



AGENDA

FÊTES & MANIFESTATIONS...

Mardi 01 avril > Mercredi 30 avril
2025

Au fil des jours...

Festivals, Balades, Ateliers,
Compétitions, Dégustations,
Concert... ..

PERCUSSIONS CORPORELLES AZILLANET

le 03/04/2025
Stage / Atelier



Susanne propose des ateliers de percussions corporelles, pour vibrer en rythme et en joie. Musiques, explorations et aventures à partir de vous même, tout entier !

7 Rue du Couvent
+33 7 86 30 99 46
info@homeofresonance.com

 de 19h00 à 20h30

LES JEUDIS JEUX AZILLANET

le 03/04/2025
Jeu, concours



Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent
+33 6 52 54 06 24
lecouvent@protonmail.com

 de 20h00 à 23h00

JOURNÉES EUROPÉENNES DES MÉTIERS D'ART - L'ATELIER DU VERRE MOUSSELINE

du 04/04/2025 au 06/04/2025
Portes ouvertes



Explication sur la démarche conservatoire et muséographique de l'atelier
Programmation dédiée jeune public Atelier de fabrication de pochoirs.
jeu autour de la découverte des verres mousselines.

2 Rue des Acacias
+33 4 68 91 34 45
verrierie-mousseline.org

 de 10h00 à 13h00-de 14h00 à 18h00

AUX PREMIÈRES LUEURS...

le 05/04/2025

Randonnée, balade



Balade à l'aube sur le scintillant massif du Caroux sur les traces du célèbre mouflon !

Avenue du Champ des horts
33 (0)4 67 97 88 00
www.cebenna.org

 07h30

Tarifs : Enf : 5 €-de 6 à 13 ans, Ad 10 €, Tarif abonné : 4 € - 7 €-Enfant et adultes adhérents

CAROUX À BLOC

MONS-LA-TRIVALLE

le 05/04/2025

Démonstration Sportive



Deuxième rencontre d'escalade "CAROUX à BLOC" dans les gorges d'Héric sur la commune de Mons-la-Trivalle.

Gorges d'Héric
+33 4 67 97 71 70
www.carouxmontagne.com/

 10h00

BRADERIE DE 4700 LIVRES

AGEL

le 05/04/2025

Braderie



Grande braderie de 4700 livres au profit de la médiathèque et de l'école d'Agel.

Médiathèque

 de 10h00 à 18h00

ATELIER FENG SHUI

COLOMBIÈRES-SUR-ORB

le 05/04/2025

Stage / Atelier

du Feng-Shui pour harmoniser votre intérieur et favoriser votre bien-être. 🍀

Animé par **Pauline Bru**, consultante Feng-Shui et architecte d'intérieur.

Initiez vous à l'art traditionnel du Fend-Shui pour favoriser votre bien être intérieur.

80 Chemin des Gorges
+33 4 48 26 00 85



L'arbre à Palabres

 14h30

Tarifs : Plein tarif-Participation Libre

AU CHOEUR DES CHAPELLES

SAINT-VINCENT-D'OLARGUES

le 05/04/2025

Concert

de Saint Vincent d'Olargues



Eric Noyer

Chanter avec l'esprit du lieu, chorale sous la direction d'Éric Noyer
Buvette associative à l'issue du concert.

+33 4 50 37 34 99

🕒 16h30

Tarifs : Plein tarif-Participation libre

ATELIERS D'ÉCRITURE

SAINT-ETIENNE-D'ALBAGNAN

le 10/04/2025

Stage / Atelier



Vous aimez écrire? Vous avez envie de partager vos histoires, vos idées,
et de les transformer en récits captivants?

Place de l'Église
+33 6 17 66 84 65
atelier.ecriture@avanturfu.org

🕒 de 18h00 à 20h00

LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 10/04/2025

Jeu, concours



Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent
+33 6 52 54 06 24
lecouvent@protonmail.com

🕒 de 20h00 à 23h00

PAÏ'SAN

FELINES-MINERVOIS

le 12/04/2025

Marché, Spectacle



Une année de plus avec notre fameuse journée du marché Paï'san ! Nous
vous retrouvons le samedi 12 avril avec de nombreuses activités tout au
long de la journée, ainsi qu'une restauration sur place.

+33 4 68 91 41 70 - +33 6 78 72 61 32

🕒 19h30-de 09h00 à 18h00

ATELIER FABRICATION : MUSIQUE VERTE

OLARGUES

le 16/04/2025

Stage / Atelier



Transformons les plantes autour de nous et offrons un concert de sons et de mélodies à Dame nature ! Place à la musique verte ! Matériel fourni. Inscription obligatoire, places limitées.

Avenue du Champ des Horts
+33 4 67 97 88 00
cebenna@cebenna.org
www.cebenna.org

 de 14h00 à 16h00

Tarifs : Enf : 7 €, Ad 12 €, Tarif abonné : 5 € - 8 €- Adhérent : 8€ adulte, 5€ enfant

ATELIER FABRICATON : IMPRESSIONS VÉGÉTALES

OLARGUES

le 17/04/2025

Stage / Atelier



Les plantes sont une source inépuisable de créativité. L'impression végétale, consiste à réaliser une impression sur un tissu en martelant des végétaux fraîchement cueillis.

Avenue du Champ des Horts
+33 4 67 97 88 00
cebenna@cebenna.org
www.cebenna.org

 de 18h00 à 20h00

Tarifs : Enf : 7 €, Ad 12 €, Tarif abonné : 5 € - 8 €

PERCUSSIONS CORPORELLES

AZILLANET

le 17/04/2025

Stage / Atelier

PERCUSSIONS CORPORELLES
SUR DES RYTHMES DE DIFFÉRENTES CULTURES,
NOUS MÉLANGEONS VOIX ET PERCUSSIONS
CORPORELLES

Le Couvent
7 Rue du Couvent
Azillanet

Adultes et ados: 19:00 - 20:30

40 € par trimestre

à partir de
9 janvier
2025

©Le Couvent - Azillanet

Susanne propose des ateliers de percussions corporelles, pour vibrer en rythme et en joie. Musiques, explorations et aventures à partir de vous même, tout entier !

7 Rue du Couvent
+33 7 86 30 99 46
info@homeofresonance.com

 de 19h00 à 20h30

LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 17/04/2025

Jeu, concours



LES JEUDI JEUX DU COUVENT
AU CAFE/ASSO D'AZILLANET

Tous les jeudis à partir
de 20h

CARTES, JEUX DE SOCIÉTÉ,
ÉCHECS...

BAR OUVERT

©Le Couvent - Azillanet

Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent
+33 6 52 54 06 24
lecouvent@protonmail.com

 de 20h00 à 23h00

CHASSE AUX OEUFS

COURNIOU

du 20/04/2025 au 21/04/2025

Evènement jeune public



Les cloches de Pâques se sont un peu perdues et ont caché leurs œufs sous terre ! Aidez-nous à les retrouver dans la Grotte. Réservation obligatoire. 3 départs dans la journée

Courniou
+33 4 67 97 03 24
grottedeladeveze@orange.fr

Maëwenn

RALLYE NATURE : LA NATURE EN ÉNIGMES !

MONS-LA-TRIVALLE

le 23/04/2025

Rallye



Un parcours semé d'épreuves et d'énigmes vous attend. Observez, cherchez, creusez-vous les méninges... Et tentez l'aventure : partez sur les traces d'une faune étonnante !

Camping le CLAPS
+33 4 67 97 88 00
cebenna@cebenna.org
www.cebenna.org/

K.SULTER

🕒 de 14h30 à 17h00

Tarifs : Enf : 5 €- Enfant 6-12 ans, Ad 10 €, Tarif abonné : 4 € - 7 €

FABRIQUE TON SAVON !

OLARGUES

le 24/04/2025

Atelier de formation



Vous avez toujours voulu tenter la fabrication de savons sans jamais avoir osé vous lancer ! Et si vous passiez le pas !

Avenue du Champ des Horts
33 (0)4 67 97 88 00
www.cebenna.org

K.SULTER

🕒 18h00

Tarifs : Ad 15 €, Tarif abonné : à partir de 12 €, Réd : 11 €- Ado 13-18 ans

LES JEUDIS JEUX

AZILLANET

le 24/04/2025

Jeu, concours



Les jeudi jeux du couvent Au cafe Associatif du Foyer rural d'Azillanet

7 Rue du Couvent
+33 6 52 54 06 24
lecouvent@protonmail.com

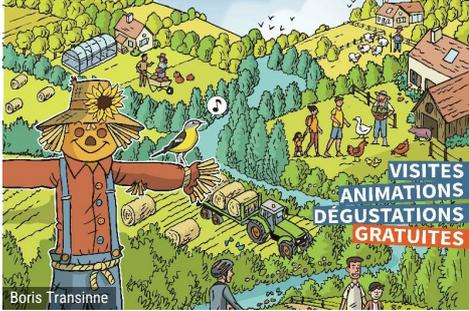
©Le Couvent - Azillanet

🕒 de 20h00 à 23h00

DE FERME EN FERME SAINT-PONS-DE-THOMIERES

du 26/04/2025 au 27/04/2025

Portes ouvertes



En 2025, au-delà des parcours pédagogiques sur l'agriculture durable, les productrices-teurs proposeront au grand public diverses animations invitant à se questionner sur notre rapport à l'eau.

+33 4 67 95 36 63
www.defermeenferme.com/

BALADE CUEILLETTE : SAVEURS SAUVAGES ! OLARGUES

le 26/04/2025

Randonnée, balade



C'est le printemps, libérez le botaniste qui sommeille en vous !

Avenue du Champ des Horts
+33 4 67 97 88 00
cebenna@cebenna.org
www.cebenna.org

 de 09h30 à 13h30

Tarifs : Enf : 8 €, Ad 14 €, Tarif abonné : 5 € - 10 €

TROC DE MOTS AZILLANET

le 30/04/2025

Conte / Lecture

TROC DE MOTS

Soirée poétique

à 20h au Couvent d'Azillane



Le foyer rural propose ses soirées "Troc de mots", une soirée poétique tous les derniers mercredis du mois

7 Rue du Couvent
+33 6 83 12 97 86

Expositions

Découvrez des mondes artistiques captivants et laissez-vous emporter...

du 15/03/2025 au 08/04/2025

EXPO LES JEUNES ARTISTES

OLONZAC



L'exposition Jeunes Artistes de cette année au Coin d'Art, ouvre ses portes le samedi 15 mars !!! Nous avons été submergés par l'incroyable richesse de nos jeunes talents.

23 Grand Rue
lecoindart@gmail.com

🕒 de 09h30 à 12h00-
de 17h00 à 19h00

le 12/04/2025

LA POÉSIE VOLCANIQUE

PREMIAN



Ateliers d'écriture avec Hélène Tallon (Poésie) et Marieke Hazard (Haiku), places limitées, inscription recommandée

4 Place Amans
+33 4 67 97 22 06
aufildesarts.com

🕒 13h30

Tarifs : Ad 0-participation libre

du 24/04/2025 au 23/05/2025

EXPOSITION MEICHELUS

FELINES-MINERVOIS



Le Grand Café Occitan de Félines-Minervois accueillera le vernissage d'une exposition singulière : une vingtaine d'œuvres originales de Michel Foucher, alias Meichelus.

7 Rue de l'Occitanie
l-amagie.com, grandcafeoccitan.com



Partez à la découverte des bestioles des jardins, vers de terre, insectes, araignées, oiseaux, hérissons... à travers ateliers, observations jeux...

Avenue du Champ des Horts
33 (0)4 67 97 88 00
www.cebenna.org

Tarifs : Tarif enfant : 5 € - 7 €, Ad 12 €, Tarif abonné : à partir de 8 €

Stage & Ateliers...

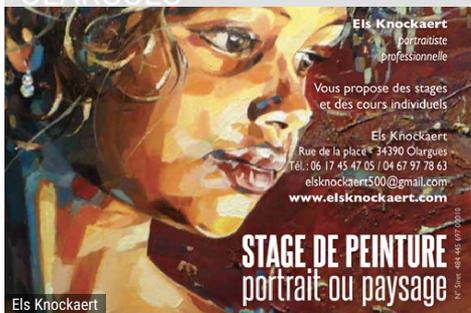
Explorez votre créativité....

STAGES DE DESSIN ET PEINTURE, PORTRAIT

OLARGUES

du 17/04/2025 au 18/04/2025

Stage/Atelier



Découvrez le plaisir de peindre le portrait avec Els Knockaert à Olargues.

Rue de la Place
+33 4 67 97 78 63 - +33 6 17 45 47 05
elsknockaert500@gmail.com
elsknockaert.com/fr/

 de 09h30 à 17h30



Les marchés permanents

Les heures de début et de fin de marché peuvent varier en fonction de la météo et de la saison. Des annulations sont possibles pour diverses causes : mauvais temps, grèves, etc.

Le mardi:

Olonzac, de 7h à 13h.

Le mercredi :

Saint-Pons-de-Thomières, de 8h à 13h.

Le jeudi :

Mons la Trivalle, de 8h à 13h.

Le vendredi :

Roquebrun, de 8h à 13h.

Le samedi :

Oupia, de 9h à 12h.

Félines-Minervoises, de 8h à 13h.

Le dimanche:

Olargues, de 8h à 13h

Saint Julien, de 7h à 12h.

Saint-Pons-de-Thomières, de 9h à 12h.



Les marchés court-circuits

Circuits courts 34 - Agel :

Le jeudi de 17h à 19h, tous les 15 jours.

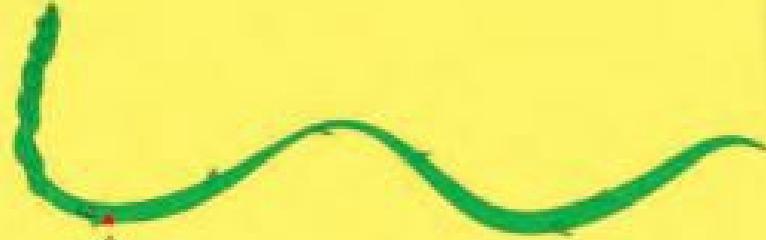
Plus d'info : circuits.courts34@gmail.com



L'asPerge sauvage, DOMPTEZ-LA!



Alors les filles...
on se sent un >
peu à l'étroit ?



#PARTAGEZURECETTE
L'Espergote, gersutz-la!



OMELETTE AUX ASPERGES SAUVAGES

Molèta d'aspergotes salvatges

INGREDIENTS

4 ↓

- 8 œufs
- Une botte d'asperges
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Attention :

Faites toujours vérifier votre coquillette par un pharmacien!

- 8 ous

- 1 paquet d'asperges
- Huile d'olive
- Sel e poivre

Conseils :

Podetz far verificar vòstra coquilda per un(a) farmaciari(a)

Cruës, cuites, en vinaigrette, avec des pâtes... Les asperges sauvages se cuisinent selon vos envies et votre créativité!

PRÉPARATION

1. Laver (lavar) les asperges.
2. Ôter (tallar) les parties dures des extrémités.
3. Faire revenir (far revenir) dans une poêle les asperges dans un peu d'huile d'olive 5 min à 8 min. Puis couvrez (cobrir) 5 min supplémentaires. Les asperges doivent être tendres mais croquantes.
4. Battre (batre) les œufs dans un récipient et les assaisonner (sazonar).
5. Verser (escampar) les œufs sur les asperges dans votre poêle.
6. Laisser cuire à votre convenance.

A savoir : Dans certaines régions, le Tamarit (tamari comuna) est également appelé asperge sauvage. Mais il ne s'agit pas de la véritable asperge sauvage. Même si les jeunes pousses (espèrtes) de celui-ci peuvent aussi être consommées.

© 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100



NOS BUREAUX D'INFORMATIONS TOURISTIQUES :

MINERVE

Place du Monument aux Morts

Mercredi, Vendredi et Samedi
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

MONS LA TRIVALLE

Avenue de la Gare

Mardi, Vendredi et Samedi
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

ST PONS DE THOMIERES

2 place du Foirail

Mercredi, Vendredi et Samedi
de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

Chaque accueil est ouvert 3 jours par semaine.

Nous restons disponibles
par téléphone, via messenger ou via le chat en ligne



OFFICE DE TOURISME DU MINERVOIS AU CAROUX

Tél : 04 67 97 06 65

mail : tourisme@minervois-caroux.com

www.minervois-caroux.com

#SOYEZNATURE
#DUMINERVOISAU CAROUX