

**Du 19/08/23 au 27/08/23**

## Samedi 19/08/23

### Augirein

> Méditation végétale au Clos des arômes

🕒 14h-18h 📍 Association Edaphon

💶 Tarif unique : 25 €

*Le végétal vous connecte à son tempo cet été*

*Découverte du jardin synergétique et méditations végétales au jardin  
Infos et Réservations : Sébastien : 06 85 53 38 52 Anne-Christine : 06 73 92 87 13*

☎ 06 85 53 38 52

> Le végétal vous connecte à son tempo cet été

🕒 14h-18h 📍 Le Clos des Arômes

💶 Tarif unique : 25 €

*Anne -Christine vous proposera des temps de méditations avec le végétal dans le jardin*

☎ 06 85 53 38 52 - 06 73 92 87 13

### Bonac-Irazein

> Que Tengo

🕒 21h 📍 Le Relais Montagnard

Tarif unique : Prix libre.

*Afro-Rumba et Musiques Latines*

☎ 07 68 90 78 96

<https://autruche-volante.org/>

### Bousсенac

> Festival Les Essentiel.le.s de Bousсенac : Espies

🕒 10h 📍 Hameau Espies

💶 Plein tarif : 10 €

*Samedi 19 août à Espies*

*Les réservations se font par mail pour tous les ateliers et/ou spectacle*

☎ 06 20 62 46 02 - 05 81 49 09 59

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

> Spectacle mime-théâtre « Un autre monde pour Christina »

🕒 17h15-18h45 📍 Hameau Espies

💶 Tarif unique : 10 €

*Loula Delgado vous propose un spectacle mime-théâtre*

*« Je déteste le monde dans lequel nous vivons ! L'argent gouverne tout !... »*

☎ 06 20 62 46 02 - 05 81 49 09 59

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

> Bal trad et Soirée sous les étoiles

🕒 20h15 📍 Hameau Espies

💶 Participation libre.

*\* 20h15 Bal trad avec MASSAT TRAD*

*\* 22h00 soirée sous les étoiles avec Jimmy Solei : observation, contes mythologiques, initiation astronomie*

☎ 06 20 62 46 02 - 05 81 49 09 59

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

> Observation du ciel et contes sur les constellations

🕒 22h-0h 📍 Place d'Espies

💶 Adulte : 8 € - Enfant : (10 ans) : 5 € 🧑 À partir de 8 ans

*Sensibilisation à l'astronomie agrémentée de contes et légendes de la mythologie du ciel, à partir des astres présents ce soir-là avec JIMMY SOLEI*

*Sur inscription*

☎ 0561969470

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

### Castillon-en-Couserans

> visite de la Mine de Bentaillou

🕒 8h

💶 Adulte : 33 € - Enfant : 27 € 🧑 À partir de 7 ans

*Aurélien se fera le plaisir de partager avec vous sa passion de l'histoire des anciennes mines de son pays : la mine de Bentaillou.*

☎ 06 02 35 81 41

<https://dahu-ariegeois.fr/>

### Ercé

> Patois, Gascon, Occitan, que parlons-nous

🕒 20h30-22h30 📍 Salle du Conseil municipal

*Les Amis d'Aulus et de la Vallée du Garbet vous invitent à une soirée contée proposée par l'association Eth Ostau Comengés.*

☎ 06 42 54 95 39

### Saint-Girons

> Récital de piano

🕒 18h30 📍 Salle Max Linder

💶 Plein tarif : 15 € - Tarif réduit : 12 €

*Récital de piano Philippe Alègre*

*Répertoire classique pour piano : Beethoven, Chopin, Schubert ...*

☎ 05 61 04 03 21

[www.ville-st-girons.fr/](http://www.ville-st-girons.fr/)

## Sainte-Croix-Volvestre

### > Olivier Samouillan invite Zarina Prvasevda

🕒 21h30 📍 Café restaurant Le Poulpe du Lac

€ Participation libre.

Olivier Samouillan, poly-instrumentiste et compositeur cruxéen invite une des plus grande voix actuelle de musiques traditionnelles des Balkans, Zarina Prvasevda.

☎ 05 61 04 01 10

## Seix

### > Randonnée Nature Couserando - Oiseaux des cimes

🕒 9h-17h 📍 Place de l'Allée

€ Adulte : 30 € - Enfant : (7-12 ans) : 20 € 🧑 À partir de 7 ans

Une journée en randonnée facile à moyenne pour observer les oiseaux emblématiques de la montagne

☎ 06 07 41 99 90

[www.couserando.fr/](http://www.couserando.fr/)

### > Concert Chant Choral

🕒 18h30 📍 Eglise Saint Etienne à Seix

€ Tarif unique : 12 €

Concert en l'église Saint Etienne sous la direction de Christian Pariot, Les œuvres de Brahms, Fauré, Offenbach, Castelnuovo-Tedesco, Rutter seront interprétées par un groupe de 50 choristes.

<https://chapelle-seix.jimdofree.com/>

## Soueix-Rogalle

### > Découverte des Pyrénées

🕒 20h45 📍 Village de vacances les 4 Chemins

€ Entrée libre.

Projection interactive : Découverte des Pyrénées autour du GR10

☎ 05 61 66 91 08

[www.vv-les4chemins.fr/](http://www.vv-les4chemins.fr/)

## Dimanche 20/08/23

## Bousсенac

### > Festival Les Essentiel.le.s de Bousсенac : Col de Port

🕒 12h 📍 Col de Port

€ Participation libre. "tarif libre et conscient" pour les jeux, ateliers, balades, ...

Dimanche 20 août au col de Port  
Le programme de la journée

☎ 06 20 62 46 02 - 05 81 49 09 59

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

### > Observation des anneaux de Saturne et du ciel nocturne et légendes du ciel

🕒 22h-0h30 📍 Col de port

€ Adulte : 8 € - Enfant : (10 ans) : 5 € 🧑 À partir de 8 ans

Sous les étoiles et les planètes observables, vous regarderez Saturne et Jupiter au télescope accompagné par les mots d'un conteur galactique, et vous réaliserez quelle est notre place dans l'Univers... avec JIMMY SOLEÏ

Sur inscription

☎ 0561969470

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

## Engomer

### > Accueil et Dégustation au Moulin Gourmand

🕒 10h-11h 📍 SARL Le Moulin Gourmand

€ Gratuit.

Accueil et dégustation gratuite : millas, fromage de Bethmale et gâteau de Brousse.

Présentation des visites possibles de la fromagerie, le restaurant, les produits vendus en boutique.

☎ 05 61 96 83 38

[www.moulin-gourmand.fr/](http://www.moulin-gourmand.fr/)

## Oust

### > Vide grenier

🕒 7h-17h 📍 Place du village

€ Accès libre.

Traditionnel vide grenier du village d'Oust pendant la fête foraine.

☎ 06 07 13 80 64

## Saint-Girons

### > Randonnée naturaliste

🕒 7h 📍 Les accompagnateurs en montagne du Couserans

€ Adulte : 31 € - Enfant : (7-13 ans) : 16 €

Lors de ces journées, vous partirez avec un accompagnateur en montagne à la découverte des rapaces des montagnes du Couserans : Gypaète barbu, Aigle royal, Vautour fauve, et bien d'autres...

Les tarifs sont donnés pour un groupe de 4 personnes minimum.

☎ 06 48 67 03 89

[www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/](http://www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/)

### > La voix du spectacle

🕒 16h 📍 Ancienne école du Sacré Cœur

€ Participation libre.

La voix du spectacle présente sa nouvelle pièce de théâtre : Histoires de Femmes

Extraits de scènes et de sketches et mis en scène par Marie-Pierre

☎ 06 13 38 38 98

## Saint-Lizier

### > Festival Les Grands Rendez-Vous de Marie Cantagrill

🕒 17h30-19h 📍 Cathédrale Saint-Lizier

💶 Plein tarif : 15 € - Tarif réduit : 12 €

*C'est 4 concerts prestigieux qui vont faire battre le cœur du public dans la belle cathédrale Saint-Lizier : Violon-Piano, Récital d'une chanteuse contralto avec piano, Trio de cordes et Violon soliste avec Quintette de l'OCA !*

📞 06 83 58 49 08 - 06 88 18 76 84  
[www.mariecantagrill.fr](http://www.mariecantagrill.fr)

## Soueix-Rogalle

### > Salon du livre et de la BD

🕒 10h-18h 📍 Halle Justin Clanet

💶 Accès libre.

*8ème festival du livre et de la BD avec de nombreux auteurs sous la halle de Soueix*

📞 05 61 66 85 85 - 06 31 36 63 93

## Lundi 21/08/23

### Seix

#### > Xavier Brau un "explorateur expert" en Asie du Sud-Est au XIXème siècle

🕒 16h 📍 Salle de Cinéma - Les Rives du Haut-Salat

💶 Entrée libre.

*Conférence par A. GUERREIRO (IRASIA, CNRS-Aix Marseille Université)*

*François-Xavier Brau de Saint-Pol Lias (1840 - 1914), né à Seix en Ariège, passionné de géographie, se rend lors de 3 expéditions successives à Java, Sumatra et en Péninsule Indochinoise*

📞 05 61 66 83 55 - 06 43 59 05 96  
<https://seix.fr/>

#### > Conférence par Monsieur Antonio GUERREIRO

🕒 16h 📍 Salle de Cinéma - Les Rives du Haut-Salat

💶 Entrée libre.

*INVITATION le lundi 21 août à 16 heures cinéma de Seix (Le Rive Gauche) à la conférence par Monsieur Antonio GUERREIRO, anthropologue à l'Institut de Recherche Asiatiques (Irasia), chargé de recherches CNRS Aix - Marseille Université*

📞 05 61 66 83 55  
<https://seix.fr/>

## Du 21 au 23/08/23

### Seix

#### > Seix'n co

📍 Parc du Campot

💶 Gratuit.

*Concerts et spectacles dans les rues du village*

📞 07 83 68 36 77

## Mardi 22/08/23

### Bousenac

#### > Stage de cuisine sauvage

🕒 9h-14h 📍 Le Champ des Possibles

💶 Tarif unique : 25 €

*Découverte de la gastronomie sauvage.*

*Une demi-journée pour apprendre à reconnaître les plantes sauvages et les cuisiner + Dégustation des plats préparés ensemble.*

📞 06 79 19 34 91  
<https://champdespossibles.fr/>

### Saint-Girons

#### > Observation Bouquetins

🕒 9h 📍 Office de Tourisme Couserans Pyrénées

💶 Tarifs non communiqués.

*Au travers d'une randonnée, apprenez à mieux comprendre le bouquetin, son histoire et son mode de vie dans son habitat naturel avec Doriane notre accompagnateur en montagne.*

📞 09 66 90 88 80 - 06 83 99 94 96

#### > Sur les traces des bouquetins

🕒 9h 📍 Office de Tourisme Couserans Pyrénées

💶 Adulte : 15 € - Enfant : 10 € 🧒 À partir de 6 ans

*Découvrez l'histoire du bouquetin dans les Pyrénées ariégeoises, de l'abondance à l'extinction, puis à la renaissance !*

*Cirque de Gérard (Ustou)*

📞 06 83 99 94 96

### Saint-Lary

#### > Concert "Plutôt guitare"

🕒 19h30 📍 SAS EPICERIE DU COURDET

Menu : 29,00 € Entrée - Plat - Fromage - Dessert.

*Soirées "Musicales / Grillades" de l'été 2023*

*Rumba Flamenca Latino  
Duo guitares et chants  
Thierry et Gaëlle*

*Repas concert*

📞 05 61 66 90 41

### Saint-Lizier

#### > Lectures au jardin

🕒 17h 📍 Les Jardins de l'Hôtel Dieu

💶 Gratuit.

*La médiathèque de SAINT-LIZIER propose des lectures-goûters !*

📞 05 61 66 15 47  
<https://bibliotheques.couserans-pyrenees.fr/>

## Seix

### > Marché Nocturne et Gourmand

🕒 17h-22h 📍 Place de l'allée

€ Accès libre.

Marché Gourmand et animation musicale  
Artisanat et produits locaux

☎ 05 61 66 83 55

<https://seix.fr/>

### > Balade - Découverte de la vie d'un cours d'eau

📍 Village de Seix

€ Gratuit.

Partez à la découverte de la vie d'un cours d'eau avec l'animateur de la  
Fédération de pêche.

sur réservation - remplir le formulaire de réservation en ligne ou appelez  
l'office de tourisme

☎ 05 61 96 26 60

## Mercredi 23/08/23

## Saint-Girons

### > Café signé

🕒 18h-20h 📍 Patate 2000 - Café associatif

€ Accès libre.

On apprend/ pratique la Langue des Signes Française (LSF). Ouvert à  
toutes !

☎ 06 29 78 08 70

## Seix

### > Musique au Cos

🕒 16h-17h30 - + Preamble 11h au campot, Village de Seix 📍 Sommet  
du Cos

€ Gratuit.

Suivez les chemins de randonnée de Seix ou d'Aunac pour assister au  
concert en plein air au sommet du Cos.

Drôles de comparses (folklore imaginaire) : Pascal Sansas (trompette),  
Virgile Goller (accordéon & composition), Nazim Moulay (percussions)

☎ 06 15 43 74 24

## Jeudi 24/08/23

## Castillon-en-Couserans

### > ESCAPADE VTT & YOGA

🕒 9h-13h 📍 Escapade

Location VTT à assistance électrique + accompagnement + cours de  
Yoga = 63€ Si tu as ton propre VTT à assistance électrique, tu peux  
aussi te joindre à nous : accompagnement + cours de Yoga = 25€.

Teddy de ESCAPADE et Aurélie de SEEMOON YOGA te donnent  
rendez-vous en juillet et août tous les jeudis de 9h00 à 13h00 pour une  
virée en VTT à assistance électrique et un cours de Yoga dans un super  
spot avec vue privilégiée sur les Pyrénées Ariégeoises.

☎ 07 84 81 33 36

[www.seemoonyoga.com/contact-escapade-vttyoga](http://www.seemoonyoga.com/contact-escapade-vttyoga)

### > Sortie coucher de soleil

🕒 18h30-22h 📍 magasin ESCAPADE

€ Tarif unique : 45 €

Sortie en VTT à assistance électrique accompagnée. Arrivée sur un spot  
sur les hauteurs du Castillonnois pour profiter du magnifique coucher  
de soleil que nous offre les Pyrénées.

☎ 07 84 81 33 36

[www.escapade09.fr](http://www.escapade09.fr)

## Oust

### > Visite guidée de l'église romane de VIC D'OUST

🕒 15h 📍 Eglise Notre Dame de Vic

€ Adulte : 7 € - Enfant : (6-15 ans) : 3 € 🧑 À partir de 6 ans

Venez découvrir la plus grande église romane du Haut Couserans avec  
ses magnifiques peintures et son plan basilical unique dans la région.

☎ 0768694843

## Saint-Girons

### > Jeu/découverte guidé

🕒 17h 📍 Office de Tourisme Couserans Pyrénées

€ Adulte : 10 € - Enfant : (6-15 ans) : 6 € 🧑 À partir de 6 ans

Découvrez Saint-Girons en famille ou entre amis lors d'un rallye - photo  
dans le centre historique. Observation, déduction et réflexion seront au  
rendez-vous pour résoudre les défis, questions et énigmes.

☎ 0768694843

## Du 24 au 27/08/23

## Taurignan-Vieux

### > Master Class de violon avec Marie Cantagrill

📍 Musique et Partage en Couserans

€ Enfant : (-12 ans) : 400 € - Adolescent : 550 €

Une opportunité de travailler avec une violoniste d'exception, dans des  
cadres ressourçants et apaisants, entouré(e) d'une équipe de musiciens  
professionnels investis.

Concert en fin de stage

☎ 06 83 58 49 08 - 05 61 01 85 39

[www.mariecantagrill.fr/](http://www.mariecantagrill.fr/)

## Vendredi 25/08/23

## Ercé

### > Pipit Farlouse

🕒 21h30-23h30 📍 L'Auberge des 7 Familles

€ Entrée libre.

Musiques traditionnelles d'ici et là

☎ 0561046118

## La Bastide-de-Sérou

### > Jeu/découverte guidé

🕒 10h 📍 Mairie de La Bastide-de-Sérou

💶 Adulte : 10 € - Enfant : (6-15 ans) : 6 € 🧑 À partir de 6 ans

*Découvrez le village de la Bastide-de-Sérou en famille ou entre amis lors d'un rallye - photo dans le centre historique. Observation, déduction et réflexion seront au rendez-vous pour résoudre les défis, questions et énigmes.*

📞 0768694843

## Saint-Girons

### > Randonnée naturaliste

🕒 7h 📍 Les accompagnateurs en montagne du Couserans

💶 Adulte : 31 € - Enfant : (7-13 ans) : 16 €

*Lors de ces journées, vous partirez avec un accompagnateur en montagne à la découverte des rapaces des montagnes du Couserans : Gypaète barbu, Aigle royal, Vautour fauve, et bien d'autres... Les tarifs sont donnés pour un groupe de 4 personnes minimum.*

📞 06 48 67 03 89

[www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/](http://www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/)

## Saint-Lary

### > Concert The flying stool

🕒 19h30 📍 SAS EPICERIE DU COURDET

Menu : 29,00 € Entrée - Plat - Fromage - Dessert.

*Soirées "Musicales / Grillades" de l'été 2023*

Jean-Michel Tabouret

Repas concert

📞 05 61 66 90 41

## Soueix-Rogalle

### > Repas à la ferme

📍 Ferme de la fine bouche

💶 Adulte : 26 € -

*Repas à la ferme de la fine bouche les vendredi midi Agneau de 7h au feu de bois, légumes, fruits, infusion de la ferme. Vin et café compris. Tous les produits sont bio.*

Sur réservation

📞 09 67 00 21 61 - 06 76 75 13 50

<https://fermedelafinebouche.com/>

## Taurignan-Vieux

### > Tournoi de fléchettes à la Boussole !

🕒 19h-0h30 📍 Brasserie La Boussole

💶 Accès libre.

*NOUVEAUTÉ de l'été à la Boussole  
TOURNOIS de FLECHETTES 301  
les VENDREDI 21/07- 25/08 - 15/09*

📞 09 53 18 98 32

[www.brasserie-laboussolle.fr/fr/](http://www.brasserie-laboussolle.fr/fr/)

## Du 25 au 26/08/23

### La Bastide-de-Sérou

#### > Un jour Unjat

🕒 19h tous les jours 📍 Hameau d'Unjat

💶 Adulte : 17 € - Gratuit pour les moins de 6 ans. - Enfant : (6-11 ans) : 8 €

*Théâtre avec le grand retour du duo Adrien Benech et Marc Duranteau : Le jour G !*

*Vide greniers, grillades musicales, spectacles et animation enfants Mounetado...*

📞 06 08 78 74 15 - 06 16 24 67 46

## Samedi 26/08/23

### Bonac-Irazein

#### > Full Tükan

🕒 21h 📍 Le Relais Montagnard

Tarif unique : Prix libre.

*Electropical*

📞 07 68 90 78 96

<https://autruche-volante.org/>

### Moulis

#### > Nadau en concert à Moulis

🕒 21h 📍 Stade Moulis

💶 Tarif unique : 20 €

*Le comité des fêtes a d'ores et déjà concocté le programme des animations qui entoureront ce concert unique. Les fêtes de Moulis auront lieu avec une organisation conjointe de la mairie et du comité des fêtes au stade.*

📞 06 29 65 43 47 - 07 77 45 50 21

### Tourtouse

#### > Théâtre : « Gros câlin » de Romain Gary | Emile Ajar par Denis Rey

🕒 21h 📍 Théâtre en plein air

💶 Plein tarif : 15 € - Tarif réduit : 10 €

*S'appuyant sur une scénographie réduite à la présence d'une simple chaise, il insuffle à ces confidences une sincérité désarmante qui rend tout à fait crédibles les méandres d'une pensée maladroite et chaotique.*

📞 05 34 14 04 77 - 06 78 50 73 20

[www.rempartstourtouse.fr/index.html](http://www.rempartstourtouse.fr/index.html)

## Du 26 au 27/08/23

### Seix

#### > Week-end randonnée accompagnée - Sommets du Couserans

🕒 9h tous les jours

💶 Tarif unique : 150 €

*De cette aventure, nous retenons toujours quelque chose : les paysages, les étangs cachés dans les flancs de la montagne, les rencontres au refuge ou les observations de la faune sauvage.*

☎ 06 48 67 03 89

[www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/](http://www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/)

## Dimanche 27/08/23

### Aulus-les-Bains

#### > Marathon et Semi Marathon des Oussailès

🕒 8h30 📍 Parc des Thermes

28 € (Marathon) jusqu'au 31 juillet puis 31 € 18 € (Semi-Marathon) jusqu'au 31 juillet puis 21 € 14 € (10 km) jusqu'au 31 juillet 2022 puis 17 € 6 € (Marche) Equipe de 4 coureurs 46 € Repas individuel 13 € Repas accompagnateur 13 €.

*Le marathon démarre d'Aulus-les-Bains, le semi-marathon de Seix. L'arrivée se trouve à Saint-Girons, le profil à 95% descendant est propice à de bons chronos.*

*Vous pouvez participer au marathon en relais de 4 coureurs.*

☎ 05 61 04 05 22

[www.ville-st-girons.fr/vous-divertir/offres-sportives/omsep-2](http://www.ville-st-girons.fr/vous-divertir/offres-sportives/omsep-2)

### Castillon-en-Couserans

#### > Des hommes et du fer

🕒 8h-17h 📍 20 Av. Noël Peyrevidal

💶 Adulte : 33 € 👤 À partir de 15 ans

*Aurélien, accompagnateur en montagne spécialisé dans le domaine des mines Ariégeoises, se fera le plaisir de partager avec vous sa passion de l'histoire des anciennes mines de son pays*

☎ 06 02 35 81 41

<https://dahu-ariegeois.fr/>

### Engomer

#### > Accueil et Dégustation au Moulin Gourmand

🕒 10h-11h 📍 SARL Le Moulin Gourmand

💶 Gratuit.

*Accueil et dégustation gratuite : millas, fromage de Bethmale et gâteau de Brousse.*

*Présentation des visites possibles de la fromagerie, le restaurant, les produits vendus en boutique.*

☎ 05 61 96 83 38

[www.moulin-gourmand.fr/](http://www.moulin-gourmand.fr/)

### Sentenac-d'Oust

#### > Merli-Merlo : comédie de Jean-Claude Guidici

🕒 17h 📍 Salle des Fête / Salle polyvalente

💶 Tarif unique : 12 €

*Une comédie où la chanson s'invite au fil du temps Djinco est un brave homme, amateur de bon vin qu'il se plaît à déguster, trinquant et sifflant volontiers avec Merlo, son ami le merle, dès qu'une occasion se présente.*

☎ 06 76 53 60 10

## > A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...

### ... 19/08/23

### Bousсенac

#### > Yoga, détente et plantes sauvages

🕒 17h-17h tous les jours 📍 La Pazuzette Shanti Yoga

💶 Tarif unique : 340 €

*Un stage sous forme de pause régénérante grâce à la pratique de diverses formes de yoga et la découverte des plantes sauvages comestibles, dans un cadre exceptionnel.*

☎ 06 77 94 86 34

[www.lapazuzetteshantiyoga.com](http://www.lapazuzetteshantiyoga.com)

### ... 20/08/23

### Bousсенac

#### > Festival Les Essentiel.le.s de Bousсенac

🕒 Tous les jours vendredi de 18h à 24h samedi de 10h à 24h dimanche de 12h à 24h 📍 Mairie de Bousсенac

💶 Participation libre.

*Grand festival de culture locale en Couserans*

*Ce festival se déroulera sur plusieurs lieux (Eglise de Jacoy, Espiès, Col de Port) du 18 au 20 août et mettra en place une multitude d'activités.*

☎ 06 20 62 46 02 - 05 81 49 09 59

[www.bousсенac.fr/](http://www.bousсенac.fr/)

### Oust

#### > Oust en fête

🕒 20h vendredi. 14h30 samedi. 7h dimanche. 📍 Place de la Fête

💶 Adulte : 20 € - Enfant : (-12 ans) : 15 €

*Fête foraine pendant les 3 jours de fête !!!!*

☎ 06 31 48 61 65 - 06 45 15 29 50 - 06 07 13 80 64

#### > Fête du village

🕒 Tous les jours 📍 Place du village

💶 Accès libre.

*Traditionnelle fête du village d'Oust.*

## Saint-Girons

### > Salon d'Antiquités et belle Brocante

🕒 9h30-19h30 lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche. 📍 Parc des expositions

€ Gratuit.

50 marchands professionnels  
Restauration sur place

📞 06 49 98 81 29 - 06 84 14 15 06

... 22/08/23

## Aulus-les-Bains

### > Mystère à la médiathèque

🕒 16h tous les jours 📍 Médiathèque d'Aulus-les-Bains

€ Gratuit.

3 jeux, 3 ambiances, 3 mystères

Un rendez-vous ludique autour du jeu d'enquête, d'énigme et de l'espace game !

Places limitées, inscription recommandée

📞 05 34 14 39 75

<https://bibliotheques.couserans-pyrenees.fr/>

... 22/08/23

## Alzen

### > Festival BALALAHIKOU - Bal Trad / Folk

🕒 Tous les jours 📍 Salle des Fêtes / Salle polyvalente

€ Tarif unique : 20 €

Festival à taille humaine et convivial où se mêlent danses et ressourcement proche de la nature, il est situé dans le petit village d'Alzen, verdoyant entouré de forêts, de cascades et ruisseaux, près de Foix, en Ariège.

📞 06 95 52 14 70 - 06 87 51 33 02

[www.balalahikou.fr/](http://www.balalahikou.fr/)

... 30/08/23

## Saint-Girons

### > Exposition Photo - Morgane Lefevre

🕒 13h30-18h30 tous les jours 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Gratuit.

à travers visages et paysages, "Des Alpes à l'Orient" au pas de nos ânes.

Compte rendu de voyage en photo.

📞 06 65 04 61 64

[www.conseil-citoyen-ville-de-saint-girons.fr/](http://www.conseil-citoyen-ville-de-saint-girons.fr/)

... 2/09/23

## Saint-Lizier

### > Visites guidées de la pharmacie du XVIIIème siècle 🏠

🕒 10h30, 12h, 14h30, 16h et 17h lundi, mardi, jeudi, vendredi, samedi. 10h30, 12h, 14h30 et 16h mercredi. 14h, 15h et 16h30 dimanche.

📍 Pharmacie du XVIIème siècle

€ Tarif réduit : 5.5 €

La pharmacie du XVIIIème siècle. se situe dans L'Hôtel-Dieu, grand bâtiment du XVIIIème.

📞 05 61 96 26 60

### > Visite du cloître roman, de la cathédrale de Saint-Lizier et du Trésor des Evêques

🕒 11h et 15h lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi. 15h30 dimanche. 📍 Hôtel Dieu

€ Tarif réduit : 6.5 €

Visite de la superbe cathédrale de Saint-Lizier, de son cloître et Le Trésor des Evêques.

📞 05 61 96 26 60

[www.tourisme-couserans-pyrenees.com/](http://www.tourisme-couserans-pyrenees.com/)

... 2/09/23

## Saint-Girons

### > Concours de la carte postale la plus kitsch !

🕒 Tous les jours 📍 Médiathèque Gaston-Massat de Saint-Girons

€ Gratuit.

Le Réseau de lecture du Couserans vous propose : Concours de carte postales kitsch

Vous partez en vacances, en voyage ? Ecrivez-nous dans les médiathèques du réseau !

📞 05 61 66 15 47

<https://bibliotheques.couserans-pyrenees.fr/>

... 15/09/23

## Seix

### > Location de vélo

🕒 Tous les jours 📍 - Skate parc de Soueix, chez Polo - 09140 Soueix

€ Participation libre.

Location à prix libre de vélo de 2e main mis à disposition par "ça tourne en bon",

📞 07 82 09 69 42

<https://catourneenbon.wordpress.com/contact/>

... 30/09/23

### Sentenac-d'Oust

> Les balades accompagnées Au Tempo des Ânes 

 Tous les jours

 Adulte : 25 €  À partir de 18 mois

Venez vous balader au Tempo des Ânes, découvrir ou redécouvrir les paysages bucoliques du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises.

 07 82 23 41 90 - 06 17 28 89 50

... 16/10/23

### Lacourt

> Petit marché à Lacourt

 17h-19h30 tous les jours  Place de la Mairie

Pizzas, Bières, Légumes et fruits de saison, plants de légumes, fromage, œufs, pain, viande et charcuterie, pâtisseries, miel, pollen et pain d'épices, confitures, douceurs, coulis, tartinades, jus, sirop, tisanes et hydrolats, bijoux seront présents.

 06 89 30 03 55

... 5/11/23

### Saint-Lizier

> Marché aux puces De la cave au grenier

 8h-18h premier dimanche du mois  Parking Intermarché

Le 1er Dimanche de chaque mois, de mars à novembre inclus, de 8h à 18h

 06 70 76 58 65

... 30/11/23

### Augirein

> Visite guidée - Jardin Le Clos des Arômes

 Tous les jours  Las Piasseres, Lieu-dit le Pontil

 Adulte : 15 € - Gratuit pour les moins de 7 ans.  À partir de 7 ans

Partez explorer ce jardin synergétique au Clos des Arôme. Vous y découvrirez les massifs par vertus médicinales, potager et verger, espace zen, culture de shiitakés, biodynamie... Le tout dans un écrin de verdure en bordure de rivière.

 06 85 53 38 52

... 6/12/23

### Seix

> Les petits mômm'ents

 15h tous les jours  Médiathèque de Seix

 Gratuit.

Rendez-vous de découverte proposé par les bibliothécaires pour les enfants curieux de 4 à 7 ans

 05 34 09 88 31

<https://bibliotheques.couserans-pyrenees.fr/>

... 25/12/23

### Saint-Girons

> Atelier Création d'une cuillère "Chez Milie"

 10h-18h jeudi, vendredi. 10h-13h samedi.  18 rue Joseph Pujol

 Tarif unique : 60 €  À partir de 6 ans

Initiation en 2 séances de 3h (modelage / temps de séchage / ponçage, peinture et finitions). Chacun repart avec sa création.

Séances collectives (3-4 personnes) pour enfants et adultes.

séances collectives (3-4 personnes) : prendre rendez-vous pour trouver une date ensemble. Si vous souhaitez offrir cet atelier, vous trouverez dans la boutique une formule Bon Cadeau correspondante.

 07 68 08 58 75

[www.emiliepassal.com/](http://www.emiliepassal.com/)

... 25/12/23

### Saint-Girons

> Atelier création d'une petite sculpture "chez Milie"

 10h-18h jeudi, vendredi. 10h-13h samedi.  18 rue Joseph Pujol

 Tarif unique : 80 €  À partir de 6 ans

Créez votre sculpture chez Milie ! Comment transformer un objet du quotidien en un véritable œuvre d'art...

séances collectives (3-4 personnes) : prendre rendez-vous pour trouver une date ensemble

 07 68 08 58 75

[www.emiliepassal.com/](http://www.emiliepassal.com/)

... 25/12/23

### Saint-Girons

> STAGE création d'une grande sculpture

 Tous les jours  18 rue Joseph Pujol

 Tarif unique : 170 €  À partir de 6 ans

En 4 après midi (modelage / temps de séchage / ponçage, peinture et finitions). Chacun repart avec sa création.

Séances collectives (3-4 personnes) pour enfants et adultes.

séances collectives (3-4 personnes) : prendre rendez-vous pour trouver une date ensemble

 07 68 08 58 75

[www.emiliepassal.com/](http://www.emiliepassal.com/)

... 31/12/23

### Montjoie-en-Couserans

> Visite guidée de la ferme et du jardin des Champs de Gaya 

 Tous les jours  Les champs de Gaya

 Tarif unique : 15 / 20 €

La ferme des Champs de Gaya vous accueille, pour partir à la découverte de ses animaux ainsi que de son jardin botanique. Une visite guidée suivit d'un goûter fait à base de produits de la ferme.

 06 84 07 00 24

[www.leschampsdegaya.com/](http://www.leschampsdegaya.com/)

## Saint-Girons

### > Les Orris Culturels d'Art'Cade

🕒 19h-21h tous les jours 📍 SCOP Aux ateliers de la liberté - Biscuiterie l'Oie Gourmande

€ Entrée libre.

**SORTIR LE JEUDI SOIR**

*Orris (nom masculin - pluriel : Orris) : un orri est une ancienne installation d'estive en haute et moyenne montagne ariégeoise ou catalane, ayant servi à la traite des brebis ou des chèvres et à la fabrication du fromage d'orri.*

📞 05 61 04 69 27

[www.art-cade.fr](http://www.art-cade.fr)

... 31/12/23

## Saint-Girons

### > Sébastien Riff - Guide conférencier 🧑

🕒 Tous les jours

*Envie de découvrir cette magnifique région avec un guide-conférencier ?*

📞 0768694843

## Soulan

### > Les ApprentisSages

🕒 Tous les jours 📍 Les Apprentis Sages - Botaniste en herbe

€ Accès libre.

*Catherine Mahyeux, andragogue, passionnée des plantes et de la Nature, formation en plantes médicinales, cueilleuse de plantes sauvages Elle a pour objectifs, la connaissance et la protection de la biodiversité et la promotion de la Nature et ses éléments*

📞 05 61 64 72 76

[www.botaniste-en-herbe.net/](http://www.botaniste-en-herbe.net/)

ET AUSSI...

## TOUS LES LUNDIS

### Aulus-les-Bains

Du 21 au 21/08/23

### > Court métrages sur les Pyrénées

🕒 21h-22h30 📍 Salle des Fêtes / Salle polyvalente

€ Adulte : 5 €

*Témoignages d'hommes et de femmes qui nous parlent de leur passé de leur vie en montagne.*

*Ces films ont été réalisés en grande partie dans le département de l'Ariège*

📞 06 25 44 58 00

<http://image-in-31.wifeo.com/bernard-seille.php>

## TOUS LES MARDIS

### Argein

Du 19/07 au 31/08/23

### > Boules - Frites

🕒 19h mardi 📍 Esplanade du Gravier

€ Accès libre.

*Venez manger un cornet de frites et jouer à la pétanque En toute convivialité !*

### Castelnau-Durban

Toute l'année

### > Marché de Castelnau-Durban

🕒 9h-12h mardi 📍 Allée des platanes

*Marché hebdomadaire sous la longue allée des platanes en plein coeur du village.*

📞 05 61 96 34 33

### Engomer

Du 26/06 au 26/08/23

### > Visite de la fromagerie du Moulin gourmand

🕒 10h mardi, jeudi

*Chez nous tout est fait sur place ! Venez visiter nos caves de fromage de Bethmale et dégustez nos différentes productions.*

📞 05 61 96 83 38

[www.moulin-gourmand.fr](http://www.moulin-gourmand.fr)

### Ercé

Du 1/05 au 31/10/23

### > Marché d'Ercé

🕒 16h30-19h mardi 📍 Place du Foyer rural

*Marché de producteurs locaux*

📞 05 61 66 86 00

### Seix

Du 22 au 22/08/23

### > Randonnée Nature Couserando - Mystères de la forêt

🕒 9h-17h 📍 Place de l'Allée

€ Adulte : 30 € - Enfant : (7-12 ans) : 20 € 🧑 À partir de 7 ans

*Une journée en randonnée facile à moyenne pour découvrir le milieu forestier : faune, flore, gestion. Au programme : recherche de traces et d'indices d'animaux, écoute des animaux des sous-bois.*

📞 06 07 41 99 90

[www.couserando.fr/](http://www.couserando.fr/)

## TOUS LES MERCREDIS

### Saint-Girons

Du 14/06 au 30/08/23

> Salle de classe 1900

🕒 17h mercredi. Rendez vous à l'office de tourisme de Saint Girons 15 min avant le début de la visite à 17h00 📍 École 1900

💶 Adulte : 7 € - Gratuit pour les moins de 10 ans. - Enfant : 5 €

*Dans le cadre d'une salle de classe 1900, entièrement reconstituée, les visiteurs pourront retrouver le charme d'une classe d'antan avec son tableau noir, ses vieux pupitres en bois et l'écriture à l'encre violette. Ambiance et mobilier authentique*

☎ 06 82 36 18 71

Du 5/07 au 30/08/23

> Randonnées journée - Pics et étangs le nez au vent

🕒 8h30 mercredi 📍 Les accompagnateurs en montagne du Couserans

💶 Adulte : 31 € - Enfant : (7-14 ans) : 16 €

*Au gré de notre randonnée et de nos observations, nous aborderons les caractéristiques du milieu montagnard, la faune et la flore, l'histoire du lieu (ex : passeurs, montreurs d'ours, porteurs de glace, colporteurs, bergers...)*

☎ 06 48 67 03 89

[www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/](http://www.accompagnateurs-montagne-couserans.org/)

### Saint-Lizier

Du 1/02 au 31/10/23

> Marché de Saint-Lizier

🕒 9h-12h mercredi 📍 Place de l'église

*Marché fermier en plein coeur de la cité.*

☎ 05 61 66 16 22

### Sainte-Croix-Volvestre

Toute l'année

> Marché de Sainte-Croix-Volvestre

🕒 9h-12h mercredi

*Marché fermier au coeur du village de Sainte-Croix-Volvestre*

☎ 05 61 66 72 16

### Soueix-Rogalle

Toute l'année

> Marché de Soueix

🕒 16h-18h mercredi 📍 Halle Justin Clanet

*Marché de producteurs et artisans essentiellement locaux*

☎ 05 61 66 85 85

## TOUS LES JEUDIS

### Engomer

Du 26/06 au 26/08/23

> Visite de la fromagerie du Moulin gourmand

🕒 10h mardi, jeudi

*Chez nous tout est fait sur place ! Venez visiter nos caves de fromage de Bethmale et dégustez nos différentes productions.*

☎ 05 61 96 83 38

[www.moulin-gourmand.fr](http://www.moulin-gourmand.fr)

### La Bastide-de-Sérou

Toute l'année

> Marché de La Bastide-de-Sérou

🕒 8h-12h jeudi 📍 Champ de Mars

*Retrouvez les artisans et producteurs locaux à l'ombre du Champ de Mars.*

☎ 05.61.64.50.18

[www.mairielabastidedeserou.fr/](http://www.mairielabastidedeserou.fr/)

### Sentein

Du 6/07 au 31/08/23

> Chapelle de l'izard

🕒 10h-16h jeudi

💶 Accès libre.

*Un site exceptionnel, un patrimoine à préserver*

*Ouverture de la chapelle*

*Messe à 11h30*

## TOUS LES VENDREDIS

### Saint-Girons

Du 1/07 au 31/08/23

> Randonnée aux histoires - avec des accompagnateurs en montagne

🕒 8h30-12h30 vendredi 📍 Les accompagnateurs en montagne du Couserans

💶 Adulte : 21 € - Enfant : 15 €

*Découverte des Pyrénées au travers des histoires contées.*

*Marcher ou parler ? Parler ou marcher ? Il est bien connu que marcher stimule la pensée et les beaux paysages, la curiosité.*

☎ 06 48 67 03 89

<https://accompagnateurs-couserans.addock.co/>

### Soulan

Du 1/07 au 31/08/23

> Marché de Soulan

🕒 17h-19h vendredi 📍 Rue principale

💶 Accès libre.

*Petit marché de producteurs locaux, fromages, yaourts...*

☎ 05 61 96 89 10

## TOUS LES SAMEDIS

---

### Saint-Girons

Toute l'année

> [Marché de Saint-Girons](#)

🕒 8h-13h samedi 📍 Place du champs de mars

*"Un Samedi matin sur la Terre" ! C'est un défi parfois difficile, dans nos montagnes comme ailleurs, d'accepter nos différences, de communiquer, d'échanger, de partager.*

☎ 05 61 04 03 21

[www.ville-st-girons.fr/](http://www.ville-st-girons.fr/)

## TOUS LES DIMANCHES

---

### Engomer

Toute l'année

> [Marché d'Engomer](#)

🕒 9h-13h dimanche

*Marché de producteurs locaux au coeur du village*

### Massat

Toute l'année

> [Marché de Massat](#)

🕒 9h-12h dimanche 📍 Place de l'église

*Petit marché en plein coeur du village de Massat*

☎ 05 61 96 96 33

### Prat-Bonrepaux

Toute l'année

> [Marché de Prat-Bonrepaux](#)

🕒 8h-13h dimanche 📍 Halle de Prat

*Le marché de Prat-Bonrepaux propose des produits bio et de producteurs locaux.*

☎ 05 61 96 60 57

### Seix

Du 14/05 au 29/10/23

> [Marché de Seix](#)

🕒 8h-12h dimanche 📍 Halle de la mairie

*Marché de producteurs et artisans locaux*

☎ 05 61 66 83 55