



Zoom sur le mois de mars

### EXPOSITIONS :

Du 1<sup>er</sup> février au 10 mars

**Expo photo « La part d'ombre et de lumière »**

Valderiès - Centre social et Médiathèque du Ségala tarnais

Du 19 au 30 mars

**Festival Rugb'images expositions**

Carmaux - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

### ANIMATIONS :

Tous les mardi de 9h30 à 11h30

Tous les vendredi de 14h à 17h30

**L'espace des habitants**

Valderiès - Centre social et Médiathèque du Ségala tarnais

Tous les mardis de 18h30 à 19h30

**Cours de Yoga-sophro : ados dès 12 ans et adultes**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

Tous les mercredis de 10h30 à 11h15

**Cours de Yoga-sophro : enfants de 3 à 6 ans**

Monestiés - Mairie - salle Jean Jaurès

Tous les jeudis de 10h à 11h

**Cours de Yoga-sophro : adultes**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

Tous les vendredis de 13h30 à 17h30

**Activités du foyer 3<sup>ème</sup> âge**

Carmaux - Foyer du 3<sup>ème</sup> âge



débats  
expos photos  
films concours

**Tous les jeudis jusqu'au 21 mars**  
de 14h à 16h

**Initiation aux tablettes tactiles**

Valderiès - Centre social et  
Médiathèque du Ségala tarnais

**Du 25 février au 9 mars** de 10h à 20h

**Loisir Magic Land**

Carmaux - Salle François Mitterrand

**Samedi 2 et dimanche 3 mars**

de 14h à 18h

**Atelier photo : L'outil script /action**

Carmaux – Annexe de la Mairie

**Samedi 2 mars** de 14h à 16h30

**Cluéo géant**

Carmaux - Centre culturel Jean-  
Baptiste Calvignac

**Dimanche 3 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : La profondeur de champs**

Carmaux – Annexe de la Mairie

**Lundi 4 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Séance de base**

Carmaux - Annexe de la Mairie

**Mercredi 6 mars** à 14h

**Faites le saut, mangez local !**

Carmaux - Centre Social de Carmaux

**Du jeudi 7 au dimanche 10 mars**

**Festival « Les seconds rôles au  
premier plan »**

Carmaux - Clap' Ciné

**Jeudi 7 mars** de 10h à 14h

**Le temps des histoires...**

Valderiès - Centre social et

Médiathèque du Ségala

**Vendredi 8 mars** de 15h à 18h

**Jeux en famille**

Valderiès - Centre social et  
Médiathèque du Ségala

**Vendredi 8 mars** à 18h

**Week-end en famille !**

Valderiès - Centre social et  
Médiathèque du Ségala

**Vendredi 8 mars** de 19h19 à 21h19

**Spectacle : Les Divines Biquettes**

Mirandol-Bourgnounac - La Grange et  
l'Etable

**Samedi 9 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Le noir et blanc**

Carmaux - Annexe de la Mairie

**Samedi 9 mars** à 14h30

**Journée internationale des Droits des  
Femmes**

Saint-Benoît-de-Carmaux - Salle  
François Truffaut

**Samedi 9 mars** à 20h30

**Loto de l'école de la Croix Haute**

Carmaux - Ecole de la Croix Haute



**Dimanche 10 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Effets spéciaux à la prise de vue**

Carmaux - Annexe de la Mairie

**Lundi 11 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Photos au flash**

Carmaux – Annexe de la Mairie

**Mardi 12 mars** à 20h

**Cafés citoyens**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

**Samedi 16 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Portrait en studio**

Carmaux – Annexe de la Mairie

**Dimanche 17 mars** de 10h à 18h

**Salon des VDI - journée shopping**

Cagnac-les-Mines - Salle Camp Grand

**Dimanche 17 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : Découverte de Photoshop**

Carmaux – Annexe de la Mairie

**Lundi 18 mars** de 14h à 18h

**Atelier photo : La vitesse, le net et le flou ?**

Carmaux - Annexe de la Mairie

**Mercredi 20 mars** de 15h à 17h30

**Atelier couture à la carte**

Carmaux - Mercerie Des petits boutons

**Vendredi 22 mars** de 20h30 à 21h30

**Un président aurait pu dire tout ça**

Carmaux - Salle Pierre Bérégovoy

**Samedi 23 mars** de 9h à midi

**La cuisine du petit tajine : cours collectifs**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

**Samedi 23 mars**

- de 10h à 10h30 : 2/3 ans

- de 11h à 12h : 7/11 ans

**Cours de yoga enfants et familles**

Monestiés - Mairie de Monestiés

**Samedi 23 mars**

- de 16h à 17h : 7/11 ans

- de 17h30 à 18h : 3/6 ans

**Cours yoga enfants et familles**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

**Samedi 23 mars** de 17h30 à 19h

**Chants traditionnels corses TERRANU**

Le Garric - Eglise Saint Martial de

Pouzounac

**Samedi 23 mars** à 18h30

**1<sup>er</sup> Printemps des arts martiaux de Carmaux**

Carmaux - Salle François Mitterrand

**Samedi 23 et Samedi 30 mars** à 20h30

**Workshop Arts Croisés**

Carmaux - Espace Fluidanse



**Dimanche 24 mars** à 8h30

**Déjeuner aux tripoux et vide greniers**

Jouqueviel

**Dimanche 24 mars** de 14h à 18h

**Loto des écoles de Cagnac les Mines**

Cagnac-les-Mines - Salle Camp Grand

**Samedi 30 mars**

**Carnaval Occitan**

Villeneuve-sur-Vère - place du village

**Samedi 30 mars** de 13h30 à 17h30

**Stage de danses traditionnelles**

Carmaux - Maison de la Citoyenneté

**Samedi 30 mars** de 14h à 17h

**Atelier couture ... confectionnez un  
tablier japonais**

Carmaux - Mercerie Des petits boutons

**Samedi 30 mars** à 15h

**Visite guidée autour de Nicolai Greschny**

Saint-Benoit-de-Carmaux - Eglise

**Samedi 30 mars** de 19h32 à 22h32

**Théâtre atypique conférence burlesque**

Mirandol-Bourgnounac - La Grange et  
L'Étable

**Samedi 30 mars** à 20h

**Election reine St Privat 2019**

Carmaux - Salle François Mitterrand

**Dimanche 31 mars** de 9h à 19h

**Vide Greniers**

Cagnac-les-Mines - Salle Camp Grand

**MARCHÉS :**

**Tous les mercredis** de 8h à 12h

Cagnac-les-mines - Place Emile Grand

**Tous les vendredis** de 8h à 13h

Carmaux - Place Gambetta

**Lundi 25 mars** de 8h à 13h

Mirandol-Bourgnounac - Place du foirail



## OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

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

[www.tourisme-tarn-carmaux.fr](http://www.tourisme-tarn-carmaux.fr)

### POINT D'ACCUEIL TOURISTIQUE DE CARMAUX :

Place Gambetta

**Ouvert :**

- De mi-septembre à mi-juin : du lundi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 17h30,
- De mi-juin à mi-septembre : du lundi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h.  
Le dimanche de 9h à 13h.

**Zoom sur le mois de mars**

Interco'Mag Loisirs édition de septembre 2018 à mars 2019

**Office de tourisme du Ségala tarnais**

2 rue du Gaz 81400 CARMAUX

05 63 43 46 44

Directeur de la publication : Didier SOMEN

Rédaction, conception graphique et mise en page :

Office de tourisme du Ségala Tarnais

*Crédits photo* : Pays de l'Albigeois et des Bastides, 3CS,  
OTST, Jérôme Morel

