



L'Agenda de NOVEMBRE

Les rendez-vous culturels

Service culture CCLPA



CONTACT & INSCRIPTIONS

05 63 70 52 67

culture@cclpa.fr

mediatheque@cclpa.fr

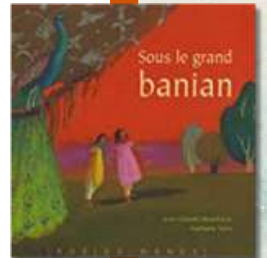
Du 1er au 30 novembre

ST PAUL CAP DE JOUX

Exposition "Comment un livre vient au monde"

La médiathèque de Saint-Paul Cap de Joux vous propose de découvrir son exposition "Comment un livre vient au monde" en partenariat avec la Médiathèque Départementale du Tarn. Cette exposition déclinée en 14 panneaux illustrés détaillant chaque grande étape de la conception d'un livre :

- 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.



Du vendredi 6 au lundi 30 novembre

SERVIÈS

Exposition "Louis Cros" à la Maison du Pays

Le service culture de la CCLPA en partenariat avec les Archives Départementales du Tarn vous invitent à venir découvrir l'exposition photographique de Louis Cros !

L'oeuvre de Louis Cros constitue un patrimoine visuel riche avec le témoignage d'une époque où la photographie est au coeur d'un paradoxe. D'un côté elle ne cesse de se démocratiser, et de l'autre elle tarde à être réellement considérée et institutionnalisée. Même s'il se consacre davantage au cinéma et à la peinture par la suite, la photographie a une place prépondérante dans sa réflexion sur les images et une influence manifeste sur ses autres pratiques artistiques. Peut-être que son regard a été son principal instrument de démocratie... De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Inauguration le vendredi 6 novembre à 18h30 en présence de Jean-Louis Cros



Dimanche 15 novembre

GUITALENS L'ALBARÈDE

Projection film Jean-Louis Cros

Le service culture de la CCLPA vous invite à une projection inédite du film "Au bord de l'Agout", avec la présence exceptionnelle du réalisateur Jean-Louis Cros.

De sa source dans les monts de l'Espinouse à son confluent à l'orée de la métropole toulousaine, l'Agout traverse le département du Tarn d'est en ouest. Mais partir à la rencontre de quelques uns de ses riverains n'est pas seulement un voyage dans l'espace, c'est aussi un voyage dans le temps. Un voyage depuis un pays où l'on sonne encore l'angélus, à un autre où avoir sa piscine, c'est déjà la paradis...

A l'issue de la séance, faites votre propre programmation et choisissez vous-même le prochain film. Venez partager ce moment de cinéma et de convivialité ! Gratuit. De 16h30 à 17h30 à la salle des fêtes.





2/2

CONTACT & INSCRIPTIONS

05 63 70 52 67
culture@cclpa.fr
mediatheque@cclpa.fr

Mercredi 18 novembre

VIELMUR

Atelier pliage de livre

Un mercredi par mois : donnez une seconde vie aux livres !

Envie de libérer votre créativité dans une ambiance conviviale et décontractée ? La médiathèque vous propose un nouvel atelier de pliage de livres !

Au programme : transformez des pages en hérissons rigolos, en pots de fleurs originaux et bien d'autres créations surprenantes. Un moment agréable en toute simplicité.

Ouvert à tous, que vous soyez débutant ou déjà passionné de loisirs créatifs.

Curieux ou créatif dans l'âme ? Lancez-vous et venez essayer !

Gratuit, sur inscription. De 14h à 16h.



Samedi 21 novembre

ST PAUL CAP DE JOUX

Atelier d'écriture

Libérez votre imaginaire et développez votre plume chaque mois à la médiathèque de Saint-Paul Cap de Joux lors d'un atelier d'écriture accessible à tous.

Que vous y songiez sans savoir comment vous y prendre ou que vous pratiquiez déjà, l'atelier d'écriture mensuel d'Éléonore Lou-Sih à Saint-Paul Cap de Joux est fait pour vous.

Dans un cadre chaleureux et bienveillant, nous vous offrons les conditions idéales pour libérer votre imaginaire, poser des mots et/ou progresser dans votre écrit.

Ouvert à toutes et à tous, du débutant au plus avancé.

Gratuit, sur inscription.



Prochain "Ce soir on bouge" en décembre... Je m'inscris.

Mardi 15 décembre

ALBI

Oh les beaux jours

La CCLPA renouvelle sa formule Ce Soir On Bouge ! et vous propose cette année encore le transport aller/retour en bus gratuit jusqu'à la Scène Nationale d'Albi pour assister à une interprétation vibrante d'un chef d'œuvre de Samuel Beckett.

Saint-Paul Cap de Joux (place de l'église) : 18h30

Guitalens l'Albarède (parking école) : 18h35

Vielmur sur Agout (parking collège) : 18h45

Lautrec (Rond-point du Mercadial) : 19h

Arrivée SNA : 19h30



Du jeudi 29 octobre au dimanche 8 novembre

VIELMUR

Les Beaux Imparfaits (Savonnerie Louise Emoi)

Opération anti-gaspi de cosmétiques abîmés.

Le rendez-vous annuel pour profiter des promotions : un geste pour votre porte-monnaie et pour la planète !

Retrouvez des sachets de savons et de shampoings solides en 1 kg ou en 250 g. Jusqu'à -50 % sur vos achats.

Tous les jours à partir de 10h.

Contact : 05 63 79 22 29 / info@louiseemoi.com

📍 ZA Borio Novo - 81570 Vielmur



Dimanche 1er novembre

LAUTREC

Arpentage au Café Plùm

Arpentage* du livre « La charge raciale, Vertige d'un silence écrasant » de Douce Dibondo, aux éditions Fayard.

*Les arpentages sont des lectures collectives d'ouvrages visant à les rendre plus accessibles. Durant l'atelier, chaque personne participante lit individuellement un passage de l'ouvrage. Puis, vient un temps de restitution sur ce que chacun.e a compris et retenu de sa lecture. L'objectif étant de faire émerger une intelligence collective et subjective.

Participation libre (pour l'achat du livre)

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



Du lundi 2 au vendredi 6 novembre

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



Mercredi 4 novembre

CUQ

Concours de belote (Les Copains de Cuq)

Les concours de belote à Cuq auront lieu un mercredi sur deux et le dernier sera le 21 avril 2027. Rendez-vous à la salle de La Mouline à Cuq.

Inscription à partir de 20h, début du concours à 21h précises.

Quatre parties de douze maines. Nombreux lots à gagner.

Le prix est de 8€ par personne (16€ pour une équipe)

Contact : 05 63 74 31 42 / nicole.pradelles@orange.fr



LAUTREC

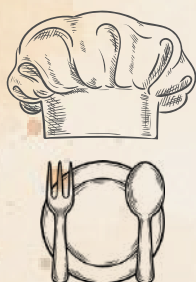
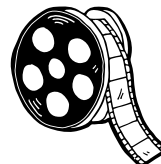
Cinécran "Garance"

Garance est une jeune actrice mais qui n'est pas une vedette. Elle gère et assure tout de son mieux, vaillante, joyeuse, soldate, et elle trouve dans l'alcool un carburant, un réconfort inconditionnel. Garance change de vie et commence alors un parcours de huit ans de déménagements, de travail, de rencontres, de fêtes et d'angoisses, de joies et de coups durs. Une révolution intime, amicale et sexuelle, mais elle consomme toujours plus. Jusqu'à la potentialité de la mort.

Durée 1h55. Tout public.

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

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



PEYREGOUX

Repas Régail'Ail (MFR)

Au menu : Velouté de butternut • Veau Marengo, légumes de saison • Paris-Brest.
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.
Réservation : 05 63 82 20 29



Jeudi 5 novembre

LAUTREC

Rencontre avec Douce Dibondo au Café Plùm

Rencontre librairie avec Douce Dibondo autour de son livre « Le Mouvement »
Après la mort de sa sœur jumelle, une jeune femme refuse le silence et l'impunité. L'homme mis en cause appartenait au même milieu qu'elle : celui des militants de la cause féministe, queer et décoloniale. Rien ne le désignait comme un bourreau.

Douce Dibondo est journaliste et militante afroqueerféministe. Elle a créé le podcast Extimité avec Anthony Vincent. Elle a signé deux recueils de poésie parus chez Blast, métacures et Infra/Seum, dont elle donne des lectures-performances. Elle est également l'autrice de l'essai très remarqué La charge raciale (Petite Bibliothèque Payot, 2025).

Entrée libre. De 18h à 20h

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



Vendredi 6 novembre

LAUTREC

Les leçons impertinentes de Zou au Café Plùm

Théâtre de la Cie Le Thyase, de et avec Maëlle Mays. 21h - 23h

2026, France : les femmes sont enfin reconnues comme égales des hommes, mais pas leurs salaires... ni leur accès à certains postes, à certaines formations, à certaines reconnaissances professionnelles.

Une leçon genrée n'est pas coutume, Zou passera donc en revue des notions aussi délicieuses que le conditionnement de genre ou le plafond de verre pour tenter de décrypter cette curieuse manie que certain·es humain·es ont de mettre les femmes au rebut. Tarif: 5/10/12 €. [Prenez votre billet sur Festik](#)

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



Samedi 7 novembre



LAUTREC

Lapinours au Café Plùm

Les Lapinours, c'est tout d'abord une histoire entre Lapin et Nours, deux potes qui Jam ensemble autour d'un univers musical commun de la scène alternative. Ils sont rejoints très rapidement par Jérôme « el Mago » à la trompette/clavier, Edouard à la basse, Mike à l'accordéon, Cédric aux percussions et Alain aux solos guitare. Mais c'est quoi comme musique ? Ça va de la valse, au rock, reggae, blues, rap... C'est du festif ! Pour les Lapinours, il faut que ça danse ! Quant aux textes, ça va de la tendre chanson d'amour, aux textes engagés, satiriques parfois militant ! 21h - 23h

Tarif: 5/10/12 €. Prenez votre billet sur [Festik](#) ➡

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



SAINT-JULIEN DU PUY

Les bons vivants (Comité des fêtes)

Apéritif dinatoire organisé par le Comité Des Fêtes de Saint Julien du Puy avec une sélection de vrais bons produits dans une ambiance chaleureuse et dansante.

Que du bon, du frais, et du local !

Nous vous invitons à un apéritif dînatoire entre "terre et mer" où notre pétillante Fanny "Fun et Fleurie" vous enchante de sa voix avec une petite partie Karaoké et ensuite continuer la soirée avec notre super DJ BEN.

Que vous soyez amateur de vins de vigneron aux arômes subtils ou mordue de bières artisanales (locales), nous avons trouvé l'accord parfait pour vos papilles ! Nos produits choisis — bouchées gourmandes, planches à partager, douceur sucrée — sublimeront votre verre, peu importe sa couleur ou sa mousse.

A partir de 19h15 à la salle des fêtes.

Contact : marie.helene262@orange.fr



FRÉJEVILLE

Fête du Nouvel An Hmong

L'Association Culturelle Hmong de Castres et de sa Région vous invite à célébrer le Nouvel An Hmong à la salle polyvalente.

Dès 9h, venez découvrir l'univers et les traditions de la culture Hmong à travers des lancers traditionnels de balle et des chants traditionnels.

À partir de 18h30, place à la grande soirée festive avec : discours et vin d'honneur, récompense du plus beau costume traditionnel, démonstrations de danses et de musiques, soirée dansante traditionnelle et moderne.

Tout au long de la journée, profitez également de stands de vente de costumes, accessoires et autres produits, ainsi que de la restauration et des boissons proposées sur place. Venez découvrir les magnifiques costumes traditionnels, partager un moment convivial et célébrer le Nouvel An Hmong en musique et en danse ! Contact : 06 11 55 31 05 / asso.hmongdecastres@gmail.com



Dimanche 8 novembre

LAUTREC

Brunch au Café Plùm

C'est le brunch plùmésque ! L'équipe cuisine du Café Plùm concocte son brunch gourmand et généreux dans une formule complète à 22€, boissons comprises ! Et pour les enfants exigeants, une assiette adaptée !!

Brunch uniquement sur réservation au 05 63 70 83 30 / Service de 11h à 14h

Contact : contact@cafeplum.org

LAUTREC

A la rescousse du Pigeonnier de Montcuquet

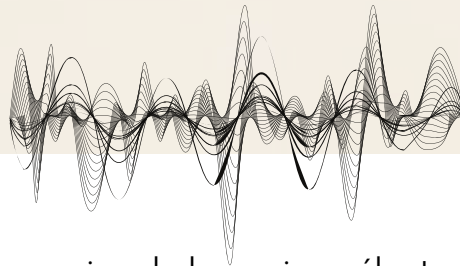
Fête autour du Pigeonnier de Montcuquet organisée par Les Amis du Patrimoine Tarnais. Nombreuses activités. Avec la participation des archers de la Maisnie des Loups de l'Arn.

Randonnée, démonstration de pastel, tir à l'arc médiéval avec la Maisnie des Loups de l'Arn, jeux et activités collectives libres d'inspiration médiévale, ateliers créatifs et concours de costumes et d'éloquence.

Contact : 06 77 18 97 85/ pages_claude@bbox.fr



Vendredi 13 novembre



LAUTREC

Jorys Lecabel au Café Plùm

Jorys Lecabel c'est une voix sirupeuse au service de la musique électronique. Nourri de poésie diaphane, de chœurs éthériques, et de mélodies fleuries, Jorys est une rencontre improvisée entre James Blake et Flavien Berger.

Tarifs : 5/10/12 €. De 21h à 23h.

Bar et restauration sur place

Réservation par téléphone ou sur le site internet du Café Plùm

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



Samedi 14 novembre

LAUTREC

Karaoke Project au Café Plùm

Voici venu le troisième crash test de KARAOKE PROJECT au Café Plùm !

Un spectacle peuplé d'artistes drag qui vous immerge dans un karaoké 100% génial dont vous êtes (aussi) les stars.

Félicie, Eliott des Adelphe et Coco BG vous offrent de la perf, du queer vener, du collectif, des tentatives de déploiement par-delà le karaoké traditionnel, bref : ce n'est pas « qu'un » karaoké, c'est aussi un spectacle-cabaret.

Participation libre. De 20h à 22h.

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

Samedi 14 novembre

FIAC

Lucie bémol et son violon au Café de Fiac

Lucie bémol et son violon chantent à cordes déployées une diversité de musiques originales : des chansons enfantines, de la musique classique, du jazz, de la pop... Des classiques, des poèmes, des chansons, de Bach, Prévert, des Beatles, de l'écriture personnelle, des paroles détournées et pimentées d'humour tendre et ironique. La musicienne est accompagnée de jouets, d'objets sonores et d'instruments rigolos et insolites : une explosion de vibrations clownesques ! Tarif : 5€. De 20h à 22h

Contact : cafe.fiac@gmail.com / 07 49 49 36 22



FIAC

Vide atelier club de patchwork par les Quilts de Cocagne

Vide atelier du club de patchwork de Fiac Les Quilts de Cocagne

Expo-vente de patchworks (dessus-de-lits, plaids, panneaux décoratifs, chemins de table, sacs, pochettes) de qualité et vente de matériel et tissus pour patchwork. Prix très attractifs. De 10h à 18h à la salle des fêtes.

Contact : fdlg1@orange.fr / 05 63 75 89 47



Dimanche 15 novembre

SERVIÈS

Loto (Serviès Animation)

Servies animation organise un loto le dimanche 15 novembre à la salle des fêtes de Serviès.

Nombreux lots : trottinette électrique, jambon, poulets, pintade, bon d'achats et d'autres nombreux lots. Serviès animation vous attend nombreux.

À partir de 14h30 à la Salle Fournials

Contact : servies.animation@orange.fr / 06 70 41 40 43



LAUTREC

Bourse aux jouets (Tennis Club Lautrécois)

Bourse aux jouets organisée par le tennis club lautrécois à la salle Jacques Mazens.

Déposez vos jouets le samedi 14 novembre 2026 et vente le dimanche 15 novembre toute la journée. Le tennis club s'occupe de tout. [Documents à imprimer](#)

Contact : tcl.lautrec@gmail.com



LAUTREC

Café Mortel de La Petite Fauchaise

Café Mortel « Comment célébrons nous nos mort·e·s? » animé par Elisabeth

La Petite Fauchaise nous propose ses Cafés Mortels, espaces chaleureux pour évoquer la mort autour d'un thé, d'un café ou d'un silence partagé. Ces rendez-vous s'inscrivent dans une volonté ancienne mais toujours vivante de remettre la mort au centre du jeu social. Ici, pas de conférence ni de morale : simplement un cercle de vivant·es, rassemblé·es pour dire et écouter. Elisabeth, de l'association La Petite Fauchaise, partagera avec nous ses réflexions sur la thématique choisie et garantira un cadre sécurisant et libérateur.

Participation libre, sans réservation. De 10h à 12h.

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



Du lundi 16 au vendredi 20 novembre

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



Mercredi 18 novembre

CUQ

Concours de belote (Les Copains de Cuq)

Les concours de belote à Cuq auront lieu un mercredi sur deux et le dernier sera le 21 avril 2027. Rendez-vous à la salle de La Mouline à Cuq.

Inscription à partir de 20h, début du concours à 21h précises.

Quatre parties de douze maines. Nombreux lots à gagner.

Le prix est de 8€ par personne (16€ pour une équipe)

Contact : 05 63 74 31 42 / nicole.pradelles@orange.fr



LAUTREC

Festival Cinéma en Balade 2026 "Véto de campagne"

Projection du film documentaire "Véto de campagne" de Marianne Kerfriden. Amélie est vétérinaire dans la campagne de Loire-Atlantique. De ferme en ferme, elle soigne les maux des bêtes et écoute ceux des éleveurs. Leurs destins sont intimement liés. Des exploitations disparaissent tandis qu'Amélie et ses associés tentent d'attirer les jeunes praticiens en zone rurale. Une histoire de transmission et d'engagement. Projection suivie d'une rencontre. Tout public. Durée 1h07. Gratuit. De 20h30 à 21h45 à la Salle de conférence François Delga. Renseignement : 05 63 75 04 30



Du jeudi 19 au dimanche 22 novembre

LAUTREC

Festival #12 Comme ça nous Chante ! au Café Plùm

Les grands noms de la chanson débarquent à Lautrec pour Comme ça nous Chante !, le festival de chanson française à découvrir ! Une 12e édition (déjà!) qui voit les choses en grand avec les concerts d'Audrey Joumas, Tiou, Melba et Matéo Langlois.

En plus ? exposition, projection documentaire, blind-test, dégustation de vins, collège en scène, rencontre librairie, cantine, scène ouverte, chorale !

Tarifs : de 8 à 18€. De 18h30 à 19h30

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

Vendredi 20 novembre

FIAC

Dîner dégustation et concert à la bougie avec Lady L Trio au Château de Fiac

Au programme : Jazz et Bossa Nova. Dîner & Dégustation.

Tarif : 75 € par personne. De 19h à 23h.

Réservation au 05 54 72 10 10 ou à contact@chateaufiac.com



JONQUIÈRES

Concert Chorale de l'association La Ola (Mairie de Jonquières)

Chorale/Concert de l'association La Ola à l'Église de Jonquières (Rue de l'Église)

Entrée libre. A partir de 20h.

Contact : 06 79 78 12 98 / mairie.jonquieres81@orange.fr



BROUSSE

Soirée vin primeur à brousse (MJC de Brousse)

Soirée vin primeur Rouge et Blanc

Assiettes Dégustation : Huitres, Charcuterie, Fromage, Camemberts braisés

Animation musicale avec Duo Guacamole

Venez chanter et apportez votre bonne humeur !

À partir de 19h à la Salle communale

Réservation avant le 19 Novembre : 06 43 06 82 16

Contact : broussemjc@gmail.com



Samedi 21 novembre



FIAC

Atelier création de bougies dans des poteries artisanales au Château de Fiac

De 10h à 12h. Tarif : 50 € par personne

Réservation au 05 54 72 10 10 ou à contact@chateaufiac.com



LAUTREC

Loto de l'école (USEP Lautrec)

Loto de l'école primaire de Lautrec organisé par l'APE.

De 20h à 23h à la Salle Jacques Mazens

Contact : apedelautrec@gmail.com

CUQ

Comédie "L'Héritage" de Didier David (Association culturelle théâtrale de Cuq)

"L'héritage", comédie écrite et mise en scène par Didier DAVID.

Pierre Bourbon a convoqué sa famille et d'autres inconnus pour une question d'héritage. Mais Mr Bourbon, toujours ponctuel, n'est pas à l'heure et injoignable. Sur scène 17 actrices et acteurs de 10 à 83 ans. Des surprises, des révélations, des secrets, des disputes... un moment drôle à partager en famille ou entre amis !

Tarif : 8€ De 21h à 23h à la Salle Aimé Faguet

Contact : 06 84 16 33 52 / rey.genevieve@neuf.fr



Dimanche 22 novembre

SAINT-JULIEN-DU-PUY

Téléthon

Randonnées de 7,5 kms et 10 kms & Initiation au Padel. Café et ravitaillement.

Tarif : 7 € au profit du Téléthon

Réservation : 06 87 11 74 86 / mado.moine@gmail.com



Mercredi 25 novembre



LAUTREC

Conférence pêche organisée par l'AAPPMA de Lautrec
Arnaud MAHUT, guide de pêche, abordera 2 thématiques lors de la conférence :

- Cormorans : faire avec ?
- Pêche au sandre : approche technique et stratégique

A partir de 20h à la salle François Delga. Gratuit.

Apéritif offert par Mac Pêche 81 de Saïx.

Contact : aappmalautrec@gmail.com



Jeudi 26 novembre



PEYREGOUX

Repas Régal'Ail (MFR)

Au menu : Beignets de gambas en salade • Poisson en papillote, légumes au safran, riz pilaf • Entremet exotique.

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.

Réservation : 05 63 82 20 29

Vendredi 27 novembre

LAUTREC

Mamie sanglier ! au Café Plùm

Mamie Sanglier est un trio de jazz réunissant trois jeunes musicien·nes des scènes toulousaines et parisiennes : Jérémie Lucchese au saxophone ténor, Flo Muller à la basse acoustique et Paul Lefèvre à la batterie et au chime.

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

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



Samedi 28 novembre



LAUTREC

Marché des producteur-ices et burger du Plùm au Café Plùm

Une fois tous les trois mois, le Café Plùm se transforme en un petit marché des producteur·ices du coin : vin, fromage, bière, miel, légumes, conserves... c'est le moment de venir déguster les pépites locales dénichées par l'équipe bar et de rencontrer celles et ceux qui les font !

Entrée libre, sans réservation. Petite restauration

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

FIAC

Ateliers couronnes de Noël au Château de Fiac

Pour préparer les fêtes et orner vos maisons

De 10h à 12h. Tarif : 50 € par personne

Réservation au 05 54 72 10 10 ou à contact@chateaudefiac.com



LAUTREC

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

Visites commentées de la mini forêt-jardin, la nature au cœur 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.

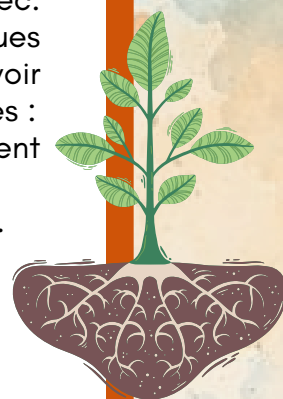
Sur réservation, jour et durée à votre convenance.

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 (modèle 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. »

Et tout au long du mois...

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis

MONTDRAGON

Cours de peinture chez Plume et Pinceau

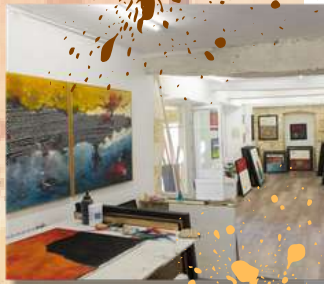
Serge Amarger, artiste peintre, vous accueille dans sa galerie.

Découvrez l'aquarelle et ses différences techniques, la peinture acrylique et toutes ses possibilités. 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

8 novembre

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



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



Damiatte

Tous les **jeudi** soir
de 17h à 20h



Lautrec

Tous les **vendredis** matin



Vielmur

Tous les **1^{er}** dimanches
du mois



Quitalens-Lalbarède

Tous les **3^{ème}** dimanches
du mois



Saint Julien du Pay

Tous les **vendredis**
de 15h à 18h
aux Légumes du Pigeonnier



Les Champignons comestibles Tarn

que l'on trouve dans le



Cèpe de Bordeaux

Chair ferme et parfumée, très appréciée en cuisine.



Forêts de chênes et de châtaigniers



De juin à novembre



Girolle

Chair fine et fruitée, idéale en poêlée.



Sous les feuillus (chênes, hêtres)



De juin à octobre



Pied de mouton

Chair ferme et douce, délicieuse sautée.



Sous chênes et châtaigniers



De l'été à l'automne



Trompette de la mort

Arôme intense, excellente dans les sauces.



Sous feuillus humides



De septembre à novembre



Lactaire délicieux

Chair orangée et goût subtil, parfait grillé ou en poêlée.



Sous les pins, en lisière de forêt



De septembre à novembre



Coulemelle

Chair blanche et savoureuse, idéale en escalope.



Prairies, lisières de bois, clairières



De septembre à novembre



Rosé des prés

Chair tendre et parfumée, excellente en omelette.



Prairies et pelouses



Du printemps à l'automne



Morille

Saveur fine et délicate, très recherchée.



Sous les frênes, ormes et dans les lieux chauds



D'avril à juin



Pleurote en huître

Chair tendre et parfumée, excellente en poêlée.



Sur bois mort (feuillus)



De l'automne au printemps



Shiitaké sauvage

Saveur douce et subtile, parfait pour de nombreux plats.



Sur bois mort (chênes, hêtres, châtaigniers)



De l'automne au printemps



Lactaire sanguin

Chair ferme et goût légèrement résineux, apprécié en cuisine.



Sous pins et feuillus



De l'été à l'automne



Clitocybe nébuleux

Chair épaisse et parfumée, à consommer bien cuit.



Sous feuillus (chênes, hêtres)



De septembre à novembre



Cueillez en respectant la nature

- Ne cueillez que les espèces que vous connaissez bien
- Respectez les lieux et l'environnement
- Laissez les jeunes spécimens en place
- En cas de doute, faites vérifier votre cueillette par un pharmacien ou un mycologue





**12 organismes,
un seul lieu !**



Dans une volonté d'« aller vers » les usagers et de faciliter l'accès aux services publics au plus près de chez eux, France Services propose depuis deux ans des permanences délocalisées dans plusieurs communes du territoire. Ces permanences permettent de bénéficier d'un accompagnement dans les démarches administratives, d'obtenir des informations et d'être orienté vers les interlocuteurs adaptés, sans avoir à se déplacer jusqu'à la Maison du Pays.

Il est fortement recommandé de prendre rendez-vous auprès de la Communauté de communes afin de préparer au mieux votre venue et de vérifier, avec la conseillère France Services, les documents et les informations nécessaires à la réalisation de la démarche souhaitée.

Vos prochains rendez-vous en Lautrécois-Pays d'Agout

Lautrec : vendredi 06/11 de 9h-12h à la mairie (bureau assistante sociale)

Vielmur-sur-Agout : mardi 10/11 14h-17h (mairie salle du conseil)

Fiac : vendredi 27 /11 de 9h-12h (mairie salle du conseil)

Lautrec : vendredi 04/12 de 9h-12h

Vielmur-sur-Agout : mardi 08/12 de 14h-17h

Saint-Paul Cap de Joux : mardi 15/12 de 9h-12h (office de tourisme)

Pour tout renseignement et rendez-vous :
05 63 70 52 67 / france-services@ccclpa.fr



Velouté de panais au foie gras et aux girolles



Ingrédients

- 150 g Foie gras cuit
- 250 g Girolles
- 600 g Panais
- 1 Pomme de terre à chair farineuse
- 1 Carotte
- 1 Oignon
- 2 Brins de cerfeuil
- 50 g Beurre
- Sel
- Poivre

Étapes de préparation

• Étape 1

Pelez les panais, la pomme de terre, la carotte et l'oignon, rincez-les et coupez-les en gros cubes. Emincez l'oignon et faites-le suer 2 min dans une casserole avec 20 g de beurre. Ajoutez les autres légumes, sauf les girolles.

• Étape 2

Versez 75 cl d'eau bouillante, laissez cuire 30 min sur feu doux. Mixez pour obtenir un velouté. Salez, poivrez et réservez au chaud.

• Étape 3

Nettoyez les girolles, faites-les sauter 3 à 4 min à feu vif dans le beurre restant. Salez et poivrez.

• Étape 4

Coupez le foie gras en très petits dés, répartissez-les dans quatre bols ou assiettes creuses, versez dessus le velouté très chaud. Parsemez des girolles sautées et de petites feuilles de cerfeuil. Poivrez et dégustez aussitôt.

Office de Tourisme du Lautrécois-Pays d'Agout



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

✉ lautrectourisme@cclpa.fr



L'agenda en ligne 



Dans le cadre de ses missions de service public, l'Office de Tourisme Intercommunal du Lautrécois-Pays d'Agout édite des brochures. Cet agenda est diffusé et distribué à titre gratuit et ne saurait engager la responsabilité de l'Office de Tourisme au titre d'une prestation de service liée.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique