

VOYAGER DANS
NOS COINS SECRETS

À 30 MINUTES
D'ALBI

Mon escapade
*en Carmausin
-Ségala*



CE QU'IL VOUS FAUT
SAVOIR SUR LE
Carmausin-Ségala



COMMENT *venir ?*

EN VOITURE



DE TOULOUSE
→ Par l'A68 / Albi
→ Puis par la N88

DE RODEZ
→ Par la N88

DE MILLAU
→ Par la D911 / Baraqueville
→ Puis par la N88

DE MONTPELLIER
→ Par l'A75 / Millau
→ Puis par la D911 / Baraqueville
→ Puis par la N88

EN TRAIN



GARES À CARMAUX & À TANUS

DE TOULOUSE
→ Ligne TER n°1 Toulouse-Albi-Rodez
en direction de Rodez

DE RODEZ
→ Ligne TER n°1 Toulouse-Albi-Rodez
en direction d'Albi

DE MILLAU
→ Ligne de Bus 923 jusqu'à Rodez
puis ligne TER n°1

EN AVION



- AÉROPORT DE TOULOUSE
- AÉROPORT DE RODEZ
- AÉROPORT DE CASTRES
- AÉROPORT DE MONTPELLIER



4 UN TERRITOIRE AU CŒUR DE *4 grands sites*

A la pointe nord du Tarn, à la limite de l'Aveyron, vivez des expériences inoubliables à vivre comme un local qui adore son territoire !

Passé minier et industriel, patrimoine naturel d'exception, villages remarquables dont l'un classé parmi les Plus Beaux Villages de France, gastronomie... Le Carmausin-Ségala vous réserve de belles découvertes.

Alors, jetez l'ancre et, le temps d'une escale, faites la connaissance de ce territoire aux multiples facettes !

Car en 1 jour, vous pouvez voir les incontournables, en 3 jours vous pouvez mieux découvrir et en 1 semaine vous en profitez à fond !

Émerveillement, ressourcement, partage, accueil, rencontre... sont les expériences que vous vivrez chez nous.

**Envie d'une escapade autour de chez nous ?
Vous avez l'embaras du choix !**

**Alors, jetez-vous votre dévolu sur Albi,
Cordes sur Ciel, Najac ou bien Rodez ?**

**Ces 4 Grands Sites d'Occitanie sont à 30min
du Carmausin-Ségala.**



Édito

Bienvenue en Carmausin-Ségala,

Cette année, nous avons voulu mettre, pour vous, les petits plats dans les grands en vous concoctant **une nouvelle édition touristique** plus agréable et plus ludique ! Nous avons rêvé ce magazine comme un vrai cadeau à vous offrir, une initiation au voyage, un joli souvenir de vacances à conserver ou à partager avec votre entourage.

A 1h de Toulouse, à 30 minutes d'Albi, aux portes de l'Aveyron, se niche **un écrin ensoleillé de verdure et d'eau, un pays à la nature préservée, haut lieu d'histoires et de patrimoine** que nous avons envie de vous partager.

Avec ses sentiers pédestres et cyclo touristiques reliant les vallées aux vieux villages oubliés, avec ses cités médiévales, ses cours d'eau qui chantent et ses paysages diversifiés, notre destination ravira aussi bien les sportifs que les contemplatifs, pour qui leur séjour sera une rencontre authentique, une façon de vivre à l'état pur dans une culture du Sud-Ouest.

Du plus petit coin secret aux sites incontournables, nous vous invitons à la découverte de notre territoire où chaque pas vous réserve une surprise.

Catherine Pinol

*Présidente de l'Office de Tourisme
du Ségala Tarnais*

MON ESCAPADE EN CARMAUSIN-SÉGALA

Directeurs de la publication : Didier SOMEN – Catherine PINOL

Rédaction : Office de tourisme du Ségala Tarnais

Conception graphique et mise en page : Le Studio d'Ici, Albi

Impression : Imprimerie Delort, Castanet-Tolosan

Tirage : 6000 exemplaires – Dépôt légal à parution

Photos : Jérôme Morel, Cap'Découverte, MCAV, Médiart 360-Vent d'Autan, D. Delpoux, OTST, Gites de France, Clés Vacances, Espace Jaurès Pampelonne, Mairie de Carmaux, Office de Tourisme de Najac, Mairie d'Albi, Mairie de Rodez, Luc Beziat, Mairie de Monestiés, Patrice Geniez, Laurent Galaup, mairie de Pampelonne.

Office de tourisme du Ségala Tarnais

2, rue du Gaz 81400 Carmaux — 05 63 43 46 44

accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr — www.tourisme-tarn-carmaux.fr

Sommaire

07 LES INCONTOURNABLES
Notre sélection des 10 activités à ne pas rater dans le Carmausin-Ségala !

08 COMME UN AIR DE VACANCES
Nos envies d'excursions à la journée ou le temps d'un week-end !

A la journée **pages 10 à 19**
Sur un week-end **pages 19 à 31**

13 LES LÉGENDES DU TARN
Découvrez le Tarn Nord en vous amusant en famille !

32 SÉLECTION D'HÉBERGEMENTS
Nos bonnes adresses pour des vacances réussies !

36 FAIRE SON MARCHÉ
Venez déguster nos saveurs locales !



08

20



LES DIX ACTIVITÉS *incontournables*



1 «CAP'TIVÉ» PAR CAP'DÉCOUVERTE

En famille ou entre amis, venez découvrir **l'espace de loisirs en accès libre agrémenté par quelques activités à sensation** et à la baignade en eau naturelle au lac Sainte Marie.



2 SE PRENDRE POUR UN MINEUR DE FOND

Munissez vous d'un casque et descendez dans les galeries du **Musée-mine départemental**. Wagons et tapis pour transporter le charbon, outils... tout y est ! Ne manque que le bruit des marteaux-piqueurs pour une expérience 100% mineur.



3 SE DÉCOUVRIR UNE ÂME D'ARTISTE

À **Monestiés**, espantez-vous devant les peintures de Francisco Bajèn et de Martine Véga ou les statues à taille humaine de la Chapelle Saint-Jacques avant de flâner dans les ruelles du village médiéval.



4 SHOOTING AU VIADUC DU VIAUR

Cette dentelle de fer se fera un plaisir de jouer au mannequin le temps de quelques photos. Maintenant, à vous de trouver les meilleurs spots et moments de la journée pour l'immortaliser ! Sinon notre équipe pourra vous en conseiller ! Partagez vos photos sur Instagram **#segalatarnais**



5 ESCALE À LA CHAPELLE DES PLANQUES

Navire de pierre au milieu d'un océan de verdure, **la chapelle de Las Planques** **surprend**. Et pour quelle vous dévoile tous ses secrets, il faut demander sa clef au café des sports à Tanus.



6 LA VALLÉE DU VIAUR DE A À Z

Entre villages oubliés et nature préservée, la vallée sauvage du Vieur regorge de surprises ! **A découvrir en parcourant le sentier des Gorges du Vieur**.



7 FAIRE UN SAUT DANS LE TEMPS À LAGARDE-VIAUR

Village perché dominant la vallée du Vieur, ce village médiéval porte bien son nom. De là-haut, on voit tout ! Alors imaginez-vous au Moyen-Âge !



8 TRANSPARENCE À COUPER LE SOUFFLE

Le verre dans tous ses états ! Objets anciens ou œuvres d'art contemporaines. En Fusing, en verre soufflé ou en verre sablé... De quoi en prendre plein les yeux avec le **Musée du Verre Nomade** !



9 RALENTIR LE RYTHME

Le vignoble du gailla-cois en douceur. Depuis l'ancienne bastide de Ville-neuve sur Vère avec ses maisons en pierre blanche, vous cheminerez entre les vignes et les champs de céréales.



10 S'ÉVADER AVEC JEAN JAURÈS

Et si Jean Jaurès était votre guide le temps d'une balade dans Carmaux ? Vous sillonnerez les rues de la ville tout en découvrant son histoire à travers ses bâtiments emblématiques : bureau des mines, chambre syndicale, gare... Prolongez l'expérience à l'Espace Jaurès à Pampelonne.







COMME UN AIR DE *Vacances*

Découvrez notre sélection d'idées de séjours.

À LA JOURNÉE

Et si nous jouions au chevalier ?

p.10-11

Sur les pas de Jaurès

p.14-15

Enjamber les nuages

p.16-19

SUR UN WEEK-END

Flâneries le long du Cérou

p.20-21

Mémoires de piqueurs & verriers

p.22-25

Le Viaur Mystérieux

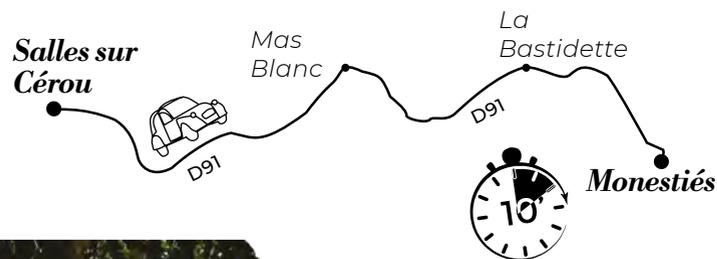
p.26-27

Dans les vignes, éveillez-vos sens

p.28-31

ET SI NOUS JOUONS *au chevalier ?*

Envie de partir à l'aventure ? Alors enfourchez votre cheval et partez à la découverte de l'un des plus beaux villages de France !



LE MATIN

Qui veut jouer les détectives à **Monestiés**, village au cœur de la Vallée du Cérou ? Vous pourrez percer les secrets des maisons en pierre à l'aide d'un livret de jeux !

Comme les chevaliers, vous chevaucherez le pont de Candèze avant d'entrer en lice et de franchir la **porte de Candèze**.



Franchir la porte de Candèze



Le Trésor de Monestiés

L'œil bien ouvert, vous flânerez dans les ruelles, jusqu'à la **chapelle Saint-Jacques** qui abrite un « trésor ». Serez-vous le reconnaître ?

CONSEILS D'EXPERTS

L'Épicerie Ludique propose un panier pique-nique gourmand et éco-responsable avec des produits du terroir.

UN PETIT CREUX ?

Les énigmes résolues, les gargouillis dans le ventre se font sentir... **les berges du Cérou** seront, alors, l'endroit idéal pour une pause pique-nique au bord de l'eau.



L'aventure COMMENCE ICI !

Tout au long de ce magazine, la Fée-sirène et Fada, la fée de la Lune, t'ont laissé des indices sur les lieux à visiter, autour de Carmaux, pour avancer dans ta quête. Sauras-tu les retrouver ?

TU PEUX LES NOTER ICI !

LIEU N°1 : _____

LIEU N°2 : _____

LIEU N°3 : _____

LIEU N°4 : _____

LIEU N°5 : _____

LIEU N°6 : _____

LIEU N°7 : _____



LES LÉGENDES du Tarn

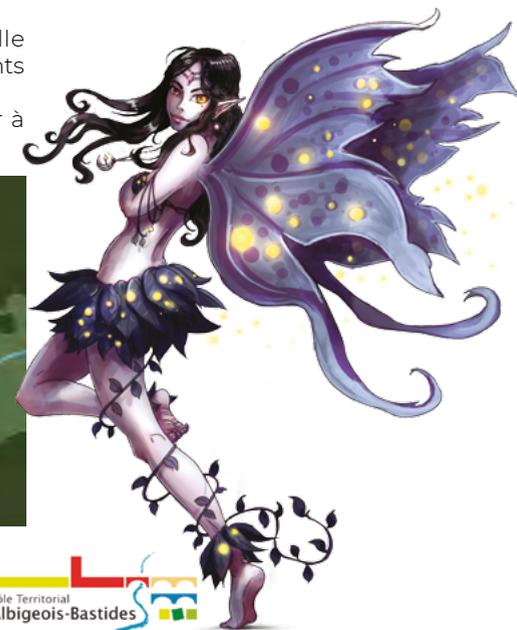
Tout le monde en parle dans la région : **un mystérieux grondement fait trembler le territoire.**

Il résonne dans les vallées et trouble les cours d'eau !
Le Pays Albigeois a besoin à vous !

Amis aventuriers, avec l'aide du Drac, éclairez ce mystère ! Ce diablequin légendaire et espiègle vous accompagnera dans votre quête. Cela fait des siècles qu'il rôde dans la région !

Il aurait d'ailleurs des informations sur la potentielle origine du mystère. Il a repéré les lieux où les grondements s'entendent le mieux. Il faut s'y rendre au plus vite.

Il sollicitera les créatures légendaires locales pour t'aider à résoudre cette énigme !



DISPONIBLE SUR
Google Play



Télécharger dans
l'App Store



PROJET COFINANCÉ PAR LE FONDS EUROPÉEN AGRICOLE POUR LE DÉVELOPPEMENT RURAL
L'EUROPE INVESTIT DANS LES ZONES RURALES.

VIVRE SUR LES PAS DE **Jaurès**

Passionné par l'histoire et les grands hommes ?
Alors, embarquez pour un voyage sur les terres
de Jaurès.

LE MATIN

Votre périple débutera à **Pampelonne**, bastide de la vallée du Viaur, où Jean Jaurès aimait se rendre pour prononcer des discours mémorables.

Un espace muséographique lui est même dédié. Vous pourrez y découvrir des souvenirs personnels comme des lettres, des objets lui ayant appartenu... mais également des photos, des films... complétés par des panneaux présentant le parcours de Jean Jaurès.

Lo Nostre Janou n'aura plus de secret pour vous !



Mais où est-il ?

En sortant, direction la **place du foirail** où se trouve une plaque avec une photo ancienne.
Arriverez-vous à reconnaître Jean Jaurès, parmi toutes ces personnes ?

MIDI APPROCHE ?



Rendez vous à **Carmaux** et laissez-vous tenter par la carte des **restaurants autour de place Jean Jaurès** et de l'avenue du même nom. Et vous êtes tout près de la gare d'où arrivait Jean Jaurès lorsqu'il venait à Carmaux.

Pour les marcheurs

Essayez le parcours « **Santé & Patrimoine** » de Carmaux !
Ce circuit de 5,3km vous fait découvrir la ville en empruntant sa coulée verte le long du Cérou.

L'APRÈS-MIDI

Suivez les pas du tribun en vous rendant sur le site de **l'ancienne verrerie royale de Carmaux**. Ce bâtiment a été le témoin de **lutttes ouvrières où Jean Jaurès a joué un rôle important**.

Depuis 1985, il abrite le **Musée du Verre** qui est actuellement fermé. Cependant, vous pouvez **découvrir la création verrière grâce au « Musée du Verre Nomade »** : une série d'expositions en hors les murs.

Et si vous en profitez pour vous balader dans le très vert **parc du Domaine de la Verrerie** ? Peut-être verrez-vous la statue du marquis de Solages, opposant à Jean Jaurès lors des élections législatives.

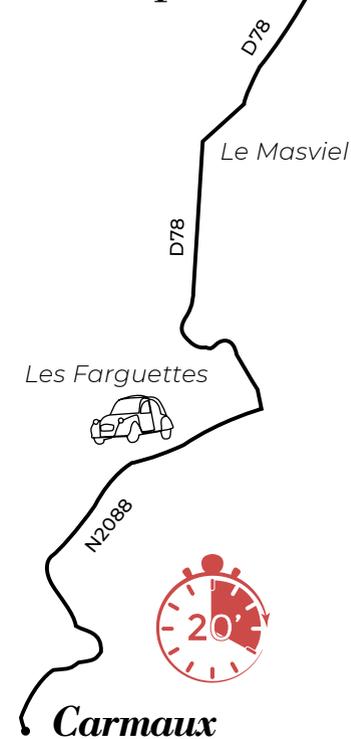
Avant de repartir, partez à la recherche de la **statue de Jean Jaurès** située en ville.



CONSEILS D'EXPERTS

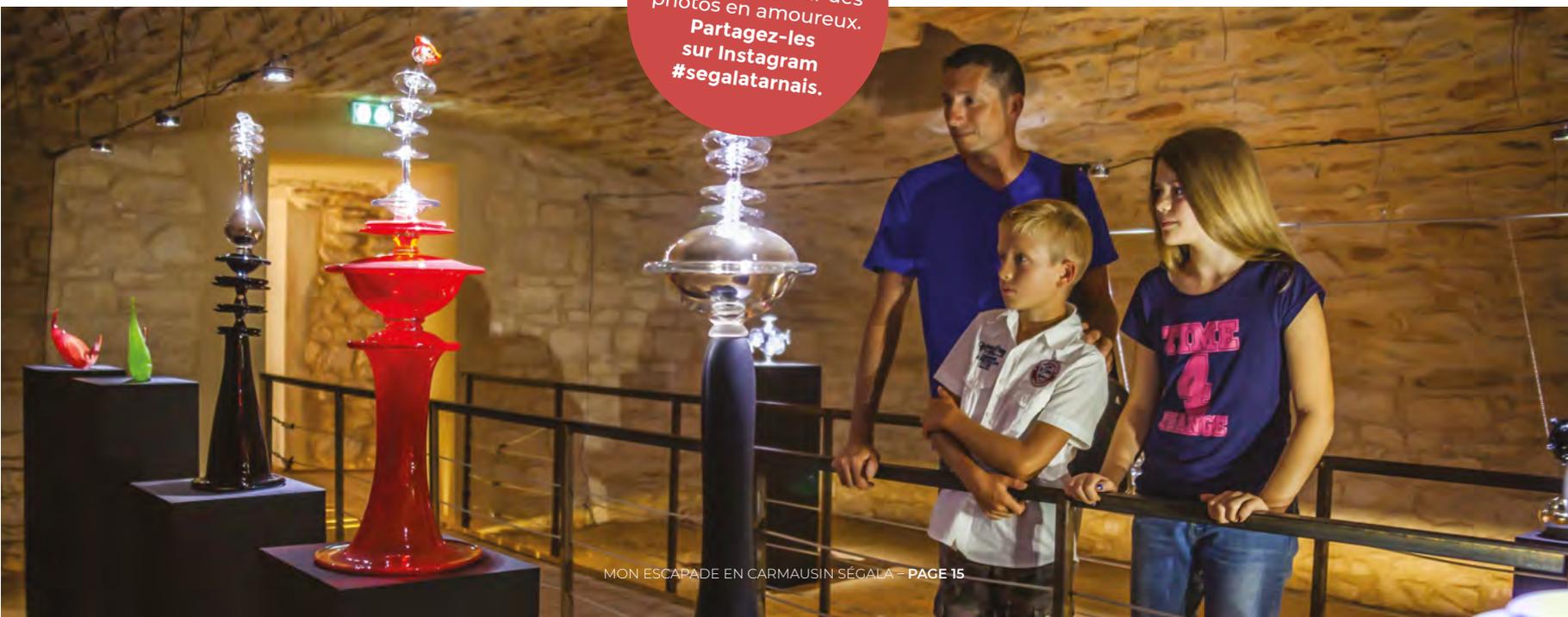
Le bord de l'étang ou les escaliers sont idéaux pour des photos en amoureux. Partagez-les sur Instagram #segalatarnais.

Pampelonne



Évènement

Biennale des Verriers : le 1^{er} week-end d'octobre, les années impaires, le **Musée du Verre** met à l'honneur la création verrière contemporaine : expo-vente, conférences, des artisans verriers venus de toute la France.



VIADUC DU VIAUR

A seulement 20
minutes de Carmaux,
partez **découvrir**
ce magnifique viaduc
ferroviaire enjambant
le Viaur.



ENJAMBER LES *Nuages*

UN PEU D'HISTOIRE

Depuis 1902, date de son inauguration, le **Viaduc du Viaur** franchit avec légèreté les 460m qui séparent les deux rives du Viaur, entre Tanus et Tauriac de Naucelle.

Aujourd'hui, les passants admirent cette dentelle de fer. Hier, les habitants connaissaient une petite révolution économique grâce au Viaduc du Viaur qui relie Rodez à Toulouse via une ligne de chemin de fer.

Avec le train, est arrivé le chaulage rendant les terres plus fertiles et permettant le développement de l'agriculture.

UN MONUMENT UNIQUE EN FRANCE

Conçu par Paul Bodin, ingénieur de la Société Batignolles, ce viaduc s'élance au-dessus du vide grâce à une technique novatrice, celle des « arcs équilibrés » consistant à alléger le poids sur la clé centrale articulée grâce à un effet de contrepoids.

L'utilisation de cette technique lui confère une esthétique différente des ponts métalliques qui lui sont contemporains comme celui de Maria Pia au Portugal.

Avec le viaduc de Garabit et la Tour Eiffel, c'est l'un des 3 ouvrages d'art métalliques en France de la fin du XIX^e siècle.

Le saviez-vous ?

La construction du Viaduc du Viaur a fait l'objet d'un concours d'architecture où 8 projets furent présentés, dont l'un de la société Eiffel, s'inspirant du Viaduc de Garabit.



COMMENT LE DÉCOUVRIR ?

A pied, à vélo ou en voiture... vous avez l'embaras du choix pour profiter de la beauté de ce paysage.

POUR LES AMATEURS DE PHOTOS

Voici quelques coins sympas :

- **L'Aire du Gô** (depuis Tanus, suivre la direction Naucelle et tourner à droite, 1km après avoir traversé le Viaur) : **vue emblématique du viaduc enjambant la vallée**

- **Les terrasses du Yunnan** (depuis Tanus, suivre la direction Viaduc du Viaur) : **vue à hauteur du tablier**

Petit + : une sculpture commémore le jumelage du Viaduc du Viaur avec celui du Faux Namti (Chine).

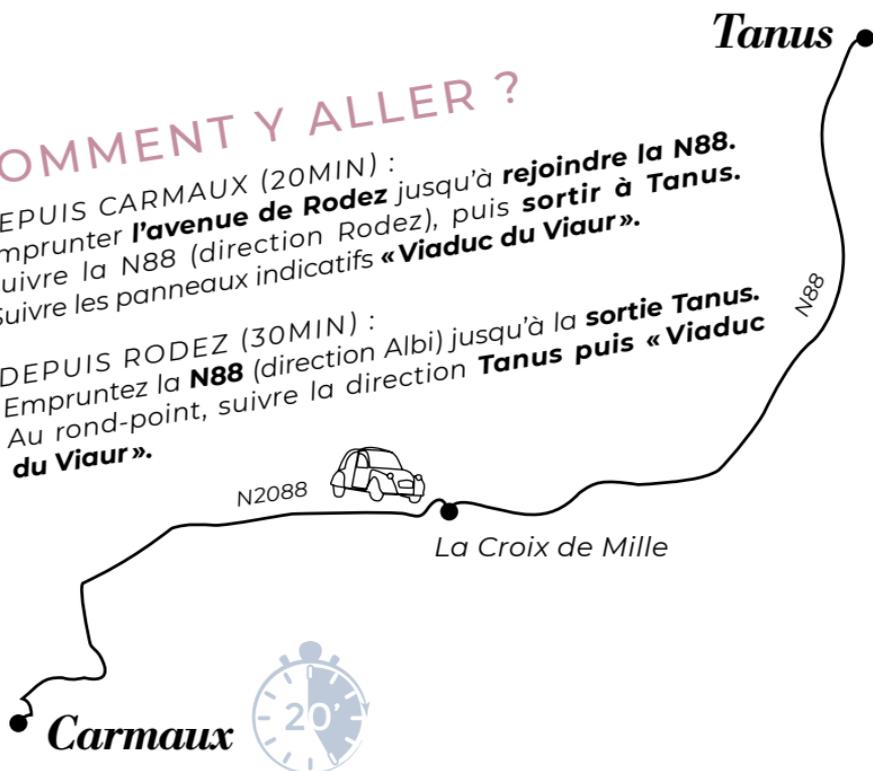
- **Aire Malphettes** (prendre la D574) : **vue à hauteur du tablier**

Petit + : Buste de Paul Bodin.

COMMENT Y ALLER ?

DEPUIS CARMAUX (20MIN) :
emprunter **l'avenue de Rodez** jusqu'à **rejoindre la N88**.
Suivre la N88 (direction Rodez), puis **sortir à Tanus**.
Suivre les panneaux indicatifs «**Viaduc du Viaur**».

DEPUIS RODEZ (30MIN) :
Empruntez la **N88** (direction Albi) jusqu'à la **sortie Tanus**.
Au rond-point, suivre la direction **Tanus puis «Viaduc du Viaur»**.





FLÂNERIES LE LONG DU *Cérou*

Seriez-vous prêt à faire une parenthèse entre nature et pierres ?

Et si vous profitez de votre passage à Monestiés pour visiter les deux musées du village ?

Les amateurs d'art apprécieront les œuvres de Martine Véga, « la dompteuse des couleurs », et Francisco Bajèn, « le peintre du silence », au Musée Bajèn-Vega. Ces deux artistes espagnols, aux styles de peinture différents, vous amènent dans leurs univers où se mêlent souffrance de l'exil, spiritualité et quête intérieure.

Saurez-vous reconnaître les courants artistiques qui les ont inspirés ?



POUR UNE PAUSE GOURMANDE

Pourquoi ne pas s'arrêter à l'ombre des arbres de la terrasse de l'un des restaurants du village, le temps d'un repas aux saveurs du terroir ou simplement pour boire un verre ?

Poussez ensuite la porte de la chapelle St Jacques...et retenez votre souffle: le trésor de Monestiés se trouve ici ! Dans ce lieu apaisant et intimiste vous découvrirez l'un des joyaux de l'art médiéval d'Occitanie dans un état de conservation exceptionnel. Un face à face émouvant avec vingt statues du XV^e siècle grandeur nature !



JOUR 1 - LE MATIN

Monestiés, village médiéval lové dans un méandre du Cérou vous invite à flâner dans ses ruelles, entre ces maisons de caractères.

De la place du Griffoul jusqu'au Pont de Candèze, Monestiés a conservé des traces de son glorieux passé.



JOUR 1 – L'APRÈS-MIDI

Pour terminer cette journée en douceur, pourquoi ne pas vous rendre au lac de la Roucarié ? À 10 minutes de Monestiés, ce lac est l'endroit parfait pour se détendre et lézarder ! De la baignade à la planche à voile, vous y trouverez tout un panel d'activités pour vous amuser.

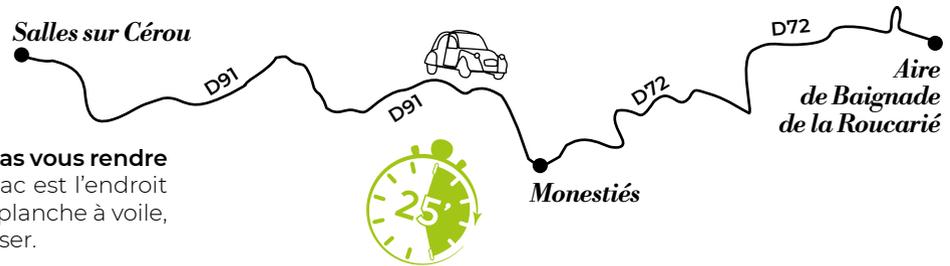


CONSEILS D'EXPERT

Le stand up paddle vous permettra de profiter d'un moment de sérénité.



Salles sur Cérou



Monestiés

D72

Aire de Baignade de la Roucarié

JOUR 2

Un kilomètre à pied ça use les souliers...mais ça aiguise la curiosité ! A pied ou à VTT, la vallée du Cérou sera sportive et gourmande en ce deuxième jour d'itinérance. Il y en aura autant pour le plaisir de l'œil que pour les muscles.

C'est parti ! **Enfourchez le VTT pour parcourir « La Voix du Cérou » qui vous emmène tout en douceur jusqu'à Monestiés par l'ancienne voie ferrée Carmaux-Cordes sur Ciel.**

Une fois arrivé à Monestiés, vous contournerez la cité médiévale en passant par les deux ponts médiévaux avant de vous attaquer à l'effort de la journée : **la côte de la Jouvenate. En haut de cette montée, prenez le temps de vous arrêter pour profiter d'un beau point de vue sur ce plus beau village de France.** L'effort ça creuse, n'est-ce pas ? Et si vous faisiez un petit détour jusqu'à la fromagerie Les Cabrekes pour déguster les bons fromages frais ou secs. **Au retour c'est le ruisseau de la Zère qui vous guidera jusqu'à Salles-sur-Cérou.**



Pour un bon repas
Dégustez les bons plats maison et du terroir de Sylvie et Laurent au **restaurant Lou Païdol** ou montez à la ferme de Bellevue pour **déguster le fameux cochon à la broche.**

MÉMOIRES DE *piqueurs*

Un voyage dans le passé minier, ça vous dit ?

JOUR 1

Confortablement installé en terrasse, commencez le voyage par le goût, un échaudé trempé dans le café ! **Une odeur délicieuse de l'anis, un biscuit à croquer et le tour est joué.** Ces biscuits carmausins ravivent beaucoup les mémoires locales au doux parfum de l'enfance ! **Les mineurs les emportaient dans leur musette pour descendre au fond.**

Votre mise en bouche avalée, **prenez le chemin du Musée-mine départemental où, munis d'un casque, vous descendrez dans les profondeurs de la terre.** Suivez le guide, il vous racontera la vie dans les galeries quand elles résonnaient encore des coups de pioche et de pelle... Attention au coup de grisou !



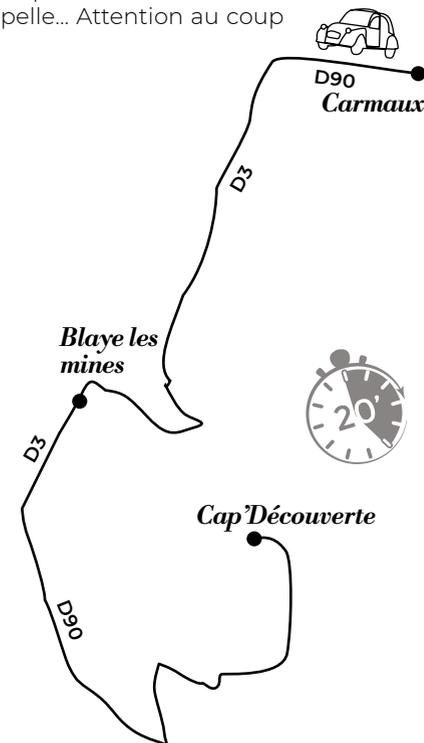
Pour prolonger l'expérience, imaginez-vous en 1920 et plongez dans la vie quotidienne des mineurs en empruntant le **sentier Balade en sol mineur**.

Au départ du Musée-mine départemental, **ce sentier vous emmène jusqu'à la cité des Homps où vivaient les polonais et leurs familles.** Pour les plus curieux, demandez à l'office de tourisme de vous faire entrer dans la Maison du Polonais.

Besoin d'un peu de repos ? Le lac des Homps offre une pause bucolique idéale. Et pour les plus jeunes, il y a même une aire de jeu.



Où acheter des échaudés ?
Pour vous procurer cette gourmandise, rendez-vous sur le marché de Carmaux, le vendredi matin.



SUIVRE LES PAS D'UN *mineur*



Envie de prolonger votre expérience autour de la Mine ?
Voici quelques lieux à découvrir !



La Cité de Fontgrande
Saint-Benoit-de-Carmaux

Cette cité minière conçue et construite par la Société des mines de Carmaux abrite des monuments remarquables comme le groupe scolaire inscrit aux Monuments Historiques et un escalier monumental.



L'ancien lavoir à charbon
Blaye-les-Mines

Ce bâtiment servait à préparer le charbon avant qu'il ne soit vendu. Un panneau sur le sentier «Terre d'Ombres et de Lumières» vous explique son histoire et son fonctionnement.

JOUR 2

Après la mine au fond, pourquoi ne pas s'aventurer dans une mine à ciel ouvert ?

Pour cela, direction les hauteurs de **Cap'Découverte** où le parc des Titans vous attend. N'ayez crainte, ils veulent vous raconter leur histoire !

Ces colosses de fer sont les derniers témoins de l'exploitation de la mine à ciel ouvert : la pelle Bucyrus dont le godet contenait 16 m³ de terre, la roue-pelle, la sauterelle, les camions Dresser Haulpak de 140 tonnes... **Oserez-vous entrer dans la plus grande pelle utilisée en Europe ?**

Les pentes de la « Découverte » abritent d'autres secrets. Vous les découvrirez en empruntant le sentier « Du Charbon au Soleil ». Ce parcours vous fera voyager dans le temps, des origines de la Terre jusqu'à nos jours, en passant par l'évolution de l'Homme. Vous en apprendrez plus l'exploitation du charbon ainsi que sur les énergies renouvelables.

Vous pouvez continuer l'exploration du cratère en parcourant les autres sentiers et parcours d'orientation à thèmes pour petits et grands de Cap'Découverte. Le détail de ces sentiers est disponible à l'accueil du parc de loisirs.

Évènement

Depuis le XIX^e siècle, les fêtes de la Saint-Privat animent Carmaux durant le mois d'août. L'un des temps forts des festivités est la cavalcade avec ses chars décorés.



SAVEURS DU TERROIR



Le soir, laissez-vous tenter par la carte de l'un des restaurants de Carmaux pour un repas aux saveurs du terroir.

Quelques-unes de nos bonnes adresses :

- Restaurant La Tour de Ciron
- Bistrot La Tourangelle
- Restaurant L'Éclat



Petit +

Ce sentier associe la réalité augmentée pour une expérience ludique. Sur le chemin, vous croiserez, peut-être, une libellule géante !



CONSEILS D'EXPERTS
A la recherche d'un beau point de vue ?
Depuis l'accueil, suivez le tour du cratère jusqu'à la table d'orientation et profitez de la vue sur le lac !



TOMBEZ SOUS LE CHARME DU *Viaur mystérieux*

Êtes-vous prêts à une immersion en douceur,
au fil des paysages le long du Viaur ?

JOUR 1 – LE MATIN

Nous pouvons vous conseiller d'arpenter le sentier des Infournats qui vous emmènera à la découverte de cette vallée mystérieuse.

Au cours de votre balade vous verrez les vestiges de la vie d'antan dans la vallée, comme une ancienne fontaine.

Lorsque vous arriverez au bord de la rivière, regardez attentivement la surface de l'eau et vous apercevrez les vestiges du pont du Diable.

La légende raconte que ce pont a été construit au-dessus d'un gorg –gouffre en Occitan– qui abriterait de l'or appartenant au Diable.

Prenez vos jumelles !

Un peu plus loin, sur le sentier, l'observatoire vous permettra de contempler tous les oiseaux de la vallée !

CONSEILS D'EXPERTS

POUR LA PAUSE DÉJEUNER

Besoin d'une pause ? **Et si vous testiez le restaurant «Le Mirandol» ?**

*Bar Restaurant Le Mirandol, 27 avenue du Viaur
81190 Mirandol-Bourgnounac*

JOUR 1 – L'APRÈS-MIDI

Pourquoi ne pas s'arrêter à la Grange et l'Étable ? Ce lieu atypique associe galerie d'art et salle de spectacle. Vous y admirerez les œuvres d'artistes locaux.

En repartant, arrêtez-vous quelques instants au **village de Pont de Cirou au bord du Viaur**. La légende veut que ce village ait été le lieu de vie d'un ermite. Que de légendes chez nous ! Partagez les vôtres sur Facebook #Segalatarnais.

JOUR 2

Cette deuxième journée débutera au bord du Viaur. Si vous arrivez de bonne heure, la vallée du Viaur et le village de **Lagarde-Viaur** se dévoileront à travers le brouillard. Une ambiance hors du temps. Au top pour vos clichés souvenirs ! Les plus courageux pourront gravir les chemins de ce village perché en suivant un sentier de découverte. A travers les ruelles et les passages méconnus, découvrez l'histoire de Lagarde-Viaur et de la vallée. Mal aux jambes ? Récupérez un peu en profitant d'un beau point de vue !



AU RYTHME DE L'EAU

Après ces emplettes gourmandes, qui serait tenté de découvrir la vallée du Viaur au rythme de l'eau ? **Le temps d'une promenade en canoë à Pampelonne, sous le site de Thuriès**, vous profiterez de la vallée sauvage en toute quiétude. Pour terminer cette après-midi en douceur, vous pourrez vous rendre au **Lac les Levades pour une partie de pêche dans un cadre reposant.**



La croix de Lagarde-Viaur

La croix à côté de vous cache un secret. Saurez-vous le trouver ?

En bas du village, au bord de la rivière, la crêperie La Châtaigneraie vous attend pour une pause gourmande sous les châtaigniers.

Pour les gourmands et ceux qui veulent emporter dans leurs valises un peu de Tarn Nord, **vous pourriez vous arrêter chez l'un de nos producteurs** pour acheter du miel, de la crème de châtaigne ou du pain d'épice.





DANS LES *vignes* ÉVEILLENZ VOS SENS

Dans ce plus vieux vignoble de France, la vigne est un trait d'union entre la nature et les hommes.

JOUR 1

Depuis le village de Mailhoc, **vous partirez pour une virée à VTT sur un sentier balisé entre vigne et champs, paysages du plateau.**

Vous traverserez des villages aux maisons en pierres blanches, bâti typique des environs comme Saint Sernin les Mailhoc et Sainte-Croix.



De retour à Mailhoc

Pourquoi ne pas **flâner un petit peu dans ce village** ? Vous admirez **son église** en pierre blanche et **son château**. Le téléphone en poche, prenez quelques photos souvenirs. **#segalatarnais**

En poussant la porte d'un caveau ou lors d'ateliers d'initiation à la dégustation, vous serez assuré de découvrir un savoir-faire millénaire et partager un vrai moment d'échange et d'émotion.

Le plus proche est le Domaine Gayard dans le charmant hameau de Capendut.

Laure et Pierre vous y accueilleront pour vous faire goûter leurs vins aux saveurs variés.

Et pour ceux qui ont un petit creux, **ils proposent également un panier pique-nique à déguster dans les vignes.**



CONSEILS D'EXPERTS

Le temps d'un séjour, pourquoi ne pas loger au cœur du vignoble ? Vous y trouverez gîtes & maisons d'hôtes où hospitalité et convivialité sont les maîtres mots des lieux.



Cette découverte **épicurienne** peut se prolonger au **Domaine d'Escausses à Sainte-Croix**.

On vous y propose une large gamme de vin de Gaillac allant des vins blancs aux rouges en passant par des rosés qui ravira les papilles des amateurs de vins.

Autour de Villeneuve-sur-Vère vous trouverez des vigneronns qui se feront un plaisir de vous accueillir et de vous faire goûter leurs vins.

À LA vôtre !

Notre sélection de vignerons dans le
Carmausin-Ségala !



Domaine Philémon
Villeneuve-sur-Vère

Ce domaine vous fait remonter
le temps grâce à ses **vins aux
saveurs authentiques.**



Domaine d'Escausses
Sainte-Croix

Blanc sec ou doux, rouge, rosé,
vin pétillant, vous y trouverez
une **large gamme de vin de
Gaillac.**



Domaine Gayrard
Milhavet

Sur les terres familiales, ce
domaine vous propose une
large de gamme de **vins convi-
viaux et raffinés.**



Distillerie Cazottes
Villeneuve-sur-Vère

Redécouvrez la saveur des fruits
à travers les **eaux de vie, des
liqueurs et des vins naturels.**



Distillerie Castan
Villeneuve-sur-Vère

**Créateur du whisky tar-
nais, le Vilanova.** A découvrir
également, le Gin aux notes
mentholées et de poivre noir.



La Cabane à Vin
Virac

Vous pourrez savourer vins de
Gaillac et spiritueux dans ce
caveau de dégustation.

JOUR 2

En Carmausin-Ségala, il y a un riche patrimoine où se mêlent délicatement architecture, art sacré et légendes... **L'église de Notre-Dame de la Gardelle** vous expose cela. Intrigué ?

Alors, **demandez les clefs auprès de la mairie de Villeneuve-sur-Vère**. Poussez les portes et restez espantés devant **les fresques orthodoxes de Nicolaï Greshny** ! Celles-ci ornent toutes les parois de l'église.



*L'église Notre-Dame de la Gardelle
Jean viendra vous ouvrir les portes
de l'église. Si vous avez le temps, il vous
en racontera les moindres secrets...*

JUSTE À QUELQUES PAS...

La Distillerie Castan vous permettra de goûter au whisky tarnais, le Vilanova.

Sébastien vous racontera l'histoire de ce whisky 100% local de la culture de l'orge jusqu'à la maturation en passant par la distillation. Il vous parlera sûrement de son grand-père, bouilleur de cru ambulant, qui tirait son alambic dans les campagnes. Les odeurs prégnantes vont chatouiller vos narines.

Et si vous vous accordiez, le temps d'une après-midi, un moment de bien-être ? Claude et Corinne vous accueilleront avec plaisir pour une « après-midi détente » au Clos Pastel.

Au cœur d'un terrain arboré, vous serez un véritable havre de paix où vous pourrez prélasser au bord de la piscine tout en **savourant les pâtisseries faites maison avant de profiter d'un massage aux vertus relaxantes pour un vrai moment cocooning à deux.**

BIEN-ÊTRE





NOS BONNES
Adresses
POUR DES VACANCES RÉUSSIES

En trois jours vous pouvez mieux découvrir !
En une semaine, vous pouvez mieux en profiter...



LE CHANT DES Tournesols

Coupez-vous
du monde...

13 pers.

La Bourdarié,
81190 Montirat



Sur les hauteurs de la vallée du Vieur, Stéphanie et Lionel ont décoré et aménagé en pensant à **votre bien-être et votre confort pour passer d'agréables moments.**

SEMAINE : À PARTIR DE 750€

LE PLUS

La **grande terrasse** sera le lieu idéal pour vos **repas festifs** entre amis ou en famille.



LE Calysan

Un temps
pour soi...

3 pers.

2, chemin
des deux vères,
81130 Taix



Ce gîte rénové à la décoration moderne sera le lieu idéal pour des vacances en amoureux. Un moment de fatigue ? Profitez-en pour vous prélasser au bord de la piscine.

SEMAINE : À PARTIR DE 290€

LE PLUS

Deux grands sites d'Occitanie à proximité : Albi et Cordes sur Ciel



HÔTEL LA TOUR DE Ciron

LE PLUS

Dans cette **maison de l'administration des mines**, vous prolongerez votre expérience dans le **passé minier** de Carmaux.

Le confort,
façon Logis

32 avenue Bouloc Torcatis,
81190 Carmaux



Vous y trouverez des chambres spacieuses donnant sur un parc arboré.

Vous savourerez de bons plats alliant produits régionaux et inspiration méditerranéenne.

NUITÉE : À PARTIR DE 80€

VOUS NE TROUVEZ PAS VOTRE BONHEUR DANS CETTE SÉLECTION ?

Pas de soucis ! Nos conseillers en séjours vous proposeront une **liste d'hébergements personnalisée selon vos envies et votre budget.**



LA MAISON DE LA Souque

Le sens de
l'hospitalité

3 pers.

La Souque,
81190 Mirandol-
Bournounac



Marianne vous accueille dans cette **ferme entièrement rénovée** où les vieilles pierres se mêlent à une ambiance british. Depuis le jardin, vous aurez un beau point de vue sur le Ségala. Ici, le temps s'arrête !

NUITÉE : À PARTIR DE 65€
TABLE D'HÔTES : 30€

LE PLUS

Marianne est passionnée de **gastronomie** et elle adore préparer de **délicieux repas** et des **petits déjeuners gourmands** pour ses hôtes. Elle adorera partager avec vous ses **bonnes astuces** pour des plats savoureux lors d'ateliers cuisine qu'elle organise.



ANCIEN CAFÉ DE LA mairie

LE PLUS

Gilbert peut vous **louer des vélos électriques** pour vos balades dans le Carmausin-Ségala.

Faites l'expérience
du lâcher-prise...

4 pers.

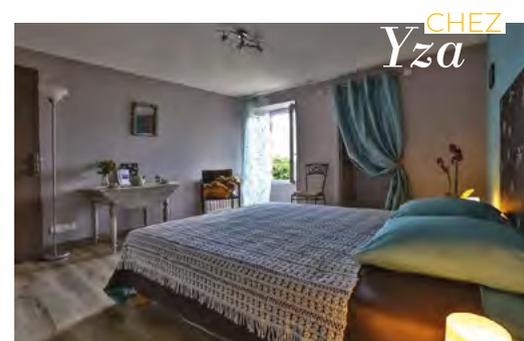
10 place de
la mairie,
81640 Monestiés

Au cœur de l'un des plus beaux villages de France, **Gilbert vous accueille dans sa maison d'hôtes aux chambres spacieuses et décorées avec goût.** Il vous partagera des idées de promenades à vélo pour découvrir autrement les environs de Monestiés.

Et pourquoi ne pas aller jusqu'à Cordes sur Ciel ?

NUITÉE : À PARTIR DE 48€

2 NUITÉES + VÉLOS ÉLECTRIQUES : À PARTIR DE 120€



CHEZ Yza

Le bonheur
à la campagne

6 pers.

Le bourg,
81130 Milhavet

Yza vous accueille dans sa demeure familiale qu'elle a restaurée pour en faire un gîte cosy. Tout en vous le faisant visiter, elle vous contera l'histoire de cette maison où elle a grandi. Chaque pièce a été décorée avec attention pour une ambiance pleine de sérénité.

SEMAINE : À PARTIR DE 470€

LE PLUS

Profitez d'un **moment de détente** après vos escapades grâce au **spa**.

INSOLITE



LE CAMPING DE THURIÈS

Le calme en bord de rivière



*Pont de Thuriès,
81190 Pampelonne*

A la recherche d'une étape, pour votre escapade randonnée, pourquoi ne pas tester le bivouac du Camping de Thuriès. **Cette chaleureuse petite cabane est un mélange de simplicité, d'évasion et de nature.**

EMPLACEMENT : À PARTIR DE 12€/NUIT
CHALET : À PARTIR DE 250€/SEMAINE

le Japon

COMME SI
VOUS Y ÉTIEZ



Une expérience unique en France

Audrey et Julien vous invitent à partager leur passion pour la culture japonaise dans une chambre d'hôte inspirée des auberges traditionnelles japonaises : l'Hosomi Ryokan.

Dès votre arrivée dans le pavillon japonais, vous serez immergés dans cette culture. Et, on ôte ses chaussures en entrant ! Tatamis, futons, estampes... Le décor vous donnera l'impression d'être arrivé au pays du soleil levant. Appréciez la cérémonie du bain avant d'aller vous coucher. Vos hôtes pensent également à vos papilles et vous feront goûter aux plats traditionnels japonais comme les ramens, les gyozas ou encore les tempuras.

Envie d'un séjour au summum du bien-être ? Profitez d'un massage du visage d'origine japonaise.

Alors... Prêts à tenter l'expérience d'immersion au Japon ?

**NUITÉE (PETIT-DÉJEUNER, REPAS, MASSAGES) POUR 2 PERSONNES :
À PARTIR DE 294€**

2 pers.

9 chemin de la Tourelle,
81640 Combeffa



UN OFFICE DE *tourisme* À VOTRE SERVICE

Nous vous accueillons, dans nos Trois Points d'Accueil Touristique à Carmaux, Monestiés et Mirandol, pour répondre à toutes vos questions et rendre votre séjour inoubliable.

CARMAUX
Place Gambetta

MONESTIÉS
Place de la Mairie

MIRANDOL
Place de la Liberté

À la recherche d'idées pour vos vacances ? Entre amis ou en famille ? Nos experts partageront avec vous leurs coups de cœur et bons plans.



www.tourisme-tarn-carmaux.fr



CHRISTINE



MARIE



FLORIAN



LÉA



NATHALIE



AMANDINE

NOTRE BOUTIQUE *100% locale*

Emportez un peu du Nord du Tarn dans vos valises... **Une gamme de produits variés et cadeaux souvenirs à offrir.**



Vous voulez tenter une expérience 100% locale ? Découvrez nos coins secrets sur notre carte.

Disponible chez nos partenaires et dans les bureaux d'accueil de l'Office de Tourisme.

*Il ne manque plus que vous !
A très vite !*



FAIRE SON Marché



LAISSEZ-VOUS TENTER

Le Tarn regorge
de saveurs
& odeurs locales :
**venez les déguster
dans nos marchés !**

LUNDI

Marché en plein air Mirandol-Bournounac (81190)

Le 4^e lundi du mois, de 8h à 13h

On y trouve : Alimentaire, boissons...

Petit marché de producteurs & productrices Le Ségur (81640)

Le 4^e lundi du mois, de 14h à 16h30

On y trouve : Produits frais et de saison...

MERCREDI MATIN

Marché hebdomadaire Cagnac-les-Mines (81130)

De 8h à 13h

On y trouve : Alimentaire, boissons...



VENDREDI MATIN

Marché hebdomadaire Carmaux (81400)

De 8h à 13h

On y trouve : Alimentaire, boissons, vêtements, produits du terroir, bazar, artisanat...

JUILLET & AOÛT

Marché hebdomadaire Monestiès (81640)

Tous les jeudis, de 17h à 21h

On y trouve : Alimentaire, boissons...

Marché hebdomadaire Tanus (81190)

Tous les dimanches, de 9h à 12h

On y trouve : Alimentaire, boissons, produits locaux...

Marché gourmand Villeneuve-sur-Vère (81130)

Un mercredi début août

On y trouve : Alimentaire, boissons, produits locaux...

DÉCEMBRE

Durant le mois de décembre, flânez entre les étals des **marchés de Noël du territoire**. Vous y trouverez, peut-être, des idées de cadeaux...

FÉVRIER

Marché de la Truffe Villeneuve-sur-Vère (81130)

1^{er} dimanche de février, de 10h à 18h

On y trouve : Truffe, produits locaux...

À VOS papilles !

Nous vous avons préparé une petite **sélection des spécialités du Carmausin-Ségala qu'il vous faut absolument goûter !**

Partez à leur recherche dans les marchés ou chez nos artisans pour une explosion de saveurs & d'odeurs dans vos papilles !

- Les authentiques *échaudés de Carmaux*
- La traditionnelle *confiture de Châtaignes*
- Les exquis *vins du Gaillacois*
- Le délicieux *pavé de la Saint-Privat*
- Les originales *baguettes de céréales bio*
- La moelleuse *fouace*
- Les goûteux *Miels du Viaur*
- L'étonnant *Whisky Tarnais*
- L'incontournable *Veau de l'Aveyron et du Ségala*
- L'insolite *confiture de foin*
- La singulière *Tomme du Ségala*
- L'excentrique *Huile de Colza du Tarn*
- La fondante *rouelle du Ségala*
- Le croquant *Crousti Coke*

À VOS *fourneaux !*

En visitant le Carmausin-Ségala, vous gouterrez certainement ces petits biscuits à l'anis !

Emportez la recette pour réaliser vos échaudés chez vous, dès votre retour !

Pour 40 pièces environ

- 500g de farine de blé
- 1 sachet de levure chimique
- 1/4 de litre d'eau
- 1 pincée de sel
- 10g d'Anis
- 4 cuillères à soupe de sucre roux

Dans un saladier, mettre la farine, le sel, la levure, le sucre et l'anis.

Mouiller avec l'eau jusqu'à obtention d'une pâte dure. La travailler sur un plan de travail fariné.

Laisser reposer quelques heures.

Étendre la pâte au rouleau (environ 1cm d'épaisseur) et découper en triangles réguliers (environ 3cm par côté). Piquer à la fourchette.

Plonger les triangles de pâte dans de l'eau bouillante salée. Attendre qu'ils remontent à la surface, les retirer avec une écumoire et les égoutter sur un linge. Les disposer ensuite sur une plaque beurrée et les cuire à four chaud (175°C) 15 à 20 minutes.

Pour l'histoire

La légende raconte qu'un boulanger, portant le nom de Jeannot, imagina d'intégrer de l'anis à ces biscuits traditionnels, pour les offrir au roi Saint Louis lors d'un de ses séjours dans la région.

OÙ LES ACHETER ?

**Biscuiterie
Carmausine**
05.63.76.55.34

Biscuiterie Deymier
05.63.76.51.53

Savour'Miel
05.63.36.91.40

OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

*Venez nous rencontrer : nous pourrions vous donner
nos bonnes adresses coups de cœur et des conseils
personnalisés pour réussir votre séjour !*



05.63.76.76.67



accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr



www.tourisme-tarn-carmaux.fr

ET SUIVEZ-NOUS SUR



Facebook
@tourisme.segalatarnais



Instagram
@tourisme_segala_tarnais



Flickr
Office de Tourisme
du Ségala Tarnais



Youtube
Office de Tourisme
du Ségala Tarnais



Terre de diversité et de contrastes

