



Vos idées de sorties en Lautrécois-Pays d'Agout



CONTACT & INSCRIPTIONS

05 63 70 52 67

culture@cclpa.fr

mediatheque@cclpa.fr



Du 2 octobre au 30 novembre

ST PAUL CAP DE JOUX

Exposition "Comment un livre vient au monde"

L'exposition itinérante « Comment un livre vient au monde », conçue par les éditions Rue du Monde, propose un voyage haut en couleur dans les coulisses de la création et de la fabrication d'un album jeunesse. Déclinée en 14 panneaux illustrés (souvent adaptés aux enfants dès 6 ans), elle détaille chaque grand métier et étape :

- L'écriture et le manuscrit de l'auteur.
- Le travail de l'illustratrice (recherche des couleurs, création des images).
- La mise en page, la fabrication du papier et l'impression en quadrichromie.

La reliure jusqu'à l'arrivée du livre en librairie et entre les mains du lecteur.

Médiathèque de St Paul : Lundi 15h30-18h / Mercredi 10h-12h - 15h-17h30 / Samedi : 9h30-12h

Du 7 au 10 octobre

ST PAUL CAP DE JOUX

Fête de la science

Le thème de l'édition 2026 de la Fête de la science est "Saveurs Savantes", l'occasion de célébrer la cuisine, le goût et l'alimentation sous toutes leurs dimensions scientifiques.

Cerise sur le gâteau, la médiathèque de Saint-Paul vous propose 2 dates pour des dégustations littéraires : **Mercredi 7 octobre de 15h à 17h et Samedi 10 octobre de 17h à 19h.**

Gratuit, sur inscription.



Vendredi 9 octobre

PRADES

Montanhar

En partenariat avec la Scène Nationale d'Albi, la CCLPA propose à la salle des fêtes de Prades, une représentation théâtrale atypique. Un récit conté et chanté d'une ascension. Le Mont Analogue, roman de René Daumal, est le récit d'une expédition à nulle autre pareille, en des temps lointains à la découverte d'une montagne mythique sur un continent invisible à l'oeil humain.

De 19h à 20h15 à la Salle Communale. A partir de 10 €, Tarif réduit : à partir de 8€ (- de 15 ans).



- **Mercredi 14 octobre** de 14h à 16h : atelier pliage de livres – Médiathèque Vielmur
- **Samedi 17 octobre** de 15h30 à 17h30 : atelier d'écriture – Médiathèque Saint-Paul



Jeudi 1^{er} octobre

LAUTREC

Illustration avec Alca

Grâce aux paysages qui nous entourent, nous aurons l'occasion d'expérimenter en dessins la représentation de leurs motifs, leurs couleurs, leurs lumières, leurs courbes... à la peinture aqueuse, en se concentrant sur les techniques de gouache et aquarelle.

Diplômé des beaux-arts d'Epinal en 2018, Alca (Léo Alcaraz) pratique l'illustration à travers différentes techniques et matières telles que la gouache et les crayons de couleurs. Accessible à partir de 6 ans, accompagné d'une adulte.

Participation libre (prix conseillé à 15 €). De 18h30 à 20h30.

Places limitées / Réservation nécessaire au 05 63 70 83 30

Petite restauration tapas sur place

Plus d'infos ou demandes spécifiques via contact@cafeplum.org



Dimanche 4 octobre

BROUSSE

Vide-greniers et expositions de vieilles voitures - MJC de Brousse
Vêtements, articles enfants, jouets, décoration, vaisselle, livres, outillage...

Exposition Vieilles voitures, Coccinelles, Défilé mobylettes

Buvette et restauration sur place. Parking Facile. A partir de 9h !

Tarifs exposants vide grenier : 1ml : 2€

Inscriptions **avant le 30 Septembre**

Marne : 06 33 99 09 13 ou Benoit : 06 34 66 25 63 / broussemjc@gmail.com

MOULAYRÈS

Fête de l'automne - L'association Yaku Kawsay

Une journée consacrée à la rencontre humaine, dès le plus jeune âge.

De 10h à 17h :

Ateliers Houla Hoop et spectacles avec la Clown Mani (en interlude)

Exposition de peinture avec l'Artiste : Marianne BOUVET

Artisanat, Producteurs, Brocanteurs : céramique, bijoux, miel...

Tables de discussions sur les incendies.

A 11h : conférence sur les Champignons avec Elise Rothman d'Hauthuille, mycologue et autrice du livre "ce champignon est-il comestible ?" les éditions de Terran.

12h : Repas préparé avec des produits locaux et bio.

13h : Maquillage avec La Peintre Nomade (jusqu'à 17h) compagnie Nomadenko

14h : Groupe de musique "les Pantoufleurs du Grenier" trompette, saxophone, trombone, guitare, basse, batterie et chant.

16h : Spectacle "Tronche de vie" avec humour, chant et magie, Seb Solo nous parlera de sa vie, durée approximative 1h.

Au menu : Frites Saucisses Ratatouille Pain et desserts

Buvette : Bière et Limonade artisanales brasserie Albigeoise La Travée et Vin Nature Gaillacois Braucol d'Etienne Bourel

Organisé par les bénévoles de l'association Yakukawsay.

Participation libre pour l'évènement, avec des tarifs accessibles pour la buvette et le repas. Tarifs enfants prévus.

Contact : yakukawsay@protonmail.com



Dimanche 4 octobre

FIAC

Performance artistique : Julie Saclier au Café de Fiac

L'Afiac a le plaisir d'accueillir l'artiste plasticienne Julie Saclier, en résidence de création durant 3 semaines. Ce temps de restitution publique sera l'occasion de présenter ses recherches artistiques.

L'artiste Julie Saclier proposera une performance artistique ouverte au public (entrée gratuite sans réservation). De 11h à 12h.

Contact : direction@afiac.org

ST PAUL CAP DE JOUX

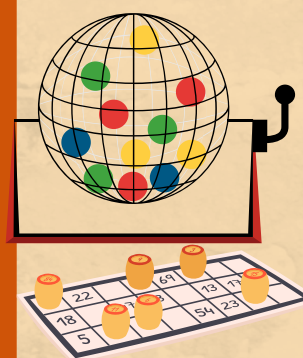
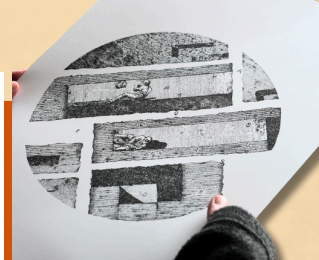
Loto des Cocagnous

Loto organisé par " Les Cocagnous "

14 quines , 14 dbles quines, 14 cartons pleins, 1 consolante pour les perdants .

Bons d'achat 100 et 200 euros, jambons, lots gourmands, caissettes viande, lots de fruits, volailles etc.... Tarif unique : 2 €

Contact : les.cocagnous.81220@gmail.com



Mercredi 7 octobre



LAUTREC

Cinécran "Soudain"

Directrice d'un établissement pour personnes âgées, Marie-Lou tente d'y instaurer une philosophie de soins innovante basée sur l'écoute et la dignité des résidents, malgré la réticence d'une partie de ses équipes. Sa rencontre avec Mari, une metteuse en scène japonaise qui se bat contre un cancer, va bouleverser sa trajectoire. En nouant une amitié profonde, les deux femmes engagent ensemble un combat pour "rendre possible l'impossible".

À 20h30, salle François Delga - Tarif : 6 €, Tarif réduit : 4,50 €

Contact : 05 63 75 90 04 / mairie@lautrec.fr

Jeudi 8 octobre

PEYREGOUX

Repas au Régal'Ail MFR Peyregoux

Les élèves de la formation restauration du Restaurant le REGAL'AIL vous proposent leurs menus.

Miettes de crabe à la Parisienne • Poulet fermier rôti, pommes allumettes • Tarte Alsacienne, calvados et glace vanille.

Tarif : 18€ - Café/ thé à partir de 2 €. Vins à partir de 20 €. Apéritifs à partir de 4 €.

Accueil pour le déjeuner entre 12h et 13h. Restaurant ouvert jusqu'à 14h30.

Contact : 05 63 82 20 20



LAUTREC

Des Femmes et des Anges, Seule en scène de et avec Claire Davienne au Café Plùm

Récit d'une traversée du deuil péri-natal, racontée par les mots, les sons et le corps. Inspiré d'une expérience vécue.

Ce spectacle propose d'ouvrir un espace de résonance à travers l'histoire de Lucie, et en échos à d'autres femmes.

A 20h30 - Participation libre

Contact : contact@cafeplum.org / 05 63 70 83 30



Du 8 au 10 octobre

MAGRIN

Stage de Raku avec Laure Giraudeau

Le raku, abréviation du terme japonais raku-yaki est le résultat d'une technique d'émaillage, dans la céramique japonaise, mise au point au XVI^e siècle. Les stages Raku se déroulent en deux temps :

- Dans un 1^{er} temps, fabrication des pièces. Suite à cette journée, les pièces doivent sécher, et une fois sèche, elles sont biscuitées en four électrique pendant 3 semaines.
- Dans un 2nd temps, pose des réserves, de l'émail et cuisson raku.

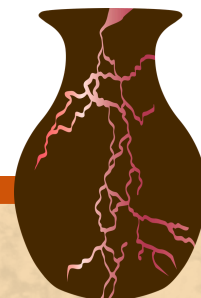
Un jour au choix parmi les 3 dates pour la fabrication, un jour au choix parmi les 2 dates pour la cuisson (29 ou 30 juin).

Rendez-vous à l'atelier Faire et Maginer, lieu-dit St-André

De 10h à 12h et de 13h à 17h, avec une pause repas auberge espagnole.

Tarif : 225 € (pour un jour de fabrication et un jour de cuisson)

Contact : 06 80 36 07 41 / faireetmaginer@gmail.com



Samedi 10 octobre



LAUTREC

Temenik Electric au Café Plùm

Temenik Electric a imposé un son griffé par le rock et la pop des cadors anglo-saxons, le raï des mamies de l'Oranie et le chaâbi des tontons de la Casbah d'Alger.

Expert dans l'art de la confrontation, ce quintet marseillais vient de publier au début de l'année Habibi My Love, un opus évidemment placé sous le signe de l'amour.

Tarifs : 5/10/12 €. De 21h à 23h.

Réservation par téléphone au 05.63.70.83.30 ou sur le site du Café Plùm



Dimanche 11 octobre



LAUTREC

La Lautrécoise

La randonnée avec son célèbre ravitaillement et ses points de vue imprenables.

Le VTT et ses parcours vallonnés et techniques.

Le Trail et ses tracés exigeants à souhait pour les plus petits (trail enfants) comme pour les plus grands.

Après l'effort le réconfort, sur site vous retrouverez notre mythique soupe à l'ail offerte par le syndicat de l'ail et de nombreux autres stands sportifs ou pas.

Un repas viendra clôturer cette journée, sportive chaleureuse et conviviale.

Inscriptions : <https://chrono-start.com/inscriptions-listing/>

Contact : 06 09 69 26 81 / lautrecsportsnature@gmail.com

Jeudi 15 octobre



PEYREGOUX

Repas au Régal'Ail MFR Peyregoux

Les élèves de la formation restauration du Restaurant le REGAL'AIL vous proposent leurs menus.
Poireaux mimosa, vinaigrette truffée • Sole poêlée, pommes vapeur, beurre blanc • Tarte au chocolat, crème anglaise

Tarif : 18€ - Café/ thé à partir de 2 €. Vins à partir de 20 €. Apéritifs à partir de 4 €.

Accueil pour le déjeuner entre 12h et 13h. Restaurant ouvert jusqu'à 14h30.

Contact : 05 63 82 20 20

LAUTREC

Atelier dégustation de vin avec Bruno au Café Plùm

Participer à une dégustation de vins n'est pas réservé aux initiés (« connaisseurs ») ni aux techniciens (« œnologues »).

Une dégustation, c'est avant tout une réjouissante découverte et une belle balade où nous allons solliciter nos 5 sens !

Entrée libre. Petite restauration sur place

Contact : cafeplum.communication@gmail.com / 05 63 70 83 30/ CaféPlùm.org



Vendredi 16 octobre

LAUTREC

Imbert Imbert en concert au Café Plùm

Depuis 20 ans, Imbert Imbert trace un chemin singulier entre chanson, jazz et rock. Sur scène, la contrebasse devient un prolongement du corps, un allié dans ses fugues musicales, portée ici par l'accordéon, les bois et le souffle de Cédric Pierini.

De 21h à 23h. De 5 à 12 € (10 € pour les adhérents).

Contact : cafeplum.communication@gmail.com / 05 63 70 83 30/ CaféPlùm.org



CABANÈS

Soirée d'automne Vin, Vière & châtaignes dans le chai des Garbasses

Venez célébrer l'arrivée du vin nouveau autour de châtaignes grillées et des saveurs de saison. Un accord mets & vins tout en douceur, où vin nouveau et châtaignes du domaine seront les rois de la fête.

Au menu (sous réserve de modifications) : Mise en perce du vin nouveau & châtaignes grillées. Assiette vigneronne. Côte échine de porc accompagnée de pommes de terre, potimarron & châtaignes sautées. Tiramisu à la châtaigne. Concert Live (groupe encore non défini à cette date)

Tarif: 25€/adulte | 12€/enfant -12 ans (plat chaud + dessert), boissons non comprises

Contact : garbasses@gmail.com / 05 63 42 02 05



Samedi 17 octobre

LAUTREC

Tentative d'épuisement #8 au Café Plùm

"Tentatives d'épuisement" est un spectacle-chronique entre stand-up et revue de presse de et par Gaspard Chauvelot. Un rendez-vous tous les deux mois au Café Plùm pour parler d'actualité ! On s'emploiera à analyser, décortiquer et admirer cette œuvre qu'on appelle

« actualité ». Tout public à partir de 12 ans. Billetterie en ligne uniquement sur le site du Café Plùm. De 21h à 23h. De 5 à 12 € (10 € pour les adhérents).

Contact : cafeplum.communication@gmail.com / 05 63 70 83 30/ CaféPlùm.org



Samedi 17 octobre

CABANÈS

Soirée Bodéga & mise en perce du vin nouveau – Domaine les Vignes des Garbasses
La fête bat son plein au domaine ! la bodega en version vigneronne, pour trinquer ensemble au premier verre du vin nouveau & de la vière..

Concert live avec Culture Pop. Mise en perce du vin nouveau & châtaignes du domaine.
Au menu (sous réserve de modifications) : Assiette vigneronne / Carbonade ou Grillade au brasero & pomme de terre à la braise / Assiette de fromages / crumble pommes-châtaignes

Tarif: 25€/adulte | 12€/enfant -12 ans (plat chaud + dessert). boissons non comprises

Contact : garbasses@gmail.com / 05 63 42 02 05



Samedi 17 et dimanche 18 octobre



LAUTREC

Le Nez dans le Ballon par l'association l'Entonnoir. 4^{ème} édition

A la fois salon des vins « nature » (dégustation et vente) et évènement culturel, le Nez dans le Ballon se veut un rendez-vous convivial et familial avec des propositions artistiques tout public ainsi qu'un espace de jeux en bois pour petits et grands.

Les spectacles et concerts se déroulent à l'extérieur ou en salle en cas d'intempéries et débutent le samedi à 17h30. Dégustation : samedi de 15h à 19h et dimanche de 11h à 17h.

Vous pourrez profiter en continu d'un bar à vin (+ bière et softs) et de la restauration

« maison » samedi soir et dimanche midi. Programme complet sur le facebook

Spectacles et concerts en accès libre, entrée dégustation 5€.

Infos : 09 67 46 47 37 / assolentonnoire@hotmail.com



Dimanche 18 octobre

DAMIATTE

Concours de Saut d'Obstacle à Poney City

Venez découvrir ce sport exigeant dans un cadre bucolique et supporter nos jeunes cavaliers : enthousiasme et bonne ambiance garantis ! De 8h à 18h.

Entrée gratuite pour les visiteurs. Buvette avec possibilité de restauration

Infos : 06 81 23 98 26 / asponeycity@gmail.com



CABANÈS

Escapade & brunch vigneron - les Vignes des Garbasses

Marchez, respirez, savourez : vivez une journée au rythme du vignoble.

Une expérience immersive entre effort léger, plaisirs gourmands et découverte du vignoble raconté par le vigneron. Au programme :

12h30, Brunch vigneron gourmand : charcuteries, fromages, velouté de potimarron, œuf cocotte aux lardons, mesturet, fruits de saison, viennoiseries, fondant à la châtaigne...

14h30, Oenorando® la Birado commentée par le vigneron ou atelier astronomie

Tarif : Brunch + Oenorando® : 25€/adulte et 12.50€/ enfant -12 ans

Brunch seul : 20€/adulte et 10€/ enfant -12 ans

Possibilité de faire l'Oenorando® libre le matin (à 10h30, 8 km ou 4.5 km)

Contact : garbasses@gmail.com / 05 63 42 02 05



Mercredi 21 octobre



LAUTREC

Séance de cinéma jeunesse "La fille dans les nuages"

Une plume magique qui rend réel tout ce qu'elle écrit vient bouleverser la vie de Providence, 11 ans, et de son cochon d'Inde Airbag. Dotés de cet immense pouvoir, ils s'envolent pour un incroyable voyage...

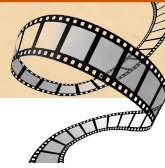
À 15h30, salle François Delga - Tarif : 6 €, Tarif réduit : 4,50 €

Séance de cinéma "Fjord"

Les Gheorghiu, un couple roumano-norvégien très pieux, s'installent dans un village au bout d'un fjord où ils se lient rapidement d'amitié avec leurs voisins, les Halberg. Leurs enfants deviennent très proches, malgré des éducations différentes...

À 20h30, salle François Delga - Tarif : 6 €, Tarif réduit : 4,50 €

Contact : 05 63 75 90 04 / mairie@lautrec.fr



Jeudi 22 octobre

ST PAUL CAP DE JOUX

Séances de cinéma jeunesse

L'association Inici et Cinécran81 vous propose deux films jeunesse :

- "Entre ciel et terre" pour les tous-petits
- "La fille dans les nuages" : à partir de 6 ans

Entre ciel et terre : Un oisillon se lance dans les airs. Un petit chiot découvre la matière. Un enfant savoure une soupe cosmique. Une chouette au sommeil chaotique. Une souris veut voir le soleil. Et une autre renvoie les étoiles dans le ciel. Sept histoires vues de la Terre comme du Ciel.

La fille dans les nuages : Une plume magique qui rend réel tout ce qu'elle écrit vient bouleverser la vie de Providence, 11 ans, et de son cochon d'Inde Airbag. Dotés de cet immense pouvoir, ils s'envolent pour un incroyable voyage...

De 09h30 à 12h - Tarif : 6€

Contact : iniciagout81@gmail.com



Vendredi 23 octobre

ST PAUL CAP DE JOUX

Tournoi Octobre Rose par le Ping Saint-Paulais

Une nouvelle fois, le Ping Saint Paulais Pays de Cocagne s'engage pour l'opération Octobre Rose pour la prévention du cancer du sein. À cette occasion avec le soutien de la Mairie de St Paul Cap de Joux, nous organisons un tournoi ouvert à tous (licenciés et non licenciés, enfants et adultes) le vendredi 23 octobre au gymnase de St Paul Cap de Joux. Une participation de 5 euros vous sera demandée et reversée à l'opération Octobre Rose. Le début du tournoi est prévu à 20h30.

Infos et inscriptions : psp@pingstpaulais.com / 06 24 26 95 38 / 06 47 97 27 15



LAUTREC

Petit-déjeuner pêche avec l'AAPPMA du Pays Lautrécois

Profitez d'un petit déjeuner convivial lors du lâcher de truites au grand lac d'Aquaval Vente de formules salées et sucrées. Cartes de pêche et inscriptions obligatoires.

Contact : aappmalautrec@gmail.com / 06 81 60 69 47



Samedi 24 octobre

ST PAUL CAP DE JOUX

Soirée d'automne par le comité des fêtes

Au menu Carbonade flamande, inscriptions obligatoires. À partir de 20h.

Contact : 06 87 72 20 12 / comitefetesstpaul@gmail.com



Dimanche 25 octobre

VIELMUR

Tournoi de badminton au profit d'octobre rose

La MJC du Pays d'Agout organise un tournoi de badminton au profit d'octobre rose, ou tout les bénéfices seront versées à l'association.

Contact : 06 89 44 72 27

MONTDRAGON

Chasse aux citrouilles à la ferme

La Compagnie du Carrelet organise une nouvelle édition de chasse aux citrouilles pour fêter ses 5 ans d'ouverture ! Deux sessions seront organisées, une à 11h30 pour les enfants jusqu'à 5 ans et à 14h30 pour les enfants entre 6 et 12 ans ! Lors de cette journée, les visiteurs pourront naviguer au sein de la ferme pour profiter de nos animaux ainsi que de nos activités (jeux gonflables pour enfants et adultes, non disponible en cas de vent fort par mesure de sécurité, kartings à pédales pour enfants et adultes, jeux de bois/pétanque/plein air pour enfants et adultes, aire de pique-nique et terrain de pétanque !

L'inscription est OBLIGATOIRE pour participer à cette journée, pour cela il suffit de contacter Benoit par téléphone !

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 18 Octobre 2026.

Contact : 06 89 44 72 27



Du lundi 26 au vendredi 30 octobre

MAGRIN

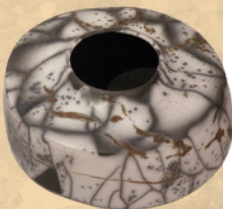
Stage modelage

Le modelage est une technique de sculpture qui se pratique sur des matières malléables, principalement des terres plastiques comme l'argile, la terre glaise.

Pendant 4 jours, Laure Giraudeau vous initie ou vous perfectionne à cette technique dans son atelier Faire et Maginer.

De 10h à 12h et de 13h à 17h, avec une pause repas auberge espagnole.

Contact : 06 80 36 07 41 / faireetmaginer@gmail.com



Vendredi 30 octobre

LAUTREC

La Bodég'ail chez Thierry

Thierry & Isa vous accueillent dans un cadre champêtre : tapas, de nombreux vins au choix et ambiance musicale dans la campagne Lautrécoise. Venez apprécier l'ambiance festive à la manière d'une bodega. Prochain rendez-vous le 30 oct.

A partir de 19h30, au 479 chemin de Combelasse

Réservation conseillée : 06 52 40 87 36



Et tout au long du mois...

Du 1^{er} au 31 octobre



LAUTREC

Octobre Rose à Lautrec

- Opération Guirlande de soutiens-gorge, vente de carrés rose à coudre et de goodies à la mairie.
- Stand sur le marché, le **vendredi 2 et 16 octobre**
- Matinée sportive le **dimanche 4** à 11h place centrale, 30 minutes de Zumba Sentao, 30 minutes de Stretch Flow et 20 minutes de danse collective. Sur place atelier de prévention et technique de dépistage.
- Tout au long du mois, le moulin sera paré de rose.

Contact : 05 63 75 90 04 / mairie@lautrec.fr



Les lundis, mardis, jeudis et vendredis

MONTDRAGON

Cours de peinture chez Plume et Pinceau

Serge Amarger, artiste peintre, vous accueille dans sa galerie.

Découvrez l'aquarelle et ses différences techniques, la peinture acrylique et toutes ses possibilités, et, bien entendu, les techniques mixtes qui peuvent vous emmener vers des créations totalement libres dans des thèmes figuratifs ou bien abstraits. Pour débutants ou confirmés, toutes les techniques et matières sont travaillées dans la détente et la bonne humeur. De 14h à 16h - Tarif : 14 €

Stages de 1, 2 ou 3 jours à la demande, programme en ligne : www.artstage.fr

Contact : 06 59 92 05 76



Le 2^{ème} dimanche du mois

11 octobre

LABOULBÈNE

"**Chez Suzette**", c'est le café participatif de la mairie de Laboulbène, pour passer un moment convivial en famille ou entre amis. Restauration sur place avec food truck.

Rendez vous sur le parking de la salle des fêtes.

Entrée gratuite, boissons payantes - Paiement en espèces uniquement

Contact : 05 63 59 39 21



16 octobre

Le 3^{ème} vendredi du mois

FRÉJEVILLE

Le Bar Oc' fait sa dernière date de la saison !

C'est LE lieu de rencontres pour les habitants de la commune et des alentours. Restauration et bonne ambiance musicale au rendez-vous ! Organisé par la mairie. Rendez-vous de 18h à 21h30, à la salle Fabre. - Entrée gratuite

Plus d'infos : village-frejeville.fr



LAUTREC

Visites thématiques : "Approche & Accroche de l'agroécologie"

Visites commentées de la mini forêt-jardin, la nature au coeur du village de Lautrec. Découvrez le jardin au naturel et la biodiversité, inspiré des pratiques agroécologiques appliquées pour tous. Emmanuelle vous fait découvrir avec passion comment concevoir un jardin nourricier respectueux de l'environnement, à travers deux visites thématiques :

- Jardin au naturel, comment préserver le vivant et lutter contre le changement climatique.

- Illustrations de compostage : astuces pour bien démarrer et optimiser son compost.

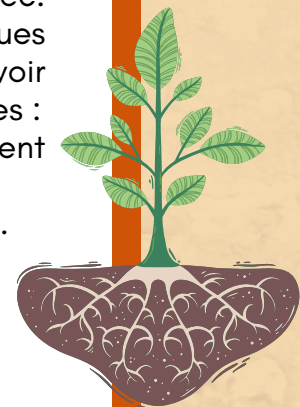
Sur réservation, jour et durée à votre convenance.

Tarif selon durée et nombre de participants, à partir de 2 personnes.

Prévoir des vêtements et chaussures adaptés pour l'extérieur.

Symphony du Vivant possède le label "Entreprise Engagée pour la Nature"

Contact : 06 07 12 23 91 / symphony.du.vivant.lautrec@gmail.com / [Site internet](#)



ST-GENEST-DE-CONTEST

A la découverte du cheval et de notre région avec Les Attelages du Sud-Ouest.

Stéphane vous propose de découvrir le Pays de Cocagne au rythme des sabots, direction l'auberbe "La Ferme" à Montdragon pour une pause déjeuner après 1h30 de balade commentée. Au menu : entrée, plat, fromage, dessert, vin et café. Retour à St-Genest par un autre circuit après cette pause gourmande - De 11h15 à 15h30 - Tarif : 180 € la calèche pour 2 personnes. Activité sur réservation uniquement !

Contact : 06 51 08 77 09 / stephanegodin0981@gmail.com / [Site internet](#)



PUYCALVEL

Ateliers "Équilibrez-vous : l'art de cheminer, tracer et graver" avec Patrice Rosso

Découvrez la géométrie de la vie à travers l'art de tracer et de matérialiser des formes. Cet enseignement complet propose une interconnexion profonde entre le corps, l'esprit et la matière, intégrant le Cheminement, le Tracé et la Gravure.

Patrice vous propose des cours hebdomadaires pour apprendre, étape par étape, dans la joie et la simplicité, l'art de cheminer, tracer et graver.

Découvrez la géométrie de la vie. L'art de tracer et de matérialiser les formes, revitalise votre corps et l'esprit de votre lieu. Notre enseignement complet vous propose une interconnexion profonde entre le corps, l'esprit et la matière.

Les 4 étapes de l'apprentissage incluent :

1. Le trait :

Devenir le bâtisseur de soi : Tracez et gravez votre propre symbole pour créer un ancrage puissant et personnel dans votre quotidien

2. Le symbole :

La danse du compas : Pratiquez la géométrie pour redécouvrir le sens profond des proportions, de la mesure et de l'équilibre naturel.

3. Tracés régulateurs :

La structure invisible : Découvrez la structure invisible des formes reliées aux cycles cosmotelluriques qui régissent notre environnement.

4. Vers une vision unifiée :

Inscrire dans la matière : Inscrivez la forme à la bonne mesure dans la matière physique pour l'intégrer pleinement au monde.

Tarif unique : 30 € / mois

Contact :

06 38 55 27 66 / patricerosso@gmail.com / Chaîne Youtube : [@PatriceRosso](#)

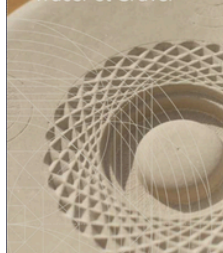


LES 4 ÉTAPES DE L'APPRENTISSAGE
Découvrez la géométrie de la vie. L'art de tracer et de matérialiser les formes revitalise votre corps et l'esprit de votre lieu.

Notre enseignement complet vous propose une interconnexion profonde entre le corps, l'esprit et la matière. En unissant le Cheminement (avec le cercle d'assises pour l'ancrage), le Tracé (mandala et géométrie sacrée pour comprendre les proportions cosmiques), et la Gravure (sculpter la pierre pour inscrire la forme dans la matière), vous harmonisez votre être tout entier.



ÉQUILIBREZ-VOUS
L'art de Cheminer,
Tracer et Graver



« Les mots, les signes et les symboles sont une interface avec l'univers... La magie la plus puissante est d'avoir le cœur et la main qui battent en harmonie avec le rythme du cosmos. »



Vendredi 2 octobre
Journée mondiale
du sourire



Vendredi 9 octobre

Journée mondiale
de l'œuf



Lundi 19 octobre
Journée
mondiale contre
le cancer du sein



Vendredi 23 octobre
Journée
mondiale du
champagne



Mardi 20 octobre
Journée
internationale des
cuisiniers



Les marchés :



Venez faire le plein de fraîcheur sur les marchés du Lautrécois-Pays d'Agout !

- **St-Paul Cap de Joux** : Tous les mardis matin
- **Peyregoux** : Tous les mercredis soir (de 17h à 20h à la Guilde Laroque)
- **Lautrec** : Tous les vendredis matin
- **Vielmur** : Tous les 1er dimanches du mois
- **Guitalens-Lalbarède** : Tous les 3ème dimanches du mois

Office de Tourisme du Lautrécois-Pays d'Agout



Bureau de **Lautrec** : 05 63 97 94 41

✉ lautrectourisme@cclpa.fr



L'agenda en ligne ➡

