathèque, médiathèque Cabanis, le Cratère, le centre culturel Alban Minville, la salle du Sénéchal, le centre culturel Bellegarde, l'Autan à Ramonville, le Foyer à Grenade, Ciné Fronton, l'Espace Nouveautés à Lavaur...

■ TANGOPOSTALE

TOULOUSE
www.tangopostale.com
contact@tangopostale.com

Du 27 juin au 6 juillet 2014.

L'équipe de Tangopostale vous fait voyager... vers Buenos Aires et le Rio del Plata ! Rendez-vous à Toulouse pour redécouvrir le tango ! Au programme de ce festival festif et estival : exposition, stages de danses latines, projections de cinéma, conférences, initiations, bals... Chaque année il s'étoffe davantage et attire de nouveaux curieux et amateurs. Rendez-vous sur les quais de la Daurade, à l'Espace Saint-Cyprien ou à l'Institut Cervantès.

■ TOULOUSE D'ÉTÉ

Espace Croix-Baragnon
24, rue Croix-Baragnon
TOULOUSE
☎ 05 62 27 60 71

www.toulousedete.org

Du 15 juillet au 8 août 2014.

La ville rose accompagne l'été à sa manière avec un festival dont c'est la onzième édition en 2014. Partout dans la cité, les notes résonnent pour lui donner un air de fête. Tous les amateurs y trouveront leur bonheur : jazz, rock and roll, bossa nova, musique de chambre, blues comme flamenco y trouvent leur place. Les Toulousains peuvent ainsi entendre la nouvelle génération de musiciens du cru comme des stars bien connues, pour un été tout de musique revêtu !

■ TOULOUSE POLARS DU SUD

Librairie de la Renaissance
1, allée Marc Saint-Saens
TOULOUSE
www.toulouse-polars-du-sud.com

Automne 2014.

Chaque année le noir investit la ville rose, à l'occasion du festival Polars du Sud. Les écrivains envahissent la ville, surtout sur le site de la librairie de la Renaissance à Basso Cambo. Vous avez bien compris, pendant trois jours, à l'automne, vous pouvez rencontrer vos auteurs préférés, débattre et discuter de plume et d'intrigues. Chaque année le festival innove en organisant concours photo, dictée noire ou rallye enquête !

■ VIVONS LIVRES !

Centre de Congrès Pierre Baudis TOULOUSE

☎ 05 34 44 50 20

www.crl-midipyrenees.fr
crlpyren@crl-midipyrenees.fr

En novembre 2014.

L'équipe du CRL (Centre Régional des Lettres Midi-Pyrénées) organise chaque année à Toulouse un salon, qui se double d'un espace d'exposition consacré aux éditeurs régionaux, une soixantaine de Midi-Pyrénées, pour encourager l'accès au livre et à la lecture. Vous y trouverez débats, ateliers, rencontres, spectacles organisés autour d'un seul thème : le livre. Chaque année quelques thèmes majeurs sont retenus. Si en 2010 il s'agissait du monde du travail et de la mondialisation, en 2011 du Mexique et de la Gastronomie, le thème retenu en 2012 était le sport... En 2013, Catalogne et Baléares étaient invitées à fêter le livre avec les Toulousains. A l'année prochaine, en 2014 !

■ MARIONNETTISSIMO

TOURNEFEUILLE ☎ 05 62 13 21 52

www.marionnettissimo.com
billetterie@mairie-tournefeuille.fr

En novembre (consulter le site pour connaître le programme).

Voilà un sympathique festival qui met la marionnette à l'honneur, pour le plus grand bonheur des enfants et de leurs parents nostalgiques ! Marionnettissimo propose aux Toulousains de découvrir une sélection de niveau international des meilleures productions du moment, dans une soixantaine de lieux choisis dans la région Midi-Pyrénées. Si la marionnette est toujours au cœur du festival, vous pourrez aller à la découverte d'autres arts : petit cirque, micro théâtre, musique... Les marionnettes invitent petits et grands dans un univers de rêve, un monde de magie et de mystère, aussi étonnant qu'enrichissant !

Manifestations sportives

■ 4E GOLDEN AGE GYM FESTIVAL

TOULOUSE

www.goldenage2014.eu

Du 28 septembre au 3 octobre 2014.

Les seniors peuvent continuer à pratiquer une activité physique. Cela est vivement conseillé ! C'est aussi ce que préconisent et promeuvent les seniors qui organisent ce festival de gymnastique, qui est organisé tous les deux ans dans des pays où l'arrière-saison est encore belle : Portugal, Italie, Espagne... et Toulouse ! Au programme, cérémonies, gala, parade, workshops et animations telles qu'ateliers, visites de la ville et soirées dansantes !

■ LE MARATHON INTERNATIONAL TOULOUSE – MÉTROPOLE

1, place de La Légion-d'Honneur

TOULOUSE ☎ 05 81 91 72 72

www.lemarathondugrandtoulouse.org
marathon@grandtoulouse.fr

Le 26 octobre 2014.

Vous aimez courir ? Le marathon de Toulouse Métropole est fait pour vous. Bien sûr, il faut vous y préparer longtemps à l'avance, car une telle course ne s'improvise pas. Elle réclame endurance, persévérance, volonté, courage... Pour autant, les difficultés sont vite balayées, au cours de cette course conviviale qui attire des sportifs du monde entier. Presque 4 000 coureurs ont pris le départ en 2013, combien seront-ils en 2014 ? Attention à ne pas oublier de vous inscrire si vous voulez vous lancer dans la grande aventure !

■ MEETING DES ÉTOILES ET DES AILES

Base de Francazal – TOULOUSE

www.desetoiletsetdesailes.com

desetoiletsetdesailes@yahoo.fr

Du 27 au 28 septembre 2014.

L'association Des étoiles et des ailes a été créée en 2010. Elle organise un festival entièrement dédié à l'aérospatial au mois de novembre, ainsi qu'un meeting aérien au mois de septembre. Il se tiendra à l'aéroport de Francazal. Cette grande fête de l'aviation sera ainsi l'occasion d'approcher de plus près et d'admirer les avions dont vous avez toujours rêvé ! Un programme à suivre avec intérêt !

■ TOULOUSE OLYMPIQUE XIII

107, avenue Frédéric Estèbe

TOULOUSE ☎ 05 61 57 80 00

www.to13.com – contact@toxii.com

Ouverture de 9h à 12h et de 14h à 18h. Calendrier des matchs disponible sur le site Internet.

Le club de rugby à XIII de Toulouse a été créé en octobre 1937. Il dispute sa première finale de coupe de France en 1939. Depuis, son histoire a été longue, parsemée de titres, mais il continue à perpétuer la tradition. Le club accueille donc une équipe professionnelle, un centre de formation, une école pour les juniors et une équipe féminine... Rendez-vous sur le site Internet pour connaître toutes les actualités du club, acheter des places pour un match ou même vous abonner !

Hautes-Pyrénées

Fêtes

■ FÊTE DES BATTAGES ET DES TRADITIONS

BURG ☎ 05 62 33 13 30 / 05 62 33 12 07

www.alacampagne.org/battages

Entrée gratuite. Chaque année en juillet. Toute la journée, démonstration de moisson et de battage à l'ancienne. Messe en plein air, repas à l'ancienne, spectacles, animations, expositions et bal.

Traditions et battages à l'ancienne font bon ménage, à Burg, où la fête rassemble des milliers de personnes, autour des matériels d'autrefois. Toute la journée, des professionnels vous expliquent leur travail avec démonstration de moisson et de battage à l'ancienne. Pour les plus croyants-pratiquants, une messe en plein air est aussi organisée tout comme un repas à l'ancienne, des spectacles, des animations, des expositions et un bal pour clôturer cette fête de la plus belle des manières.

■ FÊTE DU HARICOT TARBAIS

Place du Village
HACHAN

☎ 05 62 99 79 18

Chaque premier week-end de septembre, Hachan fête l'un des plus gros symboles de la cuisine pyrénéenne : le haricot tarbais. Entrée libre.

Le célèbre haricot tarbais a droit à sa fête, sa journée qui lui est consacrée. A Hachan, vous pouvez déguster le Roi des haricots. Et on vous explique également pourquoi il est tant aimé et apprécié : c'est essentiellement dû à la peau qui enveloppe la graine et qui est fine. Et surtout, cette peau, contrairement aux autres espèces de haricots, n'est pas collée à la graine. Tout cela le rend délicieux. Vous vous régalez !

■ FÊTE DU VIN MADIRAN

Le 15 août.

Ce jour-là, possibilité est offerte à tous de déguster pratiquement tous les vins de l'appellation et de les apprécier. Les deux tiers des producteurs y sont présents, de quoi se faire une opinion sur la production. Les visiteurs, après avoir acheté un verre (vide !), peuvent déambuler dans les stands et rencontrer les viticulteurs qui sont fiers d'expliquer et de faire partager le fruit de leur travail.

■ LA POURCAILHADE TRIE-SUR-BAÏSE

www.pourcailhade.com
christophebous.architecte@orange.fr

Deuxième semaine d'août.

En août, la petite ville de Trie-sur-Baïse devient un vrai « groin » de paradis ! Pour les ignorants en la matière ou en tous cas ceux qui ne connaissent pas le patois local, la Pourcailhade est tout simplement la Fête du cochon, et ce, dans tous ses états, organisée chaque année depuis plus de 25 ans par la confrérie du cochon. Ce n'est pas anodin puisque l'animal en question est au cœur de l'économie locale. La ville est en effet le premier marché de porcelets en France. À l'occasion de cette fête, divers spectacles sont organisés. Parmi les nombreuses animations, on retrouve notamment le championnat de France d'imitation du cri du cochon !

Expositions

■ LE CARMEL 14, rue Théophile-Gautier TARBES

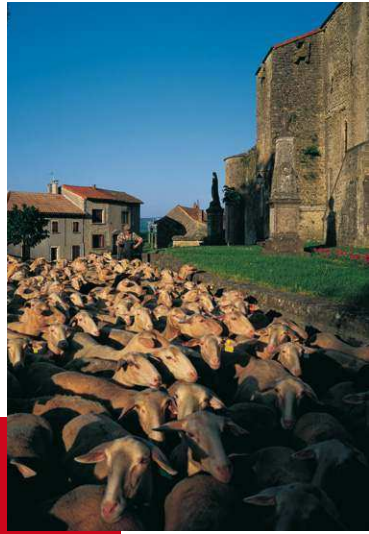
☎ 05 62 44 16 02

www.tarbes.fr
culture@mairie-tarbes.fr

près du Jardin Massey

Ouvert toute l'année, du lundi au samedi de 14h à 18h.
Visites commentées sur rendez-vous.

Le Carmel de Tarbes a été fondé en 1870. Les carmélites, religieuses cloîtrées ayant choisi la vie contemplative, bâtissent ce vaste monastère et organisent leur couvent selon les règles de Ste Thérèse d'Avila. Elles vivent grâce à la confection de fleurs artificielles, broderies, vêtements liturgiques jusqu'en 1988, année où le Carmel



Troupeau dans les rues de Saint-Jean-d'Alcas

est transféré à Laloubère, dans un nouveau monastère. En 1994, l'ancien carmel de Tarbes devient la propriété de la mairie et la chapelle est transformée en une salle d'exposition de 200 m². Divers éléments de l'ancien Carmel sont toujours là comme les cloches, les vitraux de la Chapelle, les statues, les stalles du chœur... Cette salle propose une programmation de qualité : les œuvres de grands peintres ont déjà été exposées (Joan Miró, Pierre Soulages, Francis Bacon, Georges Braque, Alberto Giacometti) mais aussi celles de grands photographes, sculpteurs et d'artistes contemporains. Le désir de favoriser le contact, la découverte et de créer de nouveaux liens avec tous les publics a entraîné l'organisation d'ateliers pédagogiques ou la possibilité de visites commentées. Il s'agit tout simplement d'un des plus importants lieux culturels de la ville.

Foires – Salons

■ FOIRE AUX COTELETTES ARRENS-MARSOUS

Mi-septembre.

Autrefois, les éleveurs et bergers de la région se retrouvaient après avoir descendu leurs troupeaux de la montagne pour une grande foire aux moutons ; et si les discussions étaient âpres et le verbe haut, l'occasion était trop belle de fêter dignement le retour des estives autour d'un verre et d'un bon repas. Depuis, cette tradition s'est métamorphosée en une fête traditionnelle très conviviale. Durant cette journée, la dégustation des côtelettes de mouton est à l'honneur. Autour de cette manifestation, de nombreuses animations se déroulent à Arrens. On y trouve notamment un concours de tonte de moutons, un concours de chiens de berger, un marché et, bien sûr, un bal qui clôture la journée.

■ FOIRE AU FROMAGE

LOURES-BAROUSSE

☎ 05 62 99 21 30

Le premier week-end d'août.

La Foire aux fromages existe depuis bientôt 50 ans ; ce nom est resté cher au cœur des Baroussais. Avec le temps, la fête a évolué. Aujourd'hui, le marché traditionnel de la gastronomie est toujours là, mais une grande diversité de spectacles et autres animations de qualité sont proposés pour cet événement très populaire qui déplace des milliers de visiteurs. Défilés et intronisations de confréries, messe, repas, vide-grenier, concerts...

■ FOIRE AUX COTELETTES

Place du 8-Mai

LUZ-SAINT-SAUVEUR

☎ 05 62 92 30 30

Entrée gratuite. La Foire aux côtelettes de Luz-Saint-Sauveur se déroule chaque année le dernier week-end de septembre.

C'est une institution dans le village et les environs. Depuis des années, le dernier week-end de septembre, des centaines de personnes se réunissent à Luz pour faire la fête sur le thème du mouton. Des animations sont organisées toute la journée de samedi (tonte de mouton, course aux ânes, grand chapiteau pour déguster des côtes de mouton). Et malgré le temps qui passe, cette foire aux côtelettes a toujours autant de succès. Un véritable succès populaire qui ne se dément pas.

Manifestations culturelles – Festivals



BANDA LOUS BERRETES AUREILHAN 65

Route de Mirande

FONTRAILLES

☎ 05 62 36 80 72 / 06 83 98 00 84

www.lousberretes.org

lousberretes@voila.fr

Les fêtes du sud-ouest ne seraient pas des fêtes sans la musique de rue de leurs bandas. Il en est une qui se démarque, la banda Lous Berretes d'Aureilhan qui tient son nom de la petite fabrique de bérets qui existait autrefois dans leur commune... un bel hommage au territoire. Le groupe comprend une soixantaine de musiciens, toutes les générations sont confondues. Quand ils se produisent, ils sont une bonne vingtaine à vous entraîner au son de leur répertoire : pasodobles, marches, jotas, fandangos, arin-arin, musiques latines... Vous aurez peut-être la chance de les écouter au détour d'un village Basque ou Landais, sachez qu'ils se produisent souvent lors de rencontres prestigieuses comme le tournoi de rugby à 7 de Dubaï qu'ils animent chaque année depuis 2004, qu'ils assurent des tournées en Nouvelle-Calédonie, en Espagne...

■ FESTIVAL INTERNATIONAL MUSIQUE

SACRÉE DE LOURDES

Place Peyramale

LOURDES

☎ 05 62 42 77 40

www.festivaldelourdes.fr

contact@festivaldelourdes.fr

Le festival se déroule fin mars-début avril. Pour les tarifs et le programme se renseigner auprès des organisateurs. Le festival international Musique Sacrée de Lourdes vous invite à redécouvrir des compositeurs qui ont marqué l'histoire des Arts, à travers leurs chefs-d'œuvre consacrés mais aussi en abordant des versants moins connus de leurs vies ou de leurs productions. C'est un festival qui se déroule fin mars-début avril. Ses amoureux de musique se régaleront avec des œuvres qui sont de moins en moins interprétées au fil des années. Un festival à voir et surtout à écouter !

■ FESTIVAL D'ALTIUDE JAZZ

Place du 8-Mai

LUZ-SAINT-SAUVEUR

☎ 05 62 92 30 30

<http://festivaljazzaluz.ouvaton.org>

Du 12 au 15 juillet. Tarifs et programme sur demande.

Chaque année, les organisateurs du Festival se font un devoir de surprendre les spectateurs. De plus en plus populaire auprès des vacanciers ou de la population locale, cette manifestation qui fait une grande place au jazz se déroule dans un cadre fabuleux avec la chaîne pyrénéenne en fond. Si vous voulez découvrir ou redécouvrir les plus grands standards du jazz mais pas seulement puisque ce festival de musiques contemporaines et improvisées propose aussi des concerts de hip-hop, de world, de fusion ou de reggae, rendez-vous à Luz-Saint-Sauveur.

■ LA NISTOSIENNE

La Maison du Savoir

4, avenue des Châtaigniers

SAINT-LAURENT-DE-NESTE

☎ 05 62 39 78 48

Fête qui se déroule chaque année le 2^e week-end de décembre à la Maison du Savoir. Il y a un marché de Noël, des jeux et ateliers multimédias, etc. Entrée gratuite.

La Nistosienne est une manifestation éclectique et qui a pour cadre la Maison du Savoir à Saint-Laurent-de-Neste. Chaque année, quelques semaines avant Noël, vous découvrirez un marché de Noël et des spectacles musicaux destinés aux jeunes et aux moins jeunes. Ils associent musique et écologie et permettent de faire découvrir aux jeunes spectateurs comment il est possible de concilier ces deux domaines. Une journée placée donc sous le signe du savoir et de la découverte.

Manifestations sportives

■ FETE DU CHEVAL DE TRAIT

ARRENS-MARSOUS

Du 6 au 7 octobre (second week-end d'octobre).

L'histoire de cette fête originale et désormais célèbre dans toute la région est plutôt sympathique : il a fallu que France 3 vienne filmer, à la fin des années 1990, le traditionnel concours des éleveurs de chevaux de trait de la vallée, qui se déroulait alors en petit comité sur une place d'Aucun, pour que les élus et autres habitants du Val d'Azun se mobilisent et créent un événement d'automne. Pari réussi puisqu'en 1999, la fête accueillait 2 000 visiteurs, et qu'aujourd'hui pas

moins de 17 000 en moyenne sont présents chaque second week-end d'octobre. Un public qui fait parfois le déplacement de très loin afin de se retrouver dans un site majestueux, au cœur des montagnes du Val d'Azun.

■ **FÊTE DES MARIOLLES CAMPAN**

Courant juillet.

Cette manifestation chère aux habitants du coin permet de fêter Gaye Mariolle, un soldat de Napoléon natif de la vallée. La « Fête des Mariolles », c'est également un état d'esprit fait de dynamisme, de volonté, d'abnégation et d'humour ! Durant les festivités, une exposition de Mounaques, grandes poupées de chiffon habillées en costumes de la vallée, des animations et un spectacle seront proposés aux visiteurs.

■ **TOURNOI DES PETITS AS**

**Parc des Expositions
Boulevard Kennedy
TARBES**

☎ 05 62 93 22 20 / 06 80 03 18 44

www.lespetitsas.com

info@lespetitsas.com

2^e quinzaine de janvier. Tarifs et programme : sur demande auprès des organisateurs.

Les joueurs de 52 nations s'affrontent chaque année au cours de la deuxième quinzaine de juillet pour remporter ce tournoi considéré comme le championnat du monde des 12-14 ans. Les plus grands joueurs mondiaux comme André Agassi, Jim Courier, Virginie Razzano et bien d'autres sont passés par la Bigorre pour disputer ce tournoi qui fait référence chez les jeunes. Avant de briller dans quelques années à Roland-Garros ou ailleurs, les futurs stars du tennis sont à Tarbes. N'hésitez pas à venir les applaudir et les encourager.

**Spectacles historiques –
Son et lumière**

■ **LE FESTIVAL DE GAVARNIE GAVARNIE**

☎ 05 62 92 49 10

www.festival-gavarnie.com

Fin juillet, début août. Entrée : 22 €.

Le festival de Gavarnie est organisé chaque année au pied du magnifique cirque naturel qui s'inscrit au cœur des Pyrénées. Chaque année une nouvelle pièce de théâtre, agrémentée de son et lumière, est donnée dans cet écrin de nature avec la troupe du Théâtre Fébus et le secours de nombreux bénévoles. En 2014, c'est *Le Songe d'une nuit d'été* qui sera donnée au public pendant l'été, après *La Belle et la bête*, *Le Cid*, *Quasimodo*, *La Reine Margot*...

Lot

Fêtes

■ **FÊTE DE L'ARBRE ET DU BOIS LATRONQUIÈRE**

☎ 06 31 36 71 95

fetedelarbrelatronquiere@gmail.com

Au mois d'avril.

La fête de l'Arbre et du Bois s'installe tous les ans à Latronquière. Dans ce village du Haut-Ségala se rassemblent ainsi les représentants des métiers de la filière bois. Vous retrouverez à cette occasion des artisans d'art, des arboriculteurs, des luthiers, des pépiniéristes... Mais aussi des conteurs, des conférenciers, des plasticiens ! L'art et l'arbre se mêlent en fête à Latronquière, pour un printemps au goût boisé !

■ **FÊTE DU VIN DES VIGNERONS INDÉPENDANTS DU LOT PUY-L'ÈVÊQUE**

☎ 05 65 22 44 53 / 05 65 36 56 05

www.vigneron-independant-lot.com

fdvi.du.lot@wanadoo.fr

La fête du vin des vignerons indépendants du Lot (la 29^{ème} en 2013) a lieu chaque année le 08 août à Puy l'Èvêque sur les Berges du Lot à partir de 17 heures. Chaque année de plus en plus de visiteurs assistent à la fête du vin (plus de 3 000 en 2012). Plusieurs dizaines de vignerons indépendants présentent les secrets de leur métier et vous « inoculent le virus » du vin. Avec l'achat d'un verre gravé à 4€, les visiteurs peuvent déguster – avec modération – autant de vins que de vignerons présents. En 2013 ont eu lieu : la fabrication d'une

CITY TRIP
BY **petit fute**

WEEK-ENDS ET COURTS SÉJOURS
LA PETITE COLLECTION QUI MONTE

AMSTERDAM	HONG KONG	NEW YORK
BARCELONE	ISTANBUL	PARIS
BERLIN	LISBONNE	PEKIN
BRUGES	LONDRES	PRAGUE
BRUXELLES	MADRID	ROME
BUDAPEST	MARRAKECH	ST-PÉTERSBOURG
DUBAÏ	MIAMI	SAN FRANCISCO
DUBLIN	MILAN	SÈVILLE
ÉDIMBOURG	MONTREAL	SHANGHAI
FLORENCE	MOSCOU	VENISE
GENÈVE	NAPLES	VIENNE

plus d'informations sur
www.petitfute.com

barrique, une animation musicale, une expo photos, peintures, bouteilles, la remise des prix du concours des vigneron indépendants de France, la démonstration de fabrication de tourtières, avec des jeux pour les enfants. Tombola. Repas du soir.

■ FÊTE DES FROMAGES DE ROCAMADOUR ROCAMADOUR

☎ 05 65 33 22 00 (office de tourisme)

Un dimanche fin mai.

Cela fera 25 ans cette année que Rocamadour fête ses fromages de pays. Au programme : une messe des fruits de la terre, le passage dans le village des troupeaux en musique, un grand marché paysan, un repas champêtre et de multiples animations. Et chaque année, un fromage étranger, d'une autre région voire d'un autre pays, est invité d'honneur. Une belle rencontre, conviviale, festive et gourmande.

Foires – Salons

■ FOIRE DE CAHORS CAHORS

Le 1^{er} et le 3^e samedi du mois, la grande foire s'installe place François-Mitterrand. De qualité inégale, on peut toutefois dénicher quelques bonnes affaires, en fouillant bien. L'ambiance est assez bon enfant, des stands comme on n'en voit plus.

■ SALON EUROPÉEN DES COLLECTIONNEURS ACFE – BP 90085 – FIGEAC

☎ 05 65 50 01 46

www.acfe46.fr

contact@acfe46.fr

Au mois de mai.

L'association des collectionneurs de Figeac et des environs a créé, peu après sa constitution, ce salon des collectionneurs en 1983. Depuis il connaît un grand succès et accueille chaque année plusieurs milliers de visiteurs. Il reste encore aujourd'hui l'un des plus prisés en la matière, avec notamment une spécialité de vente de cartes postales. Mais l'on trouve ici bien d'autres objets : monnaies, livres anciens, échantillons de parfum, capsules de champagne, timbres et jouets d'autrefois !

Manifestations culturelles – Festivals

■ CAHORS BLUES FESTIVAL Rue Wilson – CAHORS

☎ 05 65 35 87 83

www.cahorsbluesfestival.com

com@cahorsbluesfestival.com

Du 14 au 19 juillet 2014. Gratuit pour les moins de 12 ans accompagnés – concerts gratuits tous les jours à 17h et 19h. Pass Festival : 140 € pour les 5 jours.

Depuis 26 ans, à la mi-juillet, Cahors se pare des couleurs du blues. Chaque année, plus de 20 000 personnes viennent, l'espace d'un soir ou d'une semaine, baigner dans l'atmosphère chaude du festival. A signaler que la majorité des concerts sont gratuits ! L'édition 2014 aura lieu à l'espace Bessières, en haut du Boulevard Gambetta. Le PASS Festival donne accès aux soirées payantes.

■ AFRICAJARC CAJARC

☎ 05 65 40 29 86

www.africajarc.com

festival@africajarc.com

Du 24 au 27 juillet 2014. Gratuit pour les moins de 12 ans.

Pour cette 16^e édition, le festival propose encore une belle programmation ! Cette année, il aura lieu du 24 au 27 juillet avec le jeudi une soirée cinéma hommage au cinéma des Antilles ; le vendredi soir plateau femmes d'Afrique autour de Marianna Ramos et Angélique Kidjo ; samedi soir une tête d'affiche et le dimanche, bal africain avec les Mercenaires de l'ambiance. Le festival a su au fil des années s'installer et fidéliser un public en demande d'une culture africaine complète : musique, littérature, théâtre mais également art de rue et art plastique. Le rendez-vous est pris, en juillet l'Afrique s'invite dans le Lot !

■ FESTIVAL BD DE CAJARC CAJARC

☎ 05 65 40 72 89

labdprendlair.net

Du 27 au 28 septembre 2014. Entrée : 3 € (5 € pour les 2 jours).

En 2014 le festival de la Bande Dessinée de Cajarc fête sa 17^e édition avec comme invités d'honneur : Maryse et Jean-François Charles. Chaque année, ce sont plus de 30 auteurs présents en dédicace, des animations, des expositions et une grande librairie avec des bd d'occasion et de collection. Une mine d'or pour les aficionados du genre ! Lors de ce week-end entièrement dédié à ce genre littéraire, la salle des fêtes devient un espace de paradis pour les petits et les grands.

■ AUTOUR DES CORDES

Association les Rencontres musicales
de Figeac

FIGEAC

www.festivaldefigeac.com

contact@festivaldefigeac.com

Au mois d'août.

L'association les Rencontres musicales de Figeac, organise chaque année au cœur du Lot son festival. Il permet de rassembler des amateurs passionnés de musique en provenance de toute l'Europe. Au programme, des stages et master-classes pour chœur, instrumentistes et chanteurs, et bien sûr aussi, des concerts ! Ils sont organisés presque tous les soirs et permettent d'animer en toute convivialité Figeac !

■ FESTIVAL DE THÉÂTRE DE FIGEAC FIGEAC

☎ 05 65 33 80 56

www.festivaltheatre-figeac.com

Fin juillet 2014.

Populaire et culturel, le festival de Figeac transforme le cœur de ville en une scène vivante. Mis sur place en 2001, les festivaliers découvrent avec plaisir la programmation concoctée par Olivier Desbordes et Michel Fau qui ont succédé à Marcel Maréchal. Une façon de donner l'impulsion à des spectacles de qualité et souvent méconnus. En mettant le théâtre en avant, Figeac a su se positionner sur l'agenda culturel indispensable du Lot.

■ L'ÉCAUSSYSTÈME

Association Ecaussystème
GIGNAC

☎ 0565326905

www.ecaussysteme.com

contact@ecaussysteme.com

Début août.

Le festival Ecaussystème est bien plus qu'un festival de musique ! C'est d'abord et avant tout un festival éco-citoyen. Il s'agit donc ici de concilier culture et écocitoyenneté avec un projet bâti autour du développement durable et de la musique. Pendant deux jours, les groupes se succèdent pour le plus grand plaisir des festivaliers qui peuvent loger tout près de là, sous la tente ! Au programme 2014, Yalta Club, Deluxe, Matthieu Chedid, Ky-Mani Marley, Dub Inc, Biga Ranx...

■ FESTIVAL COUNTRY DE GRAMAT GRAMAT

☎ 05 65 38 73 60

www.gramatcountryfestival46.com

Du 8 au 10 août 2014 (10^e édition). Entrée gratuite jusqu'à 16 ans. 10/15 € en pré-vente et 15/20 € sur place (accès au site + concert).

L'idée de ce festival est le fruit de passionnés qui en 2004 crée l'association organisatrice : Causse Country Club. Depuis, le festival de Country, unique dans le Lot attire chaque année de plus en plus de visiteurs et fidélise les amateurs du genre. En 2014, le festival souffle sa onzième bougie. Chaque année, une programmation variée et de grande qualité vient animer la scène musicale de Gramat. Un rendez-vous incontournable pour les amoureux de country.

■ FESTIVAL LYRIQUE DE SAINT-CERE ET DU HAUT-QUERCY SAINT-CÉRÉ

☎ 05 65 38 28 08

www.festival-saint-cere.com

festival.saint-cere@wanadoo.fr

En août 2014 (34^e édition). De 16 € à 54 €.

Olivier Desbordes et son Opéra Eclaté ont porté ce festival d'art lyrique depuis plus de vingt ans. A « L'Usine » ou dans les lieux plus divers avec des incursions au-delà du département, de jeunes chanteurs et musiciens professionnels s'emparent du répertoire classique et l'interprètent à leur façon, toujours talentueuse. Un rendez-vous incontournable à inscrire absolument dans votre agenda estival.

Manifestations sportives

■ SEMI-MARATHON DE CAHORS CAHORS

☎ 06 08 01 86 52

aocapfsgt46@orange.fr

En mai.

Le semi-marathon de Cahors est organisé chaque année au mois de mai depuis 2013. Il comprend en fait trois épreuves pour satisfaire tous les sportifs : le semi-marathon sur routes de 21,195 km ; un parcours de 12 km sur route et dans la nature et une randonnée dans la nature, aux bords du Lot et dans le vignoble de Cahors. Le rendez-vous pour les participants est fixé à 9h30 pour un départ sur les chapeaux de roue !

Tarn

Fêtes

■ FEU D'ARTIFICE – ALBI ALBI

Le 14 juillet.

Un des plus longs de Midi-Pyrénées ! C'est vrai. Durant plus d'une demi-heure, les fusées pétaradent. Gerbes, embrasement du palais de la Berbie, les yeux des petits et des grands pétillent d'émerveillement. Conseil Futé : pour bien assister au spectacle, essayez la place près de l'église de la Madeleine, le pont vieux et le pont neuf, le chemin de Gardès, mais surtout arrivez avant le coup d'envoi, car les places sont chères.

■ FOIRE AU GRAS GRAULHET

Un dimanche matin au mois de février.

La foire au gras est la seule du département. Elle a lieu tous les ans au mois de février depuis quatre ans, un dimanche matin en même temps que le marché ! Il s'agit d'une petite foire qui réunit seulement des éleveurs (ni revendeurs, ni négociants) qui proposent des foies gras, confits, magrets et autres délices du Sud-Ouest de qualité ! C'est ici la municipalité qui gère la logistique et la communication, afin de soutenir les producteurs locaux !

■ FETE DU FIL Place des Maquissards, LABASTIDE-ROUIROUX

☎ 05 63 98 07 58

Le 15 août.

Les activités et les festivités se déroulent au parc municipal du village et aux alentours. Ce rendez-vous est celui de tous les amateurs de loisirs créatifs en textiles. Comme chaque année, de nombreuses animations sont proposées : démonstrations, stages, exposition, vente de tissus, de laines et de fils, patchwork, boutis, tissage, tricots. Entrée libre et gratuite. Un moment sympa à partager en famille !

■ FETE DE L'AIL ROSE

Rue du Mercadial – LAUTREC

☎ 05 63 75 31 40

ot.lautrec.free.fr

mairie-lautrec@wanadoo.fr

Le 1^{er} vendredi d'août.

Créé en 1959, le Syndicat de Défense du Label Rouge et de l'IGP Ail Rose de Lautrec a toujours promu l'excellence et la qualité. Organisée par les Jeunes Agriculteurs du Tarn, la Fête de l'ail rose permet de mettre ce produit et les productions du terroir à l'honneur. Plus de 10 000 visiteurs s'y rendent chaque année pour célébrer le terroir laurécois, autour d'animations, de découvertes et de dégustations.

■ FETE DES TRADITIONS ET DES METIERS D'AUTREFOIS

SAINT-PIERRE-DE-TRIVISY

Le 15 août.

Chaque année, le village revit une page du début du siècle : démonstration de vieux métiers et gestes oubliés, maréchal-ferrant, battage à l'ancienne, danses folkloriques, etc. Artisanat, produits du terroir et vide-grenier occupent le cœur du village. Une journée de fête qui procure de l'émotion aux anciens et de l'étonnement chez les plus jeunes, et qui se termine par un repas terroir et un bal. A voir absolument, et à vivre surtout !

■ CHAMPIONNAT DU MONDE DE LA SOUPE AU FROMAGE

VIANE ☎ 05 63 37 50 34

Un dimanche fin mars.

2014 voit la 6^e édition du Championnat du monde de la soupe au fromage, organisé par l'association Se Canto. Lors de cette rencontre gourmande et conviviale, les plus fins cordons bleus rivalisent d'astuces et de savoir-faire dans le but de décrocher le titre de champion. Les réservations pour pouvoir prendre part au festin qui accompagne le Championnat du monde de la soupe au fromage seront ouvertes à partir de début février.

Expositions

■ LE CENTRE CERAMIQUE GIROUSSENS

Toute l'année.

Le centre céramique de Giroussens est entièrement dédié, comme son nom l'indique, à la céramique. Il accueille deux espaces d'exposition de 150 m² et de 100 m², ce qui lui permet d'accueillir des expositions tout au long de l'année. En général, sept expositions thématiques sont donc organisées chaque année, mettant ainsi en valeur la création contemporaine en céramique. En avril a également lieu le Marché européen de la céramique.

Foires – Salons

■ SALON DU LIVRE ET DE LA GOURMANDISE PAMPELONNE ☎ 05 63 76 32 09

Le premier dimanche de juillet. Entrée gratuite.

Pour les amoureux des livres et des spécialités culinaires, le Salon du Livre et de la Gourmandise est le lieu idéal.

Autour d'auteurs pour la plupart régionaux qui vous feront découvrir leurs ouvrages, vous trouverez des artisans vous faisant déguster leurs produits. Fromages, charcuterie, chocolats, glaces ou encore vanille de Madagascar, il y en a pour tous les goûts. Accompagné d'un orchestre itinérant, baladez-vous dans le salon en discutant tour à tour avec les artistes et commerçants, sans compter les ateliers de lecture et de création pour les plus petits. L'occasion de passer un agréable dimanche d'été en famille ou entre amis, de faire des rencontres fort sympathiques et pourquoi pas de repartir avec quelques délices du ventre et de l'esprit.

■ LA GRANDE FOIRE DU MATERIEL AGRICOLE D'OCCASION RÉALMONT

Au début du mois d'avril.

Bien plus qu'un marronnier, ce qui revient de manière régulière au mois d'avril tous les ans, c'est la foire de Réalmont ! Elle est bien connue des agriculteurs du département et même de toute la région, car on peut y échanger, y vendre ou y acheter du matériel d'occasion. Sur près de neuf hectares se pressent ainsi soixante mille visiteurs... Ici, on vend certes du matériel, mais on peut aussi admirer de belles blondes (d'Aquitaine !) et déguster de délicieux produits du terroir.

Manifestations culturelles – Festivals

■ FESTIVAL PAUSE GUITARE

28, rue Rochegude

ALBI

☎ 05 63 60 55 90

www.pauseguitare.net

En juillet. Pass grand théâtre : 58 €. Tarifs réduits pour les enfants.

L'association Arpèges & Trémolos promeut depuis de nombreuses années ce festival. Près de cinquante artistes nationaux et internationaux sont prévus pour cet événement majeur en Midi-Pyrénées, qui se tient chaque année au mois de juillet. Il investit, pendant ces chaudes journées d'été, l'ensemble du centre d'Albi. La musique se glisse dans tous les espaces : sur le parvis, devant une fontaine, entre les colonnes du cloître du Xle, sous les arches du pont et le long de la rivière. Il est ainsi possible d'y entendre artistes renommés aussi bien que jeunes stars en devenir !

■ SALON DU LIVRE Abbaye Saint-Michel GAILLAC

www.salonlivregailac.fr

Le premier week-end d'octobre. Ouvert de 10h à 19h le samedi et le dimanche. Cérémonie d'ouverture le samedi matin, avec discours de représentants locaux et régionaux. On découvre ici des auteurs (littérature, BD, jeunesse ainsi que des auteurs locaux) ; pendant les deux jours du salon, des conférences, ateliers, expositions et découvertes (numérique notamment) sont organisés, ainsi que des activités dans la ville, en partenariat avec l'office de tourisme.

■ LES ESTIVALES

LAVOUR

Du 6 juillet au 17 août 2014. Entre 12 et 28 € en fonction des manifestations.

Musique, théâtre, opéra, les spectacles sont donnés en juillet et août sur la place Saint-Alain, dans la cour de la médiathèque, et les concerts d'orgues dans les églises de Saint-François. Cette année, en ouverture, auront lieu un concert de La Lyre de Lavour, un hommage à Cavallé Col par Georges Lartga (un organiste de Rodez), et bien d'autres surprises encore pour le plaisir de tous. Réservations à l'office de tourisme.

■ LES JEUDIS DU JARDIN

LAVOUR

Du 5 au 26 juillet 2014. Gratuit.

Tous les jeudis à partir de 20h30, des concerts gratuits sont donnés dans les jardins de l'évêché. Chaque année un nouveau thème musical est adopté, l'an passé, Nashville, un groupe inspiré par la musique acoustique texane, ou bien encore La Tormenta, une fanfare colombienne itinérante. Des concerts gratuits et agréables qui bénéficient d'un franc succès ; l'ambiance est conviviale et simple, un vrai moment de détente et de découverte. À ne manquer sous aucun prétexte !

■ FESTIVAL COUNTRY RE'AL CROCHE RÉALMONT

Troisième semaine de juillet. Gratuit.

Ce festival country a lieu mi-juillet, sur la place du foirail. Trois jours de concerts gratuits sur des rythmes country, blues, rock irlandais, etc. et des repas à thèmes, différents chaque soir – ex : texan, irlandais, mexicain, etc. Et tout autour de la grande esplanade bordée d'arbres, des stands exposant toutes sortes d'objets amérindiens, tous les accessoires du parfait cow-boy – santiags, chapeaux –, et une exposition de «belles américaines» – voitures de collection, bien sûr ! Ce festival – le plus fréquenté du département – réunit toutes les générations. Que du bonheur, à savourer en famille !

■ L'ÉTÉ DE VAOUR

Renseignements : Maison des associations

VAOUR ☎ 05 63 56 36 87

www.etedevaour.org

animation.afrv@vaour.net

Du 5 au 10 août 2014.

Pour la 27^e année consécutive, «L'Été de Vaour» créé par des passionnés du spectacle vivant reste un événement majeur du Tarn et de la région Midi-Pyrénées. Avec ses comédies rurales, ses marionnettes, son cabaret et ses tragi-comédies, ce festival du burlesque et de l'émotion continuera de ravir un public peuplé d'initiés ou pas... Festival du rire. Vacances estivales sous le signe de l'originalité, au comique et à la découverte !

■ LE FESTIVAL HUMOUR

VAOUR ☎ 05 63 56 36 87

edv@vaour.net

Du 5 au 10 août 2014.

Tous les ans, début août, Vaour est le rendez-vous de l'humour à toutes les sauces : burlesque, dérision, poésie... Le rire jaune, le fou rire, le rire aux larmes,

le pince-sans-rire – tout, sauf la vulgarité. D'autres expressions artistiques sont présentes à ce festival : le conte, le mime, la danse... Pendant une semaine, c'est l'occasion de découvrir de jeunes talents, et des spectacles nouveaux : 80 comédiens et pas moins de 25 événements au programme ! Dans la cour de l'école, aménagée pour l'occasion, ou dans l'ancienne Commanderie de Templiers, une salle de spectacle de 192 places, goûtez à l'humour de qualité ! L'Été du Rire est aujourd'hui une machine bien huilée, grâce au concours d'une centaine de bénévoles, souvent issus du milieu, qui s'activent pour offrir au public un événement devenu incontournable.

Manifestations sportives

■ CIRCUIT D'ALBI

Le Sequestre

ALBI ☎ 05 63 43 23 00

Mi-septembre.

Le Grand Prix Automobile d'Albi attire chaque année plus de 35 000 spectateurs férus de voitures de course et de vitesse. Grand tourisme (Ferrari, Porsche, Lamborghini), Supertourisme, formule Renault sont au programme du Grand Prix d'Albi et annoncent la dernière ligne droite de la saison de la Super Série FFSA. Depuis 2013, le GP s'oriente davantage sur les voitures de collection que sur les courses de vitesse, suite à la remise aux normes du circuit.

■ RALLYE DE LA MONTAGNE NOIRE

Mazamet

LISLE-SUR-TARN

☎ 05 63 61 27 07

www.rallyemontagnenoire.com

Fin Juillet. 35^e édition.

Comme dans tout rallye, il y a ici différentes étapes : les spéciales (épreuves de vitesse) et la course. Les concurrents ont un temps imparti et doivent respecter les horaires, le trajet et surtout le code de la route. Les pénalités tombent si les pilotes vont trop vite par exemple. Les moteurs et modèles de voitures sont différents en fonction de la course. C'est l'occasion de découvrir la montagne Noire et d'encourager les concurrents. Un moment convivial et agréable.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ SPECTACLE SON ET LUMIÈRE D'AMBAIET AMBAIET

Tous les jeudis soirs, tout l'été. Entrée : 6 € (5 € pour les étudiants et demandeurs d'emploi). Enfant : 2,50 €. Ce spectacle permet de revivre les grands moments historiques de la ville et du département. Marché nocturne sur la place du village avant le spectacle. On peut suivre le spectacle assis, juste en dessous de la mairie. Suivre fléchage. Ce spectacle retrace le prestigieux passé d'Ambialet, lorsque le village était la plus importante place forte de l'Albigeois. Soyez à l'heure !

Tarn-et-Garonne

Fêtes

■ GRANDE FÊTE DE L'AIL BEAUMONT-DE-LOMAGNE

☎ 05 63 27 5778

A la mi-juillet.

Chaque année Beaumont-de-Lomagne fête l'ail en toute beauté en plein cœur de l'été ! De nombreux producteurs d'ail se rassemblent ainsi et partagent avec les gourmands et les gourmets leur passion et leur savoir-faire. Au programme, la vente d'ail blanc bien sûr, sous toutes ses formes, en vrac, en panier, en tresse... Mais aussi de nombreuses animations originales telles que le concours du mondial des peleurs d'ail ou le concours de tourin (soupe à l'ail) !

■ LA FÊTE DES FRUITS MOISSAC

☎ 05 63 04 63 63

Mi-septembre.

A la mi-septembre, Moissac fête ses fruits en une foire largement dédiée aux grains dorés du chasselas ! Eh oui, la ville met en avant son produit phare, ce fruit délicat qui parvient à maturité en septembre et classé AOC en 1971, depuis le début des années 1990. Cette fête des fruits permet aussi de découvrir l'artisanat local et de profiter de dégustations et d'animations : exposition de raisins, vente, concours de jus de chasselas, ateliers de cuisine, jeux et visites...

■ FOIRE AUX MIELS MONTAUBAN

☎ 05 63 63 60 60

Deuxième week-end de novembre. Salle des fêtes du Marché sur la place de la Gare.

L'association les amis de Villebourbon organisent depuis des années déjà une foire aux miels très appréciée. Elle se tient dans la salle des fêtes du marché de la Gare et permet de tout connaître du miel et de l'apiculture. Les apiculteurs en herbe apprennent les dernières techniques quand les gourmands se ravitaillent en précieux nectar, en hydromel ou en pain d'épices, bien sûr ! Une fête doublée de nombreuses animations.

■ FÊTE DES VINS DES COTEAUX DU QUERCY Syndicat de Défense

de l'AOC Coteaux du Quercy

Route de Castelnau

MONTPEZAT-DE-QUERCY

☎ 05 63 63 59 66 / 06 75 94 10 79

www.vins-coteaux-quercy.fr

coteauxduquercy@wanadoo.fr

La Fête des vins de Coteaux de Quercy (en 2013 se tenait la 22^e du nom) a lieu vers la mi-août à Montpezat-de-Quercy ou sur la commune voisine de Castelnau Montratier. Comme son nom l'indique, elle est destinée à promouvoir les vins de Coteaux de Quercy, AOC est imbriquée sur les départements du Lot et Tarn et Garonne. Le fil rouge (c'est le cas de le dire !) en est

la dégustation des crus locaux avec verre sérigraphié proposé au prix de 3€. Après intronisations de nouveaux membres par la Confrérie des Vins des Coteaux du Quercy, les animations proposées sont la démonstrations de métiers anciens, des ateliers pour enfants, une animation familiale proposée par l'Office de Tourisme, des jeux traditionnels en bois, des jeux gonflables, un atelier culinaire, une animation de rue par des professionnels et, en soirée, un grand concert.

Foires – Salons

■ BIO SYNERGIE Association écho-synergie MONTAUBAN

☎ 05 63 02 89 08

www.foirebio-synergie82.org

foirebio82montauban@wanadoo.fr

En septembre.

L'association Echo-Synergie organise chaque année à Montauban une foire entièrement dédiée au bio. Son but est ainsi d'informer et de sensibiliser autour des questions de l'environnement, de l'agriculture biologique, de l'alimentation et de la santé. Chaque année la foire constitue donc un lieu de rassemblement pour une centaine de producteurs, généralement agriculteurs et transformateurs de produits bio. En parallèle sont organisées de nombreuses animations : restauration bio, conférences !

■ FOIRE AUX MIELS MONTAUBAN

☎ 05 63 63 60 60

Voir page 102.

Manifestations culturelles – Festivals

■ FESTIVAL DES CHATEAUX DE BRUNIQUET BRUNIQUET

☎ 05 63 33 18 77

www.bruniquetloff.com

Début août. Entrée : 30 € (opéra Bouffe). Entrée gratuite pour les moins de 10 ans.

Le festival des Châteaux de Bruniquet est entièrement consacré à Offenbach ! Vous découvrirez ou redécouvrirez ses œuvres, opérettes, opéras bouffes de petit ou de grand format, entonnées par des artistes professionnels pour votre plus grand plaisir. Voilà du grand spectacle ! Au programme en 2014, pour la 18^e édition, Mesdames de la Halle ! Et n'oubliez pas, le spectacle est suivi d'un repas préparé par des tables d'hôtes locales, pour une soirée champêtre en compagnie des artistes !

■ LES ESTIVALES DU CHAPEAU CAUSSADE

☎ 05 63 93 97 57

<http://estivales.duchapeau.free.fr>

chapeau-caussade@wanadoo.fr

Du 10 au 14 juillet 2014.

Chaque année sur la place de la mairie commencent les festivités ! Au programme, des défilés en costumes, des chars fleuris, des spectacles et animations pour faire revivre l'activité chapelière du siècle dernier. Une usine à chapeaux est même reconstituée dans le centre-ville avec des machines utilisées jusqu'à ces dernières décennies. Vous apprécierez le concours international de chapeaux qui récompense les plus belles réalisations. Ces journées permettront de mettre en valeur les dons de créateurs, dans une ambiance conviviale et festive !

■ FESTIVAL DU CINEMA RUSSE

Salle Eurythmie

MONTAUBAN

☎ 05 63 91 03 61 / 05 63 91 03 61

www.festival-russe.fr

eurythmie@villemontauban.fr

En avril.

Le festival du cinéma russe, organisé par l'association d'amitié franco-russe Pouchkine, se tient chaque année au mois d'avril. Les amateurs de septième art apprécieront ce festival dont c'est la 16^e édition en 2014. Chaque année la thématique est différente, et c'est l'occasion de découvrir des films de qualité soigneusement sélectionnés, parmi les dernières nouveautés et les grands classiques du genre.



JAZZ A MONTAUBAN

500, chemin de Rouges

MONTAUBAN

☎ 05 63 20 46 72

www.jazzmontauban.com

synergie.club@wanadoo.fr

En juillet. Le meilleur du jazz mais aussi dans tout le département avec certains concerts gratuits réunissant de grandes pointures de tous horizons. Il est présent dans 5 villes du département. Restauration.

En 1982, pour les cinquante ans du Hot Club de France et en hommage à Hugues Panassié, grand critique de jazz installé dans la ville rose, Montauban recevait l'immense Ray Charles. Le festival de Jazz était né. Plus de trente années plus tard, toujours à taille humaine, le festival rythme le mois de juillet le long du Tescou, au cœur du jardin des plantes adossé à la vieille ville. Un long inventaire serait inutile, les plus grands sont passés par ici. Le festival a su également faire varier sa palette sonore en s'ouvrant à d'autres horizons musicaux. Depuis quelques années, le festival essaime dans tout le département qui swingue d'aise dans cette belle période estivale.

► La première quinzaine de juillet à Montauban

(jardin des Plantes), tout le mois en Tarn-et-Garonne. Infos sur www.jazzmontauban.com



JOURNÉES CINÉMA

Association Eidos Cinéma

MONTAUBAN

☎ 05 63 63 44 74

www.eidoscinema.org

Juillet 2014.

Chaque année, l'association Eidos Cinéma organise ses journées Cinéma. L'association est très engagée dans l'animation de la vie culturelle montalbanaise et la

sensibilisation des jeunes publics. Mais c'est surtout son festival estival qui retient toute l'attention des fûtés de Midi-Pyrénées ! Car c'est en effet la région et son patrimoine qui se met en scène en abritant des projections en plein air sous les étoiles et en salle : ancien collège de Montauban, château de Bioule, château de Bruniquel... La thématique est renouvelée chaque année : histoire d'en rire, la mer à voir ces dernières années ! A vous de découvrir ce que nous réserve la prochaine édition !

■ LETTRES D'AUTOMNE

MONTAUBAN

☎ 05 63 63 57 62

www.confluences.org

En novembre. Pass festival : 75 €.

Depuis 1991, l'association Confluences organise son festival. Pendant deux semaines, au cœur de l'automne, en novembre, la littérature est à la fête. Chaque année, l'œuvre d'un nouvel auteur est choisie et se met au centre du débat. Au programme pendant ces quinze jours, des lectures à haute voix, des rencontres, des concerts, des ateliers, des expositions, des séances de cinéma et des spectacles...

Manifestations sportives

■ MARATHON

MONTAUBAN

☎ 05 63 22 19 66

www.marathon-montauban.com

marathon@ville-montauban.fr

Chaque année en avril.

Faites la course ! Chaque année Montauban accueille son marathon ! Les festivités s'ouvrent au mois d'avril et durent trois jours. Trois jours d'animations, de sport et de bonne humeur pour se changer les idées et prendre un grand bol d'air. De nombreux bénévoles contribuent à cette manifestation et un euro de chaque inscription est reversé à l'Unicef. Avis aux amateurs : prenez le départ du marathon, du semi-marathon, du 10 km... ou du marathon en relais !

Spectacles historiques – Son et lumière

■ AU FIL DE L'EAU

VALENCE D'AGEN Port-du-Canal

VALENCE

☎ 05 63 39 52 52

www.aufildeleau.org

contact@aufildeleau.org

Dix premiers jours d'août. Prix adulte à partir de 18 euros.

Ce spectacle son et lumière est organisé sur le port du canal latéral à la Garonne. Il constitue ainsi l'un des plus beaux spectacles du genre en Midi-Pyrénées, avec ses effets pyrotechniques et ses 450 figurants. Il raconte ainsi à fu de nos générations l'histoire des hommes et du fleuve... Les représentations ont lieu au mois d'août à partir de 22 heures. Un spectacle au fil de l'eau pour un public conquis.

Le château et les toits de Foix










© PHOTOIR



Ariège



- Aulus-les-Bains** → 108
- Auzat** → 111
- Ax-les-Thermes** → 113
- La Bastide-de-Sérou** → 120
- Les Cabannes** → 122
- Carla-Bayle** → 123
- Castillon-en-Couserans** → 125
- Foix** → 127
- Artigat** → 137
- Lavelanet** → 138
- Luzenac** → 142
- Le Mas-d'Azil** → 144
- Massat** → 146
- Mazères** → 146
- Mirepoix** → 149
- Orlu** → 157
- Pamiers** → 158
- Rimont** → 167
- Saint-Girons** → 168
- Saint-Lizier** → 173
- Seix** → 177
- Tarascon-sur-Ariège** → 179
- Virées andorranes** → 186

-  Autoroute
-  Nationale 4 voies
-  Nationale
-  Départementale
-  Préfecture
-  Sous-préfecture
-  Ville, village
-  Sortie d'autoroute
-  Forêt domaniale



Aude

Andorre

Pyrénées-Orientales

Vers Andorre
Col de Puymorens

Vers Axat
Vers Mont-Louis

Vers Belcaire

Vers Perpignan

Vers Carcassonne

Vers Castelnaudary
Vers Belpech

Vers Toulouse

*de
5m*
▲ *Pic du
Thoumasset
3 078 m*

▲ *Pic de
Baljéson
2 288 m*

*Forêt du
consulat*

*Lac de
Monibél*

Plantaurel

*Forêt
domaniale*

Ariège

Aulus-les-Bains

Niché au fond de la vallée, Aulus est entouré par de hautes montagnes boisées, tel un amphithéâtre. Déjà connu à l'époque romaine grâce à ses riches ressources minières (or et argent) et à ses eaux thermales, Aulus est la première station française pour traiter le cholestérol. Tout est conçu pour que le temps des soins soit un moment de bien-être et de détente : unités de soins spacieuses aux larges baies vitrées surplombant le parc thermal, solarium où l'on a plaisir à se reposer entre deux soins... Mais Aulus, c'est beaucoup plus qu'une station thermale ordinaire, les raisons de s'y rendre sont multiples : ses lacs et ses cirques glaciaires, ses torrents et ses rivières, sa cascade d'Ars, son moulin, ses estives, sa faune et sa flore exceptionnelles.

Le gîte

■ HÔTEL LES OUSSAILLES

☎ 05 61 96 03 68

www.ariège.com/les-oussailles

12 chambres. Basse saison : chambre simple 35 € ; chambre double de 46 € à 51 € ; chambre triple de 56 € à 59 €. Haute saison : chambre simple 40 € ; chambre double de 49 € à 57 € ; chambre triple de 61 € à 66 €. Demi-pension : 61 € (chambre simple, en haute saison. 56 € en basse saison). Petit déjeuner : 6,50 €. Tarifs spéciaux pour curistes (3 semaines). Repas à partir de 14 €.

Voies vertes, quand les chemins de fer deviennent des chemins verts !

L'Ariège a eu une grande activité ferroviaire (tramways et trains) du XIX^e siècle aux années 1970. L'activité économique baissant, les industries fermant, le train n'avait plus grand chose à transporter. Alors les voies sont tombées en désuétude et la nature a repris ses droits. Ingénieuse idée que d'aménager ces chemins de fer en chemin de terre. Vous vous promènerez à vélo, à pied, à cheval, de gares en gares, sur une voie sans rails et sans engins motorisés, traversant des ouvrages d'art, ponts et tunnels jusque là oubliés. Des panneaux vous raconteront le passé de ces voies aujourd'hui silencieuses. Balades émouvantes et champêtre entre nostalgie et découverte. Voie verte en Séronais, de Baulou à La Bastide de Sérour, 20 kms. Voie verte en Pyrénées Cathare, de Mirepoix à Lavelanet 38 km.

Dans une magnifique demeure datant de 1925, à seulement 10 km de Guzet, cet hôtel-restaurant conjugue à merveille ambiance familiale, accueil naturel et qualité. Gaëlle saura vous conseiller pour vos excursions et Jean-François, son mari, vous préparera de bons petits plats que vous dégusterez dans la grande salle à manger ou en terrasse, aux beaux jours. Il prépare avec goût une cuisine familiale traditionnelle. Les douze chambres sont toutes parfaitement équipées, avec téléphone, tv par satellite, Canal+ et chauffage électrique indépendant. Il ne manque que les ours... mais peut-être en verrez-vous au cours de vos longues randonnées !

Gîtes

■ GITES RURAUX LES TROIS SEIGNEURS

Soulane ☎ 05 61 02 83 24 / 06 72 87 63 71
villabelisama.ariège@orange.fr



Ouvert toute l'année. Pour 8 personnes (108 m², 4 chambres). De 650 € à 1050 € la semaine selon saison. Le second gîte (capacité de 4 à 6 personnes : de 400 à 700 € la semaine. Bain bouillonnant. Excursions. Construits en pierre du pays, ardoises et bois, les gîtes et la piscine commune bénéficient d'une vue panoramique sur la montagne et le village. Aménagés avec beaucoup de goût, votre séjour sera enchanteur entre le centre de remise en forme, la célèbre cascade d'Ars et les nombreux étangs aux détours de vos escapades. Au cœur d'une nature authentique vous passerez, été comme hiver, des vacances magiques et inoubliables.

Loisirs

■ ACRO'LUS

Parc des thermes

☎ 05 61 96 88 19 / 06 87 12 39 12

www.ariège.com/acrolus

Fermé du 1^{er} décembre au 1^{er} mars. Haute saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h45 ; le week-end de 13h30 à 18h45. Pour les autres périodes, veuillez réserver. 2 parcours : 13 €, 3 parcours : 16 €, 5 parcours : 20 €. Enfant : 8 €. Un parcours dans les branches pour tous, petits et grands, seul ou en famille c'est l'aventure ludique que vous découvrirez en hauteur d'Aulus-les-Bains dans le parc thermal. Accrochez vous, grimpez... tous ces parcours acrobatiques sont sous la surveillance de personnes compétentes et responsables qui vont permettre à tout un chacun de vivre des sensations fortes. Acro'lus est un parcours accessible à tous avec de nombreux jeux acrobatiques tels que la tyrolienne de 100 m ou les ponts de singe... Idéal pour une première expérience dans le monde vertical. De branche en branche, la voilà la jolie branche, dans un cadre exceptionnel, une activité sportive et sympathique pour être à la hauteur.

VOUS GALÈREZ AVEC VOTRE TENTE ?!



PENSEZ-AUSSI À NOS LOCATIFS "VAP" !

Nombreux locatifs et emplacements ;) disponibles dans toutes nos structures, rendez-vous sur www.vacance-ariège-pyrénées.com

-10%
sur toutes nos structures
avec le code

VAPFUTE

LOCATION & CAMPING

VAP

Pamiers - Foix - Rieux de Pelleport - durfort - Les calanques

Besoin d'infos ?

Tél. : 05 61 60 09 09 ou par mail : v-a-p@orange.fr

Vacances Ariège Pyréénées : des logements futés pour découvrir le département

Explorez l'Ariège à travers 4 campings d'exceptions idéalement répartis sur l'ensemble du département. Pamiers, la porte de l'Ariège, Foix sa capitale, Durfort, une perle dans son écrin, Les Cabannes à l'aventure de la Haute Ariège et Mijanes, au pied des montagnes. Découvrez, Bougez, Appréciez et surtout Profitez ! Tous ces campings, de véritables centres de vacances, devrions nous écrire, sont équipés des mêmes services pour mieux vous accueillir. Ces centres de vacances proposent d'astucieux « packs promo » pour maîtriser votre budget : Spécial couple, 20% de réduction (pourquoi payer pour 5 si on est que 2), Spécial automne et printemps, -50% sur la 2eme semaine, le pack Early Booking, réservez tôt et payez moins cher (de -5% à -15%) et le pack réservé aux amoureux de la montagne (-20% sur les gites Oustalous les deux premières semaines du mois de juillet). Quatre campings et un complexe pour vivre idéalement vos vacances !

► Renseignements et réservations ☎ 05 61 60 09 09

■ **CAMPING DU LAC**
RN20 – FOIX
☎ 05 61 65 11 58

■ **CAMPING L'APAMEE**
Route de Saint-Girons
PAMIERS
☎ 05 61 60 09 09

■ **CAMPING LE BOURDIEU**
Lieu-dit le Bourdieu
DURFORT
☎ 05 61 67 30 17

■ **CAMPING LES MIJEANES*****
D311 Route de ferries
RIEUX-DE-PELLEPORT
☎ 05 61 60 82 23

■ **COMPLEXE DES OUSTALOUS**
Nazebe
LES CABANNES
☎ 05 61 64 95 40

CITY TRIP

BY **petit futé**

WEEK-ENDS ET COURTS SÉJOURS

LA PETITE COLLECTION QUI MONTE

AMSTERDAM

BARCELONE

BERLIN

BRUGES

BRUXELLES

BUDAPEST

DUBAÏ

DUBLIN

ÉDIMBOURG

FLORENCE

GENÈVE

HONG KONG

ISTANBUL

LISBONNE

LONDRES

MADRID

MARRAKECH

MIAMI

MILAN

MONTRÉAL

MOSCOU

NAPLES

NEW YORK

PARIS

PEKIN

PRAGUE

ROME

ST-PÉTERSBOURG

SAN FRANCISCO

SÉVILLE

SHANGHAI

VENISE

VIENNE





plus d'informations sur
www.petitfute.com

Détente, forme

■ LES THERMES D'AULUS-LES-BAINS

☎ 05 61 66 36 80

www.thermalisme-pyrenees.com

Basse saison : ouvert le lundi, le mercredi et le vendredi de 14h à 17h ; du lundi au samedi de 9h à 12h. Haute saison : du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h. Vacances scolaires hiver, du lundi au samedi 14h à 19h. Entrée enfant (de 3 à 14 ans) 5 €. 20 € forfait 5 entrées. Entrée adulte 9 €. 40 € le forfait 5 entrées Duo 2 adultes 16 €, 72 € le forfait 5 entrées. Pass Famille 23 € l'entrée, 103 € le forfait de 5 entrées (pour 2 adultes et 2 enfants de 14 ans et moins. Pour tout public à partir de 3 ans. Restauration. Boutique.

A une altitude de 780 m, Aulus-les-Bains, un des fleurons touristiques du Couserans, est la station du cholestérol par excellence. Réputées depuis l'Antiquité, les eaux thermales d'Aulus-les-Bains, on y soigne également les obésités, la goutte, le diabète, l'hypertension artérielle... Sulfatées, calciques et magnésiennes, les eaux d'Aulus-les-Bains agissent sur le métabolisme et sont particulièrement efficaces dans le traitement de l'hypercholestérolémie (diminution du cholestérol total mais augmentation du bon cholestérol). Elles améliorent un certain nombre de paramètres du bilan lipidique et son treconnues pour leurs qualités purgatives et diurétiques. La cure, dans ce remarquable site du Couserans, représente donc un excellent moyen de prévention contre la plupart des maladies cardio-vasculaires. Parmi les soins possibles : aérobain, bain avec douche sous-marine, douche générale au jet, douche locale, douche pénétrante, bain de vapeur collectif, massage sous l'eau, etc. Savoir que la station d'Aulus-les-Bains n'est pas réservée exclusivement aux malades : elle peut aussi vous remettre sur pied après une journée de ski ou une randonnée difficile. L'espace détente des thermes, avec son bassin chauffé à hydrojets, son bain bouillonnant et son hammam, entouré de grandes baies vitrées ouvertes sur la nature promet de doux moments de détente.

Auzat

Le pays d'Auzat et de Vicdessos qui s'étend le long du Vicdessos jusqu'au Montcalm, « Toit de l'Ariège » (3 077 m), offre un patrimoine naturel et historique des plus riches. La détente s'annonce en douceur au fil de randonnées pédestres suivant le cours des sentiers, des lacs, des torrents et des rivières, car l'eau y est partout. Les loisirs deviennent véritablement toniques et riches en sensations fortes : équitation, parapente, ski, escalade, VTT, canyoning, via Ferrata. La petite hôtellerie de montagne, les gîtes, les chalets et les chambres d'hôte offrent un hébergement convivial et non surfait proche de la nature. La qualité de l'environnement et la variété des activités valent à juste titre aux communes mitoyennes d'Auzat-Vicdessos, le nom de « Station Sport Nature du Montcalm ».

Points d'intérêt

■ CHÂTEAU DE MONTRÉAL DE SOS

Hameau de Olbier ☎ 05 61 02 75 98

www.lebarri.com – flo@lebarri.com

Visites guidées certains jours. Gratuit.

Datant du XIII^e siècle, ce château fut le plus important du comté de Foix. Pourtant ce site n'est plus habité depuis longtemps (près de 700 ans) comme le prouvent les vestiges des murs de l'enceinte et des tours. Les environs de cette forteresse qui domine le bassin d'Auzat-Vicdessos sont également à découvrir, notamment les grottes et les baumes dans lesquelles des peintures sont l'objet d'une mystique liée au catharisme. Le site est l'objet, actuellement, de fouilles archéologiques.

Le gîte

■ VILLAGE DE VACANCES DE MARC

Marc ☎ 05 61 64 88 54

www.marc-montmija.com

contact@marc-montmija.com



Bienvenue à la maison des patrimoines

■ LE BARRI

Maison des Patrimoines ☎ 05 61 02 75 98

www.lebarri.com – infos@lebarri.com

Fermé du 5 janvier au 21 février et du 17 mars au 18 avril. Basse saison : ouvert du mercredi au dimanche de 14h30 à 18h30. Haute saison : tous les jours de 15h à 19h. Gratuit. Balades culturelles adulte : 5,50 €, groupe : 4,50 €. Conférences, débats, projections : 2,50 € par personne et 1,50 en groupe. Visite guidée. Boutique. Animations.

Au pied du Montcalm, des plus hauts sommets ariégeois où l'eau minérale jaillit de sa source dans une nature pure et exceptionnelle, se trouve le village d'Auzat. Au bout de la vallée de Vicdessos, les villages sont accrochés à flanc de montagnes comme des crèches provençales, des paysages époustouffants entourent l'homme depuis la nuit des temps. De la Préhistoire, avec des traces d'habitats troglodytiques, aux activités industrielles du siècle dernier avec l'hydroélectricité et l'électrometallurgie en passant par l'époque médiévale, voilà un héritage historique à ne pas manquer. L'histoire des paysages et des hommes expliquée à travers trois salles d'expositions permanentes, c'est Le Barri, Maison des Patrimoines, un centre d'interprétation où animations, expositions, conférences, films, stages, balades culturelles sont proposés tout au long de l'année. A titre d'exemples pour les mois à venir : week-end d'initiation aux fouilles archéologiques, la vie des facteurs en montagne, techniques minières dans l'Antiquité, Aristide, bouillier de cru, les plantes médicinales ariégeoises, la tête dans les étoiles au mois d'août. Un espace à visiter à tout prix.

Ouvert toute l'année. 16 logements (+ 35 chambres). Bungalow de 400 € à 450 € la semaine. Formule week end chalet 5 places : 135 €, 6 places : 155 €. Club enfants. Wifi. Animations.

Au cœur des Pyrénées, au pied des plus hauts sommets de l'Ariège, là à 1 000 mètres d'altitude, le village de vacances de Marc vous propose un hébergement de qualité dans un site naturel préservé, pour des vacances authentiques. Marc, le site idéal pour les amoureux de la nature et de la montagne. Professionnels des vacances, un personnel d'accueil et d'animations répondront à tous vos désirs de confort et d'aventures pour un séjour idéal en famille. A proximité de sites riches en histoires, traditions et paysages, les nombreuses formules d'hébergements et de restaurations garantissent un épanouissement culturel et sportif.

Campings

■ CAMPING LA VERNIÈRE**

Camping Village ☎ 05 61 64 84 46

www.laverniere.eu

infos@laverniere.eu



Ouvert toute l'année. Emplacement + véhicule de 2,40 € à 4,20 €. Chalets pour 2 à 4 personnes de 181 € à 400 € la semaine ; 10 chalets pour 4 à 5 personnes de 210 € à 450 €. Chalets labilisés Clé Vacances. 3 Gîtes dans le village d'Olbiar pour 4 personnes de 172 € à 309 € selon la saison. Chambres adaptées. (Surtout téléphoner pour réserver selon vos besoins spécifiques). Club enfants. Jeux pour enfants. Animaux acceptés. Connexion Internet. Au cœur des Pyrénées, au pied du Montcalm, le plus haut sommet de l'Ariège, le camping d'Auzat possède 64 emplacements individualisés par des haies de verdure ombragés. Dans l'enceinte même du camping se trouvent 7 chalets modernes dont 2 sont spécifiquement équipés pour accueillir les personnes à mobilité réduite. Sur un vaste terrain à l'écart du camping, 10 magnifiques chalets authentiques, entièrement équipés pour 4 et 5 personnes, vous attendent pour des vacances de rêves en pleine nature, entre piscine et escapades en montagne. Grottes et châteaux de la vallée de Vicdessos n'auront plus aucun secret pour vous.

■ Dans les environs

Goulier

■ LE RUCHER DU MONTCALM

☎ 05 61 64 83 86 / 06 14 83 48 84

www.rucherduMontcalm.com

contact@rucherduMontcalm.com

Fermé du 1^{er} septembre au 30 juin. Visite de l'écomusée et de l'exploitation sur rendez-vous. Adulte : 4 € (visite dégustation comprise le vendredi matin).

A 7 km d'Auzat, dans le charmant petit village de Marc, à 1 070 m d'altitude, le dernier de la vallée au pied du barrage de Soulcem, l'apicultrice Sylvie est la reine des abeilles, elle surveille ses 100 ruches et récolte le précieux miel doré. Tous les produits de la ruche sont des

antibiotiques naturels à chacun sa vertu. Les butineuses rapportant le pollen des fleurs de haute montagne. De la plus douce à la saveur la plus forte, il existe de nombreuses variétés de miel : acacia, rhododendrons, tilleul, châtaignier, bruyère et bien sûr « toutes fleurs en pierres sèches ». Les enfants aimeront à coup sûr le grand ours en bois sculpté dans lequel nichent les insectes et apprécieront de découvrir le petit écomusée des abeilles. Sachez que Sylvie Humbert propose également quatre gîtes, dont un pour 8 à 10 personnes.

■ LE RELAIS D'ENDRON

Route touristique

☎ 05 61 03 87 72

www.relaisdendron.com/

contact@relaisdendron.fr

Ouvert toute l'année. Fermé le lundi. Gîte 9 places avec kitchenette et salle de bains commune : 20 € par personne en demi-pension : 40 € en pension complète : 52 €. CB non acceptée. Chèque Vacances.

Dominant la vallée de Vicdessos, perché dans la montagne, le village de Goulier est un écrin qui abrite la plus petite station de ski des Pyrénées. C'est dans l'ancienne école du village que s'est créé ce gîte-auberge-d'étape de montagne. Composé de 9 couchages, vous pourrez y séjourner en autonomie ou en demi-pension grâce au restaurant de ce petit complexe. L'établissement propose aussi des chambres de 2 à 5 lits pour un séjour idéal en pleine nature.

■ STATION DE SKI DE GOULIER

La Prado

☎ 05 61 64 88 99

otauzattarascon@wanadoo.fr

Ouvert tous les jours à partir de 10h et à partir de 17h. Entrée : 16 € (journée adulte). Abonnement : 46 € (pass famille 2 enfants). Enfant : 12 €. Gratuit pour - 5 ans et + 65 ans.

Au dessus d'Auzat et de Vicdessos, c'est par une route sinueuse que vous parviendrez à cette petite station Sport Nature au pied du Montcalm. L'une des plus conviviales, loin de l'esprit de compétition. Il est possible de combiner deux activités sportives en passant des spatules à l'étrier avec des week-ends ski équitation. Pistes : 6 pistes dont 2 vertes 2 rouges et 2 bleues résumant l'ensemble du circuit de 5 km.

Vicdessos

■ LA VIA FERRATA

Rue du Centre

☎ 06 81 01 16 49 / 05 61 05 19 37

www.lesviaferrataduvicdessos.com

contact@viaferrataduvicdessos.com

Ouvert toute l'année. Haute saison : tous les jours de 9h à 15h. Sur réservation le reste de l'année. Adulte : de 20 à 26 €. Enfant jusqu'à 9 ans : de 13 à 15 € ; de 9 à 16 ans : de 16 à 22 €.

La plus importante via ferrata des Pyrénées est ouverte et elle se trouve à Vicdessos, avec plus de 700 m de dénivelé et plus de 1 300 m d'itinéraire câblé et sécurisé. Ce sont les premières Via thématiques et culturelles,

pour partager l'histoire de nos vallées. Des falaises aménagées, pré-équipées, assurées par un câble, échelles et échelons métalliques, poutres, passerelles et ponts permettent à chacun de vivre une expérience inoubliable. Vires vertigineuses, passerelles, ponts de singes et autres ponts népalais jalonnent les 2 parcours, l'un aménagé pour une pratique familiale, l'autre réservé à une pratique plus sportive. Accessible à tous, enfants et adultes, cette activité à mi-chemin entre la randonnée et l'escalade, connaît un succès grandissant car elle procure des sensations extrêmes tout en donnant la possibilité de profiter pleinement des superbes points de vue sur la vallée et les sommets environnants. Deux parcours, un pour les aventuriers avertis l'autre pour les néophytes en la matière. Ces parcours se doublent d'une thématique culturelle avec panneaux explicatifs. Avec ou sans accompagnateur.

■ LA BEXANELLE***

☎ 05 61 64 82 22

www.labexanelle.com

info@labexanelle.com



Ouvert toute l'année. Terrain de 6 ha. 194 emplacements. Exposition : ombragé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 3,50 € à 6,50 €. Chalets pour 3 personnes de 180 € à 380 € la semaine ; chalets pour 4 personnes de 210 € à 450 € ; chalets pour 5 personnes de 240 € à 490 € ; chalets pour 6 personnes de 280 € à 530 €. Taxe séjour 0,30 € par personne et par jour. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (tenus en laisse et carnet de vaccination à jour).

Situé à Vicdessos, à 710 mètres d'altitude, au pied du toit de l'Ariège, le camping vous donne rendez-vous dans un cadre de verdure enchanteur, au cœur des Pyrénées ariégeoises. Une vaste gamme de chalets tout confort ainsi que d'originaux bungalows toilés vous promettent un séjour des plus merveilleux. Vous serez situés à proximité immédiate d'une rivière. De nombreuses activités vous y attendent sur place ou aux alentours : tennis, piscine, baignade, canyoning, pêche, randonnées, balades en raquettes, équitation et ski de fond ou alpin en hiver... Au cœur de la nature, de la montagne et de la vallée du Vicdessos.

■ MONTCALM AVENTURE

Le Village

Rue du Centre

☎ 06 81 01 16 49 / 06 81 01 16 49

www.montcalm-aventure.com

contact@montcalm-aventure.com

Ouvert toute l'année. Tous les jours.

En famille ou entre amis découvrez les diverses activités ludiques et sportives de la montagne, sensations et plaisirs garantis. Canyoning, spéléologie, via ferrata, parcours aventure, escalade, randonnées, raquettes en hiver. Toute proche des villes de Foix, Saint-Girons, Ax-les-Thermes, Mirepoix, Lavelanet et Tarascon-sur-Ariège, non loin des frontières de l'Andorre et de l'Espagne, cette vallée authentique de Montcalm Aventure vous offrira un voyage inoubliable entre tourisme et séjour découverte. Encadrés par des moniteurs professionnels

tous diplômés d'Etat – ce qui garantit son sérieux et sa fiabilité – Montcalm Aventure vous propose des activités adaptées en fonction de votre niveau et de vos compétences (pour tous les publics, adultes et enfants à partir de 6 ans, à la demi-journée, journée ou en stage de plusieurs jours). Que vous soyez débutants ou experts, le Bureau des Sports d'Aventure a une activité pour vous.

Ax-les-Thermes

Probablement l'une des plus anciennes villes du comté de Foix car elle existait avant l'arrivée des Romains dans notre région. Ces derniers ont mis en valeur une soixantaine de sources d'eau chaude, dont la température peut atteindre 80 °C.

Il est certain que les eaux sont sulfureuses et dégagent une odeur en rapport avec cet élément naturel. Un des hauts lieux de la ville est le bassin des Ladres, construit en 1260 par Saint Louis pour soigner les soldats lépreux qui rentraient de leurs lointaines expéditions en Terre sainte. A voir, l'église de Saint-Vincent, reconstruite au XVII^e siècle sur l'emplacement d'une église du XII^e, et la chapelle de Saint-Jérôme, créée en 1608 par les pénitents bleus, une confrérie religieuse. Ax est surtout une cité qui vit au présent, une station thermique renommée où des milliers de curistes viennent tous les ans se faire soigner les rhumatismes et les affections des voies respiratoires. Le parc hôtelier est parfaitement adapté à ce flux de touristes et de curistes.

Ax-les-Thermes c'est aussi une station de ski : Ax Trois Domaines (Bonascre, Saquet, Campels) la plus importante des Pyrénées ariégeoises. Si vous respirez normalement, si vous n'avez pas de rhumatismes et si vous n'aimez pas le ski, rassurez-vous, Ax vous propose des balades en montagne, le golf, le VTT, le parapente, la piscine, le tennis, la gastronomie, le casino.

■ OFFICE DE TOURISME DE PAYS DES VALLEES D'AX

La Résidence

6, avenue Théophile Delcassé

☎ 05 61 64 60 60

www.vallees-ax.com

vallees.ax@wanadoo.fr

Basse saison : ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h ; le dimanche et les jours fériés de 9h à 12h et de 14h à 18h. Fermé le dimanche en novembre, le 1^{er} et 11 novembre, le 25 décembre, le 1^{er} mai.

Pour avoir une vision globale de toutes les offres touristiques des vallées d'Ax. Trois autres points d'information sont assurés en haute saison à Ax 3 domaines, Pays de Beille et Luzenac. Pour Ax 3 domaines, en haute saison d'été et d'hiver, le point d'accueil se situe sur le domaine de Bonascre, tous les jours des vacances scolaires de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30. En hiver, de l'ouverture à la fermeture de la station, le point d'accueil ouvre également les week-end hors vacances scolaires. On peut s'y informer des conditions météo, des possibilités d'hébergement, d'activités et de l'agenda des animations.

Le couvert



**L'ATELIER
Le Roc Blanc**

Bonascre ☎ 05 61 01 97 09

Ouvert pendant la saison de ski. Ouvert tous les jours et les jours fériés. Formule du midi : 13,90 € (plat du jour prix variable). Burger de l'Atelier aux cèpes : 16,90 €. Entrecôte sauce aux cèpes ou roquefort : 17,90 €. Terrasse. Nouvel établissement sur le plateau de Bonascre. Le nom d'atelier est bien choisi car il évoque un atelier de peinture, l'atelier de réparation de ski voisin, atelier de cuisine... Ici on ne retiendra que la peinture et la cuisine, deux nobles arts. La peinture est exposée au mur et la cuisine, dans votre assiette, est faite de qualité et de saveurs qu'on ne s'attend pas à trouver dans une station de ski, habitués que nous sommes aux snacks et pizzas. Ici la cuisine est créative et conviviale. Vous dégusterez des spécialités de flammeküche alsaciennes (tarte flambées) d'une belle taille. À découvrir : les surprenants burgers au fromage d'Ariège ou à la sauce aux cèpes, 100 % naturels sur base d'un pain baigné avec de l'huile d'olive en fin de pétrissage pour lui conférer un moelleux et un goût uniques, réalisés par l'équipe de la boulangerie du Fournil de la Forge (meilleur ouvrier de France). La décoration est sobre (murs rouge et bois, une grande table centrale) et l'accueil est particulièrement sympa et chaleureux. Ne changez rien !

■ **LE CHALET**
4, avenue de Turrel
☎ 05 61 64 24 31
www.le-chalet.fr
contact@le-chalet.fr

Basse saison : ouvert du mardi au samedi le midi de 12h15 à 13h30 et le soir de 19h30 à 21h15. Haute saison : du mardi au dimanche le midi de 12h15 à 13h30 et le soir de 19h30 à 21h15. Menus de 28 € à 52 €. Carte : 45 € environ. Menu enfant : 12 €. Formule du midi : 18 € (sauf le week-end). Terrasse.

L'établissement remarquablement situé au bord de l'Orège, est à deux pas du centre-ville, tout près du Teich, le principal centre thermal d'Ax les Thermes. Magali et Frédéric Debeves sont les heureux propriétaires du Chalet. Soucieux de la qualité et de la provenance de leurs produits, ils revendiquent comme spécialités le velouté de lingots ariégeois et le foie gras poêlé ou l'assiette tout chocolat. Au menu, l'Azinat en terrine et foie gras, crème de raifort puis agneau confit, tube de pomme de terre et beurre de châtaigne et enfin, l'ananas melba et le sorbet piña colada. Du prélude gourmand à la symphonie de desserts c'est un vrai régal, d'ailleurs le Bib Gourmand reçu est mérité. Les plats « Les Terrasses du Chalets », servis uniquement le midi, méritent une pause gourmande. Le chalet c'est aussi une belle adresse pour y séjourner et profiter de l'espace détente en jacuzzi et des nombreux soins du corps proposer pour votre plus grand bien être.

■ **LE CHALET DE LA HULOTTE**
Plateau du Saquet, Ax-Bonascre
☎ 05 61 64 63 84 / 06 74 24 38 20
lechaletdelahulotte.free.fr
lechaletdelahulotte@gmail.com

Ouvert toute l'année. Plat du jour : 11,50 €. Vin au verre. Pièce de boucher : 18,20 €, hamburger maison : 12,50 €, assiette montagnarde : 15,50 €. Crêpes de 2,90 € à 5,20 €. Terrasse. Vente à emporter.

C'est un joli chalet au milieu des arbres, on y vient à ski, on ne frappe pas. Ceux qui vivent là vous accueilleront et vous installeront à table, sur l'agréable terrasse ou dans la salle commune, en fonction de la météo ; la terrasse est d'ailleurs en partie couverte. Les plats proposés sont classiques, assiettes composées, crêpes et grillades, et garantis produits locaux naturels et frais. La viande et la charcuterie sont ariégeoises, donc de qualité. Vous y découvrirez les vins bio d'Ariège, la bière artisanale d'Ax et, bien évidemment, les eaux minérales des Pyrénées. On ne vient pas là que pour déjeuner, c'est aussi l'occasion de profiter du lieu, éloigné du tumulte de la station. Tous les mardis soir, de 17h à 21h, avec un minimum de 20 personnes, la Hulotte organise une « soirée altitude ». Pour 38 €, vous dégusterez un vin chaud, un repas montagnard suivi, pour digérer, d'une descente à ski encadrée par les pisteurs de la station. L'idée est originale et la sensation de skier de nuit sur des pistes désertiques est unique : un goût d'aventure presque surnaturel.

■ **LE COMPTOIR DES NÉGOCIANTS**
4, place Roussel ☎ 05 61 64 24 72
www.comptoir-des-negociants.com
contact@comptoir-des-negociants.com

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Menu enfant : 7,50 €. Carte brasserie Sandwiches de 10h30 à 19h30 à partir de 3,70 €. Crêpes à partir de 2,80 € et à partir de 16h. Tartines : 7,20 €. Vin chaud : 3,50 €. Terrasse.

Ambiance bistrot de village pour cet établissement situé au cœur d'Ax-les-Thermes, sur la place Roussel, la place centrale. Décor un peu surréaliste qui contribue au charme de l'établissement. Un grand bar occupe toute la longueur de la pièce, mobilier imitation bois, une petite mezzanine domine la salle. Le patron, Franck (ou la patronne, Sandrine), au comptoir sert des cafés, des « digeons », ça rentre, ça sort, ça parle de tout, bref ça vit ! Concerts tous les mois, musiciens ou DJ pour des soirées animées, retransmissions de matchs et ambiance qui va avec. Pour les petites faims, le bar propose des sandwiches, crêpes, tartines et pour les frileux du vin chaud... C'est vraiment copieux et concocté avec soin et talent. Bon à savoir, en hiver, avant de monter Une nouvelle carte de brasserie est proposée, burger, clubs sandwiches, salade, pâte, viandes et la fameuse assiettes du pays « charcuterie et fromages du pays, qui plait énormément à Bonascre, arrêtez-vous boire un café et achetez ici même votre forfait de ski pour éviter les attentes aux caisses. Une adresse authentique ou l'on mange bien, une adresse futée donc !

Retrouvez le sommaire en début de guide

■ LE GRAND CAFE

1, avenue Théophile-Delcassé

☎ 05 61 64 67 16

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi. Menus de 11 € à 25 €. Formule du midi : 9 € (entrée + plat). Vin au verre. Menu Thermoludique 25 € avec entrée aux Bains du Couloubret. Pizzas à emporter de 6,50 € à 11 €. Terrasse. Vente à emporter.

Vous ne pouvez pas le manquer, il se situe en ville, dans l'avenue qui reprend la route d'Andorre juste en face du centre thermoludique du Couloubret. Un vrai café 1900, surprenant par son modernisme et son contraste faits avec goût et originalité, devenu un véritable restaurant au fil des ans sous la direction de Nelson et une équipe de 7 personnes. Une jolie terrasse surplombe la rivière. A l'intérieur, les lustres du début du XX^e siècle nous rappellent l'ancienneté de cet établissement, mais les ampoules économiques nous ramènent à la réalité d'aujourd'hui. Des fresques modernes remplacent les décorations d'antan, tentures et drapés au plafond. On y trouve l'hiver des spécialités de montagne : tartiflettes, camemberts rôtis ou plat du jour du marché. L'été, pizzas et grandes salades. Pour les affamés, le hamburger XXL est vraiment... XXXL ! La carte est très complète (menu thermoludisme avec le Couloubret juste en face) ainsi qu'une carte des vins variée, français et étrangers, proposés au verre. Glacier l'après midi, avec une vingtaine de coupes au choix et pâtisseries. Le soir venu l'établissement se transforme en bar avec concert une fois par mois. Le grand café c'est du petit déjeuner jusqu'aux soirées endiablées...

■ HOTEL-RESTAURANT LE BELLEVUE

8, route de l'Aude

☎ 05 61 64 20 78

rd1948@free.fr

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Menus de 16 € à 19 €. Formule : 12,50 € (menu ouvriers). 14 chambres à partir de 50 €. Petit déjeuner : 7 €. Demi-pension : 69 € par personne. Pension complète : 81 € par personne. Animaux acceptés.

L'établissement est tenu par Catherine et Olivier Ranty qui arrivent des Charentes Maritimes. Il est situé à deux pas du centre-ville, sur les hauteurs, dans un environnement de calme parfait. Ils accueillent les clients dans la vaste salle aux murs couverts de lambris reconstituant l'ambiance sympathique d'un chalet. Les plats traditionnels et cuisinés à partir de produits frais tiennent aujourd'hui le haut du pavé comme la potée, les tripes maison au vin blanc ou à la tomate, le couscous, les cuisses de canard, la langue, le pot-au-feu, la blanquette, le bourguignon... mais aussi les grandes salades et les tartiflettes. Une adresse fort agréable pour tous séjours. Wifi gratuit.

■ HOTEL-RESTAURANT LE BREILH

Place du Breilh ☎ 05 61 64 24 29

www.hotellebreilh.fr

hotel.le.breilh@wanadoo.fr

Basse saison : ouvert du mercredi au lundi le midi de 12h à 14h30 et le soir de 19h à 21h30. Haute saison : tous les jours le midi de 12h à 14h30 et le soir de 19h à 21h30. Menus de 12,50 € à 24,50 €. Menu enfant : 8,50 €.

Plat du jour : 9,50 €. 23 chambres à partir de 45 € Petit déjeuner : 6,50 €. Demi-pension : 50 € par personne en chambre double. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Terrasse.

Situé au centre d'Ax-les-Thermes, à proximité du bassin des Ladres, l'établissement d'Anne et Francis dispose d'une terrasse immense et ensoleillée. Le restaurant propose une cuisine traditionnelle et montagnarde telles les tartiflettes, la raclette, les cocottes traditions, ou encore les nombreuses variétés de gratins et un vaste choix de viandes. L'originalité de la carte vient de la variété impressionnante de plats disponibles à base de poissons frais. À découvrir : les brochettes suspendues. La présentation des assiettes est soignée et les plats copieux. Tout est élaboré avec soins et bon goût par le chef Nicolas. Amusant le menu enfant, rebaptisé culottes courtes. En été on peut se désaltérer avec de jus de fruits naturels pressés. Une petite faim dans la journée ? Un adresse à Ax bien placée et une carte variée pour tous les goûts.



L'OISEAU BLEU

3, rue Victor-Pilhes

☎ 05 61 64 07 37

www.creperie-loiseau-bleu.com

contact@creperie-loiseau-bleu.com

Ouvert toute l'année. Le lundi et du jeudi au samedi le midi à partir de 12h et le soir à partir de 19h ; du jeudi au mardi le midi à partir de 12h. Carte : 15 € environ (galettes de 3,50 € à 11,80 €, salades de 3,50 € à 9,50 €, crêpes sucrées de 3,20 € à 7 €). Chèque Restaurant. Jardin. Terrasse. Salle de 70 couverts en été, 40 en hiver.

Une crêperie reste une crêperie ? Je le dis haut et fort : non ! Une crêperie peut être originale, voire unique. C'est ce pari osé qu'ont réussi Tania et Philippe Vogel. Une crêperie, c'est breton ? Encore une fois non, car nos audacieux restaurateurs viennent d'Alsace. L'Oiseau bleu est une cigogne. Les assiettes sont gigantesques et superbement présentées. La crêpe occitane, saucisse et oignons confits, champignons, épinards et confit de canard est une richesse tant visuelle que gustative. On est effectivement loin de la Bretagne et proche de notre Occitanie. En dessert, une crêpe amouënière dite de la Forêt Noire, chantilly, glace vanille et chocolat, griottes macérées au kirsch... encore une fois bien loin des yodoloïds d'Alan Stivell... En été on profitera de la terrasse donnant sur la rue (piétonne) mais on se réunira également dans le patio avec sa fontaine et son puits. Soirée à thèmes et découvertes culinaires originales telles la choucroute sur crêpe (charcuterie alsacienne et raifort pour les connaisseurs), la blanquette de veau, le tajine, sur crêpe également... Audace, qualité, originalité, tous les ingrédients sont réunis pour que le Renard en fasse une adresse fûtée !

■ LA PETITE FRINGALE

6, rue Joseph Rigal

☎ 05 61 01 36 40 / 06 87 74 03 21

sdormois@aol.com

Fermé du 1^{er} au 31 octobre. Ouvert tous les jours le midi et le soir. Menus de 15 € à 36 €. Menu enfant : 8 €. Plat du jour : 12 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (100 couverts, 2 salles à l'été). Terrasse.

Nous avons été attirés par cette grande et belle terrasse, dans le centre d'Ax-les-Thermes, et par la phrase : « Ici les enfants mangeront de la VRAIE viande ». Nous ne sommes plus des renardeaux depuis longtemps, mais nous aimons la vraie viande. Le restaurant est situé de l'autre côté de la rue. La salle, à la décoration chargée (ethnique ? Inde ? un peu de tout...), est très sympa. Les patrons, Yvan et Stéphanie, sont au service, ça se voit, et ça s'entend par les petits mots d'amoureux qui filtrent de temps en temps. L'accueil est bien présent, décontracté, et le service est actif et rapide. Renard a testé le menu du jour, charcuterie et pièce du boucher, et n'a vraiment pas été déçu. Le rapport qualité/prix est excellent. La viande est effectivement vraie, copieuse, goûteuse et de qualité (un faux-filet) et les frites sont faites avec... de vraies pommes de terre ! Le restaurant propose également des fondues, raclettes et autres spécialités montagnardes, mais également des spécialités ariégeoises comme l'Azinat, les produits étant bien sûr locaux. Une adresse sans prétention, qui mérite largement sa place dans ce guide pour une petite ou une grosse fringale.



LE P'TIT MONTAGNARD

6, place Roussel

☎ 05 61 64 22 01

www.lepittmontagnard.fr

lepitt.montagnard@orange.fr

Ouvert toute l'année. Du mardi au dimanche de 12h à 14h30 et de 19h à 22h. Menus de 17,50 € à 42 €. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 12,50 €. Chambres de 38 € à 58 €. Petit déjeuner : 6,50 €. Demi-pension de 40 € à 52 € par personne. Pension complète de 50 € à 62 € par personne. Soirée étape VRP : 55 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (jusqu'à 50 personnes). Terrasse. Chambres.

Michel et Sébastien Gomes vous réservent un accueil chaleureux et convivial dans un cadre montagnard fait de bois et de pierre. Le chef concocte différentes spécialités ainsi que des plats régionaux : poêlée de foie gras aux pommes et raisins flambée, fondue savoyarde, papillotes de saumon, et bien d'autres avant de se délecter de la ronde des desserts et des pâtisseries du jour.. La cuisine traditionnelle ariégeoise n'est pas oubliée grâce à l'Azinat ou au Cassoulet. La belle déco et la terrasse pouvant accueillir une vingtaine de personnes sont les atouts supplémentaires de cet établissement, admirablement bien situé sur la place du marché, toujours très animée et cela en toutes saisons. Service sur des planches à découper et couverture des menus en bois. Le P'tit Montagnard peut aussi se déplacer sur toute la haute Ariège en sa qualité de traiteur, n'hésitez donc pas. L'hôtel rénové invite à un séjour confortable et reposant.

■ LES QUATRE SAISONS

Place Breilh

☎ 05 61 03 53 26

Ouvert de 12h à 14h30 et de 19h à 21h30. Menus de 15,90 € à 29 €. Menu enfant : 9 €. Formule du midi : 14,90 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse.

Voilà une petite adresse sans prétention où l'on déjeune avec plaisir, au soleil, sur la terrasse. La carte vous propose des salades et ses spécialités de montagne de type fondue, raclette, tartiflette... On notera les salades particulièrement copieuses ou les omelettes savoureuses. L'accueil est agréable, le service efficace et le rapport qualité/prix des menus fait que ce restaurant, bien situé au cœur d'Ax, a sa place dans notre guide.

■ LE ROUGE TENDANCE

7, rue de l'Horloge

☎ 05 61 64 18 04

lacaveax@aol.com

Ouvert tous les jours le midi de 12h à 14h ; du mardi au samedi le soir de 19h à 23h. Menu enfant : 10 €. Formule du midi : 16 €. Raclette ariégeoise : 20 €. Salades de 12 € à 18 €. Plateau de fruits de mer : 40 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes.

Des caisses de vin présentant des bouteilles de ce précieux breuvage ornent les murs de ce nouvel établissement d'Ax-les-Thermes. Un panneau nous indique le coup de cœur du moment sur des vins du Languedoc et du Roussillon. Ambiance design, murs gris, chaises modernes rouges. L'endroit pourrait sembler froid, mais des panneaux et une partie du restaurant tout en bois donnent une chaleur naturelle et plaisante. Un bar réalisé à partir de demi-tonneaux trône dans la pièce. On sent bien qu'ici on aime Bacchus et ce n'est pas le patron du bar à vin voisin et propriétaire de ce restaurant qui nous contredira. Dans l'assiette, une cuisine savoureuse concoctée par Gérard et réalisée à base de poissons ou de fruits de mer frais (ici, pas de congelé), de viandes locales et de produits du marché. Les spécialités de montagne sont au rendez vous (tartiflette, raclette, cuisson sur pierre). Les desserts sont maison et même le pain est de qualité. Une nouvelle adresse fûtée en voie de devenir une bonne adresse d'Ax-les-Thermes.

■ LA TRATTORIA

5, avenue Théophile Delcassé

☎ 05 61 64 26 40

Menus de 9,50 € à 18,50 €. Menu enfant : 6,50 €. Formule du midi : 9,50 €. Salades de 3 € à 13,80 €. Pizzas de 8,40 € à 11,80 €.

Au pied des montagnes, une trattoria, c'est évident quand il s'agit d'être installé en face de thermes romains. En effet, ce restaurant spécialisé dans la cuisine italienne se situe sur l'avenue principale de la jolie petite ville d'Ax-les-Thermes, face au centre thermo-ludique du Couloubret. Avec sa terrasse sur la rue et sa charmante ambiance dans un décor ensoleillé (*O solé Mio*), c'est une restauration traditionnelle de qualité que vous apprécierez. Simple, accueillant et chaleureux : vous y trouverez un bon choix de plats traditionnels et de pâtes fraîches, et surtout de pizzas. Cuites au feu de bois, elles réveillent nos papilles ; belles et originales, vous hésitez entre la Cucciole et la Créole, à moins que vous ne vous laissiez tenter par la Tripou ou l'Ariégeoise : toutes chantent leur particularité et enchantent le passant qui désire et se promet d'y revenir.

NOUVEAU

Le gîte

■ LE CASTELET Perles et Castelet 4, roc de la Gabide

☎ 05 61 64 24 52

www.axhotelcastelet.com
hotel.le.castelet@wanadoo.fr

Fermé du 15 avril au 24 juin et du 1^{er} octobre au 26 décembre. Le restaurant n'est ouvert que le soir de juin à septembre. Chambre double de 52 € à 55 €. Petit déjeuner : 7 € (de 7h30 à 10h). Chèque Vacances. Restauration.

Dans une oasis de paix et de verdure, paisible et naturel, l'hôtel offre une vue sur la montagne et propose un savoureux petit déjeuner ainsi qu'un hébergement confortable à proximité d'Ax-les-Thermes et d'Andorre. Le personnel amical et discret du Castelet vous réserve un accueil chaleureux et vous aidera à profiter au maximum de votre séjour dans cette région calme et relaxante. Les chambres agréables disposent d'une salle de bains privative. Certaines possèdent un petit balcon ou une grande terrasse bien exposée. Après avoir passé la journée à visiter la région, vous pourrez profiter d'un apéritif au bar. Ensuite, vous pourrez savourer un repas au restaurant de l'hôtel. Le chef vous propose une cuisine régionale inventive, traditionnelle et de terroir préparée à partir d'ingrédients frais et locaux : foie gras maison, truites aux amandes, soufflé à l'hypocras, bœuf et canard du pays...

■ LA GRANDE CORDEE 31, avenue du Docteur-Gomma ☎ 05 61 65 77 00

www.grande-cordee.com
info@grande-cordee.com

Chambre simple de 58 € à 70 € ; chambre double de 70 € à 78 € la nuit, de 64 € à 72 € la nuit ; chambre triple de 89 € à 96 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 10 €. Enfant de moins de 2 ans : gratuit ; de 2 à 6 ans : -50% ; de 7 à 12 ans : -25%. Dîner : 20 €. Panier-repas : 9 € par personne. Chèque Vacances. Animaux acceptés (10 € par jour). Restauration.

Ce n'est pas un hôtel, ce n'est pas un gîte, ni une maison d'hôtes. Mais alors, qu'est-ce ? Un gîte-hôtel, dans l'esprit d'une maison d'hôtes ! Un hébergement de capacité moyenne, destiné à l'accueil d'une clientèle de séjour (groupes, familles et individuels), dans un cadre chaleureux. Les chambres sont simples et confortables. Elles disposent toutes d'une petite salle de bains privative avec douche et WC. Elles sont adaptées aux demandes particulières des familles ou des randonneurs. La restauration est de qualité et vous vous régalez d'authentique repas pyrénéens élaborés à partir de produits frais. A la demande, possibilité d'avoir un panier repas pour les pique-niques et les randonnées.

■ HOSTELLERIE DES TROIS DOMAINES Bonascre – Rue Campels ☎ 05 61 03 26 00 www.hotelbonascre.com info@hotelbonascre.com

Ouvert toute l'année. 10 chambres (demi-pension uniquement). Chambre simple de 85 € à 99 € ; chambre double de 59 € à 69 € ; chambre triple de 59 € à 69 €. Petit déjeuner inclus. Enfant de moins de 2 ans : gratuit. Bain bouillonnant, sauna.

Que la montagne est belle ! Eté comme hiver la vue panoramique de l'hôtellerie nous enchante et nous donne envie d'aller toujours plus haut. Situé au cœur même de la station Ax-3 domaines à 1 400 m d'altitude, cet hôtel garantit un séjour idéal du réveil au coucher, en effet que ce soit pour prendre le petit déjeuner en terrasse avant d'aborder les cimes, en skis ou en VTT, ou pour se détendre dans le spa après une journée de raquettes ou de marche. Les chambres sont grandes, confortables et propices au repos mérité. C'est dans la magnifique salle de restaurant avec cheminée et salon pour enfant que vous pourrez prendre chaque soir un repas au menu unique d'une cuisine traditionnelle fort délectable. Nous avons apprécié le panier pique-nique pour le midi.

■ HOTEL-RESTAURANT L'AUZERAIE 1, avenue Delcassé ☎ 05 61 64 20 70 / 05 61 64 38 50

www.auzeraie.com
auzeraie@auzeraie.com



Logis (2 cheminées). 31 chambres. Chambre double de 43 € à 74 € ; chambre triple de 64 € à 92 €. Demi-pension : 56 € (étape vip : 51 €). Petit déjeuner : 8 €. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Restauration. Canal +.

En face des thermes du Coulobret, au centre de la petite ville d'Ax-les-Thermes, cet hôtel-restaurant a puisé son nom dans le torrent de la Lauze qui longe les bâtiments. L'émincé de canard sauce aux figues, le magret aux cépes, la paire de selle d'agneau poêlée au jus de truffe, le pavé de saumon grillé aux graines de sésame, la truite aux amandes restent incontournables. Les curistes mettront un « terme » à leur régime devant l'appétissant buffet de pâtisseries maison. Et la superbe carte des vins reste très accessible. L'hôtelier réserve un accueil courtois dans les trente et une chambres insonorisées avec douche ou baignoire, WC, TV par satellite et Canal +, et Wifi gratuit. Salles de séminaire, salle de remise en forme, salons de télévision et de lecture avec bibliothèque étoffent l'espace d'accueil et d'animations. Les animaux y sont acceptés, ce qui est un plus fort apprécié.

■ HOTEL-RESTAURANT LE BREILH Place du Breilh ☎ 05 61 64 24 29

www.hotellebreilh.fr
hotel.le.breilh@wanadoo.fr

Fermé du 15 novembre au 15 décembre. 25 chambres. Chambre double de 45 € à 50 € ; chambre triple à partir de 70 €. Petit déjeuner : 6,50 €. Studios, appartements en location. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Cet hôtel a gagné le concours départemental des établissements fleuris. Le Breilh est l'un des tout premiers hôtels d'Ax-les-Thermes. Les grands-parents d'Anne Garetta l'ont fait construire voici un siècle, en 1904.

Ses parents ont repris la succession et à son tour, la dernière fille de la lignée tient maintenant cet établissement depuis plus de quinze ans. Presque à chaque génération, l'hôtel s'est agrandi de plusieurs étages. Les deux niveaux initiaux supportent maintenant quatre autres étages. Les vingt-cinq chambres sont toutes différentes. L'hôtel est également classé soirée-étape pour les vrp. Une originalité d'importance est à signaler : les clients en pension ou demi-pension, midi ou soir, peuvent prendre leurs repas au restaurant juste en dessous.

■ HOTEL-RESTAURANT LE GRILLON

5, rue Saint-Udaud

☎ 05 61 64 31 64

www.hotel-le-grillon.com

info@hotel-le-grillon.com

Fermeture annuelle 15 jours pour la Toussaint, et 3 semaines fin avril et début mai. 12 chambres. Chambre simple de 44 € à 48 € ; chambre double de 44 € à 48 €. Basse saison : chambre triple de 55 € à 59 €. Demi-pension : 63 € (par personne en haute saison, base chambre double). Petit déjeuner : 8 €. Forfaits curistes (21 jours et 20 nuits). Animaux acceptés (5 €). Ce joli chalet de style basque construit en 1935 est dirigé par Sylviane et Robert Feuvrier. L'hôte séjourne dans une ambiance familiale, douillette, près de la nature. Au restaurant, vous pourrez notamment déguster un pavé de sandre rôti aux lingots arigeois, un suprême de pintade vapeur et verveine et terminer, par exemple, par l'île flottante, ou des tartes, le tout fait maison. Les menus et la carte changent souvent, en fonction du marché et de l'inspiration du chef. La déco, toute récente, est dans les tons du jaune et du vert. A noter qu'un petit chalet vient d'être construit à l'extérieur afin de pouvoir entreposer tout le matériel de ski. Délicate attention en cet établissement situé au Pays d'Ax Trois Domaines. Si le ski ne vous tente pas, vous avez encore le choix entre randonnées, visites, escalades, VTT ou... thermalisme. En été, le grillon chante !

■ PIERRE ET VACANCES

Camp de Granou ☎ 05 34 09 23 00

www.pierreetvacances.com



Ouvert toute l'année. Studio / appartement de 270 € à 470 € la semaine. Garde d'enfants. Animaux acceptés. Connexion Internet. Wifi. Restauration.

Aux portes de l'Andorre, installé dans la cité thermale, au cœur de la ville et à quelques mètres de la télécabine menant au domaine skiable Ax Trois Domaines, Pierre et Vacances dispose de deux bâtiments de quatre et six étages, composés de studios ou d'appartements pouvant accueillir 2 à 6 personnes. Construits avec les matériaux traditionnels de la région, avec ascenseur, un salon commun et un casier à skis par appartement. L'hiver, vous serez idéalement situé pour le ski et l'été, soit curiste, soit touriste. La résidence dispose d'une piscine découverte chauffée. A proximité de deux établissements thermaux et de la halte-garderie «Croque-Soleil» et du Centre de Loisirs qui accueilleront vos enfants. Vous découvrirez les richesses naturelles, architecturales et préhistoriques de l'Ariège. Parking découvert, gratuit, à 50 m de la résidence.

■ RÉSIDENCE LE GRAND TETRAS***

Promenade Paul-Salette

☎ 05 61 65 86 00

www.residence-ax.com



Fermé du 7 au 12 décembre. Accueil 24h/24. Basse saison : studio / appartement de 70 € à 108 € la nuit, de 381 € à 580 € la semaine. Haute saison : studio / appartement de 85 € à 127 € la nuit, de 507 € à 733 € la semaine. Animaux acceptés (de petites tailles). Wifi. Service de ménage. Hammam, bain bouillonnant, sauna.

Cette résidence hôtelière thermale et de tourisme 3 étoiles propose tout au long de l'année 53 logements avec 33 studios de 24 m² et 20 studios de 38 m² d'un excellent confort à la location, aux premières loges du casino et du centre thermoludique et à deux pas des télécabines qui relient la petite ville thermale à la magnifique station de ski d'Ax 3 Domaines. Salon spacieux équipé de télévision, belle cuisine et salle de bains rendront votre séjour des plus agréables et en plus les petits déjeuners peuvent vous être servis. La réception est ouverte 24h/24. Les thermes intégrés et un espace Forme permettent d'accueillir une clientèle soucieuse de son bien-être. De leur appartement, les résidents peuvent d'ailleurs accéder directement en peignoir par l'ascenseur au centre de remise en forme. Sauna, hammam, piscine, bain bouillonnant complètent la prestation haut de gamme. L'établissement propose des forfaits « Tonic Détente » et une semaine thermale « Bien-être et Santé » ainsi qu'une étape aquaforme.

■ VILLAGE DE VACANCES LE TARBESOU

Bonascre

☎ 05 61 64 88 54

www.marc-montmija.com

contact@marc-montmija.com

Ouvert toute l'année. 16 logements (+74 chambres de 2 à 4 lits). F2 de 740 € à 850 € la semaine. Tarif à la semaine. Formule week end du samedi midi au dimanche déjeuner en pension complète à partir de 87 €. Club enfants. Wifi gratuit. Restauration. Vente. Animations.

Le village de vacances le Tarbesou est situé à 1 400 mètres d'altitude dans la plus belle station d'Ariège. Une équipe professionnelle vous y attend pour des séjours de qualité en tout confort et toute sécurité. Été comme hiver, vous profiterez, depuis vos chambres ou vos gîtes, d'un panorama grandiose sur les Pyrénées. Salle de cinéma, Wifi, télévision, salle de musculation, piscine seront les bienvenus après une journée de raquettes, de ski ou de randonnée. Grâce à des animateurs diplômés et des prestations diverses comme le restaurant avec terrasse, la prise en charge des enfants selon leurs âges, vous passerez de vrais week-ends ou de vraies vacances.

Chambres d'hôtes

■ LES CASCATELLES

Route de l'Aude

☎ 05 61 64 22 79

www.lescascatelles.com

ypd09@orange.fr



Ouvert toute l'année. 5 chambres. Chambre double à partir de 65 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 15 €. En saison d'été.

Ce château de charme – ancienne maison de maître du début du XX^e siècle du ministre des Affaires étrangères Théophile Delcassé – se situe sur la route d'Ascou, au-dessus de la ville d'Ax-les-Thermes. Proche à la fois de la station alpine d'Ascou-Pailhères et du domaine nordique du Chioula, elle est également à 10 kilomètres d'Ax 3 Domaines. Dans un grand parc arboré, le château des Cascatelles domine la vallée d'Ax et les chambres ont une vue splendide sur les Pyrénées. Quelques chambres et appartements à louer été comme hiver, dans une demeure historique et un environnement calme.

Loisirs

■ LES BAINS DU COULOUBRET

Promenade Paul Salette

☎ 05 61 02 64 41

www.bains-couloubret.com

bains.couloubret@eurothermes.com

Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 14h à 19h30 ; le samedi de 10h à 20h30 ; le dimanche de 10h à 19h30.

Haute saison : du dimanche au jeudi de 10h à 19h30 ; le vendredi et le samedi de 10h à 20h30. Ouvert le dimanche (enfants à partir de 5 ans uniquement). Entrée : 16 € (2h par adulte). Abonnement : 40 € (5 heures par adulte en pas tempo). Enfants 5 à 15 ans 13 €. Modelages de 28 € à 62 €. Boutique.

Le centre thermoludique «Les Bains du Couloubret» c'est 3 000 m² consacrés aux jeux d'eau et au bien-être. Colonades d'un rouge pompéien et faïences multicolores raffinées forment le magnifique décor de ce centre, installé dans les anciens Thermes du Couloubret, au cœur du village d'Ax-les-Thermes, dont la façade néo-classique a été conservée et restaurée. Les Bains du Couloubret proposent sur deux niveaux, en toutes saisons, la découverte des plaisirs de l'eau sous toutes ses formes, bassins d'eau thermale chaude avec buses de massages, cols de cygne, vapeurs sèches pour les saunas, vapeurs humides pour les hammams... A l'extérieur, deux bassins – le «Panoramique» et «l'Amphithéâtre» – sont agrémentés de divers jeux d'eau : contre-courant, geysers, jets massants pour les jambes et les hanches, cols de cygne, bouillonnements. Les fûts adorent les cabines de soin très spacieuses avec bougies et fleurs, l'immense hammam, le coin salon design et toute la gamme de modelages ; sensation orient, re-énergisants aux huiles essentielles... Des pluies tropicales aux bains irlandais à consommer sans modération ! Aqua rêvez-vous ?

Sorties

■ LE CASINO

Promenade Paul Salette

☎ 05 61 64 65 00

contact-axlesthermes@joa.fr

Ouvert toute l'année. Du lundi au mercredi de 14h à 1h ; le jeudi et le dimanche de 14h à 2h ; le vendredi et le samedi de 14h à 3h. Parking gratuit. Restaurant ouvert du mercredi soir au dimanche soir à partir de 19h30.

Le Casino d'Ax est une institution incontournable. La grande salle de jeux a été décorée par une artiste espagnole, et de superbes fresques monumentales couvrent les murs ocre et patinés. Les 50 machines à sous bruisantes sonnent de monnaies fraîches et clinquantes. Dans une salle plus confidentielle : roulettes, boules et black-jack gardent jalousement le secret du hasard. Au-dessous de la salle de jeux, le restaurant discret en mezzanine domine la situation et permet de faire une pause. L'été des cocktails sont servis sur la terrasse et sa paillote ! Le casino diffuse même un guide des Casinos de France, pour les fous de jeux d'argent, auxquels il prendrait l'envie de faire la tournée complète, certains mordus collectionnant les jetons. L'établissement organise aussi des animations culturelles et de loisir du tournoi de poker à la semaine tout chocolat au printemps. Dès la haute saison, la vaste terrasse de l'établissement accueille les soirées musicales du casino le vendredi ou le samedi. Du jeudi au dimanche, 1 place de cinéma + 1 cocktail + 1 menu du jour : 18 €

■ KLUB AX

Promenade Paul-Salette

☎ 05 81 29 39 08

Ouvert toute l'année. Du jeudi au samedi de 23h30 à 7h.

Ouvert les veilles de jour férié. Gratuite.

L'ambiance est toujours au top, toujours sympa, et l'esprit est décontracté pour les noctambules d'Ax-les-Thermes. Cet établissement est situé sous le casino de la ville thermale. L'équipe est professionnelle, travaille sérieusement sans se prendre au sérieux. L'atout incontournable de ce rendez-vous des nuits axéennes est que l'entrée est gratuite ! Pour les filles ? Non, pour tous ! On y va, on y court, on y danse !

Emplettes

■ LA BOUTIQUE DE LA FERME

Place du Breilh

☎ 05 61 01 54 63 / 06 88 30 72 70

www.giteduquie.com

gitesetchaletsduquie@orange.fr

Ouvert tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h.

Fermée lundi hors vacances.

Cette boutique propose des produits pyrénéens, ariégeois et artisanaux. C'est une échoppe aux multiples visages : épicerie fine, huiles de toutes sortes, cave à vins, charcuterie, miel, viandes, fromages, biscuits, bonbons, épices... Toutes les semaines dégustation de vins, de fromages, de charcuterie... C'est un moment très convivial où Laurent en explique la provenance et l'histoire. Plus original encore, le pique-nique ou le repas à emporter, organisé avec ces mêmes produits. Laurent qui chaque été organise randonnées et balades historiques saura aussi vous faire partager avec ses amis, élèves en montagne, la rencontre des troupeaux en transhumances et appréciez les denrées élaborées par leurs soins. Notons l'accueil souriant de Solange, qui travaille ici depuis le début et qui est maintenant bien connue des clients fidèles. Au pied du Plateau de Beille, dans les magnifiques vallées d'Ax, sur la route de l'Andorre, ils font de l'accueil et de la convivialité une marque de qualité.

■ LE PANIER ARIÉGEAIS

2, rue de l'Horloge ☎ **05 61 64 20 26**

Ouvert de 7h à 20h.

Karine et William ouvrent tôt et ferment tard ; ils savent bien ce qu'est la notion de service et c'est ce que l'on attend d'une épicerie. Sympathie, sourire, accueil et disponibilité, les quatre qualités d'un commerce de proximité sont au rendez-vous de cet établissement. Nos jeunes épiciers proposent des fruits et légumes, des fromages et charcuterie du terroir, une délicieuse croustade maison, des vins, un rayon frais et surgelé et un grand choix de produits du terroir. Petit service, bien utile, surtout si on est en vacances dans la belle ville d'Ax, la location d'appareils à raclette et à fondue.

Marchés

■ MARCHÉS

10, avenue Delcassé

Mardi, jeudi et samedi du 15 juin au 15 septembre ; mardi et samedi l'hiver.

La Bastide-de-Sérou

Située entre le massif de l'Arize et le Plantaurel, cette bastide fut fondée en 1254 par le comte Roger IV de Foix. Parmi les vestiges et monuments, on ne peut éviter la halle et ses trois mesures à grains en pierre, l'église du XV^e siècle qui abrite deux superbes sculptures en bois dont l'exemple rare d'une Vierge allaitant, les ruines du château démolé au XVII^e siècle et la tour de Loup. Mais La Bastide-de-Sérou c'est aujourd'hui une ville très dynamique où il fait aussi bon d'y vivre que d'y venir en touriste. Ses atouts sont nombreux : pêche, baignade, VTT, parapente, golf, et dégustations de fromages de montagne, miels et confitures. Si vous souhaitez visiter des fermes « en état de marche » et rencontrer leurs propriétaires, alors choisissez le circuit « Balade à la Ferme » qui vous permettra, en six étapes, de les découvrir, chacune possédant une spécialité : les chèvres angoras, les chèvres chamoisées, la tomme de montagne, le miel et les abeilles, le lait des brebis et les randonnées à cheval.

■ OFFICE DE TOURISME

☎ **05 61 64 53 53**

www.seronais.com

tourisme.seronais@wanadoo.fr

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h ; le samedi de 10h à 12h.

Points d'intérêt

■ FERME DES REPTILES

Brouzenac ☎ **05 61 65 82 13 / 06 64 84 46 63**

www.lafermedesreptiles.fr

contact@lafermedesreptiles.fr

Fermé du 1^{er} au 31 janvier. Basse saison : ouvert le week-end et les jours fériés de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 19h (dernière visite à 18h15). Gratuit jusqu'à 3 ans. Adulte : 8 €. Enfant (de 3 à 12 ans) : 5,50 €.

Plus de 200 reptiles vous attendent dans ce lieu original et unique en Ariège. A la sortie de La Bastide-de-Sérou, en direction de Saint-Girons, vers Allières, on pratique dans cette ferme, ouverte depuis 1995, l'élevage et l'exposition de reptiles. Du boa nain au caïman en passant par la tortue hargneuse, vous y découvrirez plus de 70 espèces. Très instructive, la visite vous permet de mieux comprendre le mode de vie des reptiles, vous pourrez assister notamment aux diverses manipulations et démonstrations comme le repas des couleuvres aquatiques. Vous pourrez toucher et caresser les animaux. Les plus courageux pourront même mettre un boa ou un python autour de leur cou. La ferme des reptiles a ouvert l'an dernier un jardin des tortues. Un parc de 600 m² y présente librement des tortues géantes d'Afrique et un parc de 150 m² les tortues méditerranéennes. Des bassins accueillent les tortues aquatiques et notamment la cistude d'Europe. Un parcours extérieur est dédié aux lézards : iguanes, téjus, varans.

■ SHERPA-CENTRE NATIONAL DU CHEVAL DE MERENS

Le Bourtolet

☎ **05 61 64 59 05 / 05 61 64 62 11**

www.chevaldemerens.com

sherpa@chevaldemerens.com

L'association Sherpa France fédère onze Sherpa régionaux auxquels adhèrent les éleveurs et utilisateurs de chevaux de Mérens. C'est dans un superbe bâtiment qu'est présentée la race. Ce cheval typiquement Ariégeois, affiche un éventail impressionnant de qualités : franchise, agilité et sûreté de pied, docilité, gentillesse, endurance, générosité. Cette race est liée à l'histoire et aux spécificités de l'Ariège. Ainsi, on trouve sa représentation sur les parois de certaines grottes du département ou du moins, les dessins de chevaux font penser au cheval de Merens. Cet endroit lui est consacré. On y trouve des informations, des visites pédagogiques, un musée vivant, des services pour les éleveurs et les utilisateurs ainsi qu'un centre équestre. De nombreuses activités sont possibles : équitation avec moniteur, voltige, balades, randonnées, attelage.

Le couvert

■ HOTEL-RESTAURANT LA TOUR DU LOUP

Route de Saint-Girons

☎ **05 61 64 59 59**

www.latourduloup.com

latourduloup@orange.fr

Menus de 16 € à 23 €. Chambres : de 48,50 € à 72 €, suite parentale avec bain : 129 €. 8 chalets : semaine de 410 € à 900 € selon la capacité et la saison ; nuitée : de 59,50 € à 129 € selon les mêmes critères. Chèque Vacances.

Cuisine classique avec une priorité affichée pour des buffets bien garnis et une cuisine travaillée. On peut manger aussi à l'extérieur dans un cadre champêtre ou au coin de la cheminée en hiver, grillades et grandes salades, formule idéale pour les familles. Possibilité de banquets. Côté hôtel, 3 étoiles et des chambres fort agréables, dont certaines avec balnéo. La déco de la salle de restaurant marie avec justesse la chaleur du

bois à des éléments plus empreints de modernité. Huit chalets tout confort ont été installés dans le grand parc, avec piscine, solarium, boulodrome et tennis. Bien situé en pleine campagne, à 15 minutes de Foix et au carrefour des vallées, cet hôtel-restaurant est placé au mieux pour visiter le département, aussi bien côté Couserans qu'en direction de la Haute Ariège. A noter que cet établissement organise des séjours à la carte pour des groupes, à découvrir sur leur site. Qu'on se le dise !

Le gîte

■ CAMPING L'ARIZE

Route de Nescus

☎ 05 61 65 81 51

www.camping-arize.com

mail@camping-arize.com



Fermé de novembre à avril. 94 emplacements. Exposition : mi-ombragé / ensoleillé. Emplacement + véhicule + 2 personnes de 15,60 € à 28,60 €. Pour tous les goûts et tous les budgets ! Tarifs sur le site Internet du camping. Chèque Vacances. Salle de bains pour bébés. Aire pour camping-cars. Wifi payant. A côté de la voie verte. Location de vélos.

Dominique et Brigitte vous accueillent dans ce camping 4 étoiles, en pleine nature, en bordure de l'Arize (idéal pour jouer avec les enfants et pour la pêche). Le dépaysement et le calme sont assurés. Des soirées festives, des clubs animés pour les enfants pour des vraies vacances voilà un camping calme et familial. Pour vous divertir et vous détendre, piscine, ping-pong, pétanque, volley, basket, aire jeux, barbecue, animations, plats à emporter et même pain frais le matin sont à votre disposition. A noter des tarifs spécifiques pour les golfeurs qui pratiqueront leur sport favori à quelques minutes du camping. Également la rivière souterraine de Labouiche, la Ferme aux reptiles, le parc Exploria, etc. Sur place : location de vélos. Tout près encore : centre équestre, poneys et 40 km de voies vertes. À noter que l'on peut louer des chalets, des mobil-homes avec ou sans sanitaire et des Tif Homes (budgets économiques) pour des week-ends détente ou pour les vacances !

Loisirs

■ EQUIZONES

Centre National du Mérens

Le Bourtol

☎ 05 61 64 62 11

www.equizones.com

infos@equizones.com

Accès par la D117, entre Foix et Saint-Girons.

Ouvert toute l'année. Stage à la journée : 68 €, cours particulier : 46 €.

C'est dans le superbe site du Centre national du Mérens que l'on trouve Equizones. Cette école d'équitation propose des stages et cours personnalisés et revendique une équitation de la légèreté, sous la houlette de Sandra, gérante, titulaire du BEES 1, de l'ATE et du BAFA. Si l'obstacle et le dressage sont deux disciplines-

phases, le centre fait la part belle à la rando de 2 heures, demi-journée, ou journée, à dos de Mérens, ça serait dommage de s'en priver, dans le Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises.

■ GOLF-CLUB DE L'ARIEGE

Unjat

☎ 05 61 64 56 78

www.golf-ariège.com

golf-club-de-lariege@wanadoo.fr

Ouvert toute l'année. Green fee 18 trous, adultes de 34 € à 48 € selon les jours et saison. Jeunes et étudiants de 18 € à 25 €. Practice de 2 € à 4 €. Baptêmes adultes 16 €, moins de 18 ans 10 € (à partir de 4 personnes). Restauration. Boutique.

L'Ariège pouvait se targuer d'avoir un magnifique golf depuis 1986, il en est toujours ainsi mais ce superbe golf est devenu un écogolf, un golf écoresponsable, modèle de gestion durable et écologique en France, toujours niché dans un cadre naturel d'une grande beauté. Cet écogolf propose un parcours de 18 trous, par 71, sur 5 943 mètres et à 600 mètres d'altitude, un parcours 6 trous pour l'initiation (quatre par trois et deux par quatre), un practice à ateliers, un putting green, un pitching green, des bunkers d'entraînement et 20 tapis dont 5 couverts. Unique en France, vous pourrez swinguer sur trois parcours pour tous publics. Tous les niveaux sont enseignés : de l'initiation au baptême, du stage de haut niveau en passant par les cours particuliers ou des stages « découverte », vous pourrez même faire une promenade « golf et nature » gratuite. Ici le mot « green » honore bien ses différentes traductions chez les golfeurs et chez les amoureux de la nature dans une ambiance familiale et intergénérationnelle. Pour la restauration, les « clés de terroirs », dirigés par Marylène et Sébastien, vous proposent une cuisine à base de produits de saison et de produits locaux et une formule plat-dessert ou entrée-plat à partir de 13 €. Belle salle panoramique avec vue sur le golf. Ouvert tous les jours sauf le mardi.

■ LAC DE MONDÉLY

Plan d'eau artificiel dont la vocation première est de constituer des réserves utilisables pour le soutien des étiages de la Lèze. Il en résulte d'importantes variations du niveau de l'eau, ce qui peut, dans le cas des années très sèches, entraîner un assèchement total. Le barrage possède une longueur de 107 m et une hauteur de 24 m ; la capacité totale du lac est de 4 millions de m³ et sa superficie maximale est de 57 ha. En toute saison, au cours de votre balade, vous croiserez d'importantes traces et indices de populations animales autochtones (chevreuils, sangliers, renards, blaireaux, martres, biches, cerfs...) qui peuplent les bois alentour. La forêt est composée de boisements naturels (chênes, frênes, aulnes, noisetiers...) ou artificiels (pins sylvestres, épicéas), riches en champignons, mais attention à la tentation, la cueillette étant interdite en forêt privée. Vous pourrez aussi observer de nombreuses populations d'oiseaux migrateurs (canards colverts, sarcelle d'hiver, héron cendré, cormoran, chevalier guignette, cul-blanc...) sans oublier les espèces sédentaires rapaces, passereaux, amphibiens... La faune piscicole du lac est quand à elle composée de truites, goujons et vairons.

■ Dans les environs

Alzen

■ ECOMUSEE

Vidalloc

☎ 05 61 01 12 49

www.ecomuseealzen.fr

ecomusee.alzen@wanadoo.fr

Fermé du 13 novembre au 5 mai. Basse saison : ouvert le week-end et les jours fériés de 10h30 à 18h30. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h30 à 18h30 (dernière visite à 18h30). Ouvert tous les jours durant les vacances scolaires. Gratuit jusqu'à 4 ans. Adulte : 5,50 €. Enfant (de 5 à 14 ans) : 2,50 €. Accueil enfants. Cet écomusée accueille grands et petits pour découvrir une ferme vivante, poules, chèvres, vaches chevaux (tous de races locales pyrénéennes), un jardin avec des variétés locales et des légumes d'autrefois, un four à pain, une habitation typiquement ariégeoise qui témoigne du quotidien des paysans du siècle dernier, une boutique, une table paysanne à base de produits bio et fermiers. Mais c'est aussi la possibilité, pour les plus sportifs, d'un parcours aérien dans les arbres avec ponts de singes, plates-formes d'observation ; trois circuits éducatifs, acrobatiques et ludiques, en toute sécurité. A la boutique vous pourrez regarder ou acheter des créations artisanales locales et pyrénéennes comme sabots, couteaux, gourdes... Enfin, selon les saisons, diverses expositions et animations thématiques vous parleront des outils agricoles, du jardinage, des champignons, de la faune...

■ PRODUITS DE LA FERME GABET

Les Paulis

☎ 05 61 64 55 14

Ouvert tous les jours. Balade à la ferme en été. Livraison possible.

La ferme est située dans le petit hameau appelé les Paulis, au pied du sentier qui mène à la chapelle d'Alzan. Ici on « fait venir » les canards qui gambadent dans les prés et sont nourris au grain. Le gavage, tant décrié par nos amis américains, se fait de manière traditionnelle, au maïs blanc. C'est vous dire la qualité des foies produits ici, et tant pis pour les Américains ! Les conserves sont faites également sur place. Mais il n'y a pas que les canards qui sont à la fête à la ferme, il y a aussi les abeilles et vous pourrez acheter un délicieux miel de montagne. Tout se visite, on peut goûter, déguster, se détendre avec des gens chaleureux et qui défendent un certain savoir-faire et une tradition que nous nous devons de préserver.

Les Cabannes

Le couvert



LA MAISON LACUBE

« A LA MONTANHA »

3, place des Cabannes ☎ 05 34 09 09 09

www.lamaisonlacube.com

bonjour@lamaisonlacube.com



Ouvert toute l'année. Du mercredi au lundi de 12h à 14h et de 19h30 à 21h. Réservation recommandée. Menus de 20 € à 32 €. Carte : 25 € environ. Menu enfant : 7,50 €. Carte en braille. Jardin. Terrasse. Boutique.

Une agréable auberge restaurant avec sa boutique de produits régionaux, attenante qu'on ne peut pas manquer : Valentine, la vache à la mécanique ajourée – une œuvre d'artiste – trône à l'entrée. Une introduction moderne et humoristique à la pédagogie défendue par La Maison Lacube, car pour les restaurateurs « l'Art est dans le pré » ! Elle consacre une partie de son espace aux expositions d'artistes des montagnes du monde. « A la Montanha » se veut être une écomaison de l'éleveur : les produits cuisinés sont frais et proviennent directement de la ferme de Verdun (viandes de montagne, canards gras) et des producteurs locaux de l'Ariège et des Pyrénées. Le produit d'honneur est le bœuf gascon, mené en pâturage sur le plateau de Beille. On s'installe dans la jolie salle à manger au décor soigné, la « cabane » ou « côté jardin » pour goûter aussi au foie gras et aux confits issus de la ferme, à la charcuterie de Galavard du Terrefort, la truite sauvage de l'Aston, la tomme des Pyrénées... et la croustade de pomme. Que l'on soit *gourmandel*, *estafignous* ou *galutre*, chacun trouvera nourriture à sa mesure, accompagnée d'un rosé gascon ! Car à l'origine, la maison Lacube était une cave à vins.

Le gîte

■ GITES ET CHALET DU QUIE

Place des Platanes ☎ 06 88 30 72 70

www.giteduquie.com

gitesetchaletsduquie@orange.fr

Ouvert toute l'année. Studio / appartement de 285 € à 950 € la semaine. Chèque Vacances.

Situés dans le village, ce sont les dernières habitations avant l'immense plateau de Beille où règnent en maîtres les grands espaces pyrénéens et le plus grand domaine de ski nordique. A vingt minutes du plateau de Beille,

accès direct à la plage
 bar
 blanchisserie
 climatisation
 discothèque
 distributeur d'argent
 eau potable
 équitation

espace fumeurs
 établissement non-fumeurs
 fitness
 golf miniature
 handicap malentendant
 handicap malvoyant
 handicap mental
 handicap moteur

jardin ou parc
 jeux
 lave-linge / laverie
 location de vélos
 magasin d'alimentation
 navette aéroport
 pêche
 piscine intérieure

Laurent Boquet organise aussi des randonnées, des balades historiques sur le catharisme avec circuit et guide sur la journée. Ce domaine propose un hébergement dans les 7 gîtes et chalets qui constituent un petit complexe d'habitat au sein d'un espace naturel. Ces habitations s'appellent « Le Parsou », « La Taichounière », « L'escabot », « L'Assaladou », « Le Bousigas » ou « Le Regatcho » autant de mots authentiquement patois qui parlent d'antan, avec, toutefois, toutes les commodités de la vie actuelle. Gîtes et chalets sont situés à quelques mètres de la boutique de la ferme du Quié ! Au cœur d'un environnement privilégié, été comme hiver, partez à la découverte des réserves naturelles que sont les Pyrénées Arigeoises depuis les chalets situés dans un verger calme et serein.

Gîtes

■ COMPLEXE DES OUSTALOUS

Nazebe ☎ 05 61 64 95 40

www.les-cabannes.com

Ouvert toute l'année. Gîtes de 60 € à 105 € la nuit en fonction de la taille du gîte et de la saison. Chèque Vacances. Ce complexe d'accueil est idéalement situé aux pieds des montagnes en plein cœur de la haute Ariège. Que vous logiez en chambre ou en gîte, vous bénéficierez d'un confort spacieux et moderne tout en respectant l'environnement et la nature aux paysages époustouflants. Été comme hiver, l'aventure est au rendez-vous : ski, chiens de traîneau, canyoning, cueillette de champignons, randonnées, pêches en altitude, balades ou tout simplement repos ! Vous savez, ne rien faire : être contemplatif et se ressourcer sans avoir besoin de toujours courir... Si c'est ce que vous cherchez, alors c'est ici qu'il faut aller. Quatre campings et un complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur www.vacance-ariège-pyrenees.com ou à la centrale de réservation au 05 61 60 09 09.

Emplettes

■ LA FERME DU QUIÉ

3, place des Platanes

☎ 05 61 64 91 36

www.lafermeduquie.com

Basse saison : ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h et de 16h à 19h. Haute saison : tous les jours de 10h à 12h ; du lundi au samedi de 15h30 à 19h.

Nous sommes ici chez un éleveur de vaches gasconnes, l'été en transhumance et l'hiver dans la grange. Perpétuant l'histoire traditionnelle du pastoralisme dans les Pyrénées et élevant son troupeau dans un espace naturel c'est la meilleure garantie d'une viande de qualité bien évidemment savoureuse et délicatement parfumée au bon air et à l'herbe verte et grasse. Viande rouge et viande de veau rosé (veau élevé sous la mère en montagne). La démarche est celle du producteur au consommateur. Dans cette boutique, vous découvrirez les différents produits de la ferme du Quié, une gamme de produits préparés à partir de ses canards gras tels les foies gras, les confits, les cassoulets, diverses terrines et rillettes. Des amis producteurs et artisans sont également présents à travers leurs produits sélectionnés pour leur

qualité de production (des fromages, des charcuteries, des miels variés, des confitures, des confiseries et des biscuits, mais aussi des vins du pays ou des apéritifs pour régaler les petits comme les grands). Et pour offrir, de nombreuses idées cadeau vous attendent.

■ Dans les environs

Aston

■ VILLAGE DE CHALETS-CAMPING

Le Pas de l'Ours ☎ 05 61 64 90 33

www.lepasdelours.fr

contact@lepasdelours.fr



Ouvert toute l'année. Bungalow de 280 € à 572 € la semaine. Basse saison : bungalow de 70 € à 85 €. Emplacement + véhicule : 7 € à 9 €. Chèque Vacances. Wifi. Location de draps. Animations. Club des oursins (enfants de 6 à 12 ans).

Le Pas de l'Ours se trouve au cœur du petit village montagnard d'Aston, à 600 mètres d'altitude. Au pied de la station du plateau de Beille, ce centre d'hébergement mixte et de qualité est tenu par Hervé et Catherine Baumesnil. Le village de vacances compte un parc de dix-sept chalets grand confort pour six personnes et de onze bungalows pour quatre personnes. Les trente emplacements du camping 3 étoiles, équipés de deux blocs sanitaires, sont installés en bordure du torrent. De nombreuses activités de plein air, VTT et kayak, sorties en montagne tout public, sont encadrées par des moniteurs diplômés. Des équipements sportifs : tennis, volley, jeux pour enfants, aire de pique-nique, piscine sont à disposition, sans oublier la proximité du plateau de Beille.

Carla-Bayle

Points d'intérêt

■ MAISON PIERRE-BAYLE

☎ 05 61 69 99 90 / 05 61 68 53 53

www.carla-bayle.com

Ouvert toute l'année. Basse saison : du samedi au lundi et le mercredi de 14h à 18h. Haute saison : du mardi au dimanche de 10h30 à 12h30 et de 15h à 19h. Adulte : 2,50 €. Enfant (de 7 à 13 ans) : 1 €. Groupe (10 personnes) : 2 €. Visite guidée (sur réservation).

Le musée est aménagé dans la maison natale du philosophe. Cette demeure est restaurée dans la pure tradition architecturale de l'époque. Durant la visite de 45 minutes, on découvre la vie du philosophe considéré comme un précurseur de la tolérance entre les peuples. Celui-ci est né au Carla en 1647 et mort en exil à Rotterdam. Ecrivain et philosophe, il a un but : la découverte de la vérité. Pour ce faire, il s'attaque à tout ce qui est établi. Il soulève beaucoup de monde contre lui et nombre de ses ouvrages sont brûlés. Il devient célèbre grâce à son Dictionnaire historique et critique écrit en 1696.

C'est ce précurseur de toute la critique moderne que vous fait découvrir ce musée et, à travers lui, l'histoire du protestantisme en France aux XVII^e et XVIII^e siècles. La maison Bayle présente un parcours muséographique retraçant la vie et l'œuvre de Pierre Bayle. La maison Pierre-Bayle a été classée Maison des Illustres, label européen. Une « place du Sud » accueille une statue de Volti, « Le Taureau majestueux », hommage à l'Espagne si proche.

Le couvert



L'AUBERGE PIERRE-BAYLE
Rue Principale ☎ 05 61 60 63 95
www.aubergepierrebayle.com
auberge.pierrebayle@orange.fr

Fermé du 15 décembre au 15 janvier. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche le midi ; le mardi et du jeudi au samedi le soir. Haute saison : du mardi au dimanche. Réservation recommandée. Menus de 29 € à 48 €. Menu enfant : 10 €. 12,50 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter.

Tables gourmandes d'Ariège-Pyrénées. Cet établissement, tenu par Fanette et Fernand de Oliveira, est accroché sur la colline et offre une vue panoramique agréable sur le lac et les Pyrénées. Le chef se plaît à proposer un grand choix de produits régionaux talentueusement préparés. Ici, la cuisine est traditionnelle et créative. À déguster, selon votre envie du moment : déclinaison de foie gras confit et farci aux figues, suprême de pigeon au jus de canard corsé, ragoût de joue de bœuf et foie gras poêlé, fèves tonka. Laissez-vous tenter par le suprême de poulette de la ferme d'antan farcie au jambon de pays et au fromage de Bethmale. Les desserts sont multisaveurs et originaux comme le parfait à la bergamote confite sauce au chocolat caraïbe mentholé. Vous y retrouverez des plats préparés avec passion et générosité, qui allient plaisir des yeux et des papilles. Le plaisir n'est pas que dans l'assiette mais également sur les murs avec une exposition régulière de peintures et de photos.

Le gîte

■ **L'OUSTAL DEL CARLAT*****

☎ 05 34 01 52 68 – www.loustaldelcarlat.com



Ouvert toute l'année. De 375 € à 1 150 € la semaine selon saison. Tarifs selon saison et maisons. Réductions sur tarifs pour 2 ou 3 semaines. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (5 € par jour). Wifi payant. Service de ménage. Restauration (petit déjeuner continental 8 €). Lave-vaisselle.

Superbe résidence de tourisme au bord du magnifique lac du Carla-Bayle, le tout donnant sur un panorama à couper le souffle. Superbe, magnifique, grandiose... rien de tel pour passer d'agréables vacances entre nature et culture, collines et peintures, résidence de vacances et résidence d'artistes au sein de ce village réputé pour sa beauté et son bouillonnement artistique perpétuel. Maison en duplex ou triplex, baignades estivales, dans le lac, surveillées, cuisine équipée, télévision, piscine extérieure chauffée, pétanque, beach volley... Il ne manque plus que le wifi. Ah pardon, il y est aussi ! Le linge est fourni et les lits sont faits. Bref tout pour réussir de vraies vacances, originales, confortables, reposantes et distrayantes, loin du tumulte des plages bondées de la côte dans un environnement naturel sain et bien évidemment culturel.

Loisirs

■ **LAC DE CARLA-BAYLE**

☎ 05 61 68 53 53 – www.carla-bayle.com

Carla-Bayle, cité d'art, est un village attentif à son activité touristique. Afin de satisfaire pleinement les visiteurs et de diversifier les activités offertes, un lac de quinze hectares a été créé il y a quelques années au pied du village. De nombreuses activités nautiques sont donc maintenant possibles : baignade, surveillée en été, promenade en barque, mini-golf, jeux pour enfants, sentier de VTT et de randonnées pedestres... Vous pourrez également vous détendre en pêchant. Outre la truite dont regorgent ses eaux, diverses variétés de poissons sont présentes. Sur place, vous trouverez aussi un snack et une buvette.



© SEQUOIA VERTIGO



SEQUIOIA VERTIGO Peyre – Domaine de Peyres

☎ 05 61 68 51 51 / 06 70 67 38 84
www.sequoia-vertigo.com
mail@sequoia-vertigo.com

Ouvert toute l'année. Basse saison : de 13h30 à 18h30. Haute saison : de 10h à 19h. De 3 à 8 ans : 6 € à 14,50 € ; de 9 à 12 ans : 16,50 € ; de 13 à 16 ans : 17,50 € ; 16 ans et plus : 19,50 €. Options Vol extreme 3 €. Tyrolienne 2 €. CB non acceptée. Chèque Vacances.

Sur le domaine de l'ancien château de Peyres, il est un lieu qui peut vous procurer quelques frissons. De 40 cm à 30 m au-dessus du sol, promenez-vous dans les arbres, avec vue panoramique sur les Pyrénées, grâce à des cordes, des câbles, des passerelles et autres ponts népalais. Tyrolienne et liane géante, escalarbre, vous ne craignez rien car un câble de sécurité continu, le câble de vie, vous assure contre tout risque de chute et vous serez encadrés par de véritables professionnels. Voilà une activité ludique, sportive et aventureuse qui vous sortira des sentiers ordinaires. Sur dix hectares, treize parcours sont proposés pour les enfants et les adultes. Une aire de jeux et de pique-nique rendent ce site encore plus attrayant, par des jeux de pistes où les mystères de la nature n'auront plus aucun secret pour vous. Parc aventures, parcours acrobatiques dans les arbres et sentiers pédagogiques pour toute la famille. Il y en a pour tous : 14 parcours et les 141 jeux. Un site vraiment exceptionnel et unique en Midi Pyrénées.

Castillon-en-Couserans

Ce nom fait songer au château féodal qui se dressait sur un monticule dominant la ville. De ce monument qui fut pendant de longues années la résidence des comtes de Comminges, il ne reste que la chapelle datant du XII^e siècle et fortifiée au XV^e. Elle abrite des peintures romanes aux thèmes iconographiques rares. Comme beaucoup de ses frères, le château fut rasé sur les ordres de Richelieu. Dans l'église du village de construction plus récente, on peut admirer deux bois polychromes du XVI^e siècle, un Christ aux mains liées et une piété inspirée de celle d'Audressein.

Points d'intérêt

■ CHAPELLE SAINT-PIERRE

☎ 05 61 96 72 64
www.ot-castillon-en-couserans.fr
otcastil@club-internet.fr

Extérieur visite libre toute l'année, visites commentées en été. Réservation indispensable auprès de l'office de tourisme. Groupes toute l'année sur rendez-vous.

Si l'on en croit l'étymologie, c'est du nom de son château (*Castellum, Castrum*) que Castillon, village étagé en terrasses avec ses vieilles maisons à échoppes, ses rues piétonnes bordées de murets de pierre sèche, tire son nom. Point d'implantation d'un château fort et de ses remparts, rasé au XVII^e sur ordre royal ne subsistent aujourd'hui que la chapelle castrale (fin XI^e début XII^e, fortifiée au XV^e siècle) classée Monument Historique et quelques pans

du mur d'enceinte. Intérieur : peintures murales du XIII^e à l'iconographie rare (arbres de vie de la Genèse, sirènes bifides...), trous acoustiques et fresque gothique du Pendu Dépendu attestant du Piémont pyrénéen comme voie de pèlerinage vers Saint-Jacques-de-Compostelle.

■ ECOMUSEE LA GRANGE DU BAMALOU Le Pré Commun

☎ 05 61 04 45 35

lagrangedebamalou@groupe3a.fr

Ouvert toute l'année. Basse saison : le mercredi de 14h30 à 18h ; du jeudi au dimanche de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h. Gratuit. Visite guidée gratuite (avec fabrication), les mardis et vendredis matin à 10h en juillet/août ou, sur réservation, pour des groupes de 10 personnes minimum, 2€ par personne. Visite guidée (fabrication toute l'année sur réservation à partir de 10 personnes, tarif : 2 € / personne). Boutique. Animations.

Cet écomusée vous permet de comprendre et de voir les différentes étapes de la fabrication du fromage, avec des ustensiles de l'époque. Une exposition de photos et d'outils vous transportera au siècle dernier. Vous découvrirez également les travaux des champs ainsi que les costumes du XIX^e siècle qui font l'originalité de la vallée de Bethmale. Vous participerez à la fabrication à l'ancienne du fromage Bamalou dans son chaudron de cuivre, un véritable savoir-faire ariégeois qui reste fabriqué selon la méthode traditionnelle sur la commune de Bethmale. Un film vidéo vous montrera le travail de nos maîtres affineurs. La visite se terminera dans la boutique gourmande où vous retrouverez ces délicieux fromages ainsi qu'un choix de produits locaux.

Le couvert

■ LA MAISON DU VALIER Ayer – Les Bordes-sur-Lez

☎ 05 61 01 01 01

www.maison-valier.fr

contact@maison-valier.fr

Fermé du 12 novembre au 21 décembre. Ouvert tous les jours. Entrées de 7 € à 9 €. Plats de 12 € à 14 €. Desserts : 5,50 €. Carte : 25 € environ.

Ce gîte-auberge est un morceau de paradis dans cet éden pyrénéen. Vous êtes à 933 mètres d'altitude, dans un écrin de montagne et de verdure au cœur du parc naturel régional. Le bâtiment a été harmonieusement conçu pour se fondre dans le paysage montagnard, tout en bois et pierres. Accueil 100 % chaleureux par Annie et Bernard. Cette chaleur, vous la retrouverez également dans l'ambiance cosy de leurs chambres et dans l'amour que met Bernard pour partager et concocter des plats à base de produits régionaux et artisanaux que vous dégusterez dans la grande salle de restauration avec vue sur la rivière. Foie gras, canard au jus de truffe ou farci au foie gras, joue de bœuf, tournedos de porc noir aux cèpes... Que du bon, on vous l'avait dit ! Vous serez au bout du monde, au pied de ce Valier si imposant, dans un paysage époustoufflant et naturel, mais, rassurez-vous, avec tout le confort moderne. C'est beau, c'est bien, c'est bon : c'est donc une adresse mégaflatée !

■ Dans les environs

Aadressein

Ce petit village campe à l'entrée de la vallée de la Bellongue, une des plus belles de l'Ariège. Adressessein est aussi appelé en patois Tremesaygues, à cause de sa position au confluent du Lez et de la Bouigane.

Il mérite une visite surtout pour son église du XIII^e siècle qui possède quelques richesses. On peut notamment admirer dans cette église une très ancienne statue en bois de la Vierge, en forme de piéta, objet d'une grande vénération au Moyen Age. A voir également : un christ en croix datant du XIV^e siècle.

Mais la grande originalité de cet édifice est constituée par les nombreuses fresques qui décorent le porche central, dont celle de saint Jacques. Ces peintures furent probablement exécutées au XV^e siècle. Il faut signaler en outre que ces fresques présentent un très grand intérêt archéologique et esthétique et qu'elles ont été restaurées récemment.

■ CHAPELLE DE TRAMESSAYGUES

☎ 05 61 96 72 64

www.castillon-en-couserans.com

Haute saison : ouvert tous les jours. Visites commentées en été. Réservation indispensable à l'Office de tourisme. Groupes : toute l'année.

Cette magnifique église est classée Monument Historique et inscrite au patrimoine de l'Unesco. Les derniers travaux de restauration de la toiture ont permis d'affirmer la préexistence de l'église romane primitive à l'intérieur de l'ensemble architectural de l'époque gothique. L'existence du sanctuaire remonte donc au début du 2^e millénaire et il est doté d'un portail d'enceinte daté du XIII^e siècle.

■ L'AUBERGE D'ADRESSEIN

☎ 05 61 96 11 80

lauberge.adressessein@orange.fr

Haute saison : ouvert du mercredi au lundi le soir ; le dimanche, le lundi et du mercredi au vendredi le midi. Menus de 15 € à 28 € (menu basque 29,50 €). Menu enfant : 6,90 € (entrée + plat ou plat + dessert ; menu complet : 9 €). Formule du midi : 12,70 € (entrée + plat ou plat + dessert, quart de vin et café compris). Accueil des groupes. Terrasse.

Au pied de la vallée de la Bellongue où fut tourné *Le Retour de Martin Guerre* avec Gérard Depardieu, s'opère un changement radical de cap pour L'Auberge d'Adressessein depuis novembre 2013. Christophe et Aurore Suhy sont désormais à la barre de cet établissement qui a connu des heures de gloire. Aurore est en salle, tout sourire et accueillante. Christophe est basque, un vrai, de Bayonne et il connaît bien l'Ariège pour y avoir travaillé sa charcuterie et joué avec un ballon que nous préférons ovale. Sa cuisine est racée au piment d'Espelette, pleine de parfums et de saveurs pyrénéennes. Les assiettes sont copieuses et consistantes. Christophe fait son marché tous les samedis à Saint-Girons et travaille avec des fromagers et des éleveurs du pays. Il nous propose des plats d'ici, des plats de chez lui, même si maintenant chez lui c'est ici ; des plats de ces Pyrénées que Basques,

Catalans, Béarnais et Ariégeois partagent. La grande salle est joliment décorée avec ses chaises vertes et confortables. Sur les tables des nappes et serviettes en vrai tissu. Au fond de la pièce trône un joli petit bar en bois sculpté. Dans la cheminée d'angle crépite un feu de bois. Une agréable terrasse-véranda avec moquette rouge un tantinet rétro présente une belle vue sur le torrent. Nous jouissons ici d'une ambiance d'auberge familiale qui rappelle les pensions de famille d'antan. On s'occupe de vous avec attention et talent. Bon vent, capitaine : *izan ontsa!*

Balaguères

■ MAISON DE LA MÉMOIRE PAYSANNE

☎ 05 61 96 84 11

Saint-Girons, direction Castillon. Après Engomer, tourner à droite direction Alas, Agert et enfin à 5 km Balagué. La maison paysanne est dans le village à droite en face d'un abreuvoir de 11 m.

Ouvert toute l'année. De 15h30 à 19h. Gratuit.

Daniel Solakian, chercheur au CNRS, a installé dans une bâtisse dont les fondations remontent au XVI^e siècle, cette maison de la mémoire paysanne. Le maître des lieux vous propose une visite guidée gratuite toute l'année de cet espace qui a pour ambition de reconstituer le cadre de vie des Couserannais entre 1700 et 1900 ainsi que leurs outils. Plusieurs années de recherches ont été nécessaires à ce chercheur passionné pour dénicher environ un millier d'objets et d'outils qui témoignent du savoir-faire des habitants du Couserans et qui apportent un éclairage original sur leur quotidien d'alors. Il enrichit sa collection régulièrement en parcourant les brocantes, les vide greniers et... en entretenant de cordiales relations avec les Couserannais. La verve, les connaissances et la gentillesse du créateur-propriétaire de cette maison pas comme les autres, agrémentent parfaitement la visite. Osez sortir des grands axes touristiques pour découvrir cet endroit où le travail et les recherches de Daniel ont permis de sauvegarder des pans entiers de notre passé. Daniel Solakian mérite un grand coup de chapeau et... une visite que vous n'oublierez pas de si tôt.

Bethmale

Cette vallée est formée par de nombreux hameaux disséminés dans la pittoresque vallée du même nom : Ayet, Samortein, Arrien, Villargein, Aret, Tournac. C'est probablement la plus connue de toutes les vallées ariégeoises, d'abord en raison de la beauté de ses sites mais surtout pour le costume traditionnel de ses habitants. Les hommes portent chapeau à larges bords, veste et culotte courte, guêtres serrées aux genoux, sabots à pointe longue et recourbée et un long et solide bâton tandis que les femmes arborent une cornette en lin, une veste, une jupe plissée et un foulard pour couvrir les épaules. La vallée de Bethmale comprend sept petits lacs : Auraouet, Cruzous, Milouga, Eychelle, Barlonguère, Ayet et Bethmale, le plus célèbre de tous.

Foix

Les premières traces de présence humaine dans cette ville remonteraient à la préhistoire, et plus particulièrement dans les grottes du roc de Foix. Bien des siècles plus tard, c'est autour de l'abbaye Saint-Volusien connue en 849 et du château élevé en l'an mille que la cité s'est développée, mêlant intimement son histoire à celle de cette orgueilleuse et majestueuse sentinelle qui domine la ville depuis près d'un millénaire. Le premier seigneur à porter le titre de comte de Foix fut Bernard Roger, fils de Roger le Vieux, comte de Carcassonne. Mais c'est au XIV^e siècle que le destin de la ville fut marqué par un Gaston Phoebus, dont la chevelure blonde ou le soleil, son emblème, lui valut le surnom de Fébus en occitan. Il faut savoir que la bonne orthographe du nom de ce souverain est Gaston Phoebus en français et Gastou Febus en occitan.

■ OFFICE DE TOURISME DE FOIX-VARILHES

29, rue Delcassé

☎ 05 61 65 12 12

www.tourisme-foix-varilhes.fr

foix.tourisme@wanadoo.fr

Basse saison : ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h ; le dimanche et les jours fériés de 9h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : du lundi au samedi de 10h à 19h ; les jours fériés de 10h à 12h30 et de 14h à 18h. Ouvert le dimanche (pâques Pentecôte).

► **Autre adresse :** 3 avenue Louis Siret – VARILHES
☎ 05 61 60 55 54.



MÉLANIE SAVÈS

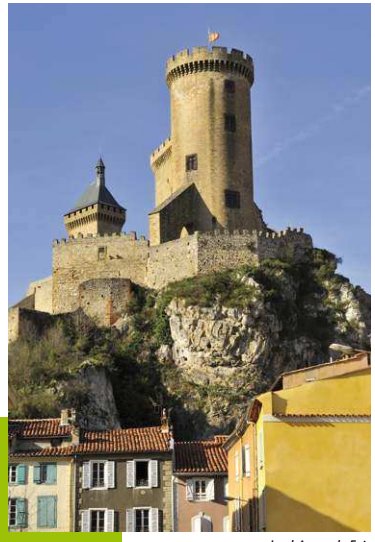
☎ 06 85 42 17 88

www.passerelle-culture.com

pass.culture@yahoo.fr

Haute saison : ouverte le mardi et le jeudi à partir de 21h30. Gratuit jusqu'à 5 ans. Adulte : 6 €. CB non acceptée. Visite guidée.

Il était une fois... Que vous soyez touriste ou fuxéen, vous pouvez visiter Foix de deux manières. Par vous-même, en flânant, un livre à la main. C'est certes instructif mais souvent peu passionnant. Laissez-vous guider par... un guide ! Et quel guide ! Hérodite, captivante, sympathique, charmante et ariégeoise d'adoption bien que commingeoise... Mélanie Savès vous fera découvrir les moindres recoins de notre belle ville en vous confiant récits historiques, secrets et anecdotes croustillantes, comme les religieuses du couvent des Salenques qui recevaient des visiteurs nocturnes, mais, chut ! On n'en dira pas plus n'ayant pas ses talents de conteuse. À ne pas manquer, la visite aux flambeaux de la ville de Foix, mais il faut impérativement réserver tant ces visites ont du succès ! Mélanie propose également les visites en énigme les mardis à 10h30 (gratuite pour les moins de 7 ans) et les visites dégustation les mardis à 14h. Quand visiter rime avec savourer, découverte du patrimoine et des saveurs locales... Notre historienne-conteuse peut également vous faire voyager dans le Moyen Âge et l'art roman, sur la route des Corniches ou partir avec vous à la découverte de Tarascon-sur-Ariège.



© YVONNE FOTOLIA

Le château de Foix

Points d'intérêt

■ CHÂTEAU DE FOIX

Rue du Rocher ☎ 05 34 09 83 83

Voir page 13.

■ CONSEIL GENERAL DE L'ARIEGE

5, rue du Cap de la Ville

☎ 05 61 02 09 09 – www.cg09.fr

Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi.

Le Conseil Général de l'Ariège travaille, bien sur, à répondre aux besoins des habitants du département, mais il est également un élément indispensable à destination des touristes et à l'aménagement de l'accueil de ces derniers. Il propose le catalogue des productions du terroir local : tout ce qui est récolté, élevé et transformé en Ariège. Il gère aussi l'actualité des manifestations culturelles, les bibliothèques, l'actualité du patrimoine du département et surtout du SESTA (le Service d'Exploitation des Sites Touristiques de l'Ariège). Acteur discret de notre quotidien, le Conseil Général agit pour le bien de tous et dans tous les domaines.

■ EGLISE SAINT-VOLUSIEN ET SA PLACE

Eglise classée Monument historique en 1964, d'importants travaux ont été entrepris depuis pour supprimer les peintures et les crépis et pour refaire le dallage ce qui a permis de retrouver la crypte de l'église primitive et de suivre sur les murs les divers remaniements. Saint Volusien, évêque de Tours, exilé par les Wisigoths dans la vallée de l'Ariège (495) est devenu le saint patron de Foix. Fondée au IX^e siècle, l'abbaye Saint-Volusien de Foix acquiert un très vaste domaine le long de la vallée de l'Ariège jusqu'aux portes d'Ax. Détruite en 1580, au moment des guerres de Religion, une église gothique est édifiée au XVII^e siècle sur les vestiges de la première église romane.

De l'époque médiévale, l'abbatiale garde sa crypte, la base du mur sud de la nef et un beau portail du XII^e siècle. À l'intérieur, les belles stalles du XVII^e siècle proviennent de la basilique Saint Sernin de Toulouse. La place Saint Volusien est très tôt le centre actif de la vie fuxéenne. Sa vocation marchande reste intacte du Moyen Age jusqu'à aujourd'hui.

Le couvert

■ **LES 4 SAISONS**
11, rue de Lafaurie
 ☎ 05 61 02 71 58



Ouvert du lundi au vendredi le midi ; du lundi au samedi le soir. Menus de 16,40 € à 19,80 € (entrecôte grillée frite 13,40 €). Menu enfant : 8,10 €. Plat du jour : 8,50 € (pierrade du jour 10,20 €). Galette du jour 8,30 €).
 Chèque Restaurant. Terrasse.

Agréable restaurant dans le centre-ville de Foix. L'établissement propose des crêpes et galettes mais surtout des pierrades ! Vous connaissez sûrement le concept : on pose sur la table une pierre, rectangulaire, qui a été préalablement chauffée et sur laquelle on pose des aliments prédécoupés (viandes, poissons...) et finement émincés. La cuisson est donc personnalisée et, surtout, sans aucune matière grasse. Les pierrades sont accompagnées de quatre délicieuses sauces, aioli, tartare, poivre vert et bleu, pour accompagner vos morceaux de viande, ou de poisson. Vous dégusterez la pierrade des prés, au bœuf et veau, la pierrade de la mer, poisson, gambas et coquillages, et la pierrade de volaille, au canard et au poulet. Les enfants dégusteront une pierrade à l'émincé de volaille et de bœuf. Deux salles au rez-de-chaussée et une salle à l'étage pour vous accueillir. L'escalier est un peu raide et on admire les va-et-vient des serveuses. L'accueil est vraiment sympa. La carte des vins propose des vins régionaux et bio à des prix très corrects. Si vous préférez des galettes de sarrasin, vous découvrirez quelques originalités telles la galette au jambon de serrano ou celle au saumon et poireaux. Une bonne adresse au cœur de la cité comtale pour manger sans matière grasse et crapahuter jusqu'au château.

■ **AUBERGE LES MYRTILLES**
Col des Marrous
 Le Bosc

☎ 05 61 65 16 46
www.aubergelesmyrtilles.fr
contact@aubergelesmyrtilles.fr

Ouvert du mardi au samedi le midi. Sur réservation le soir en semaine (hors saison estivale). Menu unique à 25 € (menu du terroir). Tarifs : chambre de 69 € à 82 € pour 2 personnes en haute saison. Gîte : 550 € la semaine en haute saison. Terrasse.

Toujours le même coup de cœur pour ce chalet montagnard tenu par Grégoire et Caroline Monnot. Doté de 8 chambres tout confort et d'un gîte perdu au milieu des sapins en haut du Col des Marrous. Cette auberge forestière, à 1000 mètres d'altitude, peut s'enorgueillir de son superbe panorama sur les Pyrénées. La salle du restaurant offre un nappage beige, des bougies,

la chaleur du bois blond pour une tonalité majeure de raffinement. La cuisine navigue entre les spécialités ariégeoises et savoyardes : cassoulet, confit, azzinat, tartiflettes, fondues, croustades, tarte aux myrtilles... Toute l'année, comble de la détente, les résidents peuvent bénéficier de l'accès à la piscine couverte chauffée avec sauna et bain bouillonnant. La décoration intérieure mêle modernité et antiquités aux boiseries de l'Auberge. La décoration des quatre chambres est dans le style « grand mère » avec gros édretons, lambris... Entre le goût des myrtilles et le parfum des résineux, ce repaire de charme offre une délicieuse pause champêtre.



■ **BAR AUBERGE MIRANDA**
36, rue Labistouir

☎ 05 61 65 07 40

ph-montie.foix@orange.fr

Ouvert toute l'année. Fermé le soir sauf si commande repas. Du lundi au samedi le midi à partir de 7h30 et à partir de 19h30. Menu unique à 17 € (samedi, dimanche, jours fériés et soir). Formule du midi : 14 € (en semaine). Vin au verre. Plat du jour : 8,20 € en semaine ; 9,20 € le samedi, dimanche, jours fériés et soir. Plateau de hors d'œuvre : 7,60 € en semaine (7,80 € le week-end). Terrasse.

Vous aimez les brasseries ? Vous savez, ces lieux propices aux échanges. Vous allez aimer voyager dans le temps chez Philippe Montié. D'abord la maison : bâtisse du XVII^e siècle avec ses colombages rachetée par le grand-père du propriétaire actuel qui en fit une pension de famille, d'où le nom d'Auberge. Ses parents reprennent le flambeau en 1971. Nous sommes au cœur d'une affaire de famille. Philippe travaille avec son épouse et bénéficie en cuisine de l'aide de sa maman. Les plafonds de bois dominant un comptoir massif reposant sur de véritables fûts ; aux murs d'anciennes photos et des peintures représentant les blasons des cités ariégeoises, cartes, dominos... Vous pourrez vous désaltérer en salle ou sur l'une des 2 terrasses et découvrir une cuisine de terroir simple et authentique : des salades composées, des potages, sans oublier la traditionnelle mounjetade (le cassoulet ariégeois). En été, les terrasses sont très prisées compte tenu de leur situation en centre-ville dans la zone piétonnière. Nous vous invitons à découvrir la carte des bières belges. Parlez-en avec Philippe, il connaît bien son sujet. Mais, au fait, qui était donc Miranda ? C'était le grand-père fondateur. Une adresse incontournable à Foix pour qui aime l'authenticité et les parfums d'antan.

■ **CAFE DU COMMERCE**
9, place Saint-Volusien

☎ 05 61 65 02 56

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi. Brasserie à midi. Menus de 12 € à 15,50 € (plat + dessert + café). Plat du jour : 8,50 €. Vin au verre. Croque-monsieur : 5 €. Terrasse. Animations.

Ce bar à vin, dirigé par Marie-Pierre et Romain, est situé dans la vieille ville à l'angle de la rue donnant sur la célèbre place fuxéenne Saint Volusien en face de la cathédrale. La façade, verte, faite de bois, à l'ancienne, rappelle les bars de villages ou de quartiers. C'est un lieu convivial et festif au cœur de la cité et du marché hebdomadaire. Endroit idéal en été grâce à la terrasse ombragée ou pour les soirées branchées du week-end,

les soirées à thème (Saint-Patrick et fête de la Musique, par exemple) ou les rencontres entre amis en semaine. C'est ici qu'on trouve le meilleur café de la ville. À partir du jeudi, c'est soirée tapas. Tous les plats sont maison, préparés par Didier : viandes, charcuteries ariégeoises et, bien sûr, produits du terroir. Très bonne adresse futée.



LA CANTINE « CUISINE D'HIER ET D'AUJOURD'HUI »

19, rue des Marchands

☎ 05 61 03 65 11

lacantine-cha-foix.fr

lacantine-cha-foix@sfr.fr

Ouvert toute l'année. Le vendredi de 19h30 à 21h30. Basse saison : du lundi au vendredi le midi de 12h à 14h30. Haute saison : du lundi au samedi le midi de 12h à 14h30. Menus de 12 € à 15 €. Carte : 20 € environ. Menu enfant : 8 €. Plat du jour : 9 € (entrée du jour : 6 €. Quiche du jour : 9,85 €). Terrasse. Vente à emporter. « Je préfère manger à la cantine, avec les copains et les copines. » La cantine de la chanson de Carlos n'a rien à voir avec celle, découverte dans un recoin de la rue des Marchands, dans le centre historique. Ambiance salle de classe, déco des années 1960 à 1970, musique d'époque et équipe de charme. La salle est minuscule mais peut accueillir une vingtaine de couverts. En été, agréable terrasse sur la rue mais comme le restaurant est en retrait il n'y a aucune nuisance. Laetitia, la responsable de tous ces délices, propose une cuisine d'hier et d'aujourd'hui. Des choses simples (l'os à moelle gratinée), originales (l'omelette à la saucisse de foie) ou carrément oubliées (la cervelle d'agneau comme à la maison). On dégustera également quelques classiques tels un croque-monsieur ou un magret de canard mais aussi un appétissant burger maison. Le menu du jour change tous les jours. Les desserts allient également charmes d'antan et produits modernes, le millas de JoJo ou le riz au lait d'Honorine, la grand-mère de Laetitia. L'accueil de Séverine est agréable et tout sourire.

LE CHAT BOTTÉ

25, rue Lafaurie

☎ 05 61 02 93 55 / 06 49 68 73 24

http://le-chat-botte.overblog.com

Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h (dernier service à 15h). Haute saison : du dimanche au vendredi de 9h à 17h (dernier service à 15h). Service continu. Menus de 15 € à 26 €. Formule du midi : 13 € (entrée+plat ou plat+dessert). Chèque Restaurant. Terrasse.

C'est une maison bleue... Impossible de manquer cet établissement de la rue la Faurie, au centre de Foix, et sa façade bleutée aux rideaux papillon. La salle est lumineuse, le parquet et les tables en bois. Marie Laurence Dupont (pâtisnière de formation) propose des compositions originales, telles le hamburger de Gaston Phœbus et son foie gras poêlé, le camembert roti au four et ses charcuteries ariégeoises, ou le carpaccio de bœuf survi à volonté ! Bien sûr, ne pas passer à côté de la souris d'agneau laqué, le chat l'a attrapée et en a fait un véritable délice. Le restaurant est également un salon de thé en journée, endroit idéal pour un goûter gourmand, un brunch ou un petit déjeuner.

LE GAYA

24, rue des Chapeliers

☎ 05 61 66 47 90

Ouvert du mardi au dimanche à partir de 12h et à partir de 19h. Menus de 9 € à 11 €. Menu enfant : 10 € (-12 ans). Galettes et crêpes : de 2 € à 12,50 €. Entrées et salades : de 4,50 € à 14 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Terrasse. Climatisation.

Le Gaya est un tout petit restaurant du centre historique de Foix au décor tout en vert et mauve. Autrefois tenu par un Anglais, l'établissement a changé de propriétaire. Depuis novembre 2013, Sophie et Teddy ont quitté leur Vendée natale pour vous proposer une cuisine jeune, fraîche et tout en saveur. Leurs spécialités sont quand même les crêpes et les galettes au sarrasin, mais nos jeunes Vendéens se démarquent des traditionnelles crêperies bretonnes aux bolées de cidre et autres Nolwenn Leroy. La galette ariégeoise est un délice, au jambon de pays et fromage fondu d'Ariège. Les assiettes sont copieuses et l'ensemble est de qualité. Adorable idée : dessert offert le jour de votre anniversaire. À noter un atout indéniable, c'est ouvert le dimanche soir ! Très bonne initiative pour se régaler dans une ambiance décontractée avant d'entamer la semaine. Bon vent à cette nouvelle adresse fuxéenne.

LE JEU DE L'OIE

17, rue Lafaurie

☎ 05 61 02 69 39

Basse saison : ouvert du mardi au samedi. Haute saison : du lundi au samedi. Menus de 16,50 € à 26 €. Menu enfant : 6,10 €. Plat du jour : 8 € (menu du jour : 12 €). Formule entrée+plat+ verre de vin ou café : 10 €.

A deux minutes du château, ce restaurant disposant de deux salles et d'une terrasse en été, conjugue à merveille restauration de qualité et prix très abordables. La salle du 1^{er} étage refaite avec beaucoup de goût, est des plus cosy. Le jeu de l'oie est tenu par la charmante Estelle, parfaite en salle et Benoit, bien connu des fuxéens, qui excelle en cuisine. Outre les grands classiques que sont l'entrecôte, l'onglet, le magret de canard, le cassoulet, tous viennent de producteurs locaux. A déguster, la tatin de légumes et sa tapenade et les piquillos farcis. Le poisson y tient une belle place, rouget, dos de cabillaud bisque de langoustine... à découvrir. En dehors de la liste alléchante des desserts tous faits maison, chesecake au citron, tarte tatin et fondant au chocolat, sachez que Benoit a une formation de pâtissier. L'ambiance y est simple et conviviale et la carte change tous les 3 mois : pas étonnant qu'il soit prudent de réserver ! Une adresse à découvrir !



KOHINOOR

7, rue des Marchands

☎ 05 61 65 55 14

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi de 12h à 14h30 et de 19h à 22h30 ; le dimanche de 19h à 22h30. Menus de 15,50 € à 27 € (menu végétarien 22 €). Plat du jour : 8,50 €. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter. Amateurs de La Panthère rose, connaissez-vous le Koh-i-Nor ? Dis donc, petit renard, de quoi nous parles-tu ? J'explique : la Panthère rose est un diamant et le Koh-i-Nor aussi ! Ce célèbre diamant est actuellement serti sur la couronne de Sa Majesté britannique. Oh my God ! A Foix, nous aussi, oh macarrel, nous avons notre diamant, notre Kohinoor.

Véritable restaurant indien et pakistanais situé dans la rue des Marchands, sa salle est toute en longueur : tables noires, murs mauves et serviettes rouges. Ça sent bon les épices et les parfums suaves qui nous rappellent l'Inde. Dans l'assiette, le nez, les papilles et les yeux sont sollicités. C'est beau et c'est bon, très bon même, suffisamment épicé mais pas trop, juste ce qu'il faut. Les crevettes pakora sont d'un rouge édatant et le poulet shahi korma d'une douce saveur. Nous avons conclu ce voyage indien par une glace kolfi faite maison, bien entendu. L'accueil est agréable et forcément à la hauteur de l'ensemble. Un véritable joyau futé !



L'ATLAS 14, place Pyrène

☎ 05 61 65 04 04

Ouvert toute l'année. Du lundi au vendredi le midi ; tous les jours le soir. Menus de 13 € à 26 €. Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 9 €. Plat du jour 7,50 €. Accueil des groupes. Terrasse. Animations.

Cela fait plusieurs années que nous avons eu un véritable coup de foudre pour ce restaurant marocain au nom si montagnou. Forcément, l'Atlas qui rencontre les Pyrénées, sur la place Pyrène, le Renard Ariégeois ne pouvait passer à côté ! Que les fans se rassurent, c'est toujours aussi bien, peut-être mieux d'ailleurs. Le couscous royal est toujours aussi savoureux et copieux et le sourire et le franc accueil d'Atika, la maîtresse des lieux, toujours bien présents, ainsi que sa bonne humeur toujours communicative. La salle est vaste et lumineuse, mais intimiste le soir, au décor bordeaux chatoyant, sans surcharge et pierres apparentes ; dès les beaux jours une terrasse protégée de la rue. La vaisselle est superbe, typique. Les pâtisseries sont maison et ont été accompagnées du glouglou d'un thé à la menthe. Tout est savoureux et les épices sont dosés avec justesse. A noter, couscous merguez et légumes dans le menu enfant. Pour les végétariens, couscous et tajine aux légumes et, sur commande, pastilla de poulet. Des soirées à Thèmes vous sont proposé occasionnellement pour vous plonger dans une atmosphère typique orientale avec danseuse et danseur. Voilà une adresse que nous plébisciterons longtemps !

LE MEDIEVAL 42, rue des Chapeliers

☎ 05 34 09 01 72

Ouvert du mardi au dimanche le midi de 12h à 13h30 ; du mardi au samedi le soir de 19h30 à 21h. Menus de 20 € à 44 €. Formule du midi : 16 € (sauf le week-end et fériés). Au pied du célèbre château, au cœur de la vieille ville, ce restaurant n'a de médiéval que le nom. La petite salle du rez-de-chaussée est claire, aux meubles modernes et poutres apparentes sur un plafond blanc. Eric Lemoine officie en maître en cuisine et Marie-Paule vous accueille en salle, alliant sourire et professionnalisme hors pair. Nous sommes ici dans un grand restaurant qui accorde une place importante au poisson : cabillaud, Saint-Jacques, crevettes, gambas (en croustillant, un chef-d'œuvre)... Les viandes ne sont pas oubliées tels le veau, le bœuf ou le filet mignon de porc. Le sempiternel canard n'a pas sa place ici, preuve d'une recherche d'originalité régionale. Les assiettes jouissent d'une présentation soignée et vous n'en douterez pas, tout est délicieux. Les desserts sont également raffinés et la déclinaison de citron est envoûtante.

LE PATIO 27, rue Théophile-Delcassé

☎ 05 34 14 64 33

www.restaurant-le-patio-foix.fr

Ouvert du lundi au samedi le midi ; le lundi, le mardi et du jeudi au samedi le soir. Menus de 7,20 € à 13,50 €. Menu enfant : 6,40 €. Plat du jour : 7,90 €. Salades composées de 9,60 € à 12,50 €. Pizzas à partir de 9,60 €. Chèque Restaurant. Terrasse. Jardin d'enfants en face.

Voilà une adresse très sympa, idéalement située au centre de Foix, avec vue imprenable sur le château, parfaite pour un déjeuner en famille ou une pause glace, car la superbe terrasse ensoleillée jouxte un jardin d'enfant, sécurisé. Idéal pour continuer à manger pendant que les bambins hurlent et jouent sans déranger l'assistance. Patrick et Karine Valadas ont fait de cet établissement un lieu où l'on se sent bien. L'accueil est souriant, le service de qualité et la variété des plats proposés vous satisferont forcément. Bien sûr, tout est bon : les desserts sont faits maison et les produits sélectionnés sont locaux telles les charcuteries de chez Christophe. Le pain est cuit au feu de bois de chez Hébrard, le fromage est ariégeois et vient du Rogallès. En cuisine, Steeve Geneau est un véritable spécialiste de la pâte fraîche. Nouvelle équipe, nouvelle découverte pour un déjeuner au soleil.



LE PHOEBUS 3, cours Irénée-Cros

☎ 05 61 65 10 42

www.ariège.com/le-phoebus



Fermé mi-juillet à mi-août. Ouvert du mardi au samedi le soir de 20h à 22h ; du mardi au vendredi et le dimanche le midi de 12h à 14h. Menus de 29 € à 89 €. Formule du midi : 19 € (menu à l'inspiration du chef. Sauf jours fériés et dimanche). Vin au verre. Carte en braille. Chaises bébé. Magnifique vue sur le château de Foix.

Véritable institution incontournable et reconnue dans le paysage des restaurants ariégeois en général et fuxéen en particulier. L'établissement est dirigé par le chef Didier Lamotte assisté de Vanessa Fauré. Ce restaurant est cité dans de nombreux guides de cuisine et a obtenu deux fourchettes au Michelin et deux toques chez Gault et Millau. Nombreuses spécialités : ici tout n'est que raffinements et délicies. Le nom des menus donne le ton : Avec un peu d'imagination, Je vous surprendrai, Avec une dose de passion, et le dernier, Au fil des jours et des saisons, qui ne s'écrie pas et se découvre en toute confiance. Surprises, passion, imagination, confiance sont les vertus de ce grand restaurant. Notez que la carte des vins compte plus de 150 références. Le service est toujours impeccable, et l'agréable salle offre la plus belle vue que nous connaissions sur le château de Foix. Grand chef, grande table, grands moments de pur plaisir.

LE ROCHER 48, rue Delcassé

☎ 05 61 65 12 25 / 05 81 15 73 62

Ouvert toute l'année. Tous les jours de 11h30 à 14h30 et de 19h à 21h30. Menus de 11,50 € à 16 €. Menu enfant : 7,50 €. Formule : 10 € (plat du jour + dessert + café. Plat du jour seul 7,50 €). Pizzas de 8 € à 11 €. Salades de 9 € à 11 €. Terrasse.

Vous cherchez le prénom du patron ? C'est facile, ce sont Benoît... et Benoît qui sont aux commandes de ce bar-brasserie, incontournable point de rendez-vous des Fuxéens et des touristes, pour manger un morceau ou pour boire un café ou un demi. Les pierres, les poutres apparentes et les boiseries vernies donnent un cachet à ce lieu agréable dont la terrasse ensoleillée et ombragée, non loin du parking, permet de «farnier» en regardant passer le flot des piétons et des voitures sur les allées de Villote. Un grand choix de salades et de pizzas (15 différentes, sur place ou à emporter), mais aussi des recettes régionales : azinat, cassoulet maison, daube, civet, lapin au miel et pain d'épices, poulet yasa, saumon rôti ou le fameux Burger Ariégeois... (les légumes proviennent d'un petit producteur) qui saura vous aiguïser l'appétit et calmer votre faim. L'accès à ce rocher est très facile et vivement conseillé.

■ LA TASCA

16 bis, avenue du Général-Leclerc

☎ 05 61 01 82 47



Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi et les jours fériés. Réservation recommandée. Menu unique à 22 € (menu tradition). Carte : 26 € environ. Plat du jour : 9,50 € (avec dessert et café). 12 mises en bouche à découvrir : 12 €. Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Vente à emporter. Boutique. Vente de produits portugais.

Ah, le Portugal ! Ce petit pays du sud-ouest de l'Europe avec sa langue si particulière, sa culture, ses voyages, ses dominations, ses découvertes et ses grands explorateurs dans l'histoire mondiale... Pour sûr, vous ne vous êtes pas trompés d'édition et vous ne lisez pas *Le Petit Futé Portugal* bien que ce dernier vous présentera toutes ces tavernes typiques portugaises où l'on découvre la cuisine et les coutumes régionales. Eh bien, une taverne portugaise, il y en a une en Ariège, La Tasca ! Et que veut dire *tasca* dans la langue de Gil Vicente ? La taverne, bien sûr. Le décor est sobre, l'ambiance est décontractée et la clientèle composée d'habitues. Maria Maciel et Filipe Fernandes sont en cuisine et à l'accueil. Ce restaurant, qui est aussi un traiteur, vous proposera des spécialités goûteuses et colorées comme la salade de poulpe, la cataplana aux fruits de mer ou au porc et palourdes, sans oublier, bien sûr, la mondialement connue *bacalhau*, la morue ! Préparée « à la mode de chez nous », un véritable délice à déguster avec l'un des sympathiques vins portugais proposés à la carte. Adresse fûtée à découvrir. *Obrigada a Tasca !*

■ LE VERTIG'O

21, rue Peyrevidal

☎ 05 61 64 95 36

Congés en Mai. Basse saison : ouvert du mardi au vendredi de 12h à 13h30. Haute saison : du mardi au samedi de 19h45 à 21h. Réservation recommandée. Menus de 14 € à 48 €. Carte : 25 € environ. Plat du jour : 8,50 €. Vin au verre. La Grande Assiette (entrée+plat du jour+fromage+dessert) 14,50 €.

Cet établissement piloté par Ramon Montandon est devenu une référence culinaire du centre-ville de Foix,

et nos confrères du guide *Gault et Millau* l'ont bien remarqué ! Bien sûr, le Renard était passé un an avant et avait mentionné cette adresse comme « prometteuse ». La cuisine est traditionnelle et ariégeoise. Vous découvrirez du foie gras, l'assiette ariégeoise (charcuteries de chez Rouch, fromages et verre de vin), du bœuf, de l'agneau, des compositions terre ou mer, des trios de viandes... Le choix de la qualité des ingrédients est primordial. Le chef travaille avec des produits locaux et frais. Bref, un concentré d'Ariège dans vos assiettes qui sont très agréables à l'œil et au goût tel le filet de bœuf au foie gras. Bien que la mer n'effleure pas notre département, vous dégusterez un choix de poissons qui dépend de l'arrivage quotidien. La salle est moderne, toute en longueur avec de confortables banquettes. Le décor est design, en rouge et noir et vous pourrez même avoir le vertige en choisissant les tables et chaises en hauteur ; en été, agréable terrasse. Des étagères au mur servent de carte des vins car toutes les bouteilles sont exposées. L'accueil et le service sont à la hauteur de l'ensemble, décontractés mais terriblement efficaces.

■ LE XIX^e SIECLE

2, rue Delcassé

☎ 05 61 65 12 60

restaurant.XIXE@wanadoo.fr

Fermé du 15 au 31 août et du 25 décembre au 2 janvier. Et une semaine à Pâques. Ouvert du lundi au samedi le midi. Menus de 10,30 € à 18,70 € (salades géantes de 11 € à 12,70 €). Menu enfant : 6,50 €. Vin au verre. Chèque Restaurant. Vente à emporter.

Abd el-Kader, Abraham Lincoln, Gustave Eiffel, Zola, Rimbaud, Hugo... tous ces noms sont issus du XIX^e siècle. Quel rapport, me direz-vous ? Mais le nom de ce restaurant, bien sûr, et l'ambiance de ses immenses salles, au ton vert amande, façon Grand Café de l'époque 1800-1900. On entre par un sas comme on n'en fait plus, et les grands plafonds, soutenus par trois piliers, sont ornés de moulures authentiques. Aux murs, exposition de tableaux pas forcément rétro. Les nombreuses tables éparpillées favorisent une convivialité de proximité avec les autres convives qui sont eux-mêmes très représentatifs de la société fuxéenne. Nous avons croisé des avocats, des retraités, trois pompiers, un militaire, des jeunes, des hommes et femmes d'affaires et autres cadres dynamiques. Un immense bar, un tandinet rétro, trône au fond de la pièce, et c'est là que vous réglerez votre déjeuner. L'ambiance générale est sympa, et les drôles de dames en salle assurent un service à la hauteur de ce que vous trouverez dans vos assiettes. Les salades géantes sont... géantes ! Le mot copieux a ici toute sa place. Les plats et plats du jour sont également succulents, on sent que nous sommes dans une maison sérieuse qui, depuis plus de 20 ans, est attentive à transformer le moment passé ici en un moment de détente et de plaisir. Ai-je besoin de préciser que tous les desserts sont entièrement maison ? Tous les samedis midi, poulet fermier et patates à toutes les sauces. Bon à savoir : livraison de repas à emporter, plats mijotés et mitonnés en cuisine par David.

Le gîte

■ CAMPANILE

Couloumié-Labarre

☎ 05 61 65 65 61

www.campanile-foix.fr

foix@campanile.fr



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24. 38 chambres. Chambre double de 39 € à 69 €. Petit déjeuner : 9 €. Menus : de 9,90 € (plat du jour) à 23,50 €. Menu enfant : 6 €. Wifi. Restauration. Tv satellite, Canal +.

Des chambres conviviales et bien pensées. Pour votre plus grand confort, 19 chambres doubles, 19 chambres Twin, 2 chambres dotées d'équipements pour personnes à mobilité réduite sont à votre disposition et une chambre familiale (5 personnes). Chaque chambre est équipée d'un téléviseur avec Canal+ et Canal satellite, d'un plan de travail, d'un téléphone avec ligne directe. Accès wi-fi gratuit dans toutes les chambres. Ponctuellement, Véronique Pierre, directrice du Campanile, propose des tarifs promotionnels pour les familles ; il suffit de se renseigner ! Animaux de compagnie acceptés. Un parking, un bar, une terrasse pour l'été, des salles de réunion complètent l'éventail des prestations offertes par le Campanile. Le restaurant se fait remarquer par ses buffets copieux : hors-d'œuvre, fromages et desserts. Une adresse sans surprise, en toute tranquillité, pour manger et dormir. A découvrir cette année le terrain de pétanque, l'espace vert et surtout cet été, les apéros !

■ HÔTEL BALLADINS

☎ 05 61 05 36 10

www.foix.balladins.eu

contact@hotel-balladins-foix.com



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24 (réception ouverte du lundi au vendredi de 7h à 22h, le samedi de 8h à 22h et le dimanche de 8h à 12h30 et de 17h à 22h). 50 chambres.

Chambre double à partir de 45 € ; chambre triple à partir de 58 €. Petit déjeuner : 6,90 €. Chambres adaptées. (Surtout téléphoner pour réserver selon vos besoins spécifiques). Wifi. Restauration. Tv satellite, Canal +.

Au cœur de l'Ariège, les 50 chambres de l'hôtel des Balladins sont l'étape rêvée avant l'ascension des Pyrénées. M. et Mme Varin, une équipe familiale et un accueil chaleureux vous attendent dans cet hôtel situé proche du centre-ville de Foix. Des chambres très confortables au décor sobre et lumineux avec possibilité d'un troisième lit. Le buffet du petit déjeuner est à volonté.... parking sécurisé et fermé. Petite anecdote, si le hasard vous conduit à Foix au début de l'automne vous pourrez assister au brame du cerf depuis votre chambre ; selon M. Varin. Alors n'hésitez pas, on sait que le cerf se fait troubadour... je préciserai baladin, chaque année dans le champ derrière l'hôtel.

■ HÔTEL DU LAC

Labarre

Route Nationale 20

☎ 05 61 65 17 17

www.hoteldulac-foix.fr

contact@hoteldulac-foix.fr



Logis (3 cheminées). Ouvert toute l'année. Le restaurant n'est ouvert que le soir du lundi au samedi. 26 chambres. Chambre double de 69 € à 85 €. Demi-pension : 133 € (double demi-pension). Petit déjeuner : 9,70 € (en chambre : 12 €). Lit supplémentaire : 15 €. Soirée étape de 81 € à 91 €. Animaux acceptés (9 €). Wifi gratuit. Restauration. Tv satellite, Canal +.

Au bord du lac, dans un beau panorama et entourée d'arbres centenaires, cette ancienne bergerie datant de 1599 est une très belle étape proche de la cité comtale. Dans un cadre verdoyant et confortable, les 26 chambres et les 10 chalets sont à votre disposition ainsi qu'un très agréable restaurant ouvert uniquement le soir et proposant des produits du terroir accompagnés d'une belle carte de grands vins pour les amateurs.

■ HÔTEL EYCHENNE**

11, rue Peyrevidal

☎ 05 61 65 00 04

www.hotel-eychenne.com

hotel.eychenne@orange.fr

Ouvert toute l'année. 16 chambres. Chambre double à partir de 53 € ; chambre triple à partir de 69 €. Petit déjeuner : 5 €. Lit supplémentaire : 5 €. Wifi. Tv satellite. Situé au pied du château féodal au cœur de la cité médiévale dans un cadre rustique et convivial, cet hôtel au charme d'antan est idéalement placé. Au centre de Foix pour découvrir les paysages de montagnes, les châteaux et les grottes qui rayonnent autour et profiter des sites touristiques de la ville. Les chambres sont spacieuses, claires et calmes. Jouxant l'hôtel, le bar de style authentique vous propose un service raffiné tant pour les rendez-vous d'affaires qu'entre amis.

■ HOTEL PYRENE***

Le Vignoble

rue Serge Denis

☎ 05 61 65 48 66 / 06 82 41 78 61

www.hotelpyrene.com

hotel.pyrene@wanadoo.fr

20 chambres. Chambre simple de 49 € à 63 € ; chambre double de 60 € à 75 € ; chambre triple de 75 € à 85 €. Petit déjeuner : 8,50 €. Enfants de -8 ans petit déjeuner : 5,50 €.

Depuis toute petite Mylène Facchetti a toujours vécu dans l'hôtel de ses parents. Il est légitime qu'elle reprenne tout naturellement l'affaire familiale sous l'œil paternel. Elle connaît par cœur les vingt chambres. La dominante de parquet ainsi que les faïences des salles de bains marquent l'option pour la sobriété et l'atmosphère feutrée. Jardin, piscine et tennis offrent à la clientèle un

espace détente. Au cœur de l'Ariège, pays de l'authentique et de la douceur de vivre, à la sortie de Foix, la médiévale (1 km), en retrait de la nationale 20, au rond-point de Roquefixade, ce 3-étoiles brille par son rapport qualité prix, une étape de qualité.



HOTEL-RESTAURANT LONS*** **6, place Georges-Dutilh**

☎ 05 34 09 28 00

www.hotel-lons-foix.com

hotel-lons-foix@wanadoo.fr

Logis. 37 chambres. Chambre double de 62 € à 91 € ; chambre triple à partir de 103 €. Demi-pension : 60 € (étape VRP : 78 €). Petit déjeuner buffet : 9 €. American Express, Chèque Vacances. Animaux acceptés. Wifi gratuit. Restauration (formule : 13,50 € le midi. Menus de 21 € à 34 €. Menu du jour : 18,60 €. Menu enfant : 7,80 €. Fermé le samedi midi).

Cet établissement est un monument dans le paysage gastronomique ariégeois, un lieu de rencontres pour décideurs, hommes d'affaires, chefs d'entreprises, leaders d'opinion... Situé au bord de l'Ariège et face aux Pyrénées, cet ancien relais de poste est tenu depuis près de quarante ans par la famille Lons dont les quatre enfants, sous l'œil bienveillant de René, perpétuent la tradition. Une partie des chambres a vue sur la rivière et l'autre sur la place Dutilh, côté ville où se situe d'ailleurs l'entrée. Salon de réception, bar et salles de séminaires attirent le monde des affaires en négociation avec les « marchands de Foix ». Le restaurant est de plain-pied prolongé par une terrasse vitrée en bordure de la rivière. Des expositions de peinture décorent les murs. Plusieurs menus sont proposés au choix sans compter la carte. Un superbe buffet de hors-d'œuvre vous ouvrira l'appétit avant d'attaquer soles, gambas, truites, entrecôtes, tournedos, côtes d'agneau, cassoulet, confit de canard ou plats du jour. La carte des vins est au diapason des mets proposés : variée et de qualité

■ LE LEO

16, rue Noël-Peyrevidal

☎ 05 61 65 09 04

www.leolagrange-foix.com

contact@leolagrange-foix.com



Ouvert toute l'année. Semaine de 9h30 à 22h. Week-end et jours fériés de 10h à 14h et de 17h à 22h. 65 chambres. Chambre simple 22 € ; chambre double 36 € ; chambre triple 51 €. Pension complète : 47 € (par personnes). Demi-pension : 37 € (par personne). Enfant : 28 €. Serviettes de toilette non fournies. Restaurant du lundi au vendredi de 12h à 14h, plat du jour : 8 €, menu complet : 12 €. Le soir sur réservation, le week-end pour les groupes. Chèque Vacances.

Seule grande structure d'hébergement, l'Auberge Le Léo, hommage à Léo Lagrange, est située en centre-ville. C'est un espace d'hébergement familial dans le pur style des Auberges de Jeunesse. La structure accueille groupes, familles, individuels et propose outre l'hôtellerie et la restauration, des salles de réunions... Accès Wifi. De nombreuses associations proposent diverses activités telles que le kayak, la capoeira, le yoga, des cours de piano,

de guitare, d'informatique, des ateliers de théâtre et d'écriture et aussi, apprenez l'occitan, l'anglais, l'espéranto... La liste est immense, l'ennui et l'inactivité sont bannis. On se sent vraiment en famille tant l'accueil est simple et chaleureux.

Campings



CAMPING DU LAC **RN20**

☎ 05 61 65 11 58

www.campingdulac.com

info@campingdulac.com



Fermé du 16 décembre au 14 janvier. Locations ouvertes du 15 mars au 30 novembre. 90 emplacements. Emplacement + véhicule + 2 personnes (avec 4 A) de 16 € à 26 €. Mobil-homes pour 1 à 4 personnes de 190 € à 900 € la semaine ; mobil-homes pour 1 à 5 personnes de 230 € à 1 000 € ; mobil-homes pour 1 à 6 personnes de 240 € à 1 010 €. Chèque Vacances. Animaux acceptés (2 €). Restauration. Animations.

Sur 6 ha ombragés, au bord de l'Ariège, ce camping est idéalement situé aux portes de la prestigieuse ville de Foix. Sur des emplacements de 100 m² délimités, avec branchement électrique 4 A, vous pourrez vous installer pour une nuit, un week-end, une semaine ou plus si affinités. Pour occuper vos journées, soyez sans crainte car l'Ariège c'est les grottes, les châteaux de Foix et de Montségur, les Forges de Pyrène, les belles et sauvages forêts... Côté loisirs : golf, parapente, base nautique, canoë, escalade, spéléo... Dans le camping, court de tennis à votre disposition et si le soleil vous réchauffe un peu trop, plongez dans la piscine, de 10h à 19h, du 1^{er} juin au 30 septembre. Alors, n'oubliez pas, Foix, son château... et son camping ! Quatre campings et un complexe de gîtes pour vivre idéalement vos vacances ! Organisez votre séjour en Ariège sur www.vacance-ariège-pyrenees.com ou à la centrale de réservation au 05 61 60 09 09.

Loisirs



DECATHLON

Zone industrielle Foix-Nord

☎ 05 61 02 06 30

www.decathlon.fr



Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi de 9h à 19h30. Sans interruption.

Un magasin de 4 000 mètres carrés regroupe l'ensemble des sports et spécialisé dans les sports de nature et de plein air comme le ski, l'alpinisme, la randonnée, l'escalade, la course à pied, la pêche et beaucoup d'autres ! Le magasin offre une large gamme de produits permettant de satisfaire le débutant comme le confirmé. Vous serez conseillé par des pratiquants, spécialistes dans leur sport, qui sauront répondre à chacun de vos besoins en fonction de votre pratique. Été comme hiver, le magasin se met au rythme des saisons ! Decathlon Foix est le spécialiste du sport en Ariège.

■ PYRENEVASION

6, route de Ganac

☎ 06 88 24 12 64

www.pyrenevasion.com
pyrenevation@aol.com



Ouvert toute l'année. Tous les jours. Tarifs individuels : canyoning de 40 € à 85 €, randonnées à 25 €, VTT de 25 € à 50 €. Tarifs groupes : canyoning de 280 € à 450 €, randonnées à 250 €, VTT de 80 € à 250 €. Jean Nadal aime la montagne et le sport. Si vous aimez le sport et que vous ne connaissez pas bien la montagne, Jean sera le guide par excellence qu'il vous faut. Il vous accompagnera, seul, en groupe ou en famille, et vous conseillera pour des expériences ou des découvertes en canyoning, en randonnée vers les étangs ou le Montcalm, en randonnées ou descente en VTT (formule adaptée aux non-voyants). En hiver, Jean Nadal est également moniteur de ski. Notre supersportif est bien sûr diplômé dans toutes ces disciplines. Il vous guidera en toute sécurité et partagera ses passions des sensations et de la montagne ariégeoise.

Sorties

■ LE B80

12, rue du Rival

☎ 09 54 30 54 07 / 06 95 88 86 27

Ouvert le vendredi et le samedi de 23h à 5h. Animations. Le B80 était auparavant entièrement entièrement dédié aux années 1980. Mais oui, rappelez-vous, *Voyage, voyage, Toute toute première fois*, « Qu'est-ce qui bouge le... des Andalouses, c'est la mer, non c'est l'amour » et plein d'autres tubes. Maintenant le club dancing est dans une ambiance plus ou moins 10, comprenez par là années 1970, années 1980 et années 1990. Soirée pole dance, soirée du jour de l'an... L'endroit est idéal pour sortir et faire la fête dans la cité fuxéenne. « Et tu dances, dances, dances, ce refrain... »

■ CROUSTADES CRESPO

21, rue des Marchands

☎ 05 34 09 34 27

www.croustade.com/boutique-foix.php
martin.finn@croustade.com

Formule quiche : 14 €. Formule enfant : 7,50 €. Petit déjeuner : 6,50 €. Suggestion du jour : 9 €. Croustades salées de 10,85 € à 15,95 €. Croustades sucrées de 4 € à 6,75 €. Terrasse. Boutique.

Dans une ambiance d'antan – parquet de bois et petites tables disséminées –, Philippa et Martin Finn vous accueillent dans leur boutique-salon de thé pour déguster tout au long de la journée des spécialités sucrées et salées. Un des endroits favoris pour une pause goûter à 16 heures ou une halte déjeuner. Si vous vous êtes levé trop rapidement, vous pourrez également prendre ici votre petit déjeuner. La boutique propose des produits ariégeois et des produits sélectionnés pour la qualité de leur fabrication telles les glaces de chez Philippe Faur, les cafés Blasco ou les chocolats premier cru de la plantation Michel Cluizel.

■ DESTINO 56

☎ 05 61 65 59 93 / 06 86 57 36 34

carrara.jp@wanadoo.fr



Ouvert toute l'année. Animaux acceptés, climatisation. Du mardi au dimanche de 11h à 2h. Menu midi : 14 €. Chèque Restaurant. Wifi. Terrasse. Restauration. Animations. Concerts.

Ce bâtiment en pierre de taille du début du XIX^e siècle est célèbre à Foix ; il se dresse fièrement en haut des allées de Vilotte. Il a longtemps protégé les économies des Fuxéens, car c'est ici que siègeait la caisse d'épargne. Maintenant il abrite, à l'étage, *La Dépêche du Midi* et surtout un café, entièrement pensé et créé par Jean-Pierre Carrara sur 800 mètres carrés. Il paraîtrait que le coffre de la banque a été conservé... La salle est spacieuse et très lumineuse avec ses murs et son bar en pierre. On découvrira également et régulièrement des présentations temporaires d'œuvres d'art et des expositions ainsi que des animations, concerts ou soirées jazz. L'endroit est devenu le repère du Luzenac-Ariège-Pyrénées (LAP, s'il y en a encore qui ne connaissons pas le LAP) pour des avant et après-matches endiablés et festifs.

Emplettes

■ CHARCUTERIE ROUCH

Place Saint-Volusien

☎ 05 34 09 81 09

www.charcuterie-rouch.fr
info@charcuterie-rouch.fr

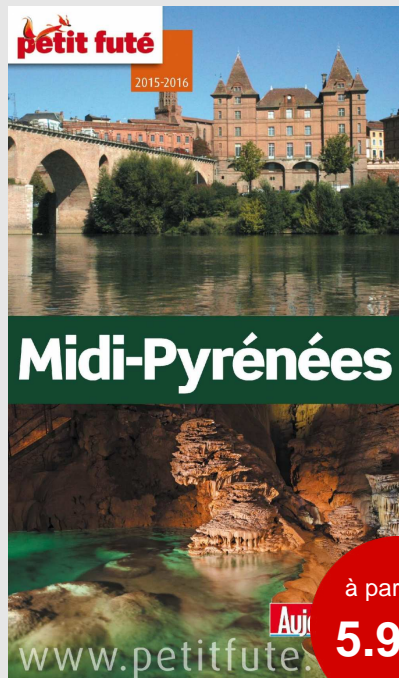
Ouvert du lundi au samedi.

En Ariège il y a des « institutions » : le château de Foix, celui de Montségur, la mounjetade, la chasse et la charcuterie Rouch située sur la place Saint-Volusien à Foix. On peut également « charcuter » dans la galerie marchande Lederc à Foix et auprès du camion-magasin sur le parking des caves Deymier à Pamiers. Vous les retrouverez aussi sur les marchés de Tarascon-sur-Ariège, Mirepoix et Saverdun. Charcuterie traditionnelle depuis 1870, la maison Rouch travaille dans le respect des méthodes ancestrales et l'amour du terroir. La charcuterie (fraîche, sèche et cuite) est totalement confectionnée avec des cochons reçus entiers (provenants du sud-ouest de la France) qui sont ensuite découpés et travaillés par les charcutiers de la maison. La boucherie est exclusivement locale. En effet, les bêtes sont sélectionnées et achetées directement sur pied chez les agriculteurs ariégeois. Ce qui permet une maîtrise totale de l'origine des viandes. De nombreuses fois récompensée pour la qualité de ses produits et de son travail, la charcuterie Rouch élabore toutes ses charcuteries traditionnelles et spécialités ariégeoises dans son laboratoire agréé aux normes européennes situé à côté de Foix. Vous vous régalez ainsi avec son jambon du pays ariégeois, son saucisson sous la cendre, ses divers pâtes, cassoulet ou confit de canard. Sans oublier les classiques : la saucisse fraîche (nature ou de foie), le boudin, la saucisse sèche de foie ou le foie gras, dont la recette est un secret de famille bien gardé. Bien qu'attachée à ses traditions, la charcuterie Rouch s'est mise au goût du jour et ainsi, grâce à son

LA VERSION COMPLETE DE VOTRE GUIDE

MIDI-PYRENEES 2015/2016

en numérique ou en papier en 3 clics



à partir de

5.99€

Cliquer ici

Disponible sur

