

Interco' Mag

Du 1/03/23 au 31/03/23

Loisirs

EN CARMAUSIN-SÉGALA

ANNÉE 2023

Mercredi 1/03/23

Carmaux

> Atelier collectif d'aide au numérique

🕒 10h-12h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Ateliers numériques collectifs pour toutes et tous, animés par la conseillère numérique de la maison du département de Carmaux.

☎ 05 63 76 85 85



Photo de Carmaux

> Atelier peinture à la médiathèque

🕒 10h15-11h45, 14h15-15h45 et

16h-18h 📍 Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Tous les mois, la médiathèque propose aux enfants de dessiner, peindre, créer sous le regard d'un artiste, suivant des thèmes toujours plus imaginatifs et originaux.

Activité destinée aux enfants (1 groupe de 5-7 ans et 2 groupes de 6-12 ans)

☎ 05 63 76 85 85

<https://lamediatheque.carmaux.fr/>



> Atelier aidants et seniors

🕒 14h-17h 📍 La CaSa - Centre Social Intercommunal

€ Gratuit.

Vous aidez au quotidien un proche de plus de 55 ans ? Silver Fourchette vous invite à participer à des actions conviviales et ludiques autour de l'alimentation dans le Carmausin.

☎ 05 63 36 14 40



Jeudi 2/03/23

Carmaux

> Atelier mémoire

🕒 15h-17h 📍 Annexe Mairie

€ Gratuit.

Atelier Mémoire à Carmaux, pour tous les retraités de 60 ans et plus, quel que soit leur régime de protection sociale, soucieux de préserver leur qualité de vie.

www.carmaux.fr



Samedi 4/03/23

Pampelonne

> La Croisée des Artistes

🕒 10h-18h 📍 Aire de La Croix de Mille

€ Gratuit.

Rencontres auteurs, éditeurs, peintres, expos...

☎ 06 09 82 90 46



Mercredi 8/03/23

Carmaux

> Atelier collectif d'aide au numérique

🕒 10h-12h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Ateliers numériques collectifs pour toutes et tous, animés par la conseillère numérique de la maison du département de Carmaux.

☎ 05 63 76 85 85



Photo de Carmaux

OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

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

www.tourisme-tarn-carmaux.fr



Jeudi 9/03/23

Carmaux

> Atelier mémoire

🕒 15h-17h 📍 Annexe Mairie

€ Gratuit.

Atelier Mémoire à Carmaux, pour tous les retraités de 60 ans et plus, quel que soit leur régime de protection sociale, soucieux de préserver leur qualité de vie.

www.carmaux.fr



Du 9/03 au 19/04/23

Carmaux

> Exposition Musée du Verre Nomade

📍 Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Pendant que le Domaine de la Verrerie et son musée se réinventent, le Musée du Verre Nomade vous propose un programme de rencontres « hors les murs » pour découvrir le verre autrement, dans d'autres lieux.

📞 05 63 36 14 03

www.museeverre-tarn.com/



Vendredi 10/03/23

Carmaux

> Jazz Club

🕒 19h 📍 Café Dynamo

€ Gratuit. Gratuit pour le concert sans restauration.

Restauration, mise en bouche musicale : Sur réservation à partir de 19h.

Concert : Entrée libre à partir de 20h30.

📞 06 27 56 12 71



Le Garric

> Théâtre « Dans ma maison vous viendrez d'ailleurs ce n'est pas ma maison »

🕒 20h30 📍 Salle polyvalente Lucie Aubrac

€ Gratuit. 🧑 À partir de 13 ans

Reprenant les poèmes de Jacques Prévert, Lionel Jamon de la Cie Gaf'alu ne laisse pas indifférent. Un spectacle créé d'après le livre « Paroles », de Jacques Prévert : une forme théâtrale épurée faite d'échange poétique et d'une convivialité absolue.

📞 05 63 36 51 00

www.le-garric.fr/



Samedi 11/03/23

Carmaux

> Stage de danses traditionnelles

🕒 14h-17h 📍 Salle Carlos Gardel

€ Tarif unique : 6 €

Le Cercle Occitan vous propose un stage de danses traditionnelles

📞 06 15 80 40 11



Tanus

> Concert de Folk/Blues post-rock avec le Skeleton Band à la Crouzié

🕒 19h - Ouverture des portes à 19h / Début du concert à 21h 📍 La Crouzié

€ Plein tarif : 2 / 12 €

Le Skeleton Band nous invite dans une musique où bruissements, chuchotements et hurlements sont convoqués.

📞 06 69 18 67 86

www.deboutlesyeux.com/



Du 11 au 27/03/23

Montirat

> Printemps des poètes 2023 - Fontières

Animations autour de la poésie dans les villages de Mirandol, Montirat et Saint Christophe.

📞 06 15 76 41 91



Dimanche 12/03/23

Carmaux

> Atelier Yoga Détox

🕒 10h-11h30 📍 Salle Carlos Gardel

💰 Plein tarif : 12 €

Le yoga est fondamentalement détox. Cet atelier allie les mouvements musculaires de contraction et décontraction aux techniques de respiration. Nettoyage de l'organisme garanti, drainage du système lymphatique pour un corps au top.

☎ 06 48 77 32 34

<https://yogaryam.com/>



Espresso

Le Garric

> Spectacle « Le Voyage De Roméo »

- Danse - à partir de 6 ans

📍 Maison de la musique

💰 Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 € 🧑🏻 À partir de 6 ans

Cie Wejna / Jeune public à partir de 6 ans

Cette pièce est le portrait de Roméo, danseur ivoirien fuyant la guerre dans son pays. C'est l'histoire de sa danse qui se transforme au fil du chemin.

☎ 05 63 80 29 01

www.capdecouverte.com/



Espresso

Mardi 14/03/23

Carmaux

> Atelier aromathérapie

🕒 18h30-20h 📍 Café Dynamo

💰 Adulte : 8 €

Découvrir les huiles essentielles et apprendre à les utiliser dans sa vie de tous les jours

☎ 06 14 30 44 67

www.devenir-db.org/



Espresso

> Musique du monde : Tcheka

🕒 20h30-22h 📍 Salle Pierre Bérégovoy

💰 Adulte : 10 € - Enfant : (-12 ans) : 7 €

En toute intimité, laissez-vous porter par Tcheka et ses chansons du Cap-Vert revisitées et teintées de sonorités actuelles !

☎ 05 63 80 22 50



Espresso

Jeudi 16/03/23

Carmaux

> Liens d'histoires à la médiathèque de Carmaux

🕒 9h30-11h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

💰 Gratuit.

Partageons un moment convivial et joyeux, autour de livres et de comptines.

☎ 05 63 76 85 85



> Atelier mémoire

🕒 15h-17h 📍 Annexe Mairie

💰 Gratuit.

Atelier Mémoire à Carmaux, pour tous les retraités de 60 ans et plus, quel que soit leur régime de protection sociale, soucieux de préserver leur qualité de vie.

www.carmaux.fr



Mercredi 15/03/23

Carmaux

> Atelier collectif d'aide au numérique

🕒 10h-12h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

💰 Gratuit.

Ateliers numériques collectifs pour toutes et tous, animés par la conseillère numérique de la maison du département de Carmaux.

☎ 05 63 76 85 85



Espresso

Samedi 18/03/23

Mirandol-Bourgnouac

> Bouquinade « Romans sans frontières », littérature d'ici et d'ailleurs

🕒 10h-12h 📍 Bibliothèque

💰 Gratuit.

Dans le cadre du Printemps des Poètes 2023 sur le thème Frontières, l'association Plumes en Ségala et Mirandolecture organise la première « bouquinade » à la bibliothèque sur le thème Romans sans frontières, littérature d'ici et d'ailleurs

☎ 06 15 76 41 91



Dimanche 19/03/23

Carmaux

> Loto APE Jean Jaurès

📍 Salle Pierre Bérégovoy

Loto à destination des écoles Jean Jaurès de Carmaux.

☎ 06 51 87 53 92



© Carmaux

Mercredi 22/03/23

Carmaux

> Atelier collectif d'aide au numérique

🕒 10h-12h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Ateliers numériques collectifs pour toutes et tous, animés par la conseillère numérique de la maison du département de Carmaux.

☎ 05 63 76 85 85



© Carmaux

Jeudi 23/03/23

Carmaux

> Atelier mémoire

🕒 15h-17h 📍 Annexe Mairie

€ Gratuit.

Atelier Mémoire à Carmaux, pour tous les retraités de 60 ans et plus, quel que soit leur régime de protection sociale, soucieux de préserver leur qualité de vie.

www.carmaux.fr



© Carmaux

Samedi 25/03/23

Carmaux

> Election reine Saint Privat Ségala Carmausin 2023

🕒 19h30 📍 Salle François Mitterrand

€ Plein tarif : 30 € - Tarif réduit : 13 €

Le Cofest propose une soirée cabaret au cours de laquelle la nouvelle reine de St Privat et ses deux dauphines seront élues.

Toutes les jeunes femmes de 15 à 22 ans peuvent concourir

Réservation Point d'Accueil Touristique Carmaux

☎ 05 63 76 76 67

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



© Carmaux

Dimanche 26/03/23

Blaye-les-Mines

> Loto des Eclaireurs de Carmaux

🕒 14h30-20h 📍 Salle Daniel Balavoine

11 € la planche de 6 cartons 13 € la planche de 8 cartons 17 € le forfait de 24 cartons.

Loto « spécial bons d'achats » organisé par les éclaireurs de Carmaux.

☎ 06 31 89 98 86



Le Garric

> Danse « Dansons les Œuvres »

📍 Maison de la musique

€ Gratuit.

Tout public / En partenariat avec l'ADDA du Tarn

Spectacle de fin de stage où les danseurs interprètent des extraits de pièces de répertoire définies à l'avance.

☎ 05 63 80 29 01

www.capdecouverte.com/



© Capdecouverte

Mercredi 29/03/23

Carmaux

> Atelier collectif d'aide au numérique

🕒 10h-12h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Ateliers numériques collectifs pour toutes et tous, animés par la conseillère numérique de la maison du département de Carmaux.

☎ 05 63 76 85 85

> La « ballade » du Conservatoire

🕒 14h-16h 📍 Centre culturel

Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Le Conservatoire de Musique et de Danse du Tarn s'invite à la médiathèque

☎ 05 63 76 85 85 - 07 86 91 30 34



© Carmaux



© Conservatoire de Musique et de Danse du Tarn

> Heure du livre et du conte

🕒 16h-17h 📍 Centre culturel
Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit. 👤 De 3 à 7 ans

*Le rendez-vous mensuel des petits
amateurs de livres.*

☎ 05 63 76 85 85

<https://lamediatheque.carmaux.fr/>



Jeudi 30/03/23

Carmaux

> Atelier mémoire

🕒 15h-17h 📍 Annexe Mairie

€ Gratuit.

*Atelier Mémoire à Carmaux, pour tous les
retraités de 60 ans et plus, quel que soit
leur régime de protection sociale, soucieux de préserver leur
qualité de vie.*

www.carmaux.fr



Vendredi 31/03/23

Valderriès

> Conte « Arbres voyageurs, hommes
enracinés »

🕒 20h30-22h 📍 Salle Multifonction - sous
le restaurant

€ Gratuit.

*Une grappe de contes pour célébrer les arbres,
la sève, les bourgeons, la vie. Par Clément Riot, conteur. Tous
publics à partir de 8 ans.*

☎ 05 63 56 49 71



Du 31/03 au 2/04/23

Carmaux

> Festival Les seconds rôles au
premier plan

📍 Clap' Ciné

€ Plein tarif : 7.9 € - Tarif réduit : 4.9 /
6.5 €

*Clap Actions présente le festival « les seconds rôles au premier
plan ».*

www.cinemas-carmaux.fr/festivals/



**> A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...
... 11/03/23**

Carmaux

> Exposition « Une histoire de
femmes et de bois ».

🕒 9h30-12h et 14h-17h30 lundi, mardi,
mercredi, jeudi, vendredi, samedi,
dimanche. 📍 Point d'Accueil Touristique
de Carmaux

€ Gratuit.

*Dans le cadre de la journée de la femme venez découvrir une
exposition minimaliste qui rend hommage au travail de
femmes "graveuses" sur bois et artistes*

☎ 05 63 76 76 67

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



... 9/06/23

Carmaux

> Entraide généalogique

🕒 14h-17h deuxième vendredi du mois
📍 Salle des archives

€ Gratuit.

*L'association entraide généalogique du
Midi Toulousain se propose d'aider les généalogistes amateurs
un vendredi après-midi par mois aux archives municipales de
Carmaux.*

☎ 05 63 76 09 75

www.carmaux.fr



... 31/12/23

Mirandol-Bournounac

> Marché

🕒 8h-13h quatrième lundi du mois
📍 Place du foirail

€ Gratuit.

*Marché de Mirandol se déroulant le 4ème
lundi du mois.*

☎ 05 63 76 90 11



... 31/12/23

Tanus

> Marché

🕒 8h-13h troisième mardi du mois

📍 Place de l'Église

🆓 Gratuit.

En plus des produits du terroir proposés par les producteurs locaux, vous aurez la possibilité de savourer de la tête de veau.

☎ 05 63 76 36 79

<http://ville-tanus.fr/>



DIFP/M. Magnien/CC-BY-NC-SA

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Monestiés

Du 23/01 au 17/07/23

> Cours collectifs de Hatha Yoga à Canitrot

🕒 18h30-19h45 lundi 📍 Salle des fêtes de Canitrot

💰 Plein tarif : 18 € - Tarif réduit : 15 €

*Cours de Hatha Yoga pour adultes
Le lundi de 18h30 à 19h45.*

☎ 06 84 29 20 94

<https://yoga-pour-soi.fr/>



Eugénie Puyol

TOUS LES MARDIS

Monestiés

Du 6/09/22 au 29/06/23

> Taiji Quan et Qi Gong traditionnel - École Fa Taiji

🕒 Mardi : 18h30-19h30 : Qi Gong et Méditation 19h45-20h45 : Taiji Quan style Yang Jeudi : 18h30-19h30 : Taiji Quan style chen 19h45-20h45 : Qi Gong, relaxation et Méditation 📍 Centre de Ressourcement Énergétique de Maraval

150 € / 1 cours par semaine à l'année 250 € / 2 cours par semaine à l'année 300 € / 4 cours par semaine à l'année .

Venez découvrir le Qi Gong (art de bien-être et de santé), & le Taiji Quan (art martial interne, super Qi Gong), ainsi que la relaxation et la méditation, dans un cadre naturel préservé, près du lac de la Roucarié.

☎ 06 06 49 87 22



Blaise S. Bai

<https://davidboudaille.wixsite.com/taijiquan-et-qigong>

TOUS LES MERCREDIS

Cagnac-les-Mines

Toute l'année

> Marché hebdomadaire

🕒 8h-12h mercredi De 8h à 12h 📍 Place Emile Grand

🆓 Gratuit.

Marché hebdomadaire de Cagnac-les-mines.

☎ 05 63 53 73 00

www.cagnac-les-mines.fr/default/



Carmaux-Mars

TOUS LES JEUDIS

Monestiés

Du 6/09/22 au 29/06/23

> Taiji Quan et Qi Gong traditionnel - École Fa Taiji

🕒 Mardi : 18h30-19h30 : Qi Gong et Méditation 19h45-20h45 : Taiji Quan style Yang Jeudi : 18h30-19h30 : Taiji Quan style chen 19h45-20h45 : Qi Gong, relaxation et Méditation 📍 Centre de Ressourcement Énergétique de Maraval

150 € / 1 cours par semaine à l'année 250 € / 2 cours par semaine à l'année 300 € / 4 cours par semaine à l'année .

Venez découvrir le Qi Gong (art de bien-être et de santé), & le Taiji Quan (art martial interne, super Qi Gong), ainsi que la relaxation et la méditation, dans un cadre naturel préservé, près du lac de la Roucarié.

☎ 06 06 49 87 22

<https://davidboudaille.wixsite.com/taijiquan-et-qigong>



Blaise S. Bai

TOUS LES VENDREDIS

Carmaux

Toute l'année

> Marché hebdomadaire Carmaux

🕒 8h-13h vendredi 📍 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



C. Mars