

#TARN-ET-GARONNE

inattendu

RETROUVER MA VRAIE
NATURE
EN MIDI-QUERCY



GUIDE
DÉCOUVERTE
ÉDITION
2022/2023



MIDI·QUERCY
Gorges de l'Aveyron

Sommaire

- 04-05** CARTE
- 06-07** TOURISME DURABLE
-  **08-31** PLEINE NATURE
-  **32-65** ART DE VIVRE, SAVOIR-FAIRE GASTRONOMIE
-  **66-89** CULTURE PATRIMOINE
- 90-91** TRANSPORTS



OFFICES DE TOURISME & BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

OFFICE DE TOURISME QUERCY VERT AVEYRON

■ **BRUNIQUEL (82800)**
2 rue de la Fraternité
Tél. : 05 63 67 29 84
tourisme.bruniquel@quercyvertaveyron.fr

■ **MONCLAR-DE-QUERCY (82230)**
Place des Capitouls
Tél. : 05 63 30 31 72
tourisme@monclardequercy.com

OFFICE DE TOURISME CAUSSES ET GORGES DE L'AVEYRON

■ **ST-ANTONIN-NOBLE-VAL (82140)**
10 rue de la Pélisserie
Tél. : 05 63 30 63 47
tourisme@st-antoninnv.com

■ **CAYLUS (82160)**
20 rue Droite
Tél. : 05 63 30 63 47
tourisme@caylus.com

■ **LAGUÉPIE (82250)**
2 place Henri Granier
Tél. : 05 63 30 63 47
tourisme.laguepie@orange.fr

OFFICE DE TOURISME DU QUERCY CAUSSADAIS

■ **CAUSSADE (82300)**
Carré des Chapeliers
Tél. : 05 63 26 04 04
tourisme@quercycaussadais.fr

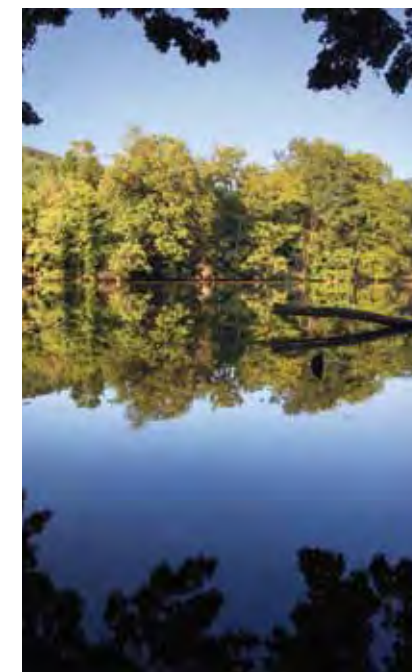
■ **MONTPEZAT-DE-QUERCY (82270)**
Bd des Fossés - Tél. : 05 63 02 05 55
tourisme@quercycaussadais.fr



AU COEUR DU TARN-ET-GARONNE

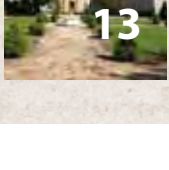
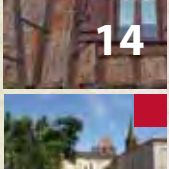
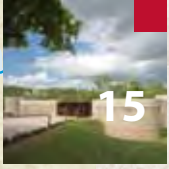
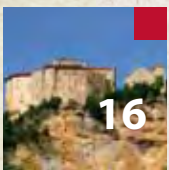
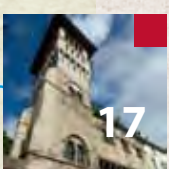
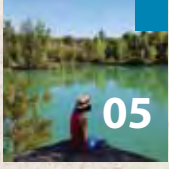
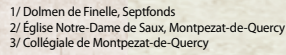
en

Tarn-et-Garonne, aux portes de Toulouse, se niche un écrin ensoleillé de verdure et d'eau, un pays à la nature préservée, haut lieu d'histoire et de patrimoine. Vous ne savez pas encore que vous y vivrez des moments riches en émotions, des expériences insolites que vous aurez plaisir à partager à votre retour. Non, pas la corvée de l'éternel diaporama photo montrant la piscine, le restaurant et le coucher de soleil mais la rencontre, l'anecdote, la trouvaille, le secret découvert, les aventures, bref tout ce qui vous a marqué durant votre séjour et qui a fait de vos vacances une parenthèse unique. La destination Midi-Quercy, Gorges de l'Aveyron ravira tous ceux, sportifs ou contemplatifs, pour qui un séjour réussi est une rencontre authentique, une façon d'être et de vivre à l'état pur...



Renouer avec vous-même en Midi-Quercy, Gorges de l'Aveyron





	Bruniquel	Causse	Caylus	Lagudrie	Montpezat-de-Query	Saint-Antoine N. V.
Bruniquel	-	18	34	44	17	29
Causse	18	-	22	38	21	11
Caylus	34	22	-	24	60	31
Lagudrie	44	38	24	-	55	52
Montpezat-de-Query	17	29	60	55	-	40
Montpezat-de-Query	29	11	31	52	40	-
Saint-Antoine N. V.	29	19	12	21	48	29

7/ Tour d'Arles, Caussade
8/ Fabriques et expositions de chapeau, Caussade
9/ Château de Bioule

10/ Petit train de Monclar-de-Quercy

11/ Les Gorges de l'Aveyron, Saint-Antonin-Noble-Val
12/ Eglise de la Vinouze
13/ Musée Marcel Lenoir, Montricoux
14/ Maisons à pan de bois de Montricoux

Tourisme durable

C'EST QUOI LE TOURISME DURABLE, CONCRÈTEMENT ?

Une nature préservée, un cadre authentique et un environnement privilégié, ça se mérite ! Chez nous, le tourisme durable n'est pas un mythe et nous travaillons tous les jours aux côtés des professionnels du tourisme et des acteurs du territoire pour le rendre réel !

Alors passez en mode vacances décarbonées et vous verrez qu'il est tout à fait possible de concilier plaisir et respect de l'environnement.

Pour vous mettre dans le bain, nous vous proposons de retrouver au fil de ce guide toutes les bonnes pratiques pendant votre séjour.

LE LAC VERT © LEZBROZ



10 idées pour voyager responsable !

- 1 | page 07
Gardez vos bonnes habitudes
- 2 | page 15
Ne laissez pas de trace
- 3 | page 19
Une alternative à la voiture
- 4 | page 20
Faites le choix du hors saison !
- 5 | page 28
On choisit un hébergement engagé
- 6 | page 53
On mange local
- 7 | page 59
Rapportez un souvenir Made in Quercy
- 8 | page 69
Une histoire de rencontres
- 9 | page 73
Choisissez les Itinéraires Bis
- 10 | page 90
On compense son empreinte carbone

La pollution en chiffres...

- Un mouchoir, + de 3 mois
- Un mégot, entre 1 à 5 ans
- Une peau de fruit, entre 3 mois à 2 ans
- Une canette ou une bouteille plastique, entre 100 à 500 ans
- Une pile représente une pollution très nocive pour la terre et l'eau
- Les transports de passagers représentent 30 % des émissions de CO2



1

TOURISME DURABLE

GARDEZ VOS BONNES HABITUDES !

En vacances, c'est comme à la maison, on trie, on y va mollo sur les douches, on éteint les lumières derrière nous... Ainsi que tous les appareils électriques, on ouvre les fenêtres aux moments les plus frais de la journée pour éviter ainsi d'allumer la climatisation. On limite les emballages en privilégiant les gourdes pour vos balades, les boîtes hermétiques pour vos pique-niques et pour vos courses au marché du coin pensez au tote bag. On opte pour la crème plutôt que l'huile solaire nocive à la photosynthèse des végétaux sous-marins. Autant de bons gestes à ne pas oublier même en vacances !

Consultez les tutos de l'ADEME

"Vive les vacances"



PLEINE NATURE



PLEINE NATURE : LE SPOT DE PRATIQUES !

3 sites Natura 2000, **1** Pôle de pleine nature, **80** km de véloroute dans les Gorges de l'Aveyron, **11** boucles cyclables tous niveaux, **6** circuits de rando/jeu pour les familles, **60** km de randonnée nautique au coeur des Gorges de l'Aveyron, **3** pavillons bleus pour la qualité de l'eau à Molières, Monclar-de-Quercy et Parisot, **1** baignade en eaux vives surveillée l'été à Laguéprie, **2** espaces VTT labellisés FFC, **4** sites d'envol deltaplane, parapente, dont un pour personne handicapée, **9** sites d'escalade avec plus de 700 voies.

EN MODE *sportif!*

Envie de se dépasser, de chercher ses limites, de vivre de vraies émotions fortes ? Bonne pioche ! Vous êtes sur une terre d'aventures ! L'extrême est notre quotidien et nous n'avons pas peur de dire qu'ici, seuls les meilleurs surviendront... Alors, prêts, partez !



Relevez le défi !

*Envoyez-vous
en l'air !*

ESCALADE

9 sites d'escalade entre Bruniquel et Saint-Antonin-Noble-Val, plus de 700 voies. Avouez que vous avez l'embarras du choix ! Topo d'escalade dans les Gorges de l'Aveyron disponible à l'Office de tourisme de Saint-Antonin-Noble-Val, Caylus ou Laguérie : 12€

VIA FERRATA

Une bonne manière de lutter contre son vertige, il faut soigner le mal par le mal dit-on ! La via ferrata pourra vous offrir un nouveau terrain de jeu pour tous les aventuriers en recherche de grand frisson. Allez-y lâcher prise... C'est une expression bien sûr !

Office de Tourisme Causses et Gorges de l'Aveyron
Tél : 05 63 30 63 47

Ce projet de via ferrata a été réalisé par la commune de Saint-Antonin-Noble-Val dans le cadre de l'animation du Pôle de pleine nature des Gorges de l'Aveyron soutenu par les fonds européens. L'Europe s'engage dans le Massif Central avec le fonds européen de développement régional.



PARAPENTE, LE FRISSON POUR TOUS !

Le parapente accessible pour personnes à mobilité réduite, bien sûr que c'est possible chez nous ! Vous volez en fauteuil homologué, en toute sécurité. Ce fauteuil est mis à disposition par le CDVL (Comité Départemental de Vol Libre). Romain est qualifié pour cette prestation alors n'hésitez pas !

Romain - tél. : 06 64 19 13 23



MONTGOLFIÈRE : A VOL D'OISEAUX

Toute l'année en fonction des conditions météorologiques. À l'aube ou en fin de journée. Jusqu'à 3 passagers. Adultes ou enfants dès 130 cm. Un moment de pur plaisir ! Suivez les sur facebook.

82220 MOLIÈRES Tél. 06 08 34 68 41
associationmvo82@gmail.com



Accrochez-vous aux branches !

Tarzan et Jane vous ont tout appris !
Ça peut aider dans ce genre de lieu !
Testez en conditions réelles les lois de la gravité et dépassez vos limites. Près de 80 ateliers à découvrir au travers de 8 parcours adaptés à tous les niveaux de difficultés et comprenant tyroliennes, saut en chute libre et escal'arbre !
D'avril à novembre 2022.

Tél. : 07 60 35 53 14
www.parc-aventure-aveyron.com/

Les falaises des gorges de l'Aveyron et de la vallée de la Vère abritent des oiseaux rupestres dont certains sont rares et protégés. Très sensibles aux dérangements en période de reproduction, ils s'installent dans les parois normalement inaccessibles à l'Homme. La pratique de l'escalade sur certaines parois en période de nidification peut donc être préjudiciable aux nichées (abandon des œufs ou des jeunes) et compromettre l'avenir des espèces les plus sensibles.

L'escalade est interdite entre le 15/01 et le 15/06 sur les voies marquées du sigle : la reproduction des oiseaux est en cours !





Terre de trails

Trail des 3 rocs

📍 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL

Jedi de l'Ascension 2022

Plusieurs tracés autour de la vallée de la Bonnette et des Gorges de l'Aveyron en enchaînement de montées raides et techniques, sentiers et monotraces vous feront découvrir de superbes paysages.

■ Tél. : 05 63 68 21 28 / 07 86 15 84 34

Origine Trail (24h trail)

📍 BRUNIQUEL

Un trail d'un nouveau genre ! En solo ou en relais, une aventure hors du temps. Choix entre deux canitrails, deux randonnées ou encore six trails.

■ Tél. : 07 69 79 40 70

www.bruniqueloriginetrail.fr

Trail des Garrigues

📍 MONTRICOUX

Dimanche 19 juin 2022

Course en autosuffisance dans un superbe cadre, au cœur de la forêt de la Grésigne et le long des Gorges de l'Aveyron. Magnifique point de vue sur les châteaux de Bruniquel, sur des chemins rocaillieux et le long d'un ruisseau.

■ Tél : 06 86 96 07 55

www.traildesgarrigues-27.web

Courez jeunesse !

SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL

Les enfants aussi ont toute leur place dans ces courses folles : des boucles non chronométrées sont spécialement tracées pour les 4 à 10 ans. Inscriptions le jour même.



ÉCOLO

VOUS LES CROISEREZ PEUT-ÊTRE, NE LES DÉRANGEZ PAS !

Quelques une des espèces emblématiques à protéger

Libellule : La cordulie splendide ou à corps fin

Papillon : l'Escale chinée

Lucane : le lucane cerf-volant

Coléoptère : le grand capricorne

Poisson : la Sofie, le barbeau méridional

Écrevisse : écrevisse à pattes blanches

Chauves-souris : Le petit et grand rhinolophe, le petit et grand murin, le murin à oreilles échancrées, la barbastelle, le minioptère de Schreibers.

Quelques bonnes pratiques pour les protéger :

- Respecter le rythme, les conditions de vie et de développement (hibernation, nidification, reproduction...)
- N'allumer aucun feu y compris à l'intérieur ou à l'entrée d'une grotte,
- Utiliser des produits bénéficiant de labels écologiques pour maintenir une eau de qualité,
- Ne pas empoisonner les espèces dites nuisibles
- Conserver des arbres morts (sauf sur les zones qui doivent être mises en sécurité et dans ce cas, s'assurer qu'ils n'abritent ni oiseaux nicheurs, ni chauves-souris)...



VTT, ça va secouer !

On n'a jamais fait le tour !

Encore plus de circuits : cartes des itinéraires VTT disponibles à l'Office de tourisme de Bruniquel, Caussade et Montpezat-de-Quercy.

NOUVEAU

Pédalez, roulez, suiez ! Prenez-en plein les yeux et les mollets, un paysage exceptionnel, ça se mérite ! 36 nouvelles boucles VTT bientôt accessibles se rajoutent à celles du secteur de Saint-Antonin qui en comptait déjà 14. Au total près de 784 km cumulés de circuits à arpenter. C'est pour bientôt, soyez prêts !

■ Office de tourisme Causses et Gorges de l'Aveyron - Tél. : 05 63 30 63 47



The spot VTT

L'espace VTT FFC Gorges de l'Aveyron vous propose 33 circuits variés regroupés en 2 secteurs de Saint Antonin-Noble-Val et Pays de Vaour. La carte des itinéraires est en vente à 2.5 € à l'Office de tourisme de Bruniquel, Saint-Antonin-Noble-Val, Caylus ou Laguëpie. Sans oublier le topo Viaur Aveyron VTT FFC à 3€.

Raid VTT les 2000 de Bruniquel

Bruniquel, octobre 2022

Distances des parcours : 35 km, 47 km et 65 km

Venez emprunter des chemins exigeants techniquement et physiquement avec toutes les difficultés qui font le charme d'un vrai circuit de VTT. Gérez votre effort, utilisez le profil du terrain pour récupérer, pilotez proprement, profitez des paysages. Vouloir finir et se dépasser devient un challenge personnel qui reflète bien l'esprit d'un Raid. Un circuit pédestre de 15 km est organisé pour les accompagnateurs. Et pour tous, l'aligot de Bruniquel vous attendra à l'arrivée pour vous restaurer après tous ces efforts.

■ www.les-2000-bruniquel.fr/

GARDEZ LES BONS GESTES

Vous êtes sur un territoire naturel préservé classé natura 2000 pour sa faune et sa flore, veillez à ne pas laisser de traces de votre passage, alors je m'informe sur la charte de bonnes pratiques en ligne.

■ www.gorges-aveyron-tourisme.com/pratique/brochures

ÉCOLO

PRENEZ LE Temps

Ici la star, c'est le canoë ! Et pour cause, la rivière Aveyron nous offre un terrain de plus de 80 km de randonnée nautique avec 7 parcours nautiques de Laguérie à Albi. Dès 5 ans !

— Trouvez votre loueur de canoë sur le site www.gorges-aveyron-tourisme.com



TOUS RESPONSABLES !

● Avant et après la saison touristique, des **balades éco-citoyennes** sont organisées pour nettoyer les berges de l'Aveyron. A pied ou en canoë cet appel aux volontaires permet à chacun de participer au maintien de la qualité du site et de la rivière Aveyron. >>Tél. : 06 12 51 83 23
www.actieauxvives.fr/

● Sur le parcours «vallée de l'Aveyron» avec l'école française de canoë-kayak de Nègrepelisse et repas convivial à la clé ! >>Tél. : 05 63 31 56 43
www.canoe-tarnetgaronne.fr



Randonnée

Randonner, c'est se donner le privilège de prendre son temps et de découvrir ou redécouvrir un territoire aussi riche que varié. Vrai SPOT de rando, vous n'aurez que l'embarras du choix pour vos escapades nature ! Demandez votre topo à votre office de tourisme ou consultez les circuits en ligne sur www.gorges-aveyron-tourisme.com



NE LAISSEZ PAS DE TRACE !

Cela peut vous paraître évident mais nous vous rappelons que pour limiter votre impact sur l'environnement : ne laissez pas de trace de votre passage derrière vous ! On reste sur les sentiers balisés, pas de raccourcis pour ne pas piétiner les espèces, exit la cueillette des végétaux, la visite des grottes en pleine hibernation des chauve souris, l'escalade en période de nidification des oiseaux sur les parois rocheuses, on ramasse évidemment ses déchets, bref autant de gestes simples à la portée de tous pour profiter tout en respectant.

— www.ffrandonnee.fr

2
TOURISME DURABLE

♥ On aime !

Les balades natures *Astronomie* ou *Géologie* ou encore *Cigales*, suivez les récits de Stéphane Guitart qui vous immerge dans son univers.

— L'Hoplie Bleue - Le village
82140 FENEYROLS - Tél.: 06 56 87 70 22
s.guitart@laposte.net

DO IT YOURSELF !

L'antimoustique, l'indispensable en rando, la recette :

- 5 gouttes d'huile essentielle de citron
- 5 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus globulus
- 5 gouttes d'huile essentielle de citronnelle

Attention ne convient pas aux enfants de moins de 6 ans et aux femmes enceintes.



6 circuits Randoland à notre collection !

Découvrez en famille Montpezat-de-Quercy, Puylaroque, La Salvetat Belmontet, Bruniquel, Caylus et Vaïssac. Des balades jeu adaptées aux enfants de 4 à 10 ans et plus. Des énigmes pour en savoir plus sur le patrimoine ou la nature tout en s'amusant ! Laissez vos enfants se glisser dans la peau d'un détective et résolvez les énigmes en famille, en plus c'est GRATUIT !

— Offices de tourisme du Pays Midi-Quercy
gorges-aveyron-tourisme.com





Alors la pêche ?

LES BONS SPOTS DE PÊCHE

● À partir du 30 avril 2022

- Brochet

La rivière Aveyron dans sa totalité, le plan d'eau de la base de loisirs de Molières, la retenue du Gouyre à Vaissac, la retenue du Thérondel entre la Salvetat-Belmontet et Monclar-de-Quercy, le plan d'eau de la base de loisirs de Parisot, la retenue du Tordre à Léojac, la gravière de Balat-David à Montauban.

- Sandre

La rivière Aveyron de Montricoux jusqu'à la confluence avec le Tarn, le grand plan d'eau du Parc de la Lère à Caussade / Monteils, la retenue du Tordre à Léojac, la gravière de Balat-David à Montauban.

● A partir de 11 juin 2022 | **Black-Bass**

Par rapport au brochet et au sandre, sa période de reproduction s'étale jusqu'à mi-juin environ. En effet, une fois la ponte réalisée, le black-bass reste sur le nid pour protéger les alevins. Vous trouverez assez facilement des black-bass sur les plans d'eau du Parc de la Lère à Caussade / Monteils, du Lac Vert à Montpezat-de-Quercy et de La Clare à Albias.



Des ateliers de découverte de la pêche et des milieux aquatiques

2 heures pour apprendre aux enfants et à leurs parents les rudiments de la pêche au coup, dans une ambiance conviviale. Tout est compris de A à Z. Le tarif est de 8 € (avec carte de pêche) ou 10 € (sans). La place est offerte pour les parents et grands-parents accompagnants. **NOUVEAU**, la pêche de l'écrevisse en famille et la découverte de milieux aquatiques. Jouez le rôle d'un scientifique explorateur : équipé d'une épuisette, de bocaux et de fiches d'identification, partez à la recherche des petites bêtes qui peuplent les milieux aquatiques. L'identification des insectes ramassés vous permettra d'estimer le niveau de fonctionnalité du milieu. Cette animation permet une bonne compréhension du vivant des milieux aquatiques, de manière simple et ludique.

Organisé par la Fédération de pêche de Tarn-et-Garonne, l'Agence de Développement Touristique et tous les offices de tourisme



A SAVOIR

La fédération de pêche de Tarn-et-Garonne réalise un suivi des brochets déversés sur la rivière Aveyron et sur la retenue du Tordre. Si vous attrapez un brochet avec 1 ou 2 marques plastiques en forme de spaghetti sur la nageoire dorsale, notez à minima les références puis transmettez-les à la fédération. Vous pouvez également informer la fédération de toute prise de poisson non-marqué, et même de vos bredouilles.

>>> www.pechetarnetgaronne.fr

ÉCOLO



LA FÉDÉRATION DE PÊCHE UN ACTEUR ENGAGÉ POUR L'ENVIRONNEMENT !

La Fédération de Pêche et de Protection du Milieu Aquatique de Tarn-et-Garonne (FDAAP-PMA82) s'engage sur la restauration écologique des milieux aquatiques et l'aménagement d'accès pour la pêche.

La FDAAPPMA82 intervient en étroite collaboration avec le Conseil Départemental, les Communautés de Communes, les Communes, l'Agence de l'Eau Adour-Garonne, le Conseil Régional Occitanie, les Syndicats de Rivières et les AAPPMA locales (Association Agréée pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique).

Sur le territoire du Pays Midi-Quercy, de grands chantiers ont déjà été réalisés. En voici quelques-uns réalisés récemment :

- La restauration des annexes fluviales de Trégallionne et de l'île de Nègrepelisse pour créer des zones faunistiques et floristiques à la biodiversité riche et diversifiée, permettant notamment de faciliter la reproduction des brochets.
- La restauration de l'hydromorphologie de la Seye, la Baye et la Bonnette afin de préserver les lieux de vie de la truite fario.
- La restauration de la continuité écologique sur le Tescou au niveau du seuil de Nutribio.
- La restauration de la zone humide de Frénais à Labastide-St-Pierre.
- La création de rampes à bateaux et de postes / pontons de pêche sur le port d'Albias, de Leucate à Nègrepelisse, de la majorité des autres rampes à bateaux sur la rivière Aveyron et enfin les pontons de pêche sécurisés et l'abri pêche du lac de Parisot, en complément des aménagements déjà réalisés (postes de pêche pour personnes à mobilité réduite...
- La création de frayères naturelles sur le plan d'eau de la Clare à Albias pour relancer le cycle naturel de la reproduction piscicole. Enfin, la FDAAPPMA82 réalise d'autres missions de connaissance (inventaires piscicoles, suivi de la qualité des eaux, suivis thermiques et des niveaux d'eau), d'éducation à l'environnement dans les écoles (1000 enfants sur l'année scolaire 2021-2022), etc.

>>> www.pechetarnetgaronne.fr



Au galop !

En Midi-Quercy, vous trouverez de nombreux centres équestres qui sauront vous accompagner pour vos balades. Rendez-vous sur www.gorges-aveyron-tourisme.com

LE DOMAINE ÉQUESTRE DES BASTIDES

Centre de Tourisme Équestre agréé, le club est réputé pour ses superbes balades. Balades tous les jours en été, randonnées tous les week-ends de mars à novembre. Adultes ou enfants, débutants ou confirmés, soyez les bienvenus pour un moment de plaisir encadré par Delphine, monitrice diplômée, 20 ans d'expérience.

Balade cheval : 20€/h, rando 1/2 journée : 59€ (apéro compris), rando journée : 89€ (pique-nique non fourni, café et apéro offerts) Location de poney 20€/h, 30€/h pour 2 poneys. Ouvert toute l'année sauf vacances de Noël, réservation obligatoire.

Tél. : 06 15 65 49 85

www.domaine-equestre-des-bastides.fr





Déplacez-vous autrement

Dans un voyage ce n'est pas la destination qui compte mais toujours le chemin parcouru.

Choisissez les transports régionaux lio

lio (lien entre les territoires d'Occitanie) est le service public régional des transports collectifs de la Région Occitanie / Pyrénées-Méditerranée. Avec un vaste réseau s'étendant sur toute la région, trains et autocars régionaux vous emmènent pour mille et une découvertes.

Plus d'infos : lio.laregion.fr/



À bicyclette !

Exit la voiture, découvrez cette sensation de vraie liberté où le temps n'a plus d'emprise sur vous. Et oui le vélo, c'est comme ça ! Sans oublier le geste pour la planète, ça compte !

Où louer mon vélo ?

- **Passion loisirs - Caussade**
Tél. : 05 63 26 03 48
- **Variation**
Saint-Antonin-Noble-Val
Tél. : 06 48 35 59 21 - 05 63 68 25 25
contact@variation82.eu
- **Acti eaux vives**
Saint-Antonin-Noble-Val
Tél. : 06 12 51 83 23
actieauxvives@yahoo.fr
- **L'Atelier du cordonnier**
Monclar-de-Quercy
Tél. : 06 21 47 85 20

Vélos électriques

- **Loca Bike - Nègrepelisse**
Tél. : 06 09 94 17 80
locabike-negrepelisse@outlook.fr

Hébergements pour nos amis cyclistes

Le gîte Hamot : deux vélos à assistance électrique sont à disposition pour 10€ par jour et par vélo, avec des circuits à moins de 12 km.

75, chemin des Granges, Les Granges
82160 PUYLAGARDE - www.gitehamot.com

Aici Sem Pla : Camping** à la ferme - Location de vélo adultes et enfants.

2855 route de Montricoux, Labadio
82800 VAÏSSAC - www.aicisempla.com

Gîte Lou Papagai : amenez votre tribu dans cette bâtisse de 300 m² 4 épis et 4*. Location de vélos VTT à partir de la demi journée (s'y prendre en avance pour réserver).

Mazèdes, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL - <https://loupapagai.com>

Chambre d'hôtes Alabrena : sur les hauteurs dans la zone Natura 2000 des Gorges de l'Aveyron.

Lieu-dit Sainte Sabine 82140
SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL



La Ferme du paradis, labellisé accueil vélo et accueil Paysan.

Les Estaulès Hauts, 82330 VERFEIL
Tél. : 06 78 45 28 24



UNE ALTERNATIVE À LA VOITURE ET OUI C'EST POSSIBLE !

Chez nous aussi le train passe dans nos gares à Albias, Caussade, Laguëpie et Lexos, le covoiturage existe et le bus coûte 2 € de Montauban à St-Antonin-Noble-Val l'été ! Sans compter que notre territoire est un formidable terrain de jeu pour nos amis cyclistes. Électriques ou pas le vélo est le moyen de découvrir notre destination sous un autre angle, de prendre le temps et de finalement lâcher prise. Prêt à relever le défi ?

La véloroute des Gorges de l'Aveyron

85 km de véloroute signalés au départ de Montauban. Passez par nos plus beaux villages : Bioule, Bruniquel, Nègrepelisse, Montricoux, Penne, St Antonin-Noble-Val et Laguëpie.

Comptez 3 jours pour le trajet entier, le retour peut se faire en train depuis la gare de Laguëpie ou en vélo.

Petit conseil : Cet itinéraire est une vélo route. Il est donc partagé entre vélos, motos et voitures. Niveau facile, quelques montées sont plus agréables en vélo électrique.



12 nouvelles boucles cyclables dans le Caussadais et le Quercy vert Aveyron viennent mailler le territoire et compléter ainsi les 11 boucles du Quercy Rouergue et Gorges de l'Aveyron. Du niveau facile, vacances famille actives à exigeant pour les sportifs, c'est à chacun son rythme ! De nouveaux récits d'aventures en perspective !

La véloroute des gorges de l'Aveyron et toutes nos boucles cyclables vous attendent en ligne sur www.gorges-aveyron-tourisme.com



LE SAVIEZ-VOUS ? SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL

Sortie en vélo mais petite panne : une borne de gonflage et nettoyage en libre accès vous attend (chemin de Roumégous).

SOS dépannage à Caylus
Réparation de vélos, possibilité de dépannage ou réparation sur route
- équipé d'un camion
- uniquement sur rdv : Gabriel VEST
Tél. : 06 70 12 80 39

Sur RDV A Varen
Harry Meirad
Forfait réglage freins, vitesse - 15 euros
Tél. : 06 70 78 09 27

EN MODE zen

Retour aux sources : évadez-vous là où votre téléphone mobile ne pourra vous rattraper ! Une aubaine pour prendre le temps de se recentrer sur l'essentiel !

LE PETIT POU MON VERT

Le parc de la Lère entre Caussade et Monteils

Grâce à la présence de milliers d'arbres et arbustes de berges et de quatre lacs, une faune et une flore bien abritées dans les zones humides a pu se développer. Ce parc vous offre 55 ha de zone de détente, de jeux et d'activités. Spot très apprécié des pêcheurs, il offre également un parcours santé sous les arbres au pouvoir déconnectant !

ÉCOLO



4

TOURISME DURABLE

FAITES LE CHOIX DU HORS SAISON

Goûter au charme du séjour en décalé, ça n'a pas de prix. En fait si, et ça vaut le coup ! En dehors des tarifs avantageux, voyager hors saison c'est : éviter la foule, déambuler tranquillement dans nos petites rues pavées, profiter des couleurs automnales ou du réveil de la nature au printemps, bref se sentir vraiment privilégié !

Il fût une nuit...

Ou comment recycler des fûts pour un séjour insolite et écologique ! En pleine nature, le jacuzzi privatif chauffé au bois et le petit-déjeuner bio vous attendent.

>> 2780 Route de Bonnanach, 82230 MONCLAR-DE-QUERCY - ilfutunenuit.fr



Domaine les Quatre Toits

Gîte et camping tentes safari. Des vacances au vert, en famille et ou entre amis en mode déconnecté où la convivialité et l'éco responsabilité sont de mise.

>> La Frau, Lieu dit, 82160 CAYLUS
www.domainelesquatretroits.fr/



Nos bonnes adresses

Insolites et écologiques

Les gouttes d'eau

Pour eux, l'éco responsabilité est une façon de vivre depuis toujours : les repas et les produits d'entretien sont fait-maison avec des produits locaux bio ou du jardin, poules pour recycler les déchets alimentaires, toilettes sèches... Bref au top pour un confort maxi !

>> Lieu dit pradiès, 82240 LABASTIDE-DE-PENNE - www.lesgouttesdeau.com

Pella Roca

Cabanes dans les arbres avec spa et sauna privatifs. Bains nordiques écologiques et chauffés au feu de bois, élégants et confortables. Avec une approche écologique et artistique vivez une expérience différente chic et nature.

>> Lieu dit Limougue - 82240 LABASTIDE-DE-PENNE - www.pella-roca.com

Le camp

Un glamping éco-responsable cinq étoiles. 7 tentes réparties sur 2 ha. Présenté dans The Times Travel «50 meilleures vacances en France pour 2020 !». C'est vraiment du luxe à l'état sauvage. Piscine naturelle, la plus grande d'Europe, approvisionnement local pour le mobilier et les repas, recyclage des eaux usées, compost maison et des chèvres pour l'engrais !

>> Lieu Dit Pech Contal, Arnac, 82330 VAREN - www.lecamp.co.uk/

Venez vous ressourcer et vous reconnecter en Midi-Quercy !



Atmosphère bulle

Dans un ranch atypique, séjournez au cœur des bois dans des dômes transparents ! Séjours bien-être avec soins énergétiques et massages, et séances de développement personnel facilitées par les chevaux. Se sentir seul au monde et s'émerveiller du spectacle de la nature.

>> Les Granges 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - www.bulle82.fr

Naturazome

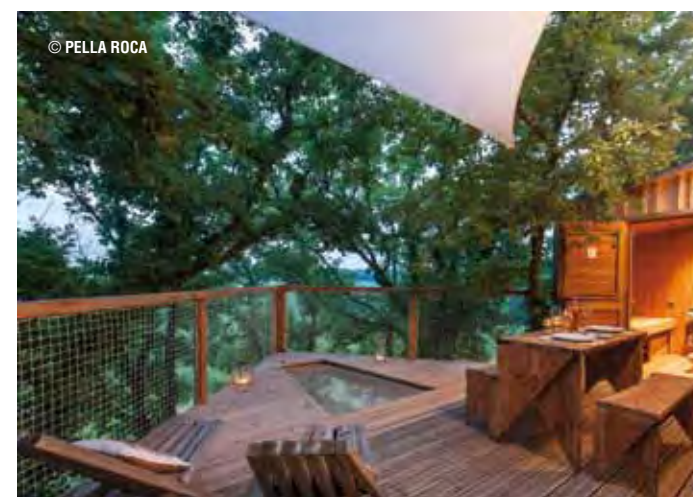
Appréciez la beauté des lignes inspirées de la nature apportant quiétude et apaisement. Plats traiteur bio, bière et vins locaux en libre-service. Partez en balade à cheval accompagnée ou participez à la chasse à la truffe avec le chien Javotte !

>> Lieu dit rouchelou Midi-Pyrénées, 82160 CAYLUS - www.naturazome.com

Domaine de Souladies

Demeure de caractère du XVII^{ème} siècle restaurée avec goût, au cœur d'une vaste propriété forestière de 70 ha. Séjour reconnexion à la nature avec la marche en pleine nature pour le corps et l'esprit.

>> Souladies, 1220, Route de la Salvétat, 82230 GÉNÉBRIÈRES
www.domainedesouladies.com/



EN MODE famille

Pour des vacances réussies avec vos enfants,
vous allez adorer !



A l'eau !

Unique en Tarn-et-Garonne, 3 sites labellisés Pavillon bleu qui garantissent qualité de l'eau, propreté et sécurité.



Base de loisirs Parisot

Aire de pique-nique, bar, jeux pour enfants, lac et plan d'eau, restaurant. Un lac aménagé d'environ 8 ha vous accueillera avec sa large plage de sable blanc.

82160 PARISOT - tourisme@caylus.com
Tél. : 05 63 67 00 28

Base de loisirs Monclar-de-Quercy

A fond les ballons ! 3 lacs de renommée régionale et son complexe de baignade unique. Mars à octobre (pour la piscine chauffée), 1^{er} juin au 30 septembre pour les autres équipements.

MONCLAR-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 30 31 72

Base de loisirs Molières

C'est le spot familial par excellence ! Accessibilité du site avec mise à disposition d'un tiralo pour les personnes à mobilité réduite. Du 26 juin au 29 août.

MOLIÈRES - Tél. : 06 20 36 56 98

♥ On aime !

En pleine nature sur le Viaur à Laguëpie. Une véritable piscine naturelle aménagée. Plage surveillée en juillet et août.

Office de tourisme - LAGUÉPIE
Tél. : 05 63 30 20 34
tourisme.laguepie@orange.fr



Parc de la Lère

Evasion Cable park

Wakeboard, paddle, ou bouée tractée, téléski nautique...

Détente au snack aménagé autour d'un chalet ou plage de sable fin, des bancs, des tables et des parasols.

Du ski nautique version responsable : la traction, au lieu d'être assurée par un bateau à moteur, est assurée par un système de câble. Le système est alimenté par un moteur électrique de faible consommation (10 Kw/h), silencieux (- de 50 db), le tout piloté depuis la berge. Alimenté par des énergies renouvelables, aucun hydrocarbure utilisé, produits d'entretien biodégradables. Structure discrète, s'intégrant bien dans le paysage et ayant peu d'impact sur l'environnement.

Chemin des lacs 82300 MONTEILS - Tél. : 06 42 06 76 40
ou 06 65 24 76 43 - www.evasioncablepark.fr

“



Gwenaelle

« Vraiment très sympathique et très pro. Ma fille de 11 ans a fait une 1^{ère} session et suite aux bons conseils et à l'aide du coach elle s'est éclatée ! Une très bonne équipe et un cadre sympathique nous reviendrons très bientôt. »



pour les
minis !

Mon beau cerf-volant !

De la création à l'envol, les petits bouts de choux auront de quoi faire !
Cerfs-Volants & Cie.

>> 17 avenue du père Huc
82160 CAYLUS - Tél. : 06 30 00 45 23
www.cerfs-volants-cie.fr/index.html

Accrobranche

Pendant que les grands jouent les Tarzans, les plus jeunes peuvent découvrir l'accrobranche grâce au parcours Pitchoun accessible dès 3 ans !

>> Parc Aventure - Lieu dit Turlande
ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 07 60 35 53 14
www.parc-aventure-aveyron.com

A dos d'ânes

Les balades c'est sympa, mais des balades avec un âne c'est mieux !
Au côté de l'animal ou sur son dos promenez-vous à votre rythme.

>> Saint Anton'Âne, Lieu-dit «Cadenne»
82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
saintantonane.free.fr

Randoland

La Pando pour les parents, le fun pour nous ! Les enfants découvrent en jouant, les parents visitent ! à partir de 4 ans ces randos ludiques font le bonheur de toute la famille !

>> Gratuit dans les offices de tourisme
www.gorges-aveyron-tourisme.com

Pêche

Attraper ses premiers poissons à la pêche au coup. Nombreux ateliers pêche nature proposés par la FEDE de pêche et les AAPPMA.

>> CAUSSADE - Office de tourisme
Tél. : 05 63 26 04 04
>> NÈGREPELISSE - Tél. : 05 63 30 90 05
scion.negrepelisse@gmail.com
>> ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 06 11 62 45 89

Ferme pédagogique

Venez découvrir la vie à la ferme "Les petits sabots gris", rencontrez Bouki le bouc, Sanji le poney ou encore Nami le cochon ! L'association récupère les animaux abandonnés, maltraités, ou avant qu'ils partent pour l'abattoir...

>> 571 route de Lafrançaise - 82270
MONTFERMIER - Tél. : 07 50 41 45 40

Canoë kayak

En eaux calmes, découvrez la vallée de l'Aveyron à Nègrepelisse. Parcours familial par excellence, vous découvrirez au fil de l'eau la rivière et de la nature. Sur notre parcours : spots de baignade et sauts sympas pour s'amuser ! Parcours au choix de 4 km, 7km, et 9 km.

>> Canoë Tarn-et-Garonne
130 Passage Du Gué De La Bardette
82800 NÈGREPELISSE
Tél. : 05 63 31 56 43
www.canoe-tarnetgaronne.fr



pour les
grands !

Quercy Laser Game

Dans une forêt aménagée, plongez vous dans un scénario adapté en fonction du nombre et de l'âge des joueurs. Objectif : ne pas se faire descendre !

■ D75, les granges, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. : 06 76 83 19 26

Archery Tag

Les robins des bois en herbe pourront s'affronter lors de parties d'Archery Tag ! Nouvelle activité sur le Pôle de Pleine Nature à mi-chemin entre le paintball et le tir à l'arc, elle amusera aussi bien les adultes que les ados. A partir de 8 ans.

■ Parc Aventure ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Lieu dit Turlande - Tél. : 07 60 35 53 14
contact@parc-aventure-aveyron.com

Gyropode

Découvrez les circuits Segway de l'agence Mobilboard Midi Quercy !

Que ce soit pour une activité de loisirs ou un circuit touristique, leurs formules sont à chaque fois l'occasion idéale pour partager de bons moments avec vos proches. L'équipe d'instructeurs vous accompagne pour vous faire profiter du plaisir de la conduite du gyropode et de la découverte des trésors de notre belle région.

■ Agence Mobilboard en Midi-Quercy
Tél. : 06 43 18 86 24 - midi-quercy@mobilboard.com



Idée famille

Baludik

Un jeu de piste numérique pour être acteur de ses découvertes ! Tu rencontreras Jonas et Lyra, deux aventuriers du futur qui se déplacent à bord d'une machine à voyager dans le temps. Aide-les à résoudre les énigmes. Découvrir le territoire en s'amusant !
Application gratuite Baludik sur Google Play.

■ www.gorges-aveyron-tourisme.com

Baludik Montpezat-de-Quercy

«Partons vivre une nouvelle aventure avec nos voyageurs du futur Jonas et Lyra ! Jonas bois par erreur un philtre magique qui lui fait dire n'importe quoi. A vous de l'aider à préparer une potion pour se guérir.

Avant de partir à la recherche des ingrédients de la potion, nous téléchargeons l'application Baludik et vérifions que nos téléphones sont bien chargés. Le jeu commence devant l'office de tourisme. Énigmes après énigmes, nous passons par tous les lieux emblématiques de Montpezat. Nous débloquons un nouvel ingrédient à chaque énigme résolue et profitons d'une explication sur le lieu que nous venons de découvrir. Une façon amusante de découvrir le village et son histoire.

Après un peu plus d'une heure nous arrivons à sauver Jonas ! Retour à l'office de tourisme pour aller chercher notre récompense, un porte clé à l'effigie de nos héros, fabriqué par le FabLab Origami à Caylus (7 à collectionner). Super aventure ! C'est toujours un plaisir de se promener dans ce village plein de charme.»
Mouna et Claire

■ Durée 1h, à partir de 10 ans

Office de tourisme de MONTPEZAT - Tél : 05 63 02 05 55



EN MODE écolo



**Plaisir et écologie ne sont pas incompatibles !
Profitez et faites un geste pour la planète en
pleine conscience, ça c'est tout bénéf' !**

LE CPIE GARONNE QUERCY

Le CPIE Garonne Quercy vous ouvre à la nature. Ils vous expliquent, apprennent, sensibilisent, racontent, bref ils nous bougent sur l'environnement, MERCI !

■ **Tout le programme d'animations sur**
www.cpiequercygaronne.fr



5 idées pour éveiller vos enfants à la planète

Mieux connaître nos amies les abeilles

Visitez la ferme pédagogique Bee au top, le rucher de Fontabeilles. Découvrez le fonctionnement d'une colonie d'abeilles et de la ruche, du métier d'apiculteur professionnel et des différents travaux pendant la saison au rucher. La visite en accès libre de la miellerie et de la salle d'exposition est gratuite.

La visite commentée et guidée se fait sur réservation avec un minimum de 10 personnes payantes (gratuit jusqu'à 12 ans), conditions tarifaires 6,50€/pers.

■ **Bee au Top - Le rucher de Fontabeille - Saint Hugues**
82240 PUYLAROQUE - beeautop@orange.fr
Tél. : 06 64 13 36 85



Soirée Astronomie

Dénué de toute pollution lumineuse le refuge aux étoiles vous offre la beauté du ciel, tout un programme poétique et scientifique ! "Plongeons dans les étoiles" et découvrons planètes, constellations, nébuleuses et autres objets... (soirée privée de 1H30). Ouvert à tous toute l'année. A partir de 8 ans.

■ **Le refuge aux étoiles - Foyt - 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél : 06 01 80 39 26 / 05 63 65 64 36**
www.lerefugeauxetoiles.com/

Tous au jardin !

Participez aux ateliers "famille" du jardin partagé "Histoires recyclables" : fabrication de nichoirs ou d'hôtel à insectes, apprendre à planter "petites graines pour petites mains", autant d'occasions de s'ouvrir aux bienfaits de mère nature en famille. En plus des ateliers, chaque 1er samedi du mois de 14h à 17h, c'est la "pause jardin" pour papoter, jardiner ensemble du plus petit au plus grand !

■ **Histoires recyclables, 10 cours Alsace Lorraine**
82240 SEPTFONDS - Tél. : 06 41 89 49 78



Ateliers pêche nature

La FEDE de pêche du 82 et ses AAPPMA initient vos enfants à la pêche au coup ou à la pêche à l'anglaise, au feeder, aux leurres et à la mouche. A la fin du programme, tout pêcheur débutant pourra pratiquer la pêche avec une certaine autonomie tout en ayant un comportement respectueux vis-à-vis de la nature. Le week-end en période scolaire.

■ www.pechetarnetgaronne.fr/apprendre-la-peche/

Observez les oiseaux

Le camping les 3 cantons ouvre son jardin ornamental écologique tous les jours de mai à septembre pour apprécier les fleurs bien sûr mais également pour observer les nombreux insectes et oiseaux. Refuge LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux), découvrez la richesse ornithologique de ce secteur

classé Natura 2000. Et tant que vous êtes dans le jardin, vous aurez la possibilité de réaliser vos propres bouquets avec les fleurs à couper cultivées au camping.

■ **Camping les 3 Cantons**

Lieu-dit les 3 Cantons
82 140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 31 98 57



Rallier d'Europe
© C. Naudou



**Vous aussi, soyez acteur de la qualité
de vos sites de pratiques !**

Signalez un problème rencontré sur un site de pleine nature, une erreur de balisage, un panneau défectueux, un problème de pollution...

www.sentinelles.sportsnature.fr



On choisit un hébergement engagé !

Trouver un hébergement oui, mais un hébergement plus écologique dans son quotidien !



© GÎTE HAMOT



5

TOURISME DURABLE

COMMENT ?

En réduisant ses consommations d'eau, d'électricité ou d'énergie, en réduisant ses déchets ou en les recyclant, en encourageant les autres formes de mobilité comme le vélo...

■ gorges-aveyron-tourisme.com

Gîte hamot

Benoît, propriétaire des lieux, architecte et ébéniste a conçu et réalisé ce gîte basse consommation avec Félicie, ferronnière et menuisière, en privilégiant les structures bois, la nature environnante et un confort optimum à l'aide d'énergies durables avec phytoépuration. Piscine naturelle (sans chlore ou sel). Gîte pour 4 pers. max

■ 75, chemin des Granges, Les Granges 82160 PUYLAGARDE - www.gitehamot.com

Camping les 3 cantons

Un camping nature et familial au cœur d'un domaine boisé de 15 ha, situé sur les hauteurs de Saint-Antonin-Noble-Val.

Passionnée de plantes, Nicole y a développé tout un jardin ornemental. Au restaurant on y retrouve les légumes du potager et des bières locales. Le camping est un paradis pour la faune et la flore locale, il est même refuge LPO et en saison de nombreuses animations nature pour sensibiliser le plus grand nombre à l'environnement !

■ Les 3 Cantons, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. : 05 63 31 98 57
www.camping3cantons.com

La Grange d'Alfred

Située au milieu des vignes du Domaine de Lafage, une ancienne bâtisse, d'abord briqueterie puis grange-étable, a été réhabilitée avec des matériaux écologiques. Bernard Bouyssou, vigneron retraité et Nicole, parlent avec passion de territoire, du métier de paysan et de Biodynamie, qu'ils ont initié sur le domaine. Gîte pour 10 pers.

■ 475 Chemin de Sénoulac 82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. : 06 22 57 71 08



© DOMAINE DE L'ESQUIROU

Domaine de l'Esquirou

Dans un écrin de verdure de 2,6 ha, vous profiterez d'un parc et d'un bois, bordé par une rivière. Leur but est de réduire l'empreinte environnementale : une production et une consommation énergétique raisonnée, 70% d'ameublement et 60% de décoration de seconde main, des produits d'hygiène et d'entretien bio et/ou d'origine naturelle, avec la substitution de certains électro-ménagers. Gîte pour 4 pers.

■ 1676 route de Lapenche, lieu-dit Saint-Hugues 82240 PUYLAROQUE
Tél. : 06 20 86 59 31

Château de Cambayrac

Demeure d'exception, ce château inscrit aux Monuments Historiques a été entièrement restauré avec des matériaux naturels. Le large parc est entretenu par le jardinier et ses moutons pour la tonte. Ils ont également le souci du "bien manger" et local et font appel à des prestataires locaux, du vrai circuit-court ! Gîte pour 12 pers.

■ Château de Cambayrac, 82160 CASTANET - Tel: 06 58 08 44 13
www.chateaucambayrac.com

Lou Papagai

Situé en pleine nature sur les hauteurs de Saint Antonin Noble Val, Lou Papagai est la halte rêvée pour votre tribu. Tout le RDC et deux chambres sont accessibles PMR. Ce gîte de charme tout confort propose en option la recharge de voiture électrique via une borne Hager Witty premium (Yes sir, made in France !) avec prise mode 3 type 2S. Gîte pour 15 pers.

■ Mazèdes, 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. : 06 77 97 40 86
loupapagai.com

Gîte la grenouillère

Ce gîte se campe sous les chênes de la propriété, sur un terrain de 3000 m², loin de toutes nuisances sonores urbaines. Déjeunez au-dessus d'un jardin aquatique où se mêlent nénuphars et grenouilles. Voitures électriques bienvenues, charge possible en option ! Gîte pour 2 pers.

■ 554 Chemin de Poujoles 82300 CAUSSADE - Tél. : 06 60 10 21 75
chaletlagrenouillere.blog4ever.com

L'herberie

Maison typique quercynoise, entièrement rénovée avec des matériaux bio sourcés, naturels et locaux. Empreinte écologique la plus légère possible avec une électricité 100% renouvelable via le réseau Enercoop, des WC secs, une gestion raisonnée de l'eau, pas de piscine mais 2 grosses bassines en zinc où les enfants peuvent s'ébrouer ! Gîte pour 10 pers.

■ 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. : 06 84 14 87 87
gite-lherberie.com



© L'HERBERIE

SE METTRE au frais!

Trop chaud ? N'attendez pas la fin de journée pour sortir, on a ce qu'il faut pour vous rafraîchir même en plein cagnard !

© JARDIN CANTOUS À SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL



SPÉLÉOLOGIE

En hiver ou en été, les grottes, restent toujours tempérées, le confort c'est important ! Venez marcher, grimper, glisser voire nager ou appréhender un monde vertical en progressant sur corde

D'une approche familiale au parcours plus sportif, la spéléologie peut se pratiquer à tout âge. Difficile à décrire, plus facile à ressentir...

— Toute l'année, 2 h à la journée, plusieurs jours de 25 à 150 €
Didier Delcol, Guide de spéléologie diplômé d'état - Tél. : 05 63 65 71 17

La grotte du Bosc

Cette grotte, creusée par une rivière souterraine, est le spot fraîcheur ! Elle brille parmi les plus belles et enchante le visiteur qui découvre avec émerveillement toutes les fantaisies réalisées par l'eau dans un milieu calcaire. Prévoyez un pull car la température est de 14°C et des chaussures adaptées car le sol peut-être légèrement glissant. Let's go !

— Du 11 au 30/06 et du 1^{er} au 18/09
 Tous les jours 14h/17h
 Juillet et août : de 10h à 17h30.
 Vacances scolaires : de 14h à 17h



A la fraîcheur de nos jardins

Le jardin sous le ciel à Lapenche

À l'orée d'un village agricole, sa situation offre un panorama imprenable sur la campagne cultivée du Quercy. Mais c'est aussi un jardin privé, secret, qui déroule de multiples cheminements bâtis pour l'amour des plantes. Le végétal dicte sa manière au devenir du lieu. Au pied des plantes, le sol est en fabrication constante. L'entretien est sans pesticides depuis toujours. Catherine vous racontera avec passion l'histoire de ce jardin, des espèces que l'on peut y trouver, de l'entretien naturel, et des bienfaits d'un lieu comme celui-ci. Un vrai lieu de rencontre et de partage où vous repartirez même avec un petit plant.

— Visites guidées d'avril à octobre tous les jours sur RDV. Durée 1h et 2h.

Le Jardin Cantous

Le jardin ornemental du camping les 3 Cantons regroupe un grand nombre de vivaces, arbustes, graminées et rosiers. A partir de juin, il sera possible de venir directement sur place, couper son bouquet de fleurs, avec un prix par tige (dahlias, cosmos, muflers, autres annuelles colorées, fleurs séchées à la fin de l'été). Des ateliers floraux seront aussi proposés cet été. Et si vous souhaitez avoir des conseils sur les

plantes qui poussent bien sur le causse, n'hésitez pas à contacter Nicole, elle répond avec plaisir à vos questions.

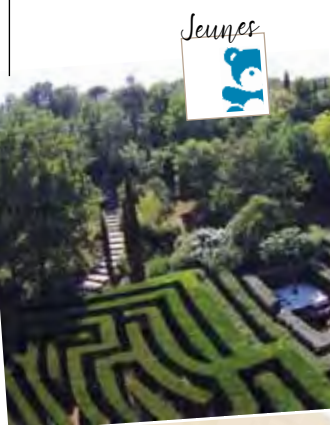
— www.jardincantous.com
instagram@jardincantous



Les jardins du Quercy

Les amoureux et passionnés d'une nature domestiquée, avec souplesse pourront passer une ou plusieurs heures dans le calme, l'observation et la connaissance. Coin pique-nique.

— Cambou, 82330 VERFEIL-SUR-SEYE - Tél. : 05 63 65 46 22



Labyrinthe végétal

Saurez-vous sortir du labyrinthe végétal des Jardins du Quercy ?
 Fou rire garanti pour trouver la sortie avant tout le monde



CULTIVER LE BONHEUR



**DOUCEUR, AUTHENTICITÉ, PARTAGE ET... GOURMANDISE.
LAISSEZ-VOUS ATTEINDRE PAR LA DOLCE VITA
MADE IN MIDI-QUERCY !**



oenotourisme

Parce que viticulture rime avec... Nature !

“

Chez nous, les hommes devraient naître plus heureux et plus joyeux qu'ailleurs, car je crois que le bonheur vient aux hommes qui naissent là où l'on trouve le bon vin.
Léonard de Vinci



Parlons bien, parlons vin

Depuis la fusion des régions, la région Occitanie est devenue première région viticole au monde

Vin et partage !

Après presque 3 ans de label Vignobles & Découvertes, c'est l'heure du bilan ! Nos vignerons et tout le réseau de professionnels du tourisme resserré autour d'eux convoitent le renouvellement de cette reconnaissance nationale. Et ils ont raison ! 3 ans d'efforts malgré un contexte de crise sanitaire plus que contraignant durant lesquels ils ont pu monter en compétence grâce aux formations suivies, toutes les actions de communication auxquelles ils ont participé pour créer de l'attractivité, les événements organisés pour les mettre sous les feux des projecteurs et prouver ainsi leur capacité à nous surprendre et à rester dans la course. Sans compter les médailles reçues au concours général agricole de Paris dans la catégorie "vins" en février dernier qui prouvent bien que le relâchement n'a jamais eu d'emprise sur nos vignerons malgré la crise. Fiers de nos professionnels oenotouristiques ! On n'aura d'autre conseil à vous donner que de les rencontrer, parce que chez nous c'est une histoire de partage et qui plus est autour d'un bon vin, alors on trinque... en toute modération bien évidemment !

www.tourisme-tarnetgaronne.fr/a-voir-a-faire/deguster/vins-du-tarn-et-garonne/vignobles-et-decouvertes/



L'écologie n'est pas une option chez nous !

La preuve en est, les nombreux domaines labellisés bio AB, en biodynamie, HVE... Bref, on ne badine pas avec la nature ici, et ça se voit ! Nos coopérateurs de la cave à Montpezat de Quercy en sont un bel exemple puisqu'ils pratiquent pour la plupart la polyculture contribuant ainsi à la richesse de nos paysages.

www.vins-coteaux-quercy.fr
Tél : 05 63 63 59 66



Les domaines

- Bio :
Domaine de Maillac, Revel, Lacoste, Lafage
35% des coopérateurs
- HVE : **Domaine de La Garde, Guillaud, Chai St-Etienne, Cauquelle**,
50% des coopérateurs

Randoland

En perpétuelle quête de ce qui pourrait occuper nos aventuriers en herbe ! Ne cherchez plus, le domaine de Revel à Vaissac et le domaine de Mazuc à Puylaroque propose aux familles une immersion dans leur environnement avec les balades/ jeu Randoland. Partez à l'aventure sur ces sentiers et frappez ensuite à la porte des domaines qui se feront un plaisir de vous accueillir pour vous faire déguster leurs vins. Jeux adaptés en fonction de l'âge, de 4 ans jusqu'à + de 10 ans. On ne peut pas dire qu'on ne vous aura pas aidés ! Gratuit.

gorges-aveyron-tourisme.com / Fiches disponibles dans offices de tourisme de BRUNIQUEL et MONTPEZAT-DE-QUERCY





On aime !



Un conseil

Accord vin et fromage par la cave coopérative des vignerons du Quercy
Je bois quoi avec un fromage de chèvre fermier ? Un vin blanc Le Mas blanc
Je bois quoi avec un camembert fermier ? Un vin rouge Nouveaux chemins rouges
Je bois quoi avec un fromage bleu ? Un vin blanc 630 Blanc moelleux
Je bois quoi avec un Saint-Nectaire ? Un vin rouge Le bon temp
 Vins en vente à la cave coopérative des vignerons du Quercy

— 4555 route de Paris, 82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY
 Tél. : 05 63 02 03 50 - www.les-vignerons-du-quercy.com



Liuret-jeu

Les secrets du Sud-Ouest

Les vignerons ont le sens de l'accueil même pour les plus jeunes. Un livret-jeu a été spécialement conçu pour eux afin de les occuper intelligemment pendant votre dégustation chers parents ! Ils apprendront plein de choses sur la vigne ! Disponible dans tous les chais du Tarn-et-Garonne.



Vigne et céramique

Pour être au plus près des vignes, initiez-vous à la céramique !
 Emeline Geoffroy, céramiste élue meilleure apprentie de France en décoration sur céramique utilise les cendres pour faire les émaux de la céramique et en l'occurrence celles des vignes du Domaine de Lafage. Une subtile alliance de deux mondes où se mêlent, création, amour de la terre, plaisir et poésie...



Ateliers de tournage et modelage d'1h30 pour petits et grands !
 Individuels, groupes les lundis et jeudis soirs sur réservation.

— Boutique à l'atelier
 L.D PERCHE HAUT
 (lun - vend. de 8h à 19h, sauf mardi)
emelinegeoffroy.com
 Domaine de Lafage
 3340 Route de Paris,
 82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY



Célébrons nos vignobles !

Concerts, portes ouvertes, visites, vendanges à l'ancienne, le vignoble du Quercy et sa voisine la micro appellation Côteaux et terrasses de Montauban s'animent toute l'année !



♥ On aime !

Les animations au Domaine de Cauquelle et au Domaine de Revel

De part et d'autre du territoire géographique du vignoble du Quercy, ces deux-là font parler d'eux ! Adeptes des programmes d'animation bien chargés, il vous faut absolument goûter à l'ambiance ultra conviviale qu'ils transmettent à leurs événements. Apéro concerts, marchés de producteurs, repas champêtres, randonnées dans les vignes, visites guidées, nos amis vignerons savent recevoir ! L'été, c'est quasiment toutes les semaines que le domaine de Cauquelle s'anime autour d'un programme bien ficelé ! Merci Evelynne, Denis, Nadège et Emilien de faire de notre été une fête ! Et de l'autre côté de l'appellation c'est Mickael et Laetitia que nous remercions de proposer toute l'année autant d'occasions de passer de vrais bons moments !

— **Domaine de Revel**

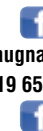
45 chemin des Bragues 82800 VAÏSSAC
 Tél. : 06 77 11 93 31

<https://domainederevel.com>

Cauquelle 46170 Saint-Paul-Flaugnac,

Tél. : 06 82 59 54 59 / 06 79 82 19 65

<https://domaine-cauquelle.fr>



DIMANCHE 8 AOÛT - CASTELNAU MONTRATIER

La fête des vins des Coteaux du Quercy

Bonne nouvelle, c'est un dimanche que nous festoierons ensemble, le 8 août à Castelnau Montratier ! On n'y boit pas un verre, on goûte son plaisir, on le partage ! La fête des vins des Coteaux du Quercy c'est d'abord une rencontre avec ses vignerons passionnés. Depuis 2019, on célèbre particulièrement le label Vignobles & Découvertes, 3 ans déjà ! Un engagement vers la qualité qui se traduit également par le nombre croissant de labels environnementaux obtenus depuis quelques années, Haute valeur environnementale, AB Bio, biodynamie, nos vignerons sont proches de la nature, la préservent et vous le prouvent... Une passion qui se fête avec l'envie furieuse de vous la partager ! Un événement haut en couleurs qui témoigne d'une identité forte qu'il vous faut absolument connaître !

— Plus d'infos - Tél. : 05 63 02 05 55





TOUT L'ÉTÉ

Visites et dégustations

Cave coopérative des vignerons du Quercy

Une coopérative à taille humaine qui regroupe aujourd'hui 24 producteurs pour 120 hectares de vignes réparties sur les terroirs de l'AOP coteaux du Quercy. Dans ce pays où les exploitations sont petites, la polyculture est reine. Ainsi, s'il n'y a pas une grosse concentration de vignes, ils n'ont pas non plus les soucis qui y sont liés. Des terres neuves et saines sont disponibles pour les replantations, et la pression des maladies de la vigne est moindre. La polyculture, premier précepte de la biodynamie, serait-elle l'avenir de la viticulture ?

- Visites et dégustations tous les mardis à 18h et vendredis à 11h en juillet et août au tarif de 5€/personne.

- Portes ouvertes : 1^{er} samedi de juin, 1^{er} samedi de décembre

- Pour les enfants : découverte des arômes et jus de fruit offert !

Soirées concert en juin et décembre.

— 4555 route de Paris,
82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY

Tél. : 05 63 02 03 50

www.les-vignerons-du-quercy.com



JAZZ ET VIN

Festival Bleu Trompette

Ce rendez-vous incontournable pour les amoureux de jazz et pour ceux que la musique anime, offre un cocktail de notes bleues entre grands noms du jazz et nouvelles générations. L'âme de ce festival se crée également grâce à la place qu'il donne à tous ceux qui contribuent à la richesse du territoire. Le vignoble du Quercy a en effet une place de choix !

Journée de lancement le 25 juin à 19h repas concert avec Arredalh Orchestre au domaine de Gabachou, où l'accueil convivial n'est plus à prouver !

Soirée de clôture le 22 octobre à 19h avec repas concert en intérieur avec le groupe Bourbon street.

Retrouvez le domaine de Gabachou tout l'été sur les marchés gourmands !

— Domaine de Gabachou

2895, Route de Paris

82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY

www.gabachou.fr

— Festival du 20 au 23 juillet 2022

4 soirées de concerts gratuits en plein

www.bleutrompette.fr

IGP COTEAUX ET TERRASSES DE MONTAUBAN

La fête des vendanges

Domaine de Montels à Albias, le premier week end de septembre

C'est désormais une tradition puisqu'on atteindra cette année la 18^{ème} édition de cette fête. Mais chaque année est une première, avec l'émotion, la satisfaction, la fierté de faire découvrir un savoir-faire, un patrimoine, des traditions. La famille Romain et son équipe rassemble tous les ingrédients d'une belle fête autour de ce qui reste le cœur de l'événement : les vendanges à l'ancienne auxquelles chacun peut participer, du plus petit au plus grand. Organisé dans le cadre de fermes en fêtes.

— Tél. : 05 63 31 02 82

<http://vignoblesromain.com/>



Pour les amateurs de vins nature

Vous pouvez télécharger l'application raisin, elle recense les bars, caves et restaurants qui proposent des vins au naturel. Pour l'instant très peu de choix en Tarn-et-Garonne, si vous connaissez des établissements qui vendent des vins nature (au moins 20% de leur offre) n'hésitez pas à leur proposer de faire la démarche pour apparaître sur l'application.

IDÉE EN
MIDI
QUERCY

DOMAINE D'ANTOCYÂME

« Partons au Domaine d'Antocyâme à la Salvetat-Belmontet, où Muriel Zoldan, installée depuis 2017 produit du vin nature dans la micro-appellation IGP Coteaux et Terrasses de Montauban.

Cénologue et chimiste de formation, elle fait du vin depuis une vingtaine d'années. Elle cultive 13 cépages pour n'en faire que du vin nature, un choix éthique et personnel qui lui tient à cœur.

Qu'est ce que du vin nature ? Contrairement au vin dit conventionnel, les vins naturels n'ont aucun additif (intraité et sulfite).

Dans ses vins, que du raisin, la vinification se fait avec le minimum d'intervention. Elle cultive ses vignes en agriculture biologique et les vendanges sont manuelles. Une autre particularité de ses vins, c'est la vinification, allant de la classique barrique en bois aux jarres géorgiennes enterrées,

Muriel travaille sur les ondes de forme, selon la forme et la matière le vin n'aura pas le même goût ! »

Mouna et Sandie

Vous pouvez retrouver ses vins directement au domaine ou à Lacave, soit à Saint-Antonin-Noble-Val et à la cave de Montalban à Montauban. Visites et dégustation sur RDV.

— Domaine Antocyâme,

445 chemin des falgasses

82230 LA SALVETAT-BELMONTET

Tél. : 06 74 91 28 23

muriel@antocyame.com



Portrait de nos vignerons en vidéos

Le vignoble du Quercy se raconte... Qui se cache derrière ce vin que nous dégustons, apprécions, quelle histoire peut-on découvrir derrière chaque bouteille ?

Podcasts sur cfmradio.fr Rubrique Thémas





BON, LOCAL convivial

Venez goûter nos spécialités et profiter de notre hospitalité !



Les brasseries locales

Le Bélier

Dans cette brasserie, tout est fait sur place, de la cuisson jusqu'à la mise en bouteille, et les ingrédients sont issus (si possible) du territoire proche. Ils élaborent des recettes pour chaque saison. Passez les voir, ils se feront un plaisir de vous expliquer chaque bière et vous conseiller selon vos goûts. Chez eux tout se recycle à l'image de leur mobilier : chaises d'école, gros bidons en guise de tables, assises des tabourets en sacs de malt. De vieux tanks à lait ont été réhabilités en cuves pour la cuisson du malt et du houblon. Côté déchets, ils alimentent les animaux d'éleveurs du coin et les résidus de houblon font un excellent compost.

— Brasserie Le Bélier
Zone Artisanale de Fontales,
82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 07 86 00 67 59

Le Baltringue

En choisissant ce nom pour nommer sa bière, Julien a voulu adresser un clin d'oeil à ses amis et collègues, circassiens et baltringues. Julien a construit lui-même le bâtiment à partir de ses compétences de charpentier. Il s'étale paisiblement entre une haie peuplée d'oiseaux et un jardin permacole dans lequel les écosystèmes et le biotope sont protégés.

Sur place vous trouverez leurs bières biologiques et locales que vous pourrez ensuite déguster, où vous voulez ! Il y a plein de petits endroits charmants qui vous attendent ici. Si vous le souhaitez, réservez sur le site et passez les retirer à la brasserie, pendant les horaires d'ouverture.

— Brasserie Baltringue
Lieu-dit Vigueris 82160 PARISOT
Tél. : 06 78 17 42 22/ 06 18 22 55 00
www.brasseriebaltringue.fr

La Cabane

La Cabane, c'est une microbrasserie située à Caylus. L'ensemble du projet a été réfléchi pour avoir un impact modéré sur l'environnement : récup' et occasion, ingrédients locaux et bio, rendement énergétique, circuit de distribution court, valorisation des sous-produits à travers de la nourriture animale et du compostage... Impossible d'être parfait, mais limiter l'impact de la brasserie est une priorité de longue haleine. Les céréales sont cultivées en Occitanie, les houblons viennent d'Europe, L'IPA vient de fermes catalanes et la levure utilisée d'un petit labo indépendant, une manière d'éviter les levures déshydratées issues de grands labos. L'ensemble des ingrédients est d'origine biologique. « Le brassage se présenta à moi comme

une incroyable alchimie, qui permet d'associer des ingrédients simples, traités dans les règles de l'art, que j'aimerais rendre accessible au plus grand nombre ».

— La Cabane
Z.A Pech de Rondols 82160 CAYLUS
guillaume@brasseriela cabane.com
Tél. : 06 11 57 63 77





Des troquets engagés

VAREN

Le Bouiboui du Pays

Un lieu fabuleux pour aller manger ou déguster une bière locale (ou un petit verre de vin) en plein air ! L'association Bambou's vous propose un lieu convivial, le Bouiboui du Pays, la restauration est assurée par Sarah de « La guinguette qui bouge avec de bons produits locaux ! Ouvert tous les jours midi et soir tant que le temps le permet.

— Passage à niveau n°48 – lieu dit Cambous, Arnac
82330 VAREN - Tél.: 06 58 91 99 57



VERFEIL-SUR-SEYE

Associatif Maison de la Halle

Le drive solidarité : un samedi par mois, l'association cuisine avec des produits locaux une cinquantaine de repas solidaires. La vente de ces repas sert à alimenter la caisse de l'association pour aider des gens dans le besoin. Plat végétarien prix 6 ou 7 € Le Café associatif propose des bières locales (Bélier, Baltringue, Oxit), du vin bio et local et du kombucha fabriqué artisanalement à proximité. Ouvert les mercredi et samedi (en fin de journée) et dimanche matin.

— La Maison de la halle Place de la Halle
82330 VERFEIL-SUR-SEYE - Tél. : 06 15 62 57 61
lamaisondelalahalle.verfeil.net/



MONTPEZAT-DE-QUERCY

Resto snack du Camping Le Faillal

Ce resto-snack situé dans un cadre idyllique intègre de bons produits locaux dans ces repas et collations. Le Faillal vous propose aussi :

- Dépôt vente de produits alimentaires issus de la permaculture
- Paniers préparés par des producteurs locaux (Jardin d'Ernestine, Rémi Panchou)
- Les meilleurs vins du coin dont notamment ceux labellisés Vignobles & Découvertes et de la bière locale Ratz et des moments privilégiés de présentation des produits par les producteurs.
- Découverte du terroir local grâce à des animations organisées par les associations locales : concours de pétanque, randonnées, rencontres... Alors, n'hésitez pas, un pot d'accueil vous convaincra ! Ouvert de mai à septembre.

— 45 rte Faillal 82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 02 07 08 _ campingdufaillal@gmail.com
www.parcdufaillal.com



MOLIÈRES

La paillote

Une nouvelle équipe vous accueille dans un cadre bucolique au bord du lac de Molières. Pour les petites fringales aux envies de produits locaux de saison dans une ambiance assurément conviviale. Ouvert tous les jours à partir de mi-juin.

Snack 11h/19h

Restauration 12h15-14h15/ 19h-22h

— Chemin du Lac, 82220 MOLIÈRES

Tél. : 06 83 38 20 05 ou au 06 45 98 46 29

PARISOT

Guinguette « Les poissons volants »

Un super spot en bord de lac de Parisot vous accueille dès les beaux jours ! Les Poissons volants, c'est un restaurant et bar à tapas qui fait aussi des barbecues avec de bons produits locaux. C'est aussi un lieu qui organise des animations en toute convivialité : concerts, ciné plein air...

Si vous passez par-là, n'hésitez pas !

Ouvert du 1er avril au 31 octobre. Formules du midi, snack, plats à partir de 12 €. Chèque Vacances. Accueil des groupes. Chaises bébé. Terrasse. Vente à emporter. Lac de Parisot - trampoline.

— PARISOT - Tél. : 07 57 06 37 28

guinguettepoissonsvolants@gmail.com



CAYLUS

Les galettes de Cécile

Cécile a inventé le concept de la crêperie, savez-vous ce que c'est ? C'est à la fois une crêperie et une épicerie. Les crêpes y sont faites à la mode bretonne mais avec des produits locaux du Pays Midi-Quercy. L'épicerie propose la vente de divers produits locaux, miel de Vaissac, lentilles de Septfonds, tisane du Quercy, escargots, bière de Caylus, jus de pomme et pétillant de Montauban ainsi que des petits gâteaux maisons. Cécile a aussi souhaité proposer les objets de nos meilleurs artisans locaux : bois tourné de Loze, chapeaux de Marieckou de Septfonds, décorations bois de Shpela, hydrolats et savons de Verfeil.

Ouvert toute l'année, mardi au samedi le midi, vendredi soir et l'été le samedi soir.

— 1 place de la bascule
82160 CAYLUS

Tél. : 07 49 38 24 82



CAZALS

La guinguette de Cazals

Testé re-testé et plus qu'apprécié, ce lieu a le pouvoir de vous faire déconnecter : en bord d'Aveyron dans un écrin de verdure. Ce qui est sûr c'est qu'ils sont engagés pour réduire leur impact sur l'environnement. Une micro-ferme sert à recycler tous les déchets alimentaires issus du restaurant (cochons, chevaux...). Ils trouvent des alternatives aux emballages pour réduire leurs déchets et proposent le sucre en vrac, des pailles recyclables et des serviettes en papier recyclé. Sans compter le principal, leur cuisine bien sûr aux couleurs locales parce qu'ici la qualité et la proximité sont de rigueur, ils partagent même leur liste de fournisseurs sur leur site ! Ouvert de mai à septembre.

— Lieu-dit Caillol - 82140 CAZALS - Tel: 05 63 68 20 84
www.laguinguettedecazals.fr/



Des restos aux couleurs locales

Ils subliment les produits locaux et valorisent notre territoire, nos restaurateurs sauront faire frémir vos papilles !

*Nos cartes
maîtresses*

PUYLAROCQUE

Restaurant Les sens

Sa cuisine fusion, fruit de ses nombreuses expériences à travers le monde, sublime les produits locaux soigneusement sélectionnés.

En saison Thierry Psonka vous fait voyager autour de la truffe.

En façade, un petit jardin de plantes aromatiques vous accueille et vous intrigue déjà par sa diversité. Une invitation à la curiosité et au voyage.

Ce restaurant est une pure pépite qui porte bien son nom, tous vos sens sont en ébullition ! Digne d'un étoilé !

— 2 place de la libération

82240 PUYLAROCQUE - Tél. : 05 63 02 82 25

www.restaurantlessens.com



MONTPEZAT DE QUERCY

La table du cardinal

On pourrait croire assurément que Montpezat-de-Quercy, la médiévale, doit sa renommée à sa collégiale du XIV^{ème} siècle et à ses tapisseries flamandes, uniques au monde. Oui, mais pas que ! Asseyez-vous à la table du Cardinal et partez à la découverte de notre territoire. Entre cuisine actuelle et fantaisies exotiques, le chef Alexandre décline les produits locaux et sublime l'identité de notre territoire.

— 13 Rue de la République

82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY

Tél. : 05 63 64 47 50

latableducardinal.fr



MONTEILS

Le clos Monteils

Charme et Saveurs, Le chef Bernard Bordaries élabore une cuisine évolutive bistronomique au goût du jour selon le marché et les saisons. Bref ils ont tout compris !

— 7 Chemin du Moulin - 82300 MONTEILS

Tél. : 05 63 93 03 51 - 06 23 04 12 59

www.leclosmonteils.fr



*Nos bonnes
adresses*

CAUSSADE

La table d'Alice

"Entrer à la Table d'Alice, c'est un peu comme préparer son voyage au cœur de cette belle région qu'est le Quercy. Entre la côte de cochon noir bio de saint-Georges et le cassoulet aux 4 viandes, le voyage promet des surprises à chaque escale.

— 24 Rue Moissagaise, 82300 CAUSSADE

Tél. : 09 86 26 57 79 - www.latabledalice.com



ST ANTONIN-NOBLE-VAL

Le Festin de Babette

Au bord de l'Aveyron, une cuisine à la fois traditionnelle et inventive faite de produits frais et régionaux, adaptés aux exigences des saisons. Une adresse qui ne nous a jamais déçus !

— Route de Marsac 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. : 05 63 31 69 03



BRUNIQUEL

Le Délice des papilles

Florian Bessede est un passionné qui aime son terroir et met un point d'honneur à travailler avec des produits locaux et de saison. Dans son restaurant tout est fait maison, même les glaces. Epicerie fine et locale. Bar à vins locaux aussi !

— Le Burgarel - 442 route des gorges de l'Aveyron - 82800 BRUNIQUEL

Tél. : 05 63 20 30 26 - ledelicedespapilles.fr/



BRUNIQUEL

Café Elia

Imaginez vous dans un petit village médiéval au charme unique où le temps s'est arrêté, sauf dans votre assiette ! La cuisine servie est simple mais très réussie à base de produits locaux et de saison : tartes et crumbles (le crumble salé est une tuerie !), soupes et gratins en hiver.

— Rue Droite, Place. de l'Horloge

82800 BRUNIQUEL - Tél. : 05 63 24 19 87



MONTPEZAT-DE-QUERCY

Le Pré de Montpezat

Nouvelle adresse Vignobles & Découvertes et pas des moindres, le chef peut être fier de sa cuisine qui ravit les clients «Le meilleur dessert de notre vie». Rien que ça !

— 2455 route du Quercy blanc

82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY

Tél. : 05 63 65 94 33



LES
PETITS
NOUVEAUX

Chez Fernand

— 10 Grand rue 82440 MIRABEL - Tél. : 05 63 02 77 51

Le restÔBistro

— 151 Grande rue, 82160 SAINT-PROJET - Tél. : 05 63 93 27 39

Les Tontons zingueurs

— Rue Alphonse de Poitiers 82330 VERFEIL-SUR-SEYE

Tél. : 09 50 25 44 43



Les fermes auberges, du pré à l'assiette !



Au goût du terroir

MIRABEL

MOLIÈRES

La ferme auberge Du Coutié

La famille Lafargue vous attend en ce lieu authentique où vous découvrirez les spécialités de Josette dont sa délicieuse "croustade" maison ! L'assiette est sincère et généreuse. Foie-gras, cassoulet, tourte au confit, poule farcie, galantine de dinde, coq au vin, croustade du Quercy maison. Réservation obligatoire midi et soir.

— Coutié, Espanel 82220 MOLIÈRES
Tél. : 05 63 67 73 51



LOZE

Le mas de Monille

L'été sous le marronnier légendaire et centenaire, vous pouvez déguster le porc noir gascon à la broche ainsi que les volailles de Caussade rôties. En hiver, dans une salle à l'architecture très typique du causse du Quercy, proche d'un feu de cheminée, venez déguster les cassoulets ou la poule farcie. L'ensemble des viandes et charcuteries servies à l'auberge sont issues de l'exploitation et élaborées par leurs soins. En été, l'ensemble des légumes sont cultivés sur la ferme. Une adresse que l'on adore ! Réservez !

— Mas de Monille 82160 LOZE
Tél. : 05 63 65 76 85



Gîte Nat'ure

Située sur les côtes du Bas Quercy, au cœur d'une ferme en agriculture biologique depuis 2002 cette agréable maison en partie en pierres et en bois a été restaurée dans des matériaux écologiques et sains. Entre plantation de pruniers d'Ente, fraises, légumes, aromatiques, sapins, forêts et lacs... Vous trouverez votre bonheur ! Paniers de fruits et légumes bio de la ferme et de saison.

— Nathalie Cabos et Gérard Barboyon, 885, route du Foyt 82440 MIRABEL
Tél. : 05 63 31 17 53 - 06 77 60 11 44

PUYLARQUE

Chambres d'hôtes, Les hauts vallons

Perchée sur les vallons de Puyaroque cette demeure de charme offre tous les atouts "séduction" surtout pour les gourmands. Leur petit-déjeuner façon brunch vous dresse déjà un beau portrait du territoire dans l'assiette. On les aime aussi pour leur écoresponsabilité : meubles de seconde main et les poules, ânesse, moutons, oies participent à l'entretien des 2,3 ha de parc, un vrai éco-pâturage !

— 401 Chemin pech des treilles 82240 PUYLARQUE
Tél. : 06 44 26 43 77

NOUVEAU



FOODtrucks

Les « food trucks » du Pays Midi-Quercy, se sont développés sur le territoire depuis quelques années. Ces camions ambulants, loin de se cantonner à du snack, sont de véritables restaurants alliant produits locaux et gastronomie. Alors n'hésitez pas ! Vous trouverez dans ces établissements des petits plats pour vos repas du midi ou des grands plats version service traiteur pour vos événements !

MARMITE ET CIE

Caussade - parking de Sedona
Lundi de 11h à 14h

Nègrepelisse - parking de la poissonnerie, Jeudi et vendredi de 11h à 14h

— Lucie Bounaudet - Tél. : 06 52 69 55 47

AUX GOÛTS DU JOUR

Puyaroque devant boulangerie
mardi et mercredi de 16h à 18h

Puyaroque village mardi 9h à 14h

Septfonds - marché mercredi

Caylus station service jeudi 9h à 14h

— Pascal Algans - Tél. : 06 35 25 19 09

ON THE RAWD AGAIN

Monclar-de-Quercy au GAC tous les jeudis commande via le site

www.local.ht/gac-monclar-de-quercy

Bruniquel au GAC tous les lundis

www.local.ht/gac-la-fabrique-du-coin

Montauban Biocoop tous les mercredis

www.local.ht/biocoop-montauban

— Lucile Graille - Tél. : 06 30 18 51 21

BOUBOU DU PAYS :

LA GUINGUETTE QUI BOUGE

Restauration sur place ou à emporter, itinérante sur demande

— Sarah Belcher - Tél. : 06 58 91 99 57

Lieu dit Cambous, Arnac 82330 VAREN

LA MEZCLA À SEPTFONDS

Du mercredi au dimanche midi et soir avec réservation 24 h à l'avance pour garantir des produits frais.

— Plaine de Mignot 82240 SEPTFONDS

(sortie de Septfonds sur la rte Cayriech

Puyaroque passant par le hameau Lalande)

Tél. : 06 78 25 43 27 - lamezcla.fr



VOYAGES SUCRÉS

Sur les marchés de Caylus

Tél. : 06 14 34 08 90

voyagessucres@hotmail.com





PLUS FORTS ensemble

Les projets alimentaires territoriaux (PAT) ont pour objectif de relocaliser l'agriculture et l'alimentation dans les territoires en soutenant l'installation d'agriculteurs, les circuits courts ou les produits locaux dans les cantines. Ils sont élaborés de manière collective : collectivités, entreprises agricoles et agro-alimentaires, artisans, citoyens ...



Un des premiers projets labellisés en France en 2017, le PAT du Pays Midi-Quercy a été reconduit et évolue en intégrant de nouveaux partenariats. Ensemble, on est plus fort et on a plus d'idées.



- 1** Développer les circuits courts en accompagnant les cantines vers un approvisionnement local et de qualité, en valorisant les acteurs de l'alimentation locale, en encourageant la participation citoyenne et les groupements de producteurs.
- 2** Valoriser le terroir et notre patrimoine gastronomique
- 3** Sensibiliser les plus jeunes au lien entre alimentation et santé
- 4** Développer l'auto-production des habitants (jardins partagés ou collectifs, permaculture, jardinage, ateliers cuisine pour valoriser les légumes ou les plantes glanées)
- 5** Accompagner l'installation agricole. Accompagner le monde agricole vers l'agroécologie et l'adaptation au changement climatique via des échanges de pratiques pour pérenniser la dynamique agricole.

paysmidiquercy.fr/les-produits-en-midi-quercy

NOUVEAU

La résilience, tout un concept !

Maraîchage à La Ferme du Moulin de la Vignasse

Julie et Clément ont repris la ferme caprine autour d'un moulin à eau du XV^{ème} siècle et ont souhaité allier cette activité à celle du maraîchage. Ainsi l'année 2022 verra s'ajouter un atelier production de plants, d'une partie des semences et de légumes. Cela permettra de mieux valoriser le fumier des chèvres et de générer des épluchures fraîches pour les poules. Le maraîchage se fera sur 5000 m² en agriculture biologique et en sol vivant (non travail du sol). La construction de deux serres bioclimatiques est déjà prévue pour permettre de produire plus longtemps. Pour plus d'autonomie fourragère des chèvres, ils souhaitent mettre en place du pâturage tournant dynamique avec



un système de parcs pour suivre et optimiser la pousse de l'herbe en bougeant les chèvres tous les 2-3 jours. L'installation d'arbres fourragers sur les parcours des chèvres est

prévu pour leur permettre de manger même en période de sécheresse. Toujours plus d'autonomie et de résilience face au changement climatique !

Fromage AOC Rocamadour et autres fromages de chèvres, vente directe à la ferme tous les mercredis de 15h à 19h. Au marché de CAYLUS samedi matin et marché de ST-ANTONIN-NOBLE-VAL dimanche matin.

Ferme du Moulin de Vignasse 82160 LOZE

Tél. : 05 63 24 08 31 



Santé ALIMENTATION

La santé est dans votre assiette !



La Spiruline

La ferme Paysanne du Majanet vous présente, la spiruline : « le super aliment du futur depuis 3.5 milliards d'années ! » Fabien et Laurie Gourrat produisent cette algue : elle est cultivée, récoltée, façonnée en pays Midi-Quercy par leurs bons petits soins en culture biologique et écologique. Leur spécialité ? L'alliance de l'apiculture et de la spiruline pour des mélanges ultra bons pour la santé !

— GAEC du Majanet à St Peyronis
82160 LACAPELLE LIVRON
Tél : 09.80.45.66.26 / 06 13 45 14 53
fermedumajanet@gmail.com



Plantes et préparations

En Pays Midi-Quercy : des plantes et des produits vertueux pour une bonne santé, de l'énergie donnée par la nature !

Fred cultive des plantes chez lui mais pratique aussi la cueillette de plantes sauvages en pleine nature. Avec ces plantes, il confectionne diverses préparations destinées autant à la cuisine qu'au soin : tisanes, huiles, macérats de bourgeons, teintures mères. En vente chez «les galettes de Cécile» à Caylus, Sedona... ou chez Fred directement. Visites des jardins sur demande. Cet amoureux de la nature propose aussi des randonnées botaniques. Toute l'année.

— Frédéric Blondeau - Jardins- Route de Montricoux
82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. : 06 12 93 84 07
frederic.blondeau@syndicat-simples.org

Annie est productrice de plantes aromatiques et médicinales. Elle les cultive en agroécologie selon les principes de l'agriculture biologique (mais non certifiée) et en tant qu'adhérente au syndicat SIMPLES respecte un cahier des charges encore plus strict ! Des infusions, simples et composées, des huiles de macération solaire, etc... En saison, Annie propose aussi des plants d'aromatiques et médicinales. Vente à la ferme sur rdv. Points de vente : GAC de Monclar / stands foires aux plantes

— Annie Debacque - Route de Saint Etienne
82230 MONCLAR-DE-QUERCY - Tél. : 05 63 31 98 77

Marie et son jardin, où poussent des plantes aromatiques plantes médicinales. Via son site procurez-vous ses plantes et plein de préparations : sirops, huiles et vinaigres aromatiques, huiles solarisés, pesto frais, hydrolat, élixir du suédois, vinaigre des 4 voleurs...

— Marie Bélouard, 74, chemin de St Symphorien 82240
PUYLARROQUE - Tél. 05 63 31 29 21 - www.pourfairesimple.com

GELÉE ROYALE ET PROPOLIS

De la gelée royale et la propolis en certification biologique à côté de chez vous ! La gelée royale est un véritable allié face à la fatigue ou aux aléas des changements de saison. Pour votre bien-être et votre santé au quotidien, pour vous soutenir dans vos travaux intellectuels intenses, vos périodes de révisions, vos préparations ou performances sportives, la gelée royale pourra vous être d'une aide remarquable grâce aux différentes vitamines et minéraux qu'elle contient. Vous pouvez également en prendre en prévention aux intersaisons afin de renforcer le système immunitaire. La propolis est l'alliée de la gorge. Récoltée par les abeilles sur certains bourgeons d'arbre, elle protège la ruche des microbes en agissant comme un véritable désinfectant naturel pour les abeilles. On l'utilise beaucoup pour calmer les maux de gorge, nettoyer la bouche et libérer les voies respiratoires.

— Giani Costanzo apiculteur producteur
Bee au Top, Le rucher de Fontabeille à St Hugues
82240 PUYLARROQUE - Tél. : 06 64 13 36 85
beeeautop@orange.fr





LOCALS

Le savez-vous ?

L'agriculture en Pays Midi-Quercy représente

- **50% de la superficie**
- **1300 exploitations**
- **2000 emplois**

LES MARCHÉS DE PLEIN VENT

Lundi matin ■ CAUSSADE
 Mardi matin ■ NEGREPELISSE ■ CAYLUS
 Mercredi matin ■ SEPTFONDS ■ ALBIAS ■ LAGUEPIE
 Jeudi matin ■ MONCLAR-DE-QUERCY
 Jeudi fin d'après-midi ■ SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
 Vendredi matin ■ MONTRICOUX ■ PARISOT ■ MOLIERES
 Vendredi soir ■ SAINT-ETIENNE-DE-TULMONT ■ MIRABEL (18h - juillet et août)
 Samedi matin ■ VAREN ■ CAYLUS ■ MONTPEZAT-DE-QUERCY ■ REALVILLE
 Dimanche matin ■ SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL ■ NEGREPELISSE ■ LAGUEPIE
 ■ MONCLAR-DE-QUERCY (juillet et août)



Goûtez Le Pays Midi-Quercy !



6

TOURISME DURABLE

On mange local !

Parce qu'on voyage aussi dans l'assiette, dégustez toutes nos saveurs locales et de saison. Allez, on vous donne le bon plan : connectez vous au site et vous aurez toutes les bonnes adresses pour manger local, sans compter votre soutien à l'économie locale, merci !

— paysmidiquercy.fr/les-produits-en-midi-quercy/

Des productions diversifiées, complémentaires et de qualité !

La variété géologique des sols du Pays Midi-Quercy favorise une production agricole très diversifiée et complémentaire : arboriculture, viticulture, élevage, grandes cultures...

L'agriculture en Pays Midi-Quercy représente 50% de la superficie et 1300 exploitations. La charte produits en Midi-Quercy permet d'identifier les producteurs vendant en circuits courts de proximité des produits de qualité.

L'agriculture en Pays Midi-Quercy représente 2000 emplois (-30% en 10 ans), manger local c'est aussi créer de l'emploi à côté de chez soi ! En mangeant des aliments de saison, on respecte le cycle naturel des productions, on consomme des aliments frais, on diminue le risque de pollution et on obtient un goût inégalé !



130 acteurs locaux, producteurs, artisans, restaurateurs, commerçants, acteurs culturels, collectivités sont engagés pour une alimentation locale, durable et de qualité via la Charte "produits en Midi-Quercy"

— paysmidiquercy.fr/les-produits-en-midi-quercy/



LA FÊTE DE LA CHATAÎGNE À LAGUEPIE

Ici, c'est une institution, personne ne pourrait imaginer rater la foire à la Châtaigne. Vous ne me croyez pas? Et pourtant, chaque année ce sont plus de 10 000 visiteurs qui se rassemblent dans la capitale officielle de la châtaigne, j'ai nommé Laguëpie ! Alors, ne soyez pas le seul à manquer ça, rdv le dernier dimanche d'octobre.

— Bureau d'information touristique LAGUEPIE

Tél. 05 63 30 20 34





C'est du direct



Fermiers des 3 rivières à Verfeil-sur-Seye

17 producteurs de produits fermiers issus de l'Aveyron, du Tarn et du Tarn-et-Garonne ont décidé de se regrouper en association pour mettre en valeur leur travail et leurs produits et redynamiser le village de Verfeil-sur-Seye. Défi relevé ! La boutique vous propose des légumes, fruits, huiles différentes, oeufs, charcuterie, viande fraîche, volaille, foies gras et confits, fromages, yaourts et vins du terroir.

Les mercredi et samedi de 16h30 à 19h30 et le dimanche de 9h30 à 12h30

— Fermiers des 3 rivières

Al Barri 82330 VERFEIL - Tél. : 05 63 65 46 81

Le saviez-vous ? 70% des achats alimentaires se font encore en grande surface. Alors comment faire ?

Vente directe à la ferme, commerces locaux, les paniers, AMAP (association pour le maintien d'une agriculture paysane), GAC (groupement d'achats citoyens), boutiques de producteurs locaux, vente directe par internet, marchés....

Le drive de Molières

Petit par sa taille mais grand par sa qualité. Commandez et récupérez vos denrées les vendredis en fin de journée à la salle Pyramide à côté de la mairie.

— www.cagette.net/ tapez Molières 82

Le drive de nos fermes

Ils se sont regroupés à plusieurs producteurs pour vous proposer des produits locaux, de qualité et préparés avec soin. Commandez du vendredi au lundi et retirez votre panier le mercredi suivant sur les points de retrait de Montauban, Albias et Réalville et jeudi pour ceux de Saint-Antonin-Noble-Val et Villefranchede-Rouergue.

— <https://drivedenosfermes.fr/>

Jardin Gorges de l'Aveyron plus de 20 ans d'existence !

Toute l'année abonnez vous pour recevoir vos paniers de légumes locaux, bio et solidaires. Ces jardins maraîchers biologiques ont une vocation d'insertion sociale et professionnelle, un bel exemple de projet économique social et solidaire qui marche.

— Tél : 05 63 30 94 37 - cocagne82.com

Les Casiers de nos fermes !

Retrouvez les produits dans les casiers libre-service au domaine de Montels à Albias ! Pour voir les produits actuellement en vente dans les casiers.

— <https://filbingbox.fr/casiersdenosfermes/>

D'autres groupements existent sur le département : allez à la rencontre de Huit2Bio et Drive Fermier 82 !

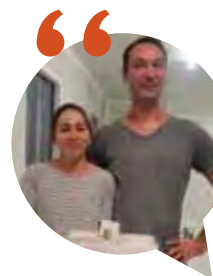


CIRCUITS COURTS BONJOUR !

Écoutez notre chronique mensuelle dans le Mag du Pays Midi-Quercy tous les 3^{èmes} lundis du mois sur CFM radio. Focus sur nos producteurs engagés !



Portrait La Chèvre de Mathilde



«Avis aux amateurs de fromages de chèvre ! Nous arrivons à Vaïssac sur la petite exploitation de Laurent et Mathilde, c'est avec le sourire qu'ils nous accueillent. Installés depuis 2018, ce sont des passionnés qui mettent un point d'honneur à proposer des produits de qualité et à garantir le bien-être de leurs chèvres. Tout est fait sur place, la totalité de leur production de lait est transformée en fromages ou en yaourts avec une large sélection

de fromages au lait cru, de la traditionnelle bûche à la tomme, crottin nature ou aromatisé et l'incontournable Cabécou. Ils proposent également des yaourts natures ou aromatisés. La gourmandise n'est jamais très loin, l'une de nous a acheté quelques fromages, « une tuerie », mention spéciale pour le crottin au cumin ! Ici les vraies stars de la ferme, ce sont les chèvres. Elles ont accès à 4 hectares de prés toute l'année, nourries sans OGM au foin, à la luzerne et au trèfle pour garantir un lait de qualité avec une seule traite par jour pour ne pas fatiguer l'animal. Tout pour un fromage de chèvre de qualité !» Mouna et Sandie.

Marchés de Montauban (samedi matin) et Nègrepelisse (mardi matin).

Vente à la ferme les mercredis de 14h à 17h. A partir de mai, colis de viande de chevreau.

— La chèvre de Mathilde

3345 route des Teularios 82800 VAISSAC - Tél. : 06 69 45 75 61

Drive fermier 82 : www.drive-fermier-82.fr

Groupements d'achat à Monclar-de-Quercy et Bruniquet

<https://www.cagette.net/>



À FAIRE !



TRACTOMANIA

15 ET 16 OCTOBRE 2022

À CAUSSADE

Grande bourse d'échange internationale, Tractomania prend position au cœur de la cité du chapeau, pour deux jours de fête, autour des vieux tracteurs et pièces détachées, accessoires et produits dérivés. Un des événements les plus populaires du Tarn-et-Garonne avec plus de 30 000 visiteurs l'année dernière !

— <http://www.tractomania.fr/>



SAVOIR-FAIRE & création

De la maîtrise technique à la performance artistique,
la création se veut multiple en Midi-Quercy.



SAVOIRS

Artistes et artisans d'art

IDÉE EN
MIDI-
QUERCY

LA CÉRAMISTE EMELINE GEOFFROY

Emeline est céramiste contemporaine depuis plus de 10 ans, elle a été sacrée meilleure apprentie de France en décoration sur céramique. À partir d'une balle d'argile, elle met en forme un pot grâce à la technique du tournage. Mais ce n'est que le début, il ne faut pas moins de 3 semaines pour terminer une pièce ! Après le tournage, il faut laisser sécher les pièces au moins 15 jours pour enlever le surplus d'humidité avant de faire une première cuisson. Après refroidissement les pièces sont émaillées avant de passer à la deuxième et dernière cuisson. Emeline propose de partager son savoir-faire, grands et petits (à partir de 6 ans) peuvent prendre des cours de tournage et de modelage. N'hésitez pas à passer à son atelier pour découvrir sa boutique, principalement de l'art de la table mais aussi quelques petites pièces de décoration, le tout dans un style très contemporain et minimaliste.

Vous pouvez également retrouver ses pièces à la boutique d'artisans et artistes Fourmillard rue du Portail Alban à Cahors, ou à la quincaillerie de Monpezat-de-Quercy.

551 route du 6 juin 1944

82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. : 06 74 57 18 96



LES RENCONTRES DES MÉTIERS D'ART

BRUNIQUEL 3 ET 4 DÉCEMBRE 2022

Qui a dit qu'il ne se passait rien en hiver ? Chez les autres peut-être, mais pas chez nous ! La période de Noël est très attendue, pour le père Noël oui d'accord, mais également pour notre rendez-vous annuel des rencontres créateurs à Bruniquel. Un moment très chaleureux (merci le vin chaud) où les créateurs de Bruniquel et leurs voisins viennent nous donner plein d'idées cadeaux... à souffler au Père Noël !

Plus d'infos : <https://www.bruniquelmetiersdart.com/>





Le marché des potiers CAYLUS 15 AOÛT 2022

Ça dépote ! à Caylus le marché des potiers, c'est une institution. Qui croit tout connaître de ce savoir-faire artisanal n'a pas encore découvert toute sa richesse à Caylus. Un rendez-vous incontournable puisqu'on arrive à la 29^{ème} édition avec toujours autant de succès. Au programme, des démonstrations ainsi que des ateliers pour les enfants. Concours / prix public. Entrée Libre.

— Association l'Atelier à CAYLUS
Tél. 06 12 60 68 62 - www.latelier-caylus.com/

On aime quand c'est le Bazart !

Bazart c'est une ruche, un lieu de création et de rencontre autour de l'idée du textile. Une maison, un lieu multiple, un espace intime ouvert au public, un lieu de création, d'exposition, d'expérimentation où l'on se retrouve, pour boire un verre, échanger des idées, des projets et participer à la vie du lieu et de nos campagnes. Entrez sans frapper pour découvrir deux galeries d'exposition, une friperie chic, un café associatif, des ateliers pour créateurs et des ateliers de créations pour tous... Un beau métissage en perspective !

— 13 rue Saint Angel
82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 65 60 06 / 06 79 43 26 70
lebazart.fr

♥ On aime !

Balade & arts

Un itinéraire familial dans la campagne parsemée de visites d'ateliers, c'est possible. Nos artistes et artisans ouvrent la porte de leurs ateliers sur rendez-vous. Du côté de Caylus, Loze, Puylagarde, Laguëpie, St Antonin.... Vous retrouvez entre autres :

Voltaire Louis et les autres (tapisserie d'ameublement),
Entre chien et Loup (Coutelier),
Bernard Mages (sculpteur),
La grange aux laines (travail du mohair, angora...),
Jacques Hue (peintre)...

— Tous les artistes sur
gorges-aveyron-tourisme.com



Rapportez un souvenir vraiment *local*

Parce que c'est quand même plus gratifiant de se dire qu'on a ramené un souvenir vraiment du coin ! Sans compter que ce n'est pas comme si nous avions des artistes et artisans d'art de talent, un savoir-faire ancestral avec nos cités chapelières Caussade et Septfonds, des AOC aux multiples saveurs pour régaler nos papilles et des spécialités gourmandes à partager pour faire durer un peu plus les vacances à votre retour. Alors, on évite le made in China et on choisit le 100% Midi-Quercy.

1 LA BASE :
UN CHAPEAU
La chapellerie Willy's
Paris, La chapellerie
Crambes, Le formier
Hats Blocks à Caussade

2 LES CÉRAMIQUES
d'Emeline Geoffroy,
Montpezat-de-Quercy
Tél. : 06 74 57 18 96

3 LES CÉRAMIQUES
de la poterie La Hulotte,
10 Rue Droite, Caylus
Tél. : 06 82 54 68 26
05 63 24 02 36

4 BOUTIQUE
"Trésors d'Occitanie",
collectif d'artisans
St-Antonin-Noble-Val
Tél. : 06 30 40 48 11

5 LES OEUVRES du
souffleur de verre Yoann
Agostinho, Bruniquel
Tél. : 06 82 48 50 19

6 UN COUTEAU du
coutelier et taillandier
"Entre chien et loup"
à Puylagarde
coutellerie-ecel.com

7 UNE PETITE
BOUTEILLE du vin AOC
Coteaux du Quercy
vins-coteaux-quercy.fr

8 UN MELON
du Quercy AOC
En saison, sur tous les
étals de nos marchés

9 LE RAISIN
CHASSELAS
de Moissac,
En saison, sur tous les
étals de nos marchés

10 LE JACQOU,
gâteau aux noix,
pruneaux et miel,
Pâtisserie Cournille à
Nègrepelisse, Caussade
et St Antonin-Noble-Val



CHAPEAU & création

Le chapeau de paille, une institution, une célébrité, un incontournable.

La ville de Caussade est, avec sa très proche voisine Septfonds, au chapeau de paille ce que Paris est aux Lumières, Lyon au Beaujolais et Venise aux amours !



SAVOIRS

Le Chapeau de paille, sortez couverts

5 lieux emblématiques pour découvrir l'histoire de notre Grande Histoire ! Depuis le fameux canotier, jusqu'aux créations les plus originales, cet accessoire indispensable reste l'emblème de l'élégance à la Française.

L'épopée chapelière à Caussade



Ce lieu dédié à la découverte ludique de l'histoire du chapeau à Caussade est membre du CIAP éclaté du Pays d'art et d'Histoire du Pays Midi-Quercy. Un CIAP, Centre d'interprétation de l'architecture et du patrimoine est un établissement culturel ayant pour objectifs la sensibilisation, l'information et la formation de tous les publics à l'architecture et au patrimoine du territoire du Pays d'art et d'histoire. Coiffés d'un canoguide, faites un voyage immersif dans l'univers du chapeau de paille, en compagnie des acteurs principaux de la chapellerie depuis 1789.

Suivez un parcours parsemé d'histoires, de chapeaux, de vidéos interactives.

Visite adaptée aux personnes malvoyantes

Accompagné d'un agent et muni d'un canoguide vous exercerez votre sens de l'odorat et du toucher pour découvrir les différentes matières ainsi que le matériel, les gestes artisanaux et les odeurs révélatrices de la chapellerie.



Tarif : 4€ - 1€ tarif enfant.

Office de tourisme de Caussade

Carré des chapeliers - Les Récollets

82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 26 04 04

www.tourisme-quercy-caussadais.fr



Le saviez-vous ?

On n'imagine pas Indiana Jones, Lucky Luke ou encore Clint Eastwood et Pharrell Williams sans leurs chapeaux... et Maurice Chevalier sans son canotier made in Caussade !

Merci Pétronille !

Née en 1770 à Caussade, Pétronille Cantecor est à l'origine des premières tresses de paille pour confectionner des chapeaux. Mais hop hop hop, on ne va pas vous livrer l'histoire de notre Grande Histoire comme ça. Il faut se la gagner.



Laurine

Très agréable de visiter cette épopée chapelière !

Sa visite très ludique permet de bien apprendre l'histoire du chapeau de paille, et de retenir les informations, pour les petits et les grands !





La Mounière, La Maison des Mémoires de la ville de Septfonds

L'industrie du chapeau a profondément marqué l'histoire de Septfonds. Entrez dans la maison des mémoires... Romy et Margot vous accueillent et vous embarquent dans un récit passionnant où chacun peut projeter un petit bout de sa propre histoire. Une expérience vivante très prenante !

15 Rue des Déportés, 82240 SEPTFONDS - Tél. : 06 70 36 86 90
www.septfonds-la-mouniere.com



Visite guidée Chapeau les femmes !

D'une activité manufacturée, locale et féminine, complémentaire aux travaux agricoles, la fabrication du chapeau de paille est devenue une activité d'imports – exports internationaux en l'espace de 100 ans..1h – Sur réservation - 5 €/ 3€
Tél. : 06 70 36 86 90



Les ateliers de La Mounière Chamboulement septfontois !

Les mercredis de juillet et août à 18h30
Une activité à pratiquer en famille, entre adultes et enfants. A l'ombre de la glycine, dans la cour, c'est l'assurance d'une après midi ludique et créative autour des mémoires locales. Fabriquer son cerf volant, apprendre à tresser la paille, customiser un chapeau. Chacun repart avec sa production. Sur réservation - Tarif : 5 euros.

15 rue des déportés, 82240 SEPTFONDS - Tél. : 06 70 36 86 90

NOUVEAU

« C'est vous les guides ! »

Grâce au livret d'accompagnement de La Mounière, devenez les propres guides de vos enfants et naviguez dans les mémoires septfontoises. Le livret reprend les éléments clés de compréhension des sujets de La Mounière.

Un outil de médiation adapté aux familles pour un moment de partage assuré ! Une médiatrice se tient à votre disposition pour répondre à vos questions et vous aider au besoin. Le livret est délivré gratuitement, aux horaires d'ouverture de La Mounière.



Acheter son
chapeau made
in Caussade
La classe...

BON
PLAN

VISITES GUIDÉES SUR LA CHAPELLERIE

Toute l'année visitez

3 chapellerie emblématiques de Caussade accompagnés d'un guide qui vous dévoilera les secrets de ce savoir-faire ancestral dont nous sommes si fiers en Midi-Quercy ! Plus d'infos (voir page 70)

Office de tourisme, Carré des
Chapelliers, Les Récollets 82300 CAUSSADE
Tél. : 05 63 26 04 04



Baludik à Caussade

Un jeu de piste sur mobile pour les ados et les familles ! Alors qu'ils explorent Caussade, Jonas se laisse tenter par l'achat d'un couvre-chef... Mais en sortant de la boutique, un coup de vent emporte le chapeau... A toi de l'aider à le retrouver ! Muni de ton téléphone, télécharge l'application Baludik sur ton portable et pars à la recherche les indices cachés dans la ville et résous les énigmes. 1h30 - Gratuit.



Chapellerie Willy's Paris

Ces chapeaux sont fabriqués en utilisant un matériel ancien et rare : des machines à coudre spécifiques du début du XX^{ème} siècle, des formes en aluminium des années 1950 et des presses. L'atelier bénéficie du label « Entreprise du Patrimoine Vivant ».

Un magasin d'usine est à disposition. (Visites guidées voir page 70)

Tél. : 05 63 26 04 04 - Tarif : 3€/pers

Chapellerie Willy's Paris
63 av du Gén Leclerc 82300 CAUSSADE
Tél : 05 63 93 09 96



Chapellerie Crambes

La chapellerie Crambes a été fondée en 1946 à Caussade. Dans ses vastes locaux, une quarantaine d'ouvriers œuvrent à la fabrication de plus de 1000 chapeaux chaque jour. Labellisée entreprise du patrimoine vivant, vous y retrouverez le fameux chapeau d'Indiana Jones, le célèbre Safari, le Stetson et autres incontournables. Alors n'hésitez plus à sublimer votre look et osez ! (Visites guidées voir page 70)

42 Av. Maréchal de-Latre-de-Tassigny
82303 CAUSSADE
Tél. 05 63 65 07 07 - crambes-hats.com

Formier et chapelier Hats Blocks

«La mode se démode, le style jamais» Coco Chanel. Le métier de formier est rare et classé à l'Unesco. Le formier est l'artisan qui sculpte des blocs de bois en tilleul servant de moule pour la réalisation de tout type de chapeau. L'atelier au sein d'une maison atypique (13^{ème} s.) est situé au centre de Caussade. (Visites guidées voir page 72)

Hats blocks Laforest, 37 rue de la République 82300 CAUSSADE - Tél. : 06 59 25 23 53

On aime !

Les Estivales du Chapeau

30^{ème} édition
14 AU 18 JUILLET 2022
Quand la tradition côtoie la création contemporaine. Défilé, création, tradition... et la fête ! Caussade et sa voisine Septfonds, organisent tous les ans, en juillet, une grande fête, dédiée aux couvre-chefs, qu'ils soient de paille, de laine, de feutre ou de cuir. Ces Estivales sont toujours présidées par les plus grands noms du monde du chapeau.

chapeau-caussade.fashion





SANS codes

Les lieux alternatifs bousculent les codes. Leur credo, créer des espaces atypiques et hybrides en marge des sentiers balisés qui réinventent demain en dialoguant avec tous les publics.

ASSOCIATION EWÉ

Installée sur les jardins partagés de Saint-Antonin-Noble-Val qu'elle anime, l'association EWÉ a pour objectifs de mettre en œuvre et de promouvoir les concepts de résilience écologique et d'autonomie durable, appliqués notamment à la production de nourriture et à la transmission de savoir-faire anciens ou novateurs. Stages, formations, conférences, visites et animations sur les thèmes : agriculture biologique, permaculture, agroécologie, techniques d'autonomisation de la vie quotidienne, sensibilisation à la biodiversité, plantes sauvages, construction, autoproduction, technologies low-tech, artisanat, land-art, ...

— Association EWÉ

13 rue Saint-Angel 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL



Les lieux alternatifs, lieux de vie !

L'Île de Lexos: Récup'rie

Installée dans l'ancienne usine de ciment à Lexos, l'association est née de l'idée de ne pas accepter l'obsolescence : réparer plutôt que détruire. Ce collectif ultra motivé en a fait un lieu de vie solidaire dans lequel fourmillent les ateliers, café Bricol', chantiers collectifs, spectacles et bien sûr la Récup'rie.

— L'usine 82330 LEXOS
larecuprie82@tutanota.com



Le Fab lab de Caylus

Laboratoire de fabrication numérique pour petits et grands, c'est un lieu d'échanges, de création et de partage de connaissances. Nombreux ateliers proposés : café Bricol', cafés numériques, ateliers découpe laser, DIY et ateliers éco débrouille.

— Fab Lab Origami, 6 bis rue du Long
82160 CAYLUS - Tél. : 05 63 28 10 36
lab-origami.fr

La maison de la Halle

Un espace associatif créé en 2018 par et pour les habitants. Des espaces de convivialité, de culture, des concerts, spectacles, conférences, débats... Aider concrètement les plus démunis, et soutenir les initiatives locales.

— Place de la Halle 82330 VERFEIL-SUR-SEYE - Tél. : 06 15 62 57 61
lamaisondelalahalle.verfeil.net



Histoires recyclables

Une association dont l'objectif est de contribuer sur le long terme à la gestion durable des ressources naturelles, renforcer les connaissances et mettre en réseau les acteurs locaux. Mais c'est surtout un lieu de vie où l'on aime se retrouver. Chantier participatif, jardinage, café des parents, disco soupe, atelier cuisine, papier recyclé, d'hôtels à insectes ... Pour petits et grands.

— 10 Cours d'Alsace Lorraine
82240 SEPTFONDS - Tél. : 06 41 89 49 78



Espace Kodoro à Caussade

Lieu unique, Kodoro est ouvert à toutes les activités et à tout le monde. Espaces partagés pour les artisans, créateurs, artistes... Bar associatif, ateliers créatifs

de cuisine, coworking, soins zen, billard, ping-pong, baby-foot, danse, cours de yoga, e-gamer, escape game, ateliers créatifs... Ouvert à tous, indépendants, associations, bénévoles, jeunes et moins jeunes !

— 25 Bd Didier Rey - 82300 CAUSSADE
Tél. : 07 69 77 77 24 - espace-kodoro.fr



Les lab'Kids du mercredi

Des ateliers thématiques réservés aux enfants les mercredis après-midi toute l'année. Imprimantes 3D, découpes laser, bref tout un monde qui s'ouvre, les papas vont être jaloux !

Association Origami - 6 bis, Rue du Long
82160 CAYLUS - Tél. : 05 63 28 10 36



CULTURE & PATRIMOINE



80 SITES ET MONUMENTS INSCRITS AINSI QUE **23** SITES ET MONUMENTS CLASSÉS QUI ONT ÉTÉ LÉGUÉS PAR L'HISTOIRE AU PAYS D'ART ET D'HISTOIRE DU PAYS MIDI-QUERCY.

UN label

« Villes et Pays d'art et d'histoire est un label officiel français attribué depuis 1985 par le ministère de la Culture et de la Communication aux communes ou pays de France qui s'engagent dans une politique d'animation et de valorisation de leurs patrimoines bâti, naturel et industriel, ainsi que de l'architecture. »



LES CAPSULES DU PATRIMOINE

Elle déchiffre une époque, une architecture ou un savoir-faire pour mieux comprendre d'où l'on vient et où on va. Tous les derniers lundis du mois à 12h30 et 21h ou en podcast.

cfmradio.fr/emissions/pmq-les-capsules-du-patrimoine



Châteaux de Bruniquel



Le Pays Midi-Quercy labellisé Pays d'Art et d'Histoire



8

TOURISME DURABLE

Une histoire de rencontres !

On sait tous que le voyage passe par la rencontre de l'autre, l'autochtone ! S'ouvrir à leur histoire, à notre Histoire, comprendre la nature qui nous entoure et partager la passion de ces hommes et femmes qui font vivre notre territoire. Laissez vous emporter par leur sincérité et devenez le temps d'une visite, d'un atelier, d'une rando, un vrai local à la mode de chez nous ! Tous nos récits d'aventures sont en ligne sur notre site. Et sinon, vous êtes plutôt, visite guidée, atelier de céramique ou rando naturaliste ? Suivez nos guides conférenciers et animateurs du patrimoine pour de vraies expériences.

www.gorges-aveyron-tourisme.com



Le label attribué en janvier dernier concerne les 49 communes du Pays Midi-Quercy et nous sommes fiers de ce succès collectif qui a mobilisé les acteurs et partenaires du territoire.

A quoi sert un label pays d'Art et d'Histoire ? Il apporte la reconnaissance de la qualité du patrimoine sur le territoire ; mais surtout, il démontre la volonté du Pays Midi-Quercy de s'appuyer sur ce patrimoine comme outil de développement. Le patrimoine va nous permettre de travailler de façon transversale dans les domaines de la culture, du tourisme, de l'aménagement du territoire, de l'action en direction des enfants, mais également de la transition écologique et de l'environnement.

ET MAINTENANT ?

On va fêter ça !

Nous allons bien sûr célébrer cette labellisation en vous concoctant un programme festif à l'occasion de la signature officielle de la convention d'objectifs "Pays d'art et d'histoire" avec le Ministère de la Culture. Seront mis à l'honneur les patrimoines bien sûr et les acteurs du territoire. Alors restez connectés, nous vous en dirons plus très rapidement et prenez note RDV le 7 juillet !

www.paysmidiquercy.fr





Suivez le guide !

BIOULE VISITE GUIDÉE

DIMANCHE 26 JUIN

14h15 : château école de Bioule récemment restauré
Office Tourisme Quercy Vert-Aveyron
Tél. : 05 63 67 29 84

BRUNIQUEL VISITE DÉCALÉE

JEUDI 25 AOÛT

20h30 : l'histoire et l'architecture par Miss Grumpy
SAMEDI 10 SEPTEMBRE
20h30 : l'histoire et l'architecture par Miss Grumpy
Office Tourisme Quercy Vert-Aveyron
Tél. : 05 63 67 29 84

CAUSSADE

SAMEDI 25 JUIN DE 14H30 À 17H30

CROQUE TON PATRIMOINE
Visite commentée par Céline Wagner, illustratrice. Tout public 10€/personne

CHAPELLERIE ATELIER DE FORMIER

DE JUIN À SEPTEMBRE

● Lundi 14h30, mercredi et vendredi 16h.
Métier d'Art classé au Patrimoine Mondial de l'Unesco. Tarif : 4€/pers - 1h. Sur réservation.
37 rue de la République 82300 CAUSSADE
Office de Tourisme
Tél. : 05 63 26 04 04

CHAPELLERIE WILLY'S PARIS

DE JUIN À SEPTEMBRE

● Jeudi 10h30
Fondée en 1824, Willy's Paris perdure depuis 6 générations. Label « Entreprise du patrimoine Vivant ». Magasin d'usine à votre disposition. Tarif : 4€/pers - Durée 1h
Office de Tourisme
63 av du Gén Leclerc 82300 CAUSSADE
Tél. : 05 63 26 04 04

CHAPELLERIE CRAMBES

JUIN À SEPTEMBRE

● Mercredi et vendredi 10h
Fondée en 1946, la chapellerie est labellisée entreprise du patrimoine vivant. Magasin d'usine. Tarif : 4€/pers - 1h
42 av du Mal de Latre de Tassigny 82300 CAUSSADE
Office de Tourisme
Tél. : 05 63 26 04 04

VISITES PAR NOS GUIDES CONFÉRENCIERS

DE JUILLET À SEPTEMBRE

● Tour d'Arles
Lundi 16h - Tour du XIII^{ème} s., peintures murales.
● Caussade la médiévale
Jeudi 14h30
Sur réservation 3,50€ gratuit pour les moins de 12 ans
Office de Tourisme
82300 CAUSSADE
Tél. : 05 63 26 04 04

ATELIERS PARENTS/ENFANTS

VENDREDI 29 JUILLET

VENDREDI 12 AOÛT
Création d'un jeu de carte
14h30 - 3€/enfant
Office de Tourisme
Tél. : 05 63 26 04 04

PRÉSERVATION DE LA RESSOURCE EN EAU

MERCREDI D2 NOVEMBRE

14h à 17h, tout public tarif 6€ non adhérent CPIE et 3€ adhérents. Atelier sur le thème de l'eau animé par le CPIE Quercy Garonne

MONCLAR-DE-QUERCY

VISITE DU BOURG

MARDI 19 JUILLET

MARDI 9 AOÛT

10h15 où vous découvrirez l'histoire commerciale du bourg, enseignes, tramway...

MOLIÈRES RANDONNÉE

VENDREDI 22 JUILLET

Molières et remonter le cours du temps, RDV 9h, durée 2h - 3,5€

MONTPEZAT-DE-QUERCY

VISITES PAR M. MOUREAU

DE JUILLET À AOÛT

● Visite de l'Église de Saux
Tous les dimanches à 16h
● Visite de la Collégiale
Tous les dimanches à 17h
Tous les mercredis soirs à 21h
● Visite du village et de la Collégiale
Tous les mardis à 10h30
Tous les jeudis à 17h

Office de Tourisme
Tél. : 05 63 26 04 04 ou 05 63 02 05 55

DÉCOUVERTE DE LA TAPISSERIE

LUNDI 18 JUILLET

VENDREDI 5 AOÛT

VENDREDI 19 AOÛT

Ateliers parents enfants
Info et réservation à l'Office de Tourisme - 3€ / enfant
Tél. : 05 63 26 04 04

MONTRICOUX

VISITE EN FAMILLE SUR LES MAISONS À PAN DE BOIS

MERCREDI 20 JUILLET

-10H15

VISITE THÉÂTRALISÉE

MARDI 26 JUILLET - 20H45

VISITE FAMILLE SUR LES MAISONS À PAN DE BOIS

MERCREDI 10 AOÛT -10H15

Inscriptions à l'office de tourisme Quercy vert Aveyron à Bruniquel
Tél. : 05 63 67 29 84
tourisme.bruniquel@quercyvertaveyron.fr

PUYLAROCQUE

VISITE DU RUCHER ET DÉCOUVERTE DU MONDE DES ABEILLES

DIMANCHE 5 JUIN

DU 10/07 AU 16/08

Les dimanches de 15h à 17h
Inscription - Tarif : 6.50€
Lieu dit St Hugues
82240 PUYLAROCQUE
Tél. : 06 64 13 36 85

PUYLAROCQUE, CŒUR MÉDIÉVAL

DIMANCHE 12 JUIN / 14H15

JEUDI 4 AOÛT / 10H15

Rdv devant mairie de Puylaroque. 3.50€
Office de tourisme du Quercy Caussadais
Tél. : 05 63 26 04 04
tourisme@quercycaussadais.fr

RÉALVILLE

FÊTE DE LA NATURE

22 MAI

Randonnée commentée au fil de l'eau. Découvrez le territoire et ses liens avec la rivière Aveyron lors d'une randonnée entre Réalville et Cayrac. RdV 10h, durée 2h.

SAINT-ANTONIN NOBLE-VAL

VISITE THÉÂTRALISÉE

VENDREDI 15 JUILLET

VENDREDI 29 JUILLET

VENDREDI 12 AOÛT

VENDREDI 19 AOÛT

Visites décalées de la ville par Miss Grumpy, Sur réservation
Tél. : 05 63 30 63 47

SEPTFONDS

ATELIERS « FAMILLE » SUR LE THÈME DE L'EAU

MERCREDI 27 JUILLET

MERCREDI 10 AOÛT

A la Mounière, maison des mémoires de Septfonds
15 Rue des Déportés, 82240 SEPTFONDS
Tél. : 06 70 36 86 90
www.septfonds-la-mouniere.com

VISITES GUIDÉES

DE JUILLET À AOÛT

Les vendredis 10h30
Thème de l'eau ou de la chapellerie – à partir de 7 ans. 1h30 - Sur réservation - 5€/3€
Tél. : 06 70 36 86 90

Nos guides conférenciers vous font découvrir notre patrimoine et le rendent plus vivant que jamais ! Les acteurs culturels qui contribuent à l'animation du Pays d'Art et d'Histoire ont choisi de mettre à l'honneur le thème de l'eau pour ces 2 prochaines années. Immergez vous dans les visites qu'ils vous ont concocté sur l'eau mais pas que...



JOURNÉES DU PATRIMOINE

● BIOULE

DIMANCHE 18 SEPTEMBRE À 10H15
Visite guidée château école récemment restauré.

● NÈGREPELISSE

SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 10H15
Arts et sciences autour des représentations de la rivière Aveyron avec le centre d'art La cuisine.

● CAUSSADE

SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 10H
Ca coule de source, Visite autour de la fontaine du Thouron et circuit de l'eau jusqu'à la rivière. Durée 2h

PUYLAROCQUE

● **DIMANCHE 18 SEPTEMBRE À 14H15**
« Puylaroque, Cœur médiéval » Rdv devant mairie.

● MONTPEZAT-DE-QUERCY

SAMEDI 17 SEPTEMBRE À 14H
Circuit des 7 petites églises



DU caractère



2 grands sites Occitanie au cœur de notre territoire

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le passé inspire le présent : L'office de tourisme de Bruniquel prépare son déménagement pour l'été 2023. Et devinez où il va s'installer ? Juste à côté des locaux actuels dans l'ancienne halle du village, un lieu public emblématique du quotidien des habitants du village à l'époque. Finalement c'est le destin de ce lieu que de rester ouvert au public en leur apportant un service !



Villages de caractère

On peut dire que chez nous, ça en jette ! La Région Occitanie a repéré nos pépites et les a labellisés Grands Sites Occitanie. Bruniquel intègre donc le Grand Site "Cordes sur Ciel et ses cités médiévales" et St Antonin-Noble-Val et Caylus celui de "Bastides et gorges de l'Aveyron".

OT Causses et Gorges de l'Aveyron - Tél. : 05 63 30 63 47 / OT de Bruniquel - Tél. : 05 63 67 29 84

IDÉE EN
MIDI-
QUERCY

LES CHATEAUX DE BRUNIQUEL

«Partons à la découverte des châteaux de Bruniquel, une étape incontournable lorsqu'on vient visiter les gorges de l'Aveyron. On ne va pas se mentir, les châteaux qui surplombent l'Aveyron, ils en jettent déjà depuis la route ! Arrivé au village il faut monter tout en haut pour arriver aux châteaux, et oui ça se mérite ! Mais vous avez deux châteaux pour le prix d'un, le château vieux fondé au XIII^{ème} siècle, propriété des comtes de Toulouse et le château jeune qui fut construit à la fin du XV^{ème} siècle par Maffre de Comminges. Pourquoi 2 châteaux ? A cause d'une querelle de famille. L'un des vicomtes de Bruniquel laisse un testament dans lequel il déshérite en partie son fils au profit d'un cousin appelé Maffre de Comminges et lui lègue la partie est des terres du château. Il y fait construire son propre château, le Château Jeune, et de là va se suivre 3 siècles de discorde entre les deux familles... Au-delà de leurs intérêt architectural et historique, les châteaux offrent aux visiteurs une exposition sur la préhistoire, on retrace aussi la découverte de la grotte de Bruniquel, berceau de l'humanité et une salle est dédiée au film culte « le vieux fusil » car les châteaux ont servi de décor au film en 1975.

Pour une expérience encore plus immersive n'hésitez pas à prendre l'audio guide, Guillaume de Tudèle le (gentil) fantôme des châteaux sera votre guide !» Mouna et Sandie.
De mars à novembre - 6 € / Audio guidée : 5 € / Enfant et groupe : 3 € / 4.50 € - Gratuit moins de 5 ans.

Les Châteaux - 82800 BRUNIQUEL

Tél. : 05 63 67 27 67 ou 06 99 19 90 24



9

TOURISME DURABLE

Itinéraire Bis !

N'oublions pas que les vacances, c'est aussi prendre le temps de découvrir, de s'autoriser à sortir des sentiers battus ! Trop de monde à St-Antonin-Noble-Val, filez vers Caylus, un petit bijou de village médiéval. Idem à Bruniquel dont les châteaux perchés attirent à juste titre des milliers de personnes chaque année, vous ne serez pas déçus en vous arrêtant tout prêt à Montricoux, un petit village authentique qui multiplie les maisons à pan de bois. Et si nous n'avions qu'un seul conseil à vous donner : Osez sortir des grands itinéraires et découvrez le charme de nos petits villages authentiques : Cayriech, Puylaroque, Bioule, St Projet, Lacapelle Livron, Cazals, Varen...

www.gorges-aveyron-tourisme.com

On aime !

Fêtes médiévales de Caylus

22 et 23 juillet 2022

Tout un village d'artisans et de commerçants, avec banquet médiéval et spectacle de feu. Combat d'épées et jongleries, animations troubadours et saltimbanques ainsi que des ateliers pour enfants. Démonstrations et dégustations artisanales. www.latelier-caylus.com





L'abbaye de Beaulieu, l'heure du grand retour !

Une collection d'art moderne de premier rang

Parmi les 1363 oeuvres inventoriées, environ 160 seront présentées dans le parcours muséal de la collection Brache-Bonnefoi, ensemble inédit, parmi lesquelles : Hartung, Fautrier, Poliakoff, Dubuffet, Michaux, Mathieu, Vasarely et Vieira da Silva. On avait déjà plaisir à se rendre à l'Abbaye de Beaulieu pour le lieu grandiose, paisible et aussi bien sûr pour y découvrir ses expositions de renommée nationale voire internationale, on y reviendra à partir de juillet 2022 pour découvrir les lieux rénovés et l'exposition permanente de cette collection époustouflante, qui s'est encore étoffée.

L'abbaye cistercienne de Beaulieu-en-Rouergue, fondée au XII^{ème} s. présente aujourd'hui un parcours muséal mettant à l'honneur la collection d'art moderne de Pierre Brache et de Geneviève Bonnefoi. Elle est entourée d'un parc paysager dont une partie ornée de près de mille roses. Elle est située dans la commune de Ginals (82) à la limite des départements du Tarn et de l'Aveyron.



Le Centre des Monuments Nationaux, désormais pleinement propriétaire de l'abbaye de Beaulieu-en-Rouergue et de l'ensemble de la riche collection d'art moderne y mène sa restauration avec le soutien du ministère de la Culture grâce à la dotation exceptionnelle issue du plan de relance du gouvernement et celui de la région Occitanie.

Ce projet permettra de présenter et mettre en valeur de façon pérenne cette collection, ainsi que d'ouvrir au public pour la première fois le logis abbatial.

Soucieux de poursuivre l'oeuvre de Geneviève Bonnefoi et Pierre Brache qui avaient fait de l'abbaye de Beaulieu-en-Rouergue un centre d'art, le CMN a souhaité créer un parcours muséal présentant la collection Brache-Bonnefoi au sein du logis abbatial jusqu'alors fermé au public. Le projet scientifique et culturel ambitieux qui l'accompagne permettra le développement de l'offre culturelle du monument et de son attractivité. Ce projet est un véritable « recommencement » pour l'abbaye : il prolonge l'action de Geneviève Bonnefoi et Pierre Brache en faveur de l'art moderne et de la préservation du monument, bientôt montré dans son intégralité.

www.beaulieu-en-rouergue.fr



"Sans titre", 1970 © Jean Dubuffet © Benjamin Gavaudo



LA Mémoire

A Septfonds, plongez dans les histoires personnelles de ces personnages aux accents espagnols, allemands, polonais, autrichiens, au cœur de notre grande histoire.

Embarquez dans votre histoire

Ici, on parle de mémoires, locales, nationales et internationales. Parcourir la Mounière c'est faire l'expérience de se projeter dans le temps pour y retrouver nos parents, grands-parents, amis... S'attacher à des parcours de vie, des personnages qui vous ressemblent et partager leurs émotions. Les nombreux déplacements de population à Septfonds ont marqué son histoire, et aujourd'hui encore on se souvient de l'industrie du chapeau qui a fait la richesse de cette petite bourgade. On vous soufflera aussi fièrement le nom de Dieudonné Costes, grand pionnier de l'aviation et bien sûr on se rappellera ce camp d'internement qui a vu passer des milliers de réfugiés fuyant la guerre. Une histoire dans laquelle Margot et Romy nous emportent avec bienveillance et passion. Venez partager notre enthousiasme pour ce lieu atypique qu'elles font vivre merveilleusement.

Programmez votre visite personnalisée, en dehors de nos horaires d'ouverture. Durant la période estivale, découvrez la programmation : visites guidées, expositions temporaires, ateliers, contes, conférences, théâtre, concerts... sur notre site internet ou facebook. Ouverture au public : en mai, juin et septembre, mercredi et samedi de 14h30 à 18h30. En juillet et août, mercredi au dimanche de 14h30 à 18h30.

La Mounière, maison des mémoires de Septfonds - 15 Rue des Déportés
 82240 SEPTFONDS - Tél. : 06 70 36 86 90
www.septfonds-la-mouniere.com/



La Mounière, Maison des mémoires

L'APPLICATION « SEPTFONDS, UN CAMP, DES MÉMOIRES »



« Le thème ne nous avait pas emballé à première vue... Mais que de préjugés ! Nous nous sommes vite attachés aux personnages pour partager avec eux d'intenses émotions, je recommande ! »

Mouna, reporter de territoire

Vu la qualité du réseau au camp, préchargez l'application directement à La Mounière au village, et en cas de problème, la Mounière vous prêter une tablette. Arrivés au camp

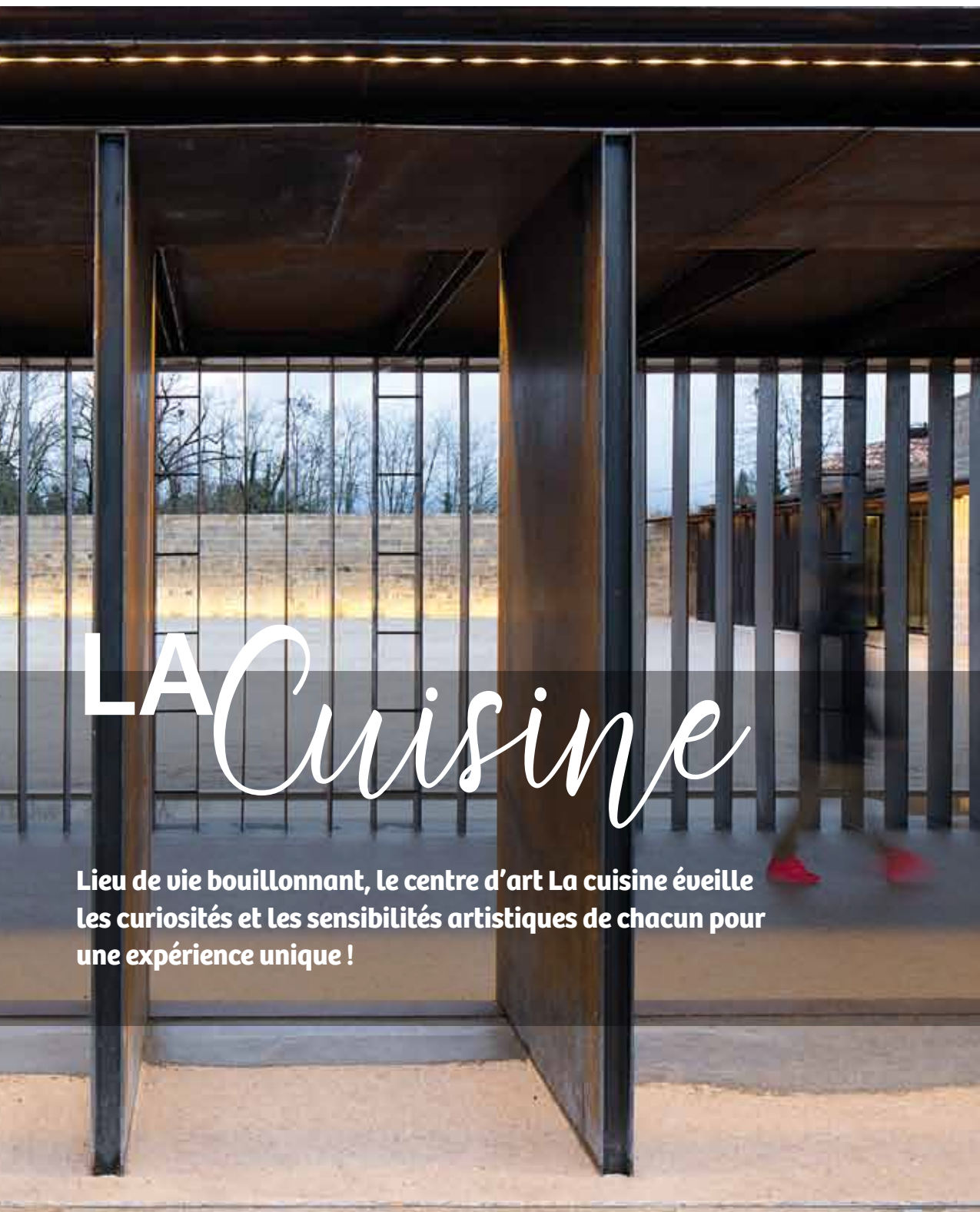
de Judes à Septfonds, nous sommes d'abord saisis par la paisibilité du lieu... Nous lançons l'application depuis notre téléphone Septfonds, un camp des mémoires. Immédiatement vous êtes immergés dans les histoires personnelles de ces personnages aux vrais accents espagnols, allemands, polonais, autrichiens, au cœur de notre grande Histoire. On espère avec eux, on tremble avec eux, on se projette avec eux... Une expérience riche d'émotions étonnement vivante qui donne envie de partager et de transmettre. Tout notre groupe a vécu ce moment intensément et on a juste envie de dire bravo et merci aux étudiants, professionnels, témoins, habitants et historiens qui se sont réunis pour donner vie à des personnages fictifs incarnant ces mémoires. Un vrai projet collectif qui a du sens ! A vous de tester maintenant !

Les ateliers de la Mounière

Venez participer à nos ateliers ludiques les mercredis de 14h à 16h en juillet et août.

Programme sur septfonds-la-mouniere.com





LA Cuisine

Lieu de vie bouillonnant, le centre d'art La cuisine éveille les curiosités et les sensibilités artistiques de chacun pour une expérience unique !



La cuisine, Centre d'art et de design

Le centre d'art et de design La cuisine n'a de limite que celles de la création et vous verrez l'art n'est pas que sur les murs et se cuisine à toutes les sauces ! De l'art contemporain au sein d'un château réhabilité par le cabinet catalan RCR, prix Pritzker 2017, ça donne le cadre !

Le centre d'art est conçu comme un laboratoire qui invite artistes plasticiens, designers, graphistes, architectes, etc., à développer des projets in situ. Expositions, résidences et workshops permettent d'impliquer le territoire et ses habitants dans le processus de création. La commune de Nègrepelisse devient un espace d'étude et d'expérimentation de production artistique en circuits courts à ciel ouvert. Elle abrite plusieurs œuvres de design et d'architecture qui sont disposées dans l'espace public et dans la cour du centre d'art.

Expos permanentes

- Chérie, j'ai oublié la nappe ! / 5.5 designers
- Le bois de Sharewood / Matali Crasset
- Aux Arbres ! La forêt nourricière, garde-manger de La cuisine / Le Nouveau Ministère de l'Agriculture
- Maxidreams / Florence Doléac
- Canopée / Collaboration Blouses Brothers & ConstructLab
- Tables pour un repas normal en temps de COVID / Atelier de Joanne Pouzenc de L'ENSA Toulouse

Expos temporaires

«Guerre et Paix du Vivant» de Diane Trouillet jusqu'au 02/09/22
Ouverture du mardi au samedi de 14h à 18h
Frugale Studio du 9 juillet au 31 septembre

La cuisine, centre d'art et de design

Place du château 82800 NÈGREPELISSE

Tél : 05 63 67 39 74 - infos@la-cuisine.fr - la-cuisine.fr

#airedepiquenique, #petfriendly



La cuisine est un centre d'art et de design dédié à la création contemporaine, né en 2014 et développé par la ville de Nègrepelisse. Son ouverture aux thématiques liées à l'alimentation et au design, en fait un lieu unique en Europe.





Nos coups de coeur

Du paléolithique à nos jours, l'homme a façonné l'histoire du Pays Midi-Quercy. Aujourd'hui cette histoire se raconte, se conte, se transmet. De mystères en découvertes, nos terres nous révèlent encore des secrets bien gardés...

Unique au monde...

Les tapisseries flamandes de la collégiale St Martin

Une exclusivité mondiale et c'est à Montpezat de Quercy, le seul ensemble complet de tapisseries du début du XVI^{ème} siècle. Ça vaut le coup d'oeil ! Et petite cerise confite sur le gâteau déjà bien alléchant, la visite guidée avec Monsieur Moureau est un régal, sa passion vous emporte dans l'histoire de St Martin et de la collégiale.

Office de tourisme
MONTPEZAT-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 02 05 55



Zadkine « le Christ » Eglise de Caylus

Nul ne reste indifférent face à cette sculpture monumentale du Christ haute de plus de 5,40 m ! Son auteur, Ossip Zadkine (1888-1967) sculpteur d'origine russe, figure majeure de l'histoire de l'art du XX^{ème} siècle aux côtés de Léger, de Lipchitz ou encore de Chagall.

Eglise St Jean Baptiste - Rue droite
CAYLUS - Tél. : 05 63 67 00 28



On aime !

QUAND LA DOCUMENTATION HISTORIQUE RENCONTRE LE MULTIMÉDIA

De cette rencontre, naissent des visites virtuelles scénarisées dans lesquelles l'internaute peut, au fil de sa navigation entre images anciennes et actuelles, avoir ainsi une vision décuplée et enrichie de l'information. Son expérience s'en trouve enrichie grâce aux interactions et aux représentations numériques. Vous avez de la chance, un récit multimédia est en cours sur le château de Longues Aygues à Nègrepelisse. L'occasion de plonger dans l'univers de sa commanditaire, Henriette Vaïsse-Cibiel, une femme forte qui orchestre la construction de son château dès 1904 d'une main de fer dans un gant de velours...

<https://patrimoines.laregion.fr/>

L'homme de Néandertal made in Bruniquel

L'info que nous allons vous révéler n'est pas un secret bien au contraire, elle a fait le tour du monde ! Dans la grotte de Bruniquel, à 336 mètres de l'entrée, des structures aménagées viennent d'être datées d'environ 176 500 ans. Cette découverte recule considérablement la date de fréquentation des grottes par l'Homme, la plus ancienne preuve formelle datant jusqu'ici de 38 000 ans (Chauvet). Cette fabuleuse découverte place ainsi les constructions de Bruniquel parmi les premières de l'histoire de l'Humanité ! - Tarif : 5 €

Exposition sur la grotte
Aux Châteaux - 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 67 27 67



Dans les pas de Néandertal

Sentier de la préhistoire

Circuit des rennes PR9 - 2h
Remontez le temps en suivant le sentier de la préhistoire qui vous mènera sur plusieurs sites préhistoriques autour du village de Bruniquel, dolmens, abris sous roche... Circuit de 5,4 km. Facile.
Fiche découverte en vente à l'Office de Tourisme de Bruniquel : 0.50€ ou en ligne.

Promenade du Ravelin
82800 BRUNIQUEL
Tél : 05 63 67 29 84
quercyvertaveyron.fr/tourisme/les-activites-de-pleine-nature



La chapelle de la Vinouze

Un patrimoine... caché ! Cet édifice a reçu le label européen Terra Incognita en tant qu'architecture remarquable de terre crue.

VERLHAC-TESCOU
Tél. : 05 63 30 33 36

Les peintures murales de l'Eglise de Saux

En 1957, des peintures murales des XIV^{ème} et XV^{ème} siècles ont été redécouvertes sous un badigeon. Etonnant de découvrir ces fresques raffinées dans cette petite église isolée pleine de charme.

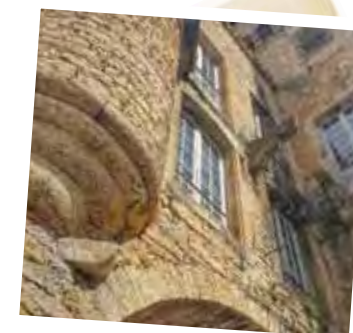
Eglise de Saux
MONTPEZAT-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 02 05 55



Le Doyenné de Varen

Le prieuré de Varen est un exceptionnel ensemble monastique, témoin privilégié tant de l'art roman que de l'architecture défensive de la fin du Moyen Âge. Un détour passionnant dans une histoire mouvementée !

VAREN - Tél. : 05 63 65 45 09



On aime !

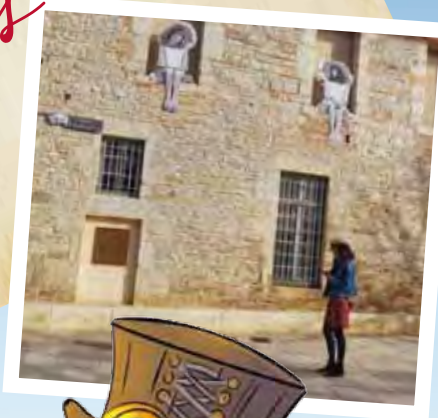
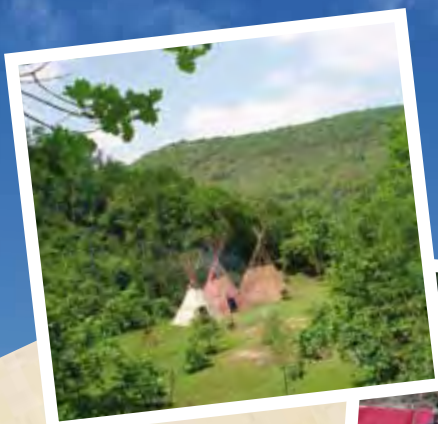
EN QUÊTE DE PATRIMOINE

Découvrez les petits secrets de notre grande histoire
En quête de patrimoine en pays Midi-Quercy est une collection de feuillets de découverte d'un élément du patrimoine, d'une thématique particulière ou d'un circuit de visite. Action prise en charge par le Conseil départemental de Tarn-et-Garonne pour faire connaître l'inventaire du patrimoine mené à l'échelle du pays Midi-Quercy. Les auteurs sont les membres du service Inventaire du Pays Midi-Quercy et le Conservateur des Antiquités et Objets d'Art.

Fiches disponibles
gorges-aveyron-tourisme.com



Top 5 des activités culturelles pour les enfants



Les visites du pays d'Art et d'Histoire Midi-Quercy

On prend particulièrement soin des enfants dans le pays d'Art et d'histoire et se mettre à leur portée pour leur transmettre les connaissances nécessaires pour apprécier notre patrimoine c'est sa mission. Alors n'hésitez pas à vous inscrire en famille.

— Voir programme page 70

Partez à l'aventure !

Avec le jeu de piste Baludik

Légendes, héros venus d'univers inconnus, quêtes impossibles, gros méchants et... Vous ! Au cœur d'une épopée passionnante vous serez le héros de ce voyage dans le temps. Arpentez nos villages du Pays Midi-Quercy à la recherche d'indices. En plus de passer un bon moment, cette application ludique permet d'en savoir plus sur l'histoire et le patrimoine du territoire. Et puis c'est gratuit ! Les parcours sont très variés entre 1,6 km et 6 km et durent entre 45 min et 2h (Bruniquel, Caussade, Septfonds, Varen, Caylus, Montpezat, Puylaroque et La grotte du Bosc à Saint-Antonin-Noble-Val)

Baludik à Puylaroque "Sans dessus dessous"

Alors que Jonas et Lyra font une halte à Puylaroque, l'esprit farceur du village, enchanté par leur venue, s'amuse à leur jeter un sort.

— Appli Baludik à télécharger sur Google Play ou l'App Store.

Campement préhistorique de Bruniquel

Vis ma vie d'homme préhistorique ! Dans une vallée secrète, il existe un campement où les préhistoriques vous montreront leur dextérité à tailler le silex et la magie de l'allumage du feu. Venez essayer les armes préhistoriques pour chasser les bisons, découvrez les premières oeuvres de nos ancêtres et transformez-vous en artistes de la préhistoire... Dès 3 ans. Tarif : 5€ - Sur réservation

— Association Terre Mère

Tél. : 05 63 24 24 00

campementprehisto.wixsite.com/terremere



Les ateliers de La Mounière

Chaque mercredi après-midi, de 14h à 16h, en juillet et août, la Mounière, maison des mémoires de Septfonds propose une activité à pratiquer en famille, impliquant parents et enfants. Les ateliers de la Mounière : 6/07 - 3/08 - 31/08 : atelier tresse de la paille avec l'association La Paillole. 13/07 - 17/08 : atelier fabrication de cerf-volant avec Cerf Volant et

Compagnie.

20/07 et 24/08 : atelier customisation de chapeau avec l'association Marieckou
27/07 et 10/08 : atelier sur l'eau avec le Pays d'Art et d'Histoire.

Tarifs : 3 € plein tarif / 2 € tarif réduit

— 15 Rue des Déportés

82240 SEPTFONDS

Tél. : 06 70 36 86 90

www.septfonds-la-mouniere.com



Les soirées Corbin

Parc Médiéval « Le Bec de Corbin »

Du 2 au 5 août et du 8 au 12 août

18h à 20h : Ateliers interactifs
Calligraphie, tir à l'arc, épées en mousse, attaque d'un château en bois, voûte romane, catapulte à bonbons, broderie médiévale, campement médiéval...

20h : Spectacles équestres et démos de combats.

Repas et boissons sur place en collaboration avec un restaurateur professionnel (Cadre agréable ombragé)
Tarif : 7€ adulte, 5€ enfant.

— Parc Médiéval "Le Bec de Corbin"

Ancienne carrière, route de Montricoux

82800 BRUNIQUEL - Tél. : 06 10 74 61 69

[https://corbinbruniquel.wixsite.com/](https://corbinbruniquel.wixsite.com/becdecorbin)

[becdecorbin](https://corbinbruniquel.wixsite.com/becdecorbin)



CULTURE *éco*

La culture peut devenir un moteur de la transition écologique. La décarbonation de la culture est possible si en particulier, les utilisateurs deviennent prescripteurs et les acteurs culturels des moteurs du changement. En Midi-Quercy les moteurs sont en route !



La culture éco responsable ça donne quoi ?

LA LIBRAIRIE LE TRACTEUR SAVANT, LA CULTURE DES CHAMPS !

Parce que la culture n'est pas l'apanage des grandes villes, la librairie Le Tracteur Savant, située à Saint-Antonin-Noble-Val, propose une sélection de livres, des jeux, et aussi des événements culturels (rencontres, expositions, ateliers) toute l'année. La librairie est en SCOP (La scop Ozon), elle est dans une entreprise coopérative qu'elle partage avec d'autres entrepreneurs ayant des compétences et des projets très divers. Niveau écoresponsabilité ça donne quoi ? Pour l'électricité, elle a choisi Enercoop, pour les fournitures des sacs en papier recyclé, fabriqués en France et pour la réception de nos livres, un transport regroupé.

Du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h30

Le dimanche de 9h à 13h. Commandes par email ou téléphone.

— Librairie Le Tracteur Savant

5a, place de la Halle 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. : 07 82 55 72 27- letracteursavant@gmail.com

www.placedeslibraires.fr

ASSOCIATION VALLÉE ET CO.

Que fait cette association de si intéressant ?

Elle a pour objectif de développer et promouvoir des activités et événements agricoles, artisanaux, culturels et éducatifs basés sur le respect de l'environnement et dans une perspective de développement soutenable sur le territoire de la Vallée de la Baye et ses alentours par notamment :

- L'organisation de formations et de projets en lien avec l'écoconstruction, l'écotourisme, l'innovation et l'économie sociale et solidaire
- La réalisation de chantiers participatifs afin de retrouver et restaurer les anciens chemins, bâtiments ou sources présents sur son site
- L'ouverture d'un café associatif en format guinguette l'été, super sympa !

— <http://association-vallee-et-co.blogspot.com/>

LE BAZART

Créé en 2017 par une poignée d'habitants et de créateurs locaux, ils ont pensé cet espace comme un Tiers lieu hybride, social, artistique et culturel autour du textile. Mais pas que ! Ce lieu de création propose des ateliers éco-responsables (recyclage, récupération...) avec Émilie Thomas par exemple autour du verre recyclé, des ateliers gravure sur tetra pack avec Marine Giacomini, fripe...

— Plus d'infos : lebazart.fr



L'APICQ - Association pour la Promotion de l'Identité des Causses du Quercy

L'association appelle chacun à venir participer à des chantiers de restauration de puits, de lavoir, de murets, la restauration ou la création de gariottes, de four à pain...

LES CHANTIERS

SAMEDI 21 & DIMANCHE 22 MAI

SAMEDI 25 & DIMANCHE 26 JUIN

Atelier de murets en pierre sèche
à Saint Symphorien entre Caylus et Puylaroque.

SAMEDI 11 ET DIMANCHE 12 JUIN

Atelier de murets en pierre sèche
Terrasse du cirque de Labarthe à CAYLUS

SAMEDI 3 & DIMANCHE 4 SEPTEMBRE

Atelier de murets en pierre sèche
Patus de la mairie à MOUILLAC

L'APICQ oeuvre à la sauvegarde et la valorisation du patrimoine des Causses du Quercy. Elle agit en faveur du petit patrimoine rural et de son partage par le plus grand nombre.



JOURNÉES DU PATRIMOINE

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 19 SEPTEMBRE

Atelier de murets en pierre sèche
Camp militaire à CAYLUS

SAMEDI 8 ET DIMANCHE 9 OCTOBRE

Atelier de murets en pierre sèche - St Martin de Caussanille à Saint-Georges.
Prévoir un vêtement de travail, de bonnes chaussures, des gants de chantier. Si vous en possédez, têtou ou marteau de maçon, pioche, seau de chantier. Inscriptions limitées à 15 personnes.

■ Jean-Yves Hamon - Tél : 06 84 18 96 55
jean-yves.hamon11@orange.fr

LES BALADES APICQUALES

L'APICQ propose d'aller à la rencontre d'un patrimoine rural construit en pierre sèche par des randonnées découvertes. Les parcours sont accessibles à tous et sont organisés le dimanche.

Les dates : 1^{er} mai, 15 mai, 11 septembre, 2 octobre, 30 octobre

■ Huguette Cambon - Tél : 06 82 26 18 18

LE CIRCUIT DES Puits À MOUILLAC

DIMANCHE 31 JUILLET

Depuis 20 ans l'APICQ organise une randonnée découverte du petit patrimoine lié à l'eau sur la commune de Mouillac. Durant 2 heures de promenade, vous apprécierez au hasard du chemin, une chaîne de puits plus ou moins importants, d'architecture et de formes différentes. Certains sont curieusement regroupés aux endroits où l'eau était le plus facilement accessible. Cette balade vous fera aussi découvrir la faune et la flore particulièrement remarquable du site protégé de la vallée du Mouillagol.

■ Thierry Dejean - Tél. : 06 10 60 49 75
dejean-bontat@wanadoo.fr
<http://association.apicq.free.fr>

La symphonie

Randonnez ! Randonnons, Randonneurs !

Vous aimez les paysages du Causse, entre chemins creux, murs de pierres sèches et chênes rabougris, venez découvrir les Boucles proposées par La Symphonie. Les objectifs de l'association : Permettre la valorisation du site de l'église de Saint Symphorien et entretenir quelques-uns des chemins ruraux permettant d'accéder à l'église et de se promener dans ce merveilleux coin de causse à la découverte d'une belle et riche nature. L'association organise régulièrement des temps participatif pour nettoyer autour de la chapelle.

■ <http://assolasymphorine.e-monsite.com/>



Les Transports culturels

L'association O'Babeltut propose aux habitants des sorties culturelles sur les meilleures scènes de Toulouse et d'Albi, en s'occupant de tout, y compris du transport en bus ou en covoiturage organisé à coût partagé, 3€ l'aller retour. Au programme : spectacles de qualité et convivialité. Leur objectif : Rassembler par et autour de la culture, faire vivre des expériences artistiques à des publics qui n'y ont pas toujours accès.

DIMANCHE 15 MAI POUR ALBI

Départ de St Antonin Noble val - CAMPANA - Cirque Trottola, Bonaventure Gacon, Titoune, à partir de 10 ans - Sous chapiteau. 15€ / 10€ tarif réduit

■ www.obabeltut.com



Le cinéma de Caussade, plus qu'un cinéma

Le cinéma de Caussade fait parti du petit nombre de salles mono-écran classées « Art et Essai » et qui dispose des trois labels décernés par le Centre National de la Cinématographie :

Label « Jeune Public »

Label « Recherche et Découverte »

Label « Patrimoine et Répertoire »

Sa programmation a la particularité de proposer des films en lien avec l'actualité du territoire mais aussi ouverte sur le monde. Lieu de vie à part entière, on y débat, on y apprend, on y partage...

Parce qu'ouvrir le public sur les sujets sociétaux est une étape de la transition écologique, le Cinéma de Caussade est un allié certain.

■ <https://cinemacaussade.com/>

EN Musique



Le Big Bang des arts

The programmation pour les enfants, c'est toute l'année et c'est dans tout le Tarn-et-Garonne !

www.tarnetgaronne-artsetculture.fr/

JAZZ

FESTIVAL BLEU TROMPETTE MONTPEZAT-DE-QUERCY

● 20 au 23 juillet 2022

Du grand jazz dans un petit village ! C'est gratuit parce que ce festival se veut ouvert à tous. Leurs engagements mettent l'accent sur le côté Eco-responsable et Eco-citoyen.

■ Tél. : 05 63 02 05 55 - www.bleutrompette.fr

OPERA BOUFFE

FESTIVAL DES CHÂTEAUX DE BRUNIQUEL

● 28 juillet au 7 août 2022 à 21h30

« La vie Parisienne » Opéra bouffon de Jacques Offenbach en 4 actes. Un incontournable en plein air depuis plus de 20 ans ! L'aventure de tout un village qui s'investit chaque année aux côtés de Franck Thézan et ses chanteurs pour faire vivre le répertoire d'Offenbach. Et les tables d'hôtes après le spectacle en compagnie des chanteurs, un régal !

■ Office du tourisme de Bruniquel

Tél. : 05 63 67 29 84 - www.bruniquelloff.com/

Compagnie Brunehaut - Tél. : 05 81 27 66 21

MUSIQUE DE CHAMBRE

FESTIVAL D'AUTAN - BRUNIQUEL

● 13 au 23 juillet 2022

Festival itinérant en Occitanie : concerts 21h, visite à 19h, assiette de producteurs 19h30. Partager le patrimoine culturel musical, architectural et les savoir-faire. Performance d'éclairage live sur les bâtiments.

■ www.festivaldautan.com



Vibrez au rythme des festivals

MUSIQUE

LES RÉSONANCES DE SEPTEMBRE

Rencontres culturelles en Midi-Quercy

■ Tél. : 05 63 91 83 96 - tarnetgaronne-artsetculture.fr/

OCCITAN

LENGA VIVA À LAGUÉPIE

● Juillet 2022

Un festival du savoir, du parler et du partager ! Université occitane.

■ <http://lengaviva.com/>

FESTIF

SAMBA AL PAÏS - ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

● 22 au 24 juillet 2022

Ils reviennent, enfin ! Un festival qui allie avec brio culture occitane et culture brésilienne. A travers les musiques traditionnelles et les créations contemporaines, le festival nous embarque avec bonheur dans une ambiance chaleureuse et festive !

■ <http://www.sambalpais.org/>

Un petit concert ce soir ? On vous donne nos bonnes adresses pour l'été

- Les rdv musicaux sur la place centrale de Caussade
- Café de la Halle à St Antonin-Noble-Val
- Le chien fou à St Antonin-Noble-Val
- La Guinguette de Cazals
- La guinguette de Begayne à Ginals
- Le Ô Quercy Vert à La Salvetat Belmontet
- Le Ô met'is à Nègrepelisse
- La Vierta à Varennes

THÉÂTRE

FESTIV'HALLE DU FIL

● 9 août au jeudi 11 août de 18h à 19h30

Spectacles, chants, théâtre...

■ Tél. : 05 63 93 70 49

BATUCADAS

LES NUITS FRAPPÉES DE BRUNIQUEL

● 3 septembre 2022 de 17h à minuit

Grand rassemblement de 8 groupes de percussionnistes venus de Catalogne et de France, parade (17h) suivie par un marathon de concerts au château et sur l'esplanade. Restauration au château, buvettes. Gratuit.

■ Tél. : 06 73 60 34 16 - www.les-nuits-frappees.fr/

LIVRE D'ARTISTE

FESTIVAL "SOUS COUVERTURE" ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

● 7 au 15 mai 2022

SALON DES ÉDITEURS

● 14 et 15 mai 2022

Plongez vous dans l'univers unique du livre d'artiste.

■ mosaiqueenval@yahoo.fr

PEINTURE

SALON INTERNATIONAL DE L'AQUARELLE

● Du 10 au 25 septembre

Ce salon accueillera 55 aquarellistes de haut niveau. Démonstrations et stages vous seront proposés. 7 carnetistes venus de toute la France seront présents les 16 = 17 et 18 septembre 2022

■ Espace Bonnaïs - Causade - Tél. : 06.22.20.69.45

coudercannemarie@orange.fr

TRANSPORTS



On compense son empreinte carbone

On le sait, le tourisme ce n'est pas la pratique la plus écologique qui soit ! Qui dit voyage, dit transport. Le tourisme représente 8 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre, un chiffre en hausse constante. Vous faites des efforts pour la planète toute l'année mais vous avez vraiment besoin de vacances, et paf la culpabilité vous envahit ! No stress, vous avez la possibilité de vous rattraper en compensant vos émissions carbone. Le site GreenTripper propose aux voyageurs de calculer leur empreinte CO2 et de la compenser en soutenant un projet pour le climat certifié.

LIGNES FERROVIAIRES

- Ligne TOULOUSE - CAHORS - BRIVE
- Ligne AURILLAC - FIGEAC - TOULOUSE

LIGNES TAD

- TAD sur la CCQC ligne régulière
- TAD sur la CCQGA

LIGNES DE CARS SNCF

Ligne N°203 : RODEZ - VILLEFRANCHE DE ROUERGUE - MONTAUBAN (car régional)
Tarif unique 2€

LIGNES D'AUTOCARS DÉPARTEMENTAUX

Ligne LAGUÉPIE - MONTAUBAN
Ligne VILLEFRANCHE - MONTAUBAN

OFFRE DE TRANSPORT COLLECTIF

BUS DE L'ÉTÉ

Gare de MONTAUBAN jusqu'à ST-ANTONIN-NOBLE-VAL les samedis et dimanches de l'été 2021 : arrêts MONTAUBAN Gare, ST ETIENNE-DE-TULMONT, NÈGREPELISSE, BRUNIQUEL, PENNE et ST-ANTONIN-NOBLE-VAL.

TRANSPORTS À LA DEMANDE (TAD)

Communauté de communes Quercy- Rouergue et Gorges de l'Aveyron

<https://cc-qrga.fr/transport/>

A DESTINATION DES MARCHÉS

- **Au départ de CAZALS, FÉNEYROLS, LAGUÉPIE, MONTROSIER, ST ANTONIN ou VAREN** -> **A destination de CAUSSADE** lundi matin - ST-ANTONIN mardi matin, jeudi après-midi, dimanche matin.
- **Au départ de CASTANET, CAYLUS, LACAPPELLE-LIVRON, LOZE, MOUILLAC, PARISOT, PUYLAGARDE, SAINT PROJET** -> **A destination de CAUSSADE** lundi matin - CAYLUS mardi matin - ST-ANTONIN mardi matin - VILLEFRANCHE jeudi matin. (sauf Mouillac)
- **Au départ de : GINALS, ESPINAS, VERFEIL** -> **A destination de CAUSSADE** lundi matin - ST-ANTONIN mardi et dimanche matin, jeudi après-midi - VILLEFRANCHE jeudi matin.

AUTRES MOTIFS DE DÉPLACEMENTS (SERVICES, COMMERCE ET LOISIRS)

- SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL : 1 AR mardi matin et 1 AR jeudi après-midi
- MONTAUBAN : 1 AR mercredi après-midi et 1 AR jeudi après-midi (via ligne 912)
- TOULOUSE : 1 AR samedi, à la journée (via la gare de Lexos)

Communauté de communes Quercy Caussadais

Voyages du Bas Quercy : 05 63 65 09 18

LE LUNDI ET LE MERCREDI (HORS JOURS FÉRIÉS)

Horaires imposés par le transporteur

UN SERVICE RÉGULIER

1 AR le lundi matin sur CAUSSADE (marché). Départ à 9H00 de Puylaroque et retour à 11H45 de CAUSSADE

LOCATIONS DE VÉLOS ET VÉLOS ÉLECTRIQUES

PASSION LOISIRS - Caussade - Tél. : 05 63 26 03 48

VARIATION - St-Antonin-Noble-Val - Tél. : 06 48 35 59 21 - 05 63 68 25 25
contact@variation82.eu

ACTI EAUX VIVES - St-Antonin-Noble-Val - Tél. : 06 12 51 83 23 - actieauxvives.fr

L'ATELIER DU CORDONNIER - Monclar-de-Quercy - Tél. : 06 21 47 85 20

Vélos électriques :

LOCA BIKE - Nègrepelisse - Tél. : 06 09 94 17 80 - locabike-negrepelisse@outlook.fr

LOCATIONS DE VOITURES

SUPER U CAUDIS

Zone Industrielle De Meaux - BP 119 - 82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 23 26 60

INTERMARCHÉ AROCLYS

Route Montricoux - 82800 - NÈGREPELISSE - Tél. : 05 63 26 28 10

SUPER U MARCHATS

ZI nafine - 82800 - NÈGREPELISSE - Tél. : 05 63 64 27 44



PETR DU PAYS MIDI-QUERCY

12, rue Marcelin Vigié

82800 NÈGREPELISSE - BP 10082

pays.midi.quercy@info82.com

Tél : 05 63 24 60 64



WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

