

Interco' Mag

Loisirs Du 1/06/19 au 30/06/19
EN CARMAUSIN-SÉGALA

MAI A SEPTEMBRE 2019

Samedi 1/06/19

Villeneuve-sur-Vère

Opération "Journées portes-ouvertes Bienvenue à la Ferme"

🕒 9h-18h - Fermé entre 12h et 14h 📍 55

chemin de la Cardonnarie

📞 Tarifs non communiqués.

Le 1er week-end de Juin venez découvrir nos 25 fermes participantes aux journées portes ouvertes de Bienvenue à la Ferme dans le Tarn

📞 05 63 53 04 61



© Distillerie Castan

Villeneuve-sur-Vère

Visite-dégustation de la Distillerie Castan

🕒 Ouverture : tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h. Fermé le dimanche. 📍 Distillerie

Castan

📞 Gratuit.

Visite guidée de l'espace de distillation et du chai à barrique avec une explication sur la production des Whiskies. Pour finir, une dégustation des Whiskies, des spiritueux et de nos vins.

📞 05 63 53 04 61 - 06 82 39 26 98

www.distillerie-castan.com



Du 1 au 2/06/19

Carmaux

Braderie du Secours Populaire

🕒 9h-17h - Fermé entre 12h30 et 14h 📍 Salle

François Mitterrand

📞 Gratuit.

Le Secours Populaire de Carmaux propose une braderie samedi 1er et dimanche 2 juin

📞 05 63 76 75 85



© Phabry

Dimanche 2/06/19

Le Ségur

Opération "Journées portes-ouvertes Bienvenue à la Ferme"

🕒 10h-18h 📍 Le Boulayard

📞 Gratuit.

Le 1er week-end de Juin venez découvrir les 25 fermes participant aux journées portes ouvertes de Bienvenue à la Ferme dans le Tarn

📞 05 63 76 17 18



© Le Buisson Blanc

Du 1 au 30/06/19

Pampelonne

Exposition sur la création du barrage de Thuriès et la centrale électrique de Pampelonne

📍 Mairie de Pampelonne

📞 Gratuit.

Exposition sur la création du barrage de Thuriès et la centrale électrique de Pampelonne dans le cadre de la sortie du livre de Raymond Denis et de la fête du Viaur.

📞 05 63 76 32 09

<https://www.pampelonne-tarn.com/>



© MSPBD

Mirandol-Bourgnouac

La foulée verte

🕒 9h

📞 Adulte : 18 € - Enfant : (-12 ans) : 12 €

La 34ème édition de la Foulée Verte de Mirandol se déroulera le 2 juin.

Au programme : rando pédestre et rando équestre

📞 06 74 04 02 02 - 05 63 76 96 96



© Phabry

Mardi 4/06/19

Carmaux

Sport santé seniors

🕒 10h-13h30 📍 Stade Jean Vareilles

📞 Gratuit. 🧑 A partir de 60 ans

Cette journée organisée à l'attention de seniors présentera les associations sportives qui proposent des ateliers "sport santé"

📞 05 63 36 14 03



© Phabry

OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

+33(0)5 63 76 76 67 - accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr

www.tourisme-tarn-carmaux.fr



Valderiès

Initiation à l'informatique

- 🕒 14h-16h 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais
- € Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation à l'informatique. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, logiciels, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Mercredi 5/06/19

Cagnac-les-Mines

Retour du chargeur Wagner au Musée-mine

- 📍 Musée-Mine Départemental

€ Gratuit.

Un beau travail d'équipes pour restaurer notre patrimoine !

A la demande du Conseil départemental, les bénévoles de l'ASPICC et les élèves du lycée Jean Jaurès de Carmaux ont travaillé ensemble à la restauration du chargeur Wagner.

☎ 05 63 53 91 70

<http://musees-departementaux.tarn.fr/index.php?id=mine-presentation>



Carmaux

Atelier Peinture

- 📍 Centre Culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Pinceaux, craies, crayons, tampons, collages... Tous les mois, une activité est proposée aux enfants pour découvrir, dessiner, jouer sous le regard de l'artiste qui propose des thèmes imaginatifs et originaux à chaque séance.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



©Centre Culturel JB Calvignac

Jeudi 6/06/19

Valderiès

Initiation aux tablettes tactiles

- 🕒 9h30-11h30 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais
- € Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation aux tablettes tactiles. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, applications, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Vendredi 7/06/19

Carmaux

Petit concert du conservatoire

- 🕒 18h30 📍 Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac
- € Gratuit.

L'antenne du Conservatoire de musique départemental de Carmaux vous invite à écouter ses élèves dans la pratique de leurs instruments.

☎ 05 63 76 85 85



Relais Etoilé

- 🕒 20h 📍 Stade Jean Vareilles

Après son succès version Trail urbain en 2018, le Relais étoilé revient le vendredi 7 juin 2019, à 20h au stade Jean Vareilles.

☎ 06 24 00 42 21

<http://uscarmaux.athle.fr/>



©USC Amélie

Du 7 au 9/06/19

Albi

L'Episcopale Nordique Albi

- 📍 Marche Nordique Albi

L'Episcopale Nordique Albi c'est la pratique de la marche nordique et de la randonnée à la découverte d'Albi, sa cité épiscopale, et de ses territoires, sur des parcours balisés, adaptés à tous les niveaux.

☎ 07 64 07 04 08

www.episcopalenordiquealbi.fr



Samedi 8/06/19

Carmaux

Stage de danses traditionnelles

- 🕒 13h30-17h30 📍 Maison de la Citoyenneté

Le Cercle Occitan de Carmaux vous donne rendez-vous, salle Carlos Gardel à la Maison de la Citoyenneté pour des stages de danses traditionnelles tout public : débutants ou confirmés

☎ 06 15 80 40 11



10ème Challenge Henri Hermet

- 🕒 14h 📍 Parc du Candou

Le concours de pétanque "Challenge Henri Hermet" se déroulera le samedi 8 juin au Parc du Candou

☎ 05 63 76 76 67



©matary

Troc Culture

🕒 15h-17h 📍 Centre Culturel Jean-Baptiste
Calvignac
🆓 Gratuit.

Nouvelle formule cette saison pour partager vos coups de cœur littéraires ou cinématographiques.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr/



© Peaby

Grand gala de l'Union Musicale de Carmaux

🕒 20h30-23h 📍 Salle François Mitterrand
🆓 Gratuit.

Comme chaque année, l'Union Musicale de Carmaux vous invite à une soirée exceptionnelle et gratuite ! Les 25 musiciens de l'UMCX vous accompagneront dans une histoire sérieusement comique jouée par des acteurs sérieusement excellents !



Mirandol-Bourgnouac

Episcopale nordique d'Albi- la nordique du Ségala

🕒 8h30 📍 Place de la mairie

Cette journée de marche nordique et randonnée sera l'occasion de découvrir la vallée du Viaur, frontière sauvage entre Albigeois et Rouergue caractérisée par sa flore et sa faune. Le Viaur décrit une série de longues boucles entourées de cirques grandioses
<https://www.episcopalenordiquealbi.fr/la-nordique-du-segala>



© Jérôme Morel

Pampelonne

Jardin ouvert dans le cadre de Rendez-vous aux Jardins

🕒 14h-18h 📍 Jardin de Cantoperlic

🆓 Gratuit.

Dans le cadre de l'évènement national de Rendez-vous aux Jardins, Le Jardin des quatre saisons de Cantoperlic à Pampelonne ouvre ses portes gratuitement.

☎ 06 21 79 75 64



© Cantoperlic

Du 8 au 10/06/19

Milhavet

Portes ouvertes et pique-nique au Domaine Gayrard

📍 Domaine Gayrard

🆓 Tarifs non communiqués.

Portes ouvertes, exposition, visites guidées tout le week-end.

☎ 06 12 09 01 34

<https://www.maison-gayrard.com/>



Dimanche 9/06/19

Monestiés

16ème Fête de l'âne

🕒 9h-19h30 📍 Le Bourg

🆓 Tarifs non communiqués.

Comme chaque année nous vous donnons rendez-vous le 2ème dimanche de juin pour la Fête de l'Âne à Monestiés.

L'occasion de (re)découvrir l'âne au travers de balades ou simplement de les observer, les toucher

☎ 06 75 07 42 80

<https://lezartsdanes.fr/2019/02/25/16eme-fete-de-lane-9-juin-2019/>



© Les Arts d'Âne

Mardi 11/06/19

Carmaux

Cafés citoyens

🕒 19h 📍 Maison de la Citoyenneté

🆓 Gratuit.

Dans un esprit citoyen et un climat convivial venez-vous réunir autour de questions concernant notre société.

☎ 05 63 36 39 39



Valderiès

Initiation à l'informatique

🕒 14h-16h 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

🆓 Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation à l'informatique. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, logiciels, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Mercredi 12/06/19

Carmaux

Les puces savantes - Deux secondes

🕒 16h-18h30 📍 Parc du Candou

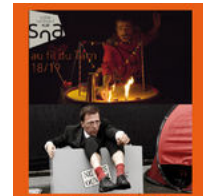
La ville de Carmaux propose, en association avec la Scène nationale du Tarn, deux spectacles, tout public, parc du Candou.

Les puces savantes : Compagnie des Petits Miracles

Deux Secondes : Compagnie du Petit Monsieur

☎ 05 63 38 55 56

https://www.sn-albi.fr/spectacle.php?nav=0&id_spectacle=746



© SNA

Ségalez-Vous !

- 🕒 18h 📍 Devant le Point d'Accueil
- Touristique de Carmaux
- € Gratuit.

Une fois par mois, l'Office de Tourisme du Ségala tarnais vous invite à venir découvrir les produits du terroir au Point d'Accueil Touristique de Carmaux, place Gambetta.

☎ 05 63 76 76 67

<http://tourisme-tarn-carmaux.fr/>



©Office de Tourisme du Ségala Tarnais

Jeudi 13/06/19

Valderies

Initiation aux tablettes tactiles

- 🕒 9h30-11h30 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais
- € Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation aux tablettes tactiles. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, applications, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Vendredi 14/06/19

Carmaux

Scènes ouvertes de l'Association Mow Déclic

- 🕒 20h30 📍 Restaurant l'Eclat
- € Gratuit.

Seul ou entre amis, musicien ou pas, venez passer un bon moment et découvrir une ambiance musicale conviviale au bar restaurant tapas l'Eclat.

☎ 06 49 57 98 94

<https://mowdeclic.wixsite.com/declic>



©Mow Déclic

Les Jumeaux et les élèves de la Croix Haute

- 🕒 20h30 📍 Salle François Mitterrand
- € Adulte : 10 € - Enfant : (-12 ans) : 5 €

Les élèves de l'école de la Croix-Haute de Carmaux chantent sous la direction des Jumeaux.

☎ 05 63 80 22 50



©Mairie de Carmaux

Concert : Bagat'Elles

- 🕒 21h 📍 Eglise Saint Privat
- € Tarifs non communiqués.

L'association des Amis des Orgues de Carmaux vous proposent : Le chœur de chambre Bagat'Elles : formation de 12 chanteuses et une pianiste dirigée par Didier Oueillé, contre-ténor professeur de chant au conservatoire du Tarn et chef de chœur

☎ 06 88 76 19 76



©Les Amis des Orgues de Carmaux

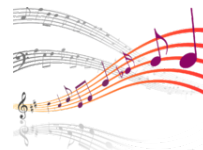
Monestiés

Fête de la musique de MONESTIES

- 🕒 19h 📍 Place du Foirail (salle des Fêtes en cas de mauvais temps)
- € Gratuit.

Le comité des fêtes de MONESTIES en association avec l'école de musique "MUZIK ADDICTED" vous invitent à venir fêter la musique en leur compagnie.

☎ 05 63 76 15 89



©PhotoRay

Du 14/06 au 7/07/19

Mirandol-Bourgnouac

« CARTE BLANCHE » à CLÉMENTINE CUIGUILLERE et MICHEL BRASSAC »

- 🕒 15h19-20h19 - selon les jours
- 📍 Association La Grange et l'Etable
- € Gratuit.

Exposition ouverte de 15h 19 à 19h 19 du Mercredi au Dimanche ou sur RDV!

☎ 06 87 39 00 40



©Gart

Samedi 15/06/19

Blaye-les-Mines

Représentation théâtrale

- 🕒 18h30-21h30 📍 Salle Les Pilotis
- € Tarifs non communiqués.

La Compagnie Théâtre de l'Atelier vous propose une soirée détente avec des sketches humoristiques

☎ 06 12 58 68 09



©PhotoRay

Carmaux

La cuisine du petit tajine : cours collectifs

🕒 9h-12h 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Tarifs non communiqués.

Hanane vous propose : le couscous au kefta et aux oignons



1ère guinguette du Rugby

🕒 14h 📍 Stade Jean Vareilles

€ Gratuit.

Cette journée a pour but de vous faire découvrir les plaisirs du rugby. Pour finir cette belle journée vous pourrez partager un verre, un repas lors de la 1ère guinguette de l'US Carmaux rugby.

☎ 06 81 68 10 01



Cours yoga enfants et familles à Carmaux

🕒 16h-18h - de 16h à 17h : 7/11 ans de

17h30 à 18h : 3/6 ans 📍 Maison de la

Citoyenneté

Dans un environnement calme, venez partager un moment de bien-être avec votre enfant et renforcer les liens qui vous unissent.

Au programme douceur, partage, joie, bienveillance et lâcher prise.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>



Monestiés

Cours de yoga enfants et familles à Monestiés

🕒 10h-12h - de 10h à 10h30 : 2/3 ans de 11h

à 12h : 7/11 ans modifications possibles - se renseigner 📍 Mairie de Monestiés

Dans un environnement calme, venez partager un moment de bien-être avec votre enfant et renforcer les liens qui vous unissent.

Au programme douceur, partage, joie, bienveillance et lâcher prise.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>



Rien à voir !

🕒 10h30-22h 📍 Place de la Mairie

€ Participation libre.

Un itinéraire pour découvrir la création sonore à travers des séances publiques d'écoute : documentaire, fiction, poésie sonore, formes hybrides...

☎ 06 17 05 42 48

www.bricoles.org/presentation.php



Pampelonne

Soirée Tapas avec concert de Neléman

🕒 19h-23h 📍 Jardin de Cantoperlic

€ Adulte : 8 €

Soirée tapas accompagnée d'un concert de Neléman.

☎ 06 21 79 75 64



Dimanche 16/06/19

Monestiés

Les Puces Savantes / Deux secondes

🕒 16h 📍 Place de la Mairie

€ Gratuit.

Alfredo Panzani, dompteur de puces savantes, et le Petit Monsieur accompagné de sa tente Quechua, vous invitent à découvrir leurs univers à la fois frénétiques, sournois, humoristiques et atypiques, au travers de leurs spectacles respectifs.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



Pampelonne

Fête du Viaur

📍 Aire de Thuriès (bord du Viaur/ près du Camping de Thuriès)

€ Gratuit.

La Fête du Viaur est un événement incontournable de notre territoire.

☎ 05 63 76 32 09

<https://www.pampelonne-tarn.com/>

Du 16/06 au 14/07/19

Carmaux

Songes d'un kiosque d'été

🕒 Dimanche. 17h-20h 📍 Kiosque à Musique

€ Gratuit.

L'association Les mines de danses, vous invite à venir vivre et danser la salsa, bachata, kizomba, rock. Afionados ou simplement curieux vous êtes les bienvenus !

☎ 06 51 82 51 18 - 06 60 82 42 37



Mardi 18/06/19

Carmaux

Soirée théâtre : on va s'aimer

🕒 20h30-22h 📍 Salle Pierre Bérégovoy

€ Gratuit.

La troupe des Ensoleillés (ASEI), en partenariat avec la Cie de la Dec'ouverte, vous propose comme chaque année un moment de bonheur, un spectacle plein d'émotion, de sourires et de rires.

☎ 05 63 76 24 40

<https://theatredeladecouverte.jimdo.com/>



Cie de la Dec'ouverte

Jeudi 20/06/19

Milhavet

Afterwork jeudi'vin au Domane Gayrard

🕒 17h30-20h 📍 Domaine Gayrard

€ Accès libre. Vente de vins du Domaine au verre ou à la bouteille & plateau de produits du terroir.

Prenez l'air et évadez-vous dans un écrin de nature au Domaine Gayrard à Milhavet entre Cordes sur Ciel et Albi dans un vignoble Gaillacois.

☎ 06 12 09 01 34

<https://www.maison-gayrard.com/>



Vendredi 21/06/19

Carmaux

Fête de la musique à Carmaux

🕒 19h 📍 Place Gambetta

€ Gratuit.

La ville de Carmaux, la commission culture en partenariat avec Point de fût et les estaminets et associations du territoire vous proposent de venir fêter la musique à Carmaux

☎ 05 63 80 22 50

www.carmaux.fr



©Pheaby

L'UMCX fête la musique !

📍 place Gambetta

€ Gratuit.

L'UMCX sera présente pour la fête de la musique à Carmaux, place Gambetta !



©Pheaby

Samedi 22/06/19

Carmaux

Jeu de piste au parc Jean Jaurès

🕒 14h30 📍 Parc Jean Jaurès

€ Gratuit.

Le parc Jean Jaurès s'anime le temps d'un après-midi pour devenir le terrain de jeu des petits Carmausins !

☎ 05 63 52 27 74



©L.P.C.

Monestiés

La Nuit Romantique à Monestiés

📍 Mairie de Monestiés

Envie d'un week-end romantique ? Le charme de Monestiés et de son patrimoine saura vous émouvoir pour cette Nuit Romantique. Un environnement naturel bucolique, un patrimoine sobre, une âme de village...

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



© Les Plus Beaux Villages de France

Sainte-Croix

Fête de la Musique

🕒 18h-23h30 📍 Halle de Sainte-Croix

€ Gratuit. Concerts gratuits Grillades et boissons de 2 à 10 €.

L'association "Expressions Saint-Cruciennes" vous propose plusieurs animations la Fête de la Musique

☎ 05 63 56 82 81



Salles

Passe-futur

🕒 9h-18h 📍 le village

€ Gratuit.

Une journée festive pour connaître et comprendre les enjeux de nos modes de consommation.

☎ 06 47 81 77 61



© Association Passe Pierre

Du 22 au 23/06/19

Carmaux

XVI^{ème} tournoi national de badminton

📍 Salle multisports du Candou

💰 Tarifs non communiqués.

Samedi 22 et dimanche 23 juin se déroulera le XVI^{ème} tournoi national de badminton du Carmausin en accès libre à la salle multisports du Candou avec des joueurs issus de 27 clubs en provenance de toute la région Occitanie.



© Admission Club Les Lagrange

Du 22 au 30/06/19

Blaye-les-Mines

Exposition de photos surréalistes sur la mine, réalité virtuelle, réalité augmentée

📍 Salle Les Pilotis

💰 Gratuit.

M. Jean-Marc PLANAS vous propose une exposition de photos surréalistes de la mine. Grace aux nouvelles technologies, vous pourrez également vous amuser avec la réalité augmentée (avec un smartphone) et la réalité virtuelle (avec un casque de vision)

☎ 07 69 10 78 74

Mardi 25/06/19

Carmaux

Dialogues de comptoirs

🕒 20h30-22h30 📍 Annexe Mairie

💰 Gratuit.

Penser par soi-même, en dehors de tout esprit de chapelle, de clan ou de parti. C'est l'esprit des dialogues. Le respect de l'autre et de sa parole nous animent.

☎ 06 11 84 14 17



© Phabry

Vendredi 28/06/19

Carmaux

Soirée théâtre "Sacrée Journée"

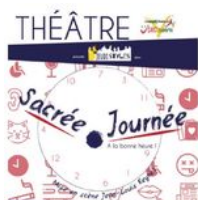
🕒 20h30-23h 📍 Salle Pierre Bérégovoy

💰 Adulte : 6 / 8 €

Sacrée journée est une histoire de vie quotidienne dans un bistrot de quartier. Maurice et sa famille vivent de sacrées journées...

☎ 05 63 76 24 40

<https://theatredeladecouverte.jimdo.com/>



© Cie La Dec'ouverte

Mirandol-Bourgnounac

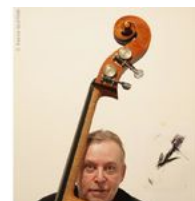
Christian Brazier Trio

🕒 19h19-22h19 - Ouverture des portes à 19h 19 spectacle à 20h 19; délivrance des places "encas-ardoises-tartines" et buvette proposés jusqu'à 5 mn avant le spectacle. 📍 La Grange et l'Étable

💰 Plein tarif : 9 / 12 € - Tarif réduit : 7 / 9 €

Avec " OriGinE ", Gérard Murphy (Ir) : Saxophone Dylan Kent (Au) : Batterie et Christian Brazier (Fr) : Contrebasse-compositions, ont voulu former un nouveau trio entre musiciens et anciens compagnons de routes !

☎ 06 87 39 00 40



© Patrick Gorian

Du 28 au 30/06/19

Monestiés

Fête de Canitrot

📍 Canitrot

💰 Tarifs non communiqués.

Ne manquez pas la fête de Canitrot avec de nombreuses animations, il y en aura pour tous les goûts !

☎ 05 63 76 19 17



© Phabry

Du 28/06 au 1/07/19

Carmaux

Fête de la Lande

📍 Quartier de la Lande

Au fil des ans et des éditions, les fêtes de La Lande sont devenues une institution, un rendez-vous incontournable pour tous les habitants de Carmaux, du Ségala et des contrées proches.

☎ 05 63 36 41 96 - 05 63 36 53 82 - 06 70 15 84 06



© Comité des fêtes de la Lande

Samedi 29/06/19

Carmaux

Fût'Stival

🕒 18h 📍 Parc du Candou

💰 Gratuit. 5€ après 20h.

Le Fût'Stival est la guinguette du début de l'été ! Un événement familial et convivial, musical et culturel, rafraîchissant et gastronomique !

☎ 33(0)06 08 69 26 76



© Firm de Montégut Photos

Saint-Benoît-de-Carmaux

FETE DE LA MUSIQUE

📍 Places de la commune

€ Gratuit.

La municipalité de St-Benoît-de-Carmaux propose la traditionnelle Fête de la Musique

☎ 05 63 80 24 10

www.saint-benoit-de-carmaux.fr/



©Phabry

Dimanche 30/06/19

Tanus

Vide Greniers

🕒 7h-18h 📍 Place du foirail

€ Gratuit. Gratuit pour les visiteurs Payant pour les exposants - tarifs non communiqués. Le vide-greniers se déroulera toute la journée sur la place du foirail

☎ 06 64 45 07 12



©Phabry

Du 30/06 au 25/08/19

Tanus

Marchés d'été

🕒 Dimanche. 9h-12h - Dimanche matin

📍 Place de l'église Ste Martianne de Tanus

€ Gratuit.

Le marché de produits locaux se déroulera tous les dimanches matin du 30 juin au 25 août.



©Phabry

> A VOIR JUSQU'AU...

... 27/10/19

Monestiés

Exposition - Etre Femme au Moyen Age

📍 Chapelle Saint Jacques

Venez découvrir l'exposition « Etre femme au Moyen Age », composée de panneaux explicatifs et de costumes médiévaux prêtés par l'Atelier de la Costumerie du Comité du Grand Fauconnier.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



Exposition Musée Bajèn - Vega

📍 Musée Bajèn-Vega

Au travers de la thématique « Cultur'elles », découvrez la femme par Francisco Bajèn, déclinée en portraits, nus, dans des postures tour à tour traditionnelles et modernes... Par Martine Vega, souvent femmes de types méditerranéennes au regard profond.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



©Maire de Monestiés

Parcours éphémère "Caméléones" à Monestiés

📍 Place de la Mairie

€ Gratuit.

Au détour des ruelles de la cité médiévale, Monestiés vous propose un parcours éphémère composé de portraits de femmes investies dans la vie du village.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



©Mika Lopez

... 9/11/19

Mirandol-Bourgnounac

Expositions individuelles ou thématiques à La Grange et L'Étable

🕒 15h19-22h19 - selon programme 📍 LA

GRANGE ET L'ETABLE

€ Gratuit.

Expositions individuelles ou thématiques au sein de La Grange ou L'Etable, tout au long de l'année - Exposition collective estivale des artistes locaux (et d'ailleurs)-résidences artistiques- Spectacles et animations

☎ 06 87 39 00 40



... 6/12/19

Cagnac-les-Mines

Exposition "Des femmes à la mine"

📍 Musée-Mine Départemental

€ Gratuit.

Cette exposition s'attache à présenter les divers visages des femmes à la mine : travailleuses, femmes au foyer, épouses, mères, veuves, femmes engagées dans la lutte...

☎ 05 63 53 91 70

<http://musee-mine.tarn.fr>



©Jean-Louis Looi

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Carmaux

Toute l'année

Activités du foyer 3ème âge

🕒 13h30-17h30 - Vendredi ouvert

13:30-18:00 📍 Foyer du 3ème âge

Venez vous retrouver et passer du temps avec les gens du foyer 3ème âge.

☎ 0563364849 - 0620612958



©Phaboy

TOUS LES MARDIS

Carmaux

Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours hebdomadaires de yoga à Carmaux

- Carmaux tous les mardis de 18h30 à 19h30 : cours ados et adultes dès 12 ans Carmaux tous les Jeudis de 10h à 11h : cours adultes

📍 Maison de la Citoyenneté

L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants, les ados et les adultes qui souhaitent mieux gérer le stress et les émotions, développer la concentration, l'estime de soi, améliorer les résultats scolaires.

☎ 06 44 04 98 24



©Association Bien-être bien grandir

Du 23/01 au 4/07/19

Cours yoga sophro Adultes et ados

🕒 18h30-19h30 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Tarifs non communiqués.

Pour mieux gérer le stress et les émotions, mieux dormir, améliorer l'estime de soi, se relaxer, prendre un temps pour soi, être heureux.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>



©Association Bien-être bien grandir

Valderiès

Du 23/01 au 28/06/19

L'espace des habitants

- Mardi de 9h30 à 11h30 Vendredi de 14h à 17h30 📍 Centre social & Médiathèque du Ségala

€ Gratuit.

Un espace d'accueil pour les habitants tenu par des habitants.

Un lieu convivial, ouvert à tous où l'on peut se rencontrer, discuter, bricoler, échanger, venir boire un café, participer à des ateliers d'échange de savoir-faire ou en proposer...

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



©Phaboy

TOUS LES MERCREDIS

Monestiés

Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours de yoga enfants à Monestiés

🕒 10h30-11h 📍 Mairie de Monestiés

L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/tarifs/>



©Association Bien-être bien grandir

TOUS LES JEUDIS

Carmaux

Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours hebdomadaires de yoga à Carmaux

- Carmaux tous les mardis de 18h30 à 19h30 : cours ados et adultes dès 12 ans Carmaux tous les Jeudis de 10h à 11h : cours adultes

📍 Maison de la Citoyenneté

L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants, les ados et les adultes qui souhaitent mieux gérer le stress et les émotions, développer la concentration, l'estime de soi, améliorer les résultats scolaires.

☎ 06 44 04 98 24



©Association Bien-être bien grandir

TOUS LES VENDREDIS

Carmaux

Toute l'année

Marché hebdomadaire Carmaux

🕒 8h-13h 📍 Place Gambetta

€ Gratuit.

Le marché hebdomadaire du vendredi matin à Carmaux est un rendez-vous incontournable. A vous de remplir vos paniers avec les bons produits du terroir.

☎ 05 63 80 22 50



Toute l'année

Activités du foyer 3ème âge

🕒 13h30-17h30 - Vendredi ouvert

13:30-18:00 📍 Foyer du 3ème âge

Venez vous retrouver et passer du temps avec les gens du foyer 3ème âge.

☎ 0563364849 - 0620612958



©Phaboy

Valderiès

Du 23/01 au 28/06/19

L'espace des habitants

- Mardi de 9h30 à 11h30 Vendredi de 14h à 17h30

📍 Centre social & Médiathèque du

Ségala

🆓 Gratuit.



© Phabary

Un espace d'accueil pour les habitants tenu par des habitants.

Un lieu convivial, ouvert à tous où l'on peut se rencontrer, discuter, bricoler, échanger, venir boire un café, participer à des ateliers d'échange de savoir-faire ou en proposer...

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org