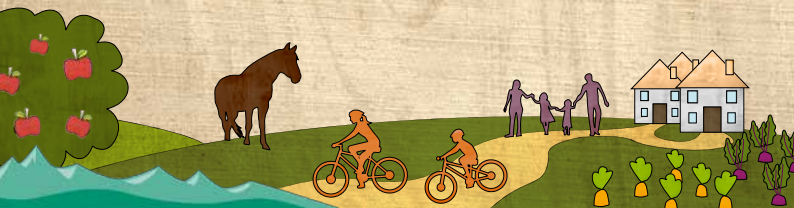


# PYRÉNÉES PARTAGÉES 2024



**LE PROGRAMME DES ANIMATIONS**  
du Parc naturel régional des Pyrénées Ariégeoises

**CATALOGUE**  
des produits et services Valeurs Parc



Parc  
naturel  
régional  
Pyrénées  
Ariégeoises

# CARTE du PNR des Pyrénées Ariégeoises



**Direction de la publication :** Kamel Chibli

**Graphisme :** Delphine VRILLAUD • [www.graphikariege.fr](http://www.graphikariege.fr) • 06 65 56 95 84

**Impression :** Imprimerie du Noisetier • 09300 Lavelanet • 05 61 01 00 79

**Dépôt légal :** mars 2024

**Crédits photos :** Essence ciel • webp • Cyclovallées du Couserans • R. Kann  
F. Laigneau • Lainothèque • Amis du Parc • Château de Caumont • M. Ferier  
Camin • Vertikarst • Moulin Laurède • Fédération de pêche • JF Chertier • Mielulu  
A. Lavigne • D. Pasin • Pyrawnéens • M. Cavanhac • Volp expérience montagne  
T. Rajic • JJ Gelbart • UMEN • Foire Tarascon • Moulin Laurède • T. Cuypers •  
MC Bonzom • C. Gross • J. Aït El Mekki • Très Bien • Dahu • J. Estèbe • J. Canet  
Pays des Traces • J. Jongis • OT Couserans • PNRPA • L. Poudré • E. Medard  
[www.freepik.com](http://www.freepik.com)

## EDITO

C'est reparti pour une belle année d'animations, de stages, de séjours pour découvrir, partager, aimer les Pyrénées Ariégeoises et leurs patrimoines.

Il y en a pour tous les goûts, pour tous les âges, pour tous les temps ! De la laine qui se découvre, se travaille, à la nuit qui s'explore, en passant par le monde souterrain, les milieux aquatiques, les abeilles, le pain à confectionner, les herbes sauvages à mettre dans ses salades et les randonnées diverses et variées, vous devriez trouver votre bonheur.

Mention spéciale aux Amis du Parc qui proposent toujours des animations gratuites, conviviales et apprenantes et aux prestataires Valeurs Parc qui vous font découvrir leurs nombreuses activités.

## SOMMAIRE

- 4 Catalogue des produits, hébergements et prestations Valeurs Parc
- 16 Les marchés des Pyrénées Ariégeoises
- 17 Les offices de tourisme dans le Parc
- 18 Cultivez la nuit
- 19 La Charte du PNR des Pyrénées Ariégeoises
- 20 En vélo dans les Pyrénées Ariégeoises
- 21 Le retour du bouquetin dans les Pyrénées Ariégeoises : 10 ans déjà !
- 22 Le programme des animations > *certaines animations sont récurrentes, vous les retrouvez grâce au picto*



Pour parer à tout changement imprévu, nous vous invitons à réserver pour toutes les animations auxquelles vous souhaiteriez participer.



## CATALOGUE

des produits, hébergements et prestations VALEURS PARC

[www.CONSOMMER-PARC-PYRENEES-ARIEGEOISES.FR](http://www.CONSOMMER-PARC-PYRENEES-ARIEGEOISES.FR)

### ALIMENTATION

#### MIELS ET PRODUITS DE LA RUCHE

• **A Fleur d'Abeilles**

Serres-sur-Arget  
06 23 90 53 71 • 06 58 49 70 94  
[affleurdabeilles@gmail.com](mailto:affleurdabeilles@gmail.com)

• **Charles GEOFFROY**

Taurignan-Vieux • 06 03 30 04 25  
[cha.geoffroy@gmail.com](mailto:cha.geoffroy@gmail.com)

• **Emmanuelle REYNAUD**

La-Bastide-de-Sérour  
06 81 33 86 60  
[rv.manue@gmail.com](mailto:rv.manue@gmail.com)

• **Ferme de la Musette**

Mauvezin-de-Prat  
06 22 12 98 03  
[wali416@hotmail.fr](mailto:wali416@hotmail.fr)

• **Ferme des Paulis**

Alzen • 05 61 64 55 14  
[gabet-alzen@wanadoo.fr](mailto:gabet-alzen@wanadoo.fr)

• **GAEC de la Chouette**

Montardit  
06 19 55 14 67 • 06 79 13 77 14  
[contact@rucher-michelotti.fr](mailto:contact@rucher-michelotti.fr)

• **Isabelle BOUDRET**

Lescure  
05 61 04 91 99 • 06 20 47 02 30  
[isabelle.boudret@orange.fr](mailto:isabelle.boudret@orange.fr)

• **Julien GERAUD**

Boussenac • 06 82 78 09 02  
[geraudjulien@yahoo.fr](mailto:geraudjulien@yahoo.fr)

• **L'Abeille Lasserroise**

Lasserre  
06 89 19 96 64 • 05 61 96 48 05  
[franck.lagarde09@wanadoo.fr](mailto:franck.lagarde09@wanadoo.fr)

• **La Danse des Abeilles**

Montseron  
06 82 90 53 18 • 05 61 04 42 96  
[stephan.losilla@gmail.com](mailto:stephan.losilla@gmail.com)

• **Le Rucher de Joubac**

Aleu • 06 16 08 93 93  
[christian.jolfre@sfr.fr](mailto:christian.jolfre@sfr.fr)

• **Le Rucher de Saleix**

Auzat • 06 32 28 88 98  
[didierduffaut@orange.fr](mailto:didierduffaut@orange.fr)

• **Les Champs de Gaya**

Montjoie-en-Couserans  
06 84 07 00 24 • 06 76 70 37 72  
[www.leschampsdegaya.com](http://www.leschampsdegaya.com)

• **Lumière d'Abeilles**

Fabas • 06 82 09 39 71  
[www.mielpresse.com](http://www.mielpresse.com)

• **Max MORÉ**

Seix  
06 43 28 32 31 • 05 61 66 95 05  
[max.more.apiculteur@orange.fr](mailto:max.more.apiculteur@orange.fr)

• **Mielulu**

Cazaux • 06 83 30 21 16  
[www.mielulu.fr](http://www.mielulu.fr)

• **Milabeille**

Engomer • 05 61 04 63 70  
[www.milabeille.com](http://www.milabeille.com)

#### JUS DE FRUITS, CONFITURES, SORBETS,...

• **Agapée**

Castelnaud-Durban  
05 61 05 81 08  
[mireilleleret@gmail.com](mailto:mireilleleret@gmail.com)

• **Al Camparol**

Sainte-Croix-Volvetre  
06 18 22 02 19 • 05 61 02 86 45  
[www.alcamparol.com](http://www.alcamparol.com)

• **Association Kokopelli**

Le-Mas-d'Azil  
05 61 67 69 87  
[contact@kokopelli-semences.fr](mailto:contact@kokopelli-semences.fr)

• **En Terre d'Abajous**

Bethmale  
05 61 96 19 53 • 06 70 25 91 53  
[annelarive@orange.fr](mailto:annelarive@orange.fr)

• **Eywa Nature**

Saint-Martin-de-Caralp  
06 07 35 11 40  
[eywa-nature09@hotmail.com](mailto:eywa-nature09@hotmail.com)

• **Ferme de Mailhac**

Loubières  
05 61 02 06 73 • 06 27 80 88 13  
[gite-foix@orange.fr](mailto:gite-foix@orange.fr)



• **Ferme des Paulis**  
Alzen  
05 61 64 55 14  
gabet-alzen@wanadoo.fr

• **Ferme l'Espil sauvage**  
**Tampopo**  
ERP  
06 65 47 07 41  
www.tampopo.bio

• **France Sapin Bio**  
Montjoie-En-Couserans  
05 61 66 54 40  
06 58 09 46 59  
www.francesapinbio.fr

• **Haras Picard du Sant**  
Lasserre  
05 61 66 65 34  
06 14 42 93 18  
www.merens-ariege.com

• **L'Eau à la Bouche**  
Saint-Girons  
07 69 39 26 60  
www.bouchekombucha.com

• **La Fruiterie de Peyort**  
Cazavet  
05 61 04 73 86  
www.lafruiteriedepeyort.com

• **La Roseraie de Bel Air**  
Le-Mas-D'azil  
06 80 07 82 79  
www.imana.fr

• **La Vie en Vert**  
Augirein  
05 61 96 82 66  
06 22 95 95 88  
www.lavieenvert.com



• **Le Domaine de Douach -**  
**Au Pays du Goût Doux**  
Castelnau-Durban  
05 61 96 35 37  
www.doudougoudou.chez.com

• **Les Breuvages de Pyrène -**  
**Sambuc & Co**  
Montégut-Plantaurel  
07 81 05 42 71  
contact@sambuc.net

• **Les Champs de Gaya**  
Montjoie-En-Couserans  
06 84 07 00 24 • 06 76 70 37 72  
www.leschampsdegaya.com

• **Les Gourmandises de Blours**  
Genat  
05 34 14 06 02 • 06 32 28 09 79  
www.lesgourmandisesdeblours.com

• **Les Jardins du Terroir**  
Mercenac • 05 61 96 69 89  
www.lesjardinsduterroir.fr

• **Les Tindoulets de la figo**  
Le-Mas-d'Azil  
06 37 94 35 41 • 06 11 03 79 82  
tindouldelafigo09@orange.fr

• **Les Vivaces de las Treytes -**  
**Vincent REHAL**  
Aigues-Juntas  
07 84 48 00 75  
vinszshady@yahoo.fr

• **Sorbets d'Ariège**  
Le Port  
05 61 04 77 67  
06 30 20 14 76  
www.sorbet-ariege.fr

• **Xploria**  
Le-Mas-d'Azil • 05 61 60 03 69  
www.xploria.com



## VINS ET APÉRITIFS

• **Les Breuvages de Pyrène -**  
**Sambuc & Co**  
Montégut-Plantaurel  
07 81 05 42 71  
contact@sambuc.net

## LÉGUMES, CONFITS VÉGÉTAUX, PLANTS, ...

• **Cotyledon**  
Camarade  
07 52 07 68 63  
contact@scea-cotyledon.fr

• **GAEC du Champ Boule**  
Barjac  
06 34 32 12 70 • 07 81 56 18 42  
fermedechampboule@gmail.com

• **Ferme l'Espil sauvage**  
**Tampopo**  
ERP • 06 65 47 07 41  
www.tampopo.bio

• **La Fruiterie de Peyort**  
Cazavet  
05 61 04 73 86  
www.lafruiteriedepeyort.com

## BIÈRES

• **Brasserie Co-Hop**  
Pailhès  
06 08 51 79 25 • 06 22 34 71 29  
brasserie.co-hop@ecomail.fr

• **Brasserie de l'Ephémère**  
Massat  
06 80 40 37 91 • 07 83 18 41 56  
www.bim-brasserie.fr

• **Brasserie de la vallée du SOS**  
Auzat • 07 80 34 90 86  
www.sos-biere.com

• **Les Terroirs du Plantaurel**  
Montégut-Plantaurel  
05 61 05 33 33  
www.lesterroirsduplantaurel.com

• **Le Bio Prêt à Planter**  
Montégut-Plantaurel  
contact@lebiopretaplanter.fr

• **Les Champs de Gaya**  
Montjoie-en-Couserans  
06 84 07 00 24  
06 76 70 37 72  
www.leschampsdegaya.com



## SÈVE DE BOULEAU

• **Ariège Sève Bouleau**  
Lasserre  
05 61 66 65 34 • 06 14 42 93 18  
www.seve-bouleau.fr

• **Eywa Nature**  
Saint-Martin-de-Caralp  
06 07 35 11 40  
eywa-nature09@hotmail.com

• **Sève de Montagne**  
Saint-Lary • 07 88 10 41 85  
www.sevedemontagne.fr

## PAINS, PATISSERIES, BISCUITS

• **SCOP Aux Ateliers de la Liberté • Biscuiterie de L'Oie Gourmande**  
Saint-Girons  
05 61 96 36 77 • 06 88 49 22 23  
loiegourmande@gmail.com

• **Aux Saveurs de Prat**  
Prat-Bonrepaux  
05 61 96 64 33  
06 02 71 98 80  
auxsaveursdeprat@orange.fr



## PLANTES AROMATIQUES ET MÉDICINALES

• **Association Kokopelli**  
Le-Mas-d'Azil  
05 61 67 69 87  
contact@kokopelli-semences.fr

• **Cécile CLUZET / Floréale**  
Audsressein  
06 86 07 82 60  
www.floreale.fr



• **Ferme des 8 Montagnes**  
La-Bastide-de-Sérou  
06 07 54 61 02  
fermedes8montagnes@gmail.com

• **Ferme l'Espri sauvage Tampopo**  
Erp • 06 65 47 07 41  
www.tampopo.bio

• **La Roseraie de Bel Air**  
Le-Mas-d'Azil • 06 80 07 82 79  
www.imana.fr

• **L'Essence'Ciel**  
Miglos • 07 50 97 83 11  
www.l-essence-ciel.jimdo.free.com

• **Omna**  
Rimont • 06 74 82 03 84  
www.omnaoccitanie.fr



## FROMAGES ET PRODUITS LAITIERS

• **Ferme de la Hitte**  
Lacave  
06 26 24 22 02  
06 67 95 63 78  
fermedelahitte@gmail.com

• **Ferme de la Hourque**  
Galey • 06 50 96 55 79  
voyer.hourque@gmail.com

• **Ferme de la Musette**  
Mauvezin-de-Prat  
06 22 12 98 03  
wali416@hotmail.fr



• **Ferme de Milles**  
Rimont • 06 09 06 17 51  
jube11@hotmail.fr

• **Ferme de Mondély**  
La-Bastide-de-Sérou  
05 61 64 54 06  
mondely.chevre@orange.fr

• **Ferme des Manechs**  
Mauvezin-de-Prat  
06 82 02 17 45  
05 81 29 20 43  
marionroullois@mailo.com



• **Ferme du Carregaut**  
Castelnau-Durban  
05 61 04 95 82  
06 29 05 29 49  
fermeducarregaut@free.fr



• **Ferme du Pourtères Famille Bendick**  
Augirein  
05 61 96 12 43  
06 75 74 66 90  
manu.marie@club-internet.fr



• **Ferme Guilhem**  
Camarade  
06 88 67 31 57  
fermeguilhem@gmail.com



• **Fromagerie de la Sestière**  
Montégut-Plantaurel  
06 74 84 95 70  
05 61 66 85 15  
www.fromagerie-sestiere.fr



• **GAEC d'Arpos**  
Sentenac-d'Oust  
06 83 59 21 35  
06 89 78 77 78  
fromagerielarpos@gmail.com



• **GAEC du Champ Boule**  
Barjac  
06 34 32 12 70  
07 81 56 18 42  
fermedechampboule@gmail.com



• **Les Chevriers de Bardaou**  
Fabas  
06 17 85 34 42  
chevriers.bardaou@orange.fr



• **GAEC Les 2 Chèvres**  
Alzen  
06 84 02 14 81  
06 12 56 68 39  
les2chevres@outlook.fr



• **Jean-Pierre CAZALÉ**  
Moulis  
06 74 09 97 30  
jeanpierre.cazale1@orange.fr



• **Le Moulin Gourmand**  
Engomer  
06 07 70 85 19  
05 61 96 83 38  
www.moulin-gourmand.fr



## ENTRECÔTES, GIGOTS, JAMBONS, MAGRETS, ...

• **Agapée**  
Castelnau-Durban  
05 61 05 81 08  
mireilleleret@gmail.com



• **Agneaux du Couserans**  
Montjoie-en-Couserans  
06 33 42 65 72  
agneaux.couserans@orange.fr



• **Ferme de la Musette**  
Mauvezin-de-Prat  
06 22 12 98 03  
wali416@hotmail.fr



• **Ferme de Las Laous**  
Boussenac • 06 89 74 38 53  
laslaous@gmail.com



• **Ferme de Pradals**  
Le-Mas-d'Azil  
06 88 89 84 62  
titougouzy@hotmail.fr



• **GAEC du Champ Boule**  
Barjac  
06 34 32 12 70 • 07 81 56 18 42  
fermedechampboule@gmail.com





• **Gilles MASSAT**

Allières  
06 78 25 50 68  
massatgilles@gmail.com



• **La Ferme de Souègnes**

Massat  
06 84 08 89 38  
06 87 52 00 50  
www.lafermedesouegnes.fr



• **Le Grenier à Jambons**

Rimont  
06 98 22 33 13  
05 61 96 32 79  
www.legrenierajambons.fr



• **Les Champs de Gaya**

Montjoie-en-Couserans  
06 84 07 00 24  
06 76 70 37 72  
www.leschampsdegaya.com



• **Les Terroirs du Plantaurel**

Montégut-Plantaurel  
05 61 05 33 33  
www.lesterroirsduplantaurel.com



• **Maryse GARCIA**

Montjoie-en-Couserans  
05 61 66 54 90  
09 52 52 03 89



• **Sandrine BONZOM**

Betchat  
06 89 06 83 04  
sandrinebonzom.pioulet@gmail.com



• **Vincent DULAC**

Le-Mas-d'Azil  
06 31 85 80 16  
vincentdulac@sfr.fr



**COSMÉTIQUES ET PRODUITS D'ENTRETIEN**

**COSMETIQUES**

• **La Roseraie de Bel Air**

Le-Mas-d'Azil • 06 80 07 82 79  
www.imana.fr

• **Les Inspyrées**

Saint-Lizier • 09 54 40 82 76  
www.lesinspyrees.com

• **L'Essence'Ciel**

Miglos • 07 50 97 83 11  
www.l-essence-ciel.jimdofree.com

• **Omna**

Rimont • 06 74 82 03 84  
www.omnaoccitanie.fr

**ECONOMIE CIRCULAIRE -  
PAPIER TOILETTE**

• **Papeteries Léon MARTIN**

Engomer  
06 16 39 75 98 • 05 61 96 81 11  
www.papeteriesmartin.fr

**ARTISANAT**



**VANNERIE**

• **Au Pays des Traces**

Saint-Lizier  
05 61 66 47 98  
www.paysdestraces.fr

• **Birgit NÄGELKE**

Bonac-Irazein  
05 61 05 74 39  
www.birgitnagelke.free.fr

• **L'Atelier de Vannerie de  
Loubersenac**

Lescure  
05 61 66 25 20

• **Natur Urnen Unikate**

Cescau  
06 84 67 28 28  
www.natur-urnen-unikate.com

• **Nicole ROOBAERT**

Camarade  
05 34 01 74 42  
nicolevanniere@gmail.com

**COUPELLERIE**

• **La Forge de Soulagnet**

Betchat  
05 61 04 49 18  
06 86 94 47 04  
lumadim@orange.fr

**SAPINS DE NOËL**

• **France Sapin Bio**

Montjoie-en-Couserans  
05 61 66 54 40  
06 58 09 46 59  
www.francesapinbio.fr

**ECONOMIE CIRCULAIRE -  
RÉNOVATION DE MEUBLES**

• **L'Atelier Rien à Cirer**

**Sylvie CAU**  
Saint-Girons  
06 83 98 70 82  
www.atelier-rienacirer.fr



**ARTISANAT DU BOIS**

• **Au Pays des Traces**

Saint-Lizier  
05 61 66 47 98  
www.paysdestraces.fr

• **Coralie SARAMAGO**

Ganac  
06 99 51 67 46  
www.coralie-saramago.com

• **Julien FERAUD Sculpteur**

Oust  
05 61 66 94 22  
06 95 32 06 53  
www.julienferaud.com

• **Saboterie de Bethmale**

Arrien-en-Bethmale  
05 61 96 78 84  
06 86 12 19 30  
www.artisan-bois-sabots.fr

## HÉBERGEMENTS



### GÎTES



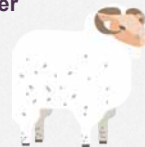
CléVacances  
LOCATIONS & CHAMBRES D'HÔTES

- **Arcogite**  
Vicdessos  
06 87 58 49 11  
jean.martine.arconac@gmail.com
- **Au Balcon de Léonie**  
Lacave  
06 23 79 72 35  
www.aubalcondeleonie.fr
- **Carbounet, Grange de Clothilde, Grange de Lou**  
Val-de-sos  
06 70 60 45 11  
www.granges-de-nathalie-ariège.com
- **Caville**  
Montesquieu-Avantès  
06 60 11 89 50  
www.gitedecaville.fr
- **Chevrefeuille et Glycine**  
Oust  
05 61 96 52 80  
www.gites-anilac-ariège.com
- **En Terre d'Abajous**  
Bethmale  
06 70 25 91 53  
annelarive@orange.fr
- **Enlène**  
Montesquieu-Avantès  
05 61 96 91 55 • 06 87 13 27 88  
www.gite-enlène-pyrenees.fr
- **Enso de Jules**  
Aleu  
05 64 25 05 68  
www.gite-aleu-ariègepyrenees.com
- **L'Arac et Les Saules**  
Castet d'Aleu  
06 12 71 21 12  
www.le-moulin-icart.com
- **L'Oustal del Farniente**  
Benac  
05 64 25 05 67
- **La Fermette et le Chalet**  
Saurat  
05 61 02 82 60  
www.gite-le-souleillan.com
- **La Grange d'Augustine**  
Cescau  
05 61 92 30 09 • 06 08 13 81 65  
www.lagrangedaugustine.fr
- **La Grange de Marie**  
Aleu  
06 16 08 93 93  
christian.jolfre@sfr.fr
- **La Grange de Pinsou et le Petit Gîte**  
Aleu  
05 61 96 48 17 • 06 32 60 30 42  
www.lesgitesdepinsou.ariège.com

- **La Maison de Brunet**  
Erp  
05 61 66 66 05 • 06 85 98 81 31
- **La Maison du Meunier**  
Alliat  
05 61 05 98 58  
www.leslonguespistes.com
- **La Trinlhe**  
Suc-et-Sentenac • 05 64 25 05 67
- **Las Paouzes**  
Massat • 06 87 13 10 67  
www.laspauzes.fr
- **Le Carmil**  
Esplas-de-Sérou • 06 81 77 33 99  
www.lecarmil.com
- **Le Cazal, La Moulère**  
Alzen  
05 64 25 05 67
- **Le Chalet de Lili**  
Arrien-en-Bethmale  
05 63 93 18 60 • 06 87 27 92 47  
www.lechaletdelili.free.fr
- **Le Domaine d'Arignac**  
Arignac  
06 33 81 49 62  
contact@domaine-arignac.fr
- **Le Mérens et le Castillonais**  
Bonac-Irazein  
05 61 05 72 40 • 06 29 76 09 52  
www.gite-merens-castillonais.com
- **Le Mesplé**  
Montesquieu-Avantès  
06 77 13 43 16  
gitedumesple@gmail.com
- **Les Gîtes de la Jolotte**  
Moulis  
06 71 46 17 80  
www.lesgitesdelajolotte.com
- **Sarda le Fort**  
Vernajoul  
05 61 02 93 78  
07 82 07 91 71
- **Seuillac**  
Siguer  
05 61 65 30 33  
06 78 90 04 38
- **Souleilo, Cambouich, Gustou, Pelioou, La Cachette des Grenouilles, La Pichounette**  
Ercé  
06 25 89 70 84  
www.ariège-gîte.com

### GÎTES D'ÉTAPES ET DE SÉJOURS

- **La Colline Verte**  
Ustou  
05 61 04 68 17  
06 86 89 39 28  
www.gite-colline-verte.com
- **La Maison du Valier**  
Bordes-Uchentein  
05 61 01 01 01  
www.maison-valier.fr
- **La Tanière des Débrouillards**  
Saint-Lizier  
05 61 66 47 98  
www.paysdestraces.fr
- **Le Relais Montagnard**  
**Autruche Volante**  
Bonac-Irazein • 09 51 26 79 55  
www.autruche-volante.org/le-relais-montagnard





## CHAMBRES D'HÔTES

- **Haras Picard du Sant**  
Lasserre  
05 61 66 65 34 • 06 14 42 93 18  
www.merens-ariège.com
- **Le Colompage**  
**et Le Petit Studio**  
Camarade • 05 34 01 74 42  
www.ariège.com/marcoetnicole

- **Le Moulin du Quié**  
Ganac • 05 61 96 37 69  
www.moulindecharme-ariège.com
- **L'Estaminet Gourmand**  
Alzen • 05 64 25 05 67  
www.lafermegabet.fr

## ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

### SÉJOURS ET RANDONNÉES

- **Association UMEN**  
05 62 24 18 18  
www.umen.fr
- **Couserando**  
06 07 41 99 90  
couserando@outlook.fr
- **Dahu Ariégeois**  
06 02 35 81 41  
dahu-ariégeois@orange.fr
- **Escursia**  
02 53 35 40 29  
ronan@escursia.fr
- **Guide rando Pyrénées**  
06 51 86 29 09  
wannes.malevez@gmail.com
- **Les Mules de Soula**  
06 80 05 05 51  
lesmulesdesoula@gmail.com
- **Sous l'aile du gypaète**  
06 83 99 94 96  
jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr



### SPÉLÉOLOGIE

- **Caverne & Canyon**  
06 27 17 57 04  
contact@cavernecanyon.com
- **Horizon Vertical**  
05 61 96 08 22  
franck@horizonvertical.net
- **Objectif Spéléo**  
06 08 95 49 93  
www.objectif-speleo.fr
- **Vertikarst**  
06 88 73 81 72  
contact@vertikarst.fr



Retrouvez les produits  
et prestations  
**Valeurs Parc**  
sur notre site internet  
**Consommer Parc !**



En visitant ce site, vous pouvez construire votre séjour dans les Pyrénées Ariégeoises avec des prestataires touristiques engagés pour un tourisme de qualité, qui allie confort et environnement dans nos hébergements, découvertes et sécurité avec nos prestataires de tourisme de nature.

Et vous découvrirez aussi toute la gamme des producteurs engagés dans la Marque Valeurs Parc, qui mettent en œuvre des savoir-faire traditionnels, avec des produits 100% locaux et respectueux de l'environnement. Vous cherchez des produits du terroir Valeurs Parc ou sous signes officiels de qualité ? Nous vous indiquons où les trouver à proximité !



[www.CONSUMER-PARC-PYRENEES-ARIEGEOISES.FR](http://www.CONSUMER-PARC-PYRENEES-ARIEGEOISES.FR)



Localisez le marché le plus proche de vous, ou profitez d'une balade pour découvrir d'autres marchés, d'autres ambiances, d'autres producteurs !





## LES MARCHÉS DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

### Alzen

Vendredi fin d'après-midi

### Bonac-Irazein

Jedi 17h-20h du 25 avril au 31 octobre

### Campagne-sur-Arize (ferme de Porteclose)

Vendredi à partir de 16h

### Castelnau-Durban

Mardi matin

### Castillon-en-Couserans

Mardi matin les 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> mardis du mois, sauf juillet et août tous les mardis

### Daumazan-sur-Arize

Vendredi matin

### Dun

Vendredi fin d'après-midi

### Engomer

Dimanche matin

### Ercé

Mardi 16h30-19h du 1<sup>er</sup> mai au 22 octobre

### Foix

Mardi et vendredi matin

### La Bastide-de-Sérou

Jedi matin

### Le Bosc

À partir de 18h30 les 2<sup>ème</sup> vendredi du mois, de mai à octobre

### Le Mas-d'Azil

Mercredi matin

### Les Cabannes

Dimanche matin

### Massat

Jedi et dimanche matin

### Pailhès

17h-19h les 3<sup>ème</sup> vendredis du mois

### Prat-Bonrepaux

Dimanche matin

### Prayols

Dimanche matin

### Rabat-Les-Trois-Seigneurs

Vendredi 18h du 28 juin au 30 septembre

### Sainte-Croix-Volvestre

Mercredi matin

### Saint-Girons

Samedi matin

### Saint-Lizier

Mercredi matin du 10 avril à fin septembre

### Saint-Paul-de-Jarrat

Jedi matin

### Saint-Pierre-de-Rivière

Samedi matin

### Saurat

Dimanche matin

### Seix

Dimanche matin de fin avril au 5 novembre

### Sentein

Dimanche 14h-17h du 1<sup>er</sup> octobre au 30 juin, 17h-21h du 1<sup>er</sup> juillet au 30 septembre

### Soueix-Rogalle

Mercredi 15h30-19h

### Soulan

Vendredi 17h-19h de mi-avril à fin octobre. 1 vendredi sur 2, sauf juillet et août tous les vendredis.

### Tarascon-sur-Ariège

Mercredi et samedi matin

### Val-de-Sos

(à Vicdessos)

Jedi matin

### Vernajoul

Mardi matin



# LES OFFICES DE TOURISME DANS LE PARC

### COUSERANS-PYRÉNÉES

05 61 96 26 60

[contact@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:contact@tourisme-couserans-pyrenees.com)

### PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

05 61 64 60 60

[info@pyrenees-ariegeoises.com](mailto:info@pyrenees-ariegeoises.com)

### FOIX-ARIÈGE-PYRÉNÉES

05 61 65 12 12

[info@foix-tourisme.com](mailto:info@foix-tourisme.com)

### VALLÉES DE L'ARIZE ET DE LA LÈZE

05 61 69 99 90

[informations@tourisme-arize-leze.com](mailto:informations@tourisme-arize-leze.com)

# CULTIVEZ LA NUIT

Se balader la nuit, observer le ciel étoilé, éteindre l'éclairage public, faire preuve de discrétion à la nuit tombante en pleine nature, tendre l'oreille à la vie nocturne, passer une nuit en bivouac... Après vos activités en plein jour, n'hésitez pas à prolonger ces belles soirées avec des activités nocturnes.

**Une sélection de sorties vous est proposée par le Parc naturel régional et ses partenaires.**

Retrouvez-les grâce au pictogramme →



*L'Observatoire de Sabarat est ouvert tout l'été en soirée pour les observations du ciel et en journée pour les observations du Soleil et le Grand Jeu Famille dédié à l'Astronomie*

[reservation@observatoire-sabarat.com](mailto:reservation@observatoire-sabarat.com)

# LA CHARTE DU PNR DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

## VOUS AVEZ LA PAROLE !

La feuille de route du PNR des Pyrénées Ariégeoises pour 2025-2040 s'est construite ces deux dernières années avec les acteurs du territoire et les habitants et concerne de nombreux sujets : paysages, alimentation, biodiversité, économie, eau, jeunesse, santé...

### Vous souhaitez participer ?

Des temps d'échanges sur le projet de Charte sont prévus cette année : des réunions publiques au premier semestre et une enquête publique au deuxième semestre.

### Vous avez une contribution ?

Contactez-nous à  
[charte@parc-pyrenees-ariegeoises.fr](mailto:charte@parc-pyrenees-ariegeoises.fr)

**Et retrouvez toutes les actualités sur la révision de la Charte sur notre site internet**



# EN VÉLO DANS LES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES



## Des vélos pour toutes et tous dans le Couserans !

Grâce aux vélothèques des ateliers du sain guidon à Saint-Girons et de la bicycle-rit à Soueix, il est possible, contre une caution, d'emprunter un vélo aussi longtemps qu'on en a besoin. En été pour les vacanciers, des vélos sont en location à prix libre : chez Polo à Soueix, au Paradis Païen au Castet d'Aleu, O bon thé d'Ivine à Seix et à Patate 2000 à Saint-Girons.

Pour plus d'infos : **07 44 86 00 01**

<https://cyclovallees-du-couserans.org/velotheque/>

<https://catourneenbon.wordpress.com/bicycle-rit/>

[cyclovallees@protonmail.com](mailto:cyclovallees@protonmail.com)

Empruntez un vélo électrique à Saint-Girons et à Foix, pour votre mobilité du quotidien. Infos : <https://www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr/les-actions-du-parc/sante-environnement/>

Profitez du prêt de vélo pour rencontrer le guitariste Joris Ragel, en tournée de concerts à vélo avec Art'Cade d'avril à juillet avec plus de 40 concerts pour fusionner mobilité douce, musique et découverte du territoire.

A poster celebrating the 10th anniversary of the Bouquetin in the Pyrénées Ariégeoises. The main image is a close-up of a chamois head with large, curved horns. The background is a warm, golden-brown color with a subtle pattern of small white dots. In the top right corner, there is a logo for 'LE PARC DES BOUQUETINS DANS LES PYRÉNÉES' featuring a stylized mountain and a chamois head. Below the logo, the text reads 'LE RETOUR DU BOUQUETIN DANS LES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES' and '10 ANS DÉJÀ !'. At the bottom right, it says 'RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES - CONFÉRENCES MOMENT FESTIF - APPLICATION MOBILE NOUVEAUX LÂCHERS DE BOUQUETINS'. At the bottom left, it says 'PLUS D'INFOS SUR WWW.PARC-PYRENEES-ARIEGEOISES.FR'. The bottom of the poster features a row of logos for various partners, including the European Union, Ariège, EDF, and others. In the bottom right corner, there is a small logo for 'Parc des Pyrénées Ariégeoises' with a chamois head.

AVRIL • MAI • JUIN

dim  
7  
AVR



## CUISINE SAUVAGE

Miglos > village de Norgeat • 10h30

par L'Essence'Ciel

Découverte des plantes sauvages comestibles, cueillette, cuisine et partage de ces mets délicieux !

Sur réservation • 07 50 97 83 11

[ericacee@gmail.com](mailto:ericacee@gmail.com)

**Payant** 30 €



mer  
10  
& jeu  
11  
AVR



## ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

Balaguère > Alas • 14h

par La Guinguette de la laine

Initiation et perfectionnement : trions, lavons, cardons, filons, teignons, feutrons, tissons.... la laine de nos moutons ! Tout public.

Sur réservation • 06 79 94 35 55

[contact@mamettelaine.com](mailto:contact@mamettelaine.com)

**Payant** 10 € - Stage à la journée 80 € (voir tarif de groupe)

**Animation** tous les mercredis et jeudis

ven  
12  
AVR



## CAUSERIE BOUQUETINS

Seix > salle polyvalente • 20h30 • par le PNR

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

**Gratuit** 05 61 02 71 69

[j.canet@parc-pyrenees-ariegeoises.fr](mailto:j.canet@parc-pyrenees-ariegeoises.fr)



sam  
13  
AVR



## SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

Ussat-les-Bains > place du village

9h • par Vertikarst

Initiation spéléologie à la journée, gouffre des eaux chaudes. À partir de 14 ans.

Sur réservation • 06 88 73 81 72

[contact@vertikarst.fr](mailto:contact@vertikarst.fr)

**Payant** 90 €

**Tous les 2<sup>nd</sup> samedis du mois**



dim  
14  
AVR



## VÉLO RANDO À LA RENCONTRE DE PRODUCTEURS LOCAUX

Engomer > devant le magasin général

10h • par l'association des cyclovallées du Couserans, Art'cade et Magasin général

Journée mêlant sport, culture et rencontres : visite de la brasserie "La petite Sibérie" à Bonac, pique-nique sorti du sac et concert de Joris Ragel.

Sur réservation • 07 44 86 00 01

[cyclovallées@protonmail.com](mailto:cyclovallées@protonmail.com)

**Gratuit** Annulé en cas de pluie

dim  
14  
AVR



## A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Ustou • 8h • par le PNR et Couserando (Doriane Gautier)

Partez à la découverte du bouquetin des Pyrénées et laissez-vous conter son histoire et sa réintroduction.

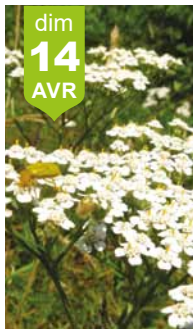
Sur réservation • 06 07 41 99 90

[gautierdoriane@yahoo.fr](mailto:gautierdoriane@yahoo.fr)

**Gratuit**







dim  
**14**  
AVR

## **SORTIE BOTANIQUE ET VISITE DE JARDIN**

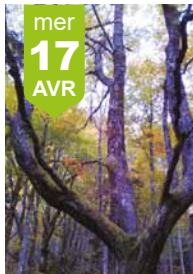
**Sentein > après le Hameau du Pont • 9h**

par Françoise Laigneau

Apprendre à reconnaître les plantes, ou consolider ses connaissances. Alternent des temps de marche, d'observation et d'entraînement à la détermination des plantes, sur le chemin et dans le jardin. Prévoir eau, pique-nique, tenue adaptée.

**Sur réservation • francoise.laigneau@lilo.org sentiersfleuris.fr**

**Payant** 50 €



mer  
**17**  
AVR

## **RANDONNÉE : MYSTÈRES DE LA FORÊT**

**Aulus-les-Bains • 9h • par Couserando**

Randonnez et immergez-vous dans le monde mystérieux du sous-bois, pistez les animaux mythiques de la forêt : Grand tétras, Pic noir, Ours brun...



**Sur réservation • 06 07 41 99 90**

**couserando@outlook.fr**

**Payant** 30 €/adulte • 20 €/enfant - 12 ans



sam  
**20**  
AVR

## **LES PAYSAGES CLASSÉS DE MONTESQUIEU-AVANTÈS**

**Montesquieu-Avantès > mairie • 9h30**

par Les Amis du Parc

2 petites randonnées : matin, comment franchir la barre rocheuse et après-midi, les versants sud au-dessus des Espalats avec vue sur l'ensemble des 3 paysages. Pique-nique tiré du sac à l'abri.

**Sur réservation auprès de Jocelyne Fert**

**06 77 13 43 16**

**Gratuit**



dim  
**21**  
AVR

## **VÉLO RANDO AGRICULTURELLE**

**Saint-Girons > hôtel de ville • 10h**

par l'association des cyclovallées du Couserans et Art'cade

Balade cyclo familiale sur la voie verte jusqu'à la ferme de Carrégaut. Echanges avec les fermiers, pique-nique sorti du sac et concert de Joris Ragel, artiste associé d'Art'cade.

**Sur réservation • 07 44 86 00 01**

**cyclovallées@protonmail.com**

**Gratuit**



jeu  
**25**  
AVR

## **VEILLÉES CONTES & LÉGENDES DE LA LAINE**

**Balaguère > Alas • 20h**

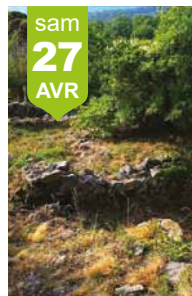
par La Guinguette de la laine

Lecture partagée : la laine a ses secrets, ses légendes, la laine nous parle si nous savons l'entendre. Pour cette veillée, portez un vêtement de laine.

**Sur réservation • 06 79 94 35 55**

**contact@mamettelaine.com**

**Payant** participation libre



sam  
**27**  
AVR

## **CHÂTEAU DE CAUMONT**

**Caumont > place du Plech • 9h**

par Les Amis du Parc

Caserne pour soldats ou château-fort ? La réponse vous sera donnée par Pascal Audabran, archéologue, lors de cette randonnée facile. Pour terminer, un succulent repas vous sera proposé.

**Sur réservation auprès de Didier Rouaix**

**06 19 18 00 21**

**Gratuit**



dim  
**28**  
AVR

## A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Ustou • 9h • par le PNR et Wannès Malevez

Partez à la découverte du bouquetin des Pyrénées et laissez-vous conter son histoire et sa réintroduction.

Sur réservation • 06 51 86 29 09  
wannes.malevez@gmail.com

**Gratuit**



dim  
**5**  
MAI

## LES ARDOISIÈRES DU CASTILLONNAIS

Sentein > école • 10h • par Les Amis du Parc

Visite des anciennes carrières à ciel ouvert, découverte des techniques d'extraction et de pose de l'ardoise, puis visite d'ardoisières de la haute Bellongue exploitées en galeries souterraines. Repas tiré du sac.

Sur réservation auprès de Yves Rougès  
06 03 82 42 88 • **Gratuit**

mer 1<sup>ER</sup> &  
jeu 2 MAI

## > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine

**Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22**



sam  
**4**  
&  
dim  
**5**  
MAI

## FOIRE AGRICOLE D'ORDINO

Ordino > Andorre • à partir de 10h  
par la Paroisse d'Ordino

Découvrez Ordino et le Parc naturel de la Vallée de Sorteny, en Andorre, à l'occasion de la foire agricole.

05 61 02 71 69

info@parc-pyrenees-ariegeoises.fr

**Gratuit**



dim  
**5**  
MAI

## A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Saint-Girons > office de tourisme • 9h • par le PNR et Jean-François Chertier

Partez à la découverte du bouquetin des Pyrénées et laissez-vous conter son histoire et sa réintroduction.

Sur réservation • 06 83 99 94 96  
jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr

**Gratuit**



dim  
**5**  
MAI

## SECRETS DE PLANTES

Le Port > Étang de Lers • 9h

par Couserando

Un voyage botanique sur une journée de randonnée, découverte de secrets de plantes : leurs histoires, leurs adaptations, leurs vertus et leurs usages...

Sur réservation • 06 07 41 99 90  
couserando@outlook.fr

**Payant** 30 €/adulte • 20 €/enfant - 12 ans



mer  
**8**  
&  
jeu  
**9**  
MAI

## GRANDE FOIRE DE PRINTEMPS

Tarascon-sur-Ariège • 10h

par la Mairie de Tarascon-sur-Ariège

Vitrine de l'artisanat local et de l'élevage de montagne, la foire réunit les acteurs économiques de la vallée ! De nombreuses animations pour toute la famille.

05 34 09 88 88 • www.mairie-tarascon.com

**Gratuit**

sam 11 MAI > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION

GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

Ussat-les-Bains • 9h • Vertikarst • Infos p.23





sam  
**11**  
MAI

## HAMEAUX DE LA VALLÉE DU BAILLÈS ET MOULIN DE LA LAURÈDE

**Brassac > col de Légrillou • 10h**

par Les Amis du Parc

Rando jusqu'au hameau de Bourgaill et ses fours en encorbellement, puis jusqu'au moulin de la Laurède au bord du ruisseau de Baillès. Pique-nique tiré du sac.

**Sur réservation auprès de Alain Galy-Puntet  
06 31 43 07 22**

**Gratuit**



dim  
**12**  
MAI

## VÉLO RANDO À LA RENCONTRE D'UNE FERME AGRICOLE

**Soueix > halle couverte • 10h •** par l'association des cyclovallées du Couserans, Art'cade et l'association "Ça tourne en bon"

Journée familiale dans une ferme maraîchère : échanges avec les producteur-ices, pique-nique sorti du sac, chantier participatif et concert de Joris Ragel. Possibilité d'emprunter un vélo.

**Sur réservation • 07 44 86 00 01  
cyclovallées@protonmail.com**

**Gratuit**



sam  
**18**  
MAI

## RANDONNÉE : OISEAUX DES CIMES

**Seix • 7h30 •** par Couserando

Randonnée à la rencontre des oiseaux emblématiques de la réserve du Mont-Valier : Gypaète barbu, Aigle royal, Grand tétras... Matériel d'observation mis à dispo.

**Sur réservation • 06 07 41 99 90  
couserando@outlook.fr**

**Payant 30 €/adulte • 20 €/enfant - 12 ans**



sam  
**18**  
MAI

## LE COMPOST, LA CLÉ DU JARDIN

**Augirein > jardin botanique "Le Clos des Arômes" • 9h30 •** par l'association Edaphon

Sébastien parlera de ses méthodes de compostage (Jean Pain), ainsi que de sa vision du jardin synergétique.

**Sur réservation • 06 85 53 38 52**

**Payant 25 €**

## dim 19 MAI > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

PNR et Jean-François Chertier • *Infos p.27*



dim  
**19**  
MAI

## ATELIER CUISINE SAUVAGE

**Boussenac > Les Arils • 9h**

par Le Champ des Possibles

Découverte de la gastronomie sauvage. Une demi-journée pour apprendre à reconnaître les plantes sauvages et les cuisiner et dégustation des plats préparés.

**Sur réservation • Sonia 06 79 19 34 91  
contact@champdespossibles.fr**

**Payant 40 €**

## jeu 23 MAI > VEILLÉES CONTES & LÉGENDES DE LA LAINE

**Blaguère > Alas • 20h**

La Guinguette de la laine • *Infos p.25*



sam  
**25**  
MAI

## DU MOUTON AU FIL, INITIATION AU TRAVAIL TRADITIONNEL DE LA LAINE

**Sainte-Croix-Volvestre > place de la Mairie • 14h •** par La Lainothèque

Découvrez les étapes de transformation de la laine, de la toison brute jusqu'au fil, la technique du filage au fuseau et partez avec votre propre fil.

**Sur réservation • 07 69 19 52 40**

**lainotheque09@riseup.net**

**Payant 35 €/adulte • 25 €/enfant dès 8 ans**



dim  
**26**  
MAI

## FOIRE D'ARROS DE CARDOS

Fête du Parc de l'Alt Pirineu

Arros de Cardos • 10h

par le Parc de l'Alt Pirineu

Découvrez le Parc de l'Alt Pirineu et le Vall de Cardos, en Catalogne, à l'occasion de la foire dédiée au pastoralisme et à l'artisanat local !

05 61 02 71 69

info@parc-pyrenees-ariegeoises.fr

**Gratuit**



sam  
**1<sup>er</sup>**  
JUN

## SUR LE CHEMIN DU PLÂTRE

Surba > route du col de Port • 9h

par Les Amis du Parc et l'association Autour du Sédour

Biodiversité, passé industriel et traitement du gypse plâtrière de la vallée de Surba. Après la randonnée, visite commentée de la plâtrière. Pique-nique tiré du sac.

Sur réservation auprès de Bernard Galy

06 30 83 59 30 • **Gratuit**



dim  
**26**  
MAI

## PROMENADE BOTANIQUE ET PAYSAGÈRE À GALEY

Galey > place du village • 9h • par le PNR et la commune de Galey

Découverte du sentier botanique avec Michel Borrel, spécialiste de la flore de montagne et Laure Chevillard (PNR). Pique-nique tiré du sac. Retour vers 16h.

Sur réservation • 05 61 04 71 83

commune.galey@orange.fr

**Gratuit**



dim  
**2**  
JUN

## LES FLEURS DE NOS SENTIERS

Montgaillard > parking départ GR 107

9h • par Les Amis du Parc

La flore autour du sentier cathare, boucle du roc de Sainte Julie et échange de connaissances. Pique-nique tiré du sac.

Sur réservation auprès de Marie-Odile Rivère

06 32 88 58 74 • **Gratuit**

mer 5 & jeu 7 JUN > **ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE**  
Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine  
🕒 Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22

ven 7 JUN > **CAUSERIE BOUQUETINS**  
Saint-Girons > salle de l'ancienne gare • 20h30  
PNR • Infos p.22



ven  
**31**  
MAI  
au  
dim  
**2**  
JUN

## WEEK-END DE GASTRONOMIE SAUVAGE

Boussenac > La Pauzette • 17h

par Le Champ des Possibles

Un week-end pour apprendre à reconnaître les plantes sauvages et les cuisiner. 8 pers. max. Accueil en gîte cosy.

Sur réservation • Sonia 06 79 19 34 91

contact@champdespossibles.fr

**Payant** 180 € (hébergement inclus en chambre partagée)



sam  
**8**  
JUN

## FESTIVAL NUITS DES FORÊTS

Sainte-Croix-Volvestre > parking du sentier découverte de la Forêt Royale

20h • par l' Association Journées sorcières, l' Association Nuits des forêts et l'ONF

Dans le cadre du festival national, une (re)découverte immersive et guidée de la Forêt Royale, entre arts et sciences, autour de la créature.

www.journees-sorcières.fr • **Payant** 10 €  
Parcours sans animations gratuit le dimanche





**sam 8 JUIN > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION  
GOUFFRE DES EAUX CHAUDES**  
Ussat-les-Bains • 9h • Vertikarst • *Infos p.23*

dim  
**9**  
JUIN



## **SORTIE ORNITHOLOGIE ET DÉCOUVERTE DE LA FAUNE AQUATIQUE DE L'ARIÈGE**

**Vernajoul • 13h30 • par CAMIN Ariège**  
Pyrénées et L'île ô pagaies

Reconnaître le cincle plongeur, le grèbe castagneux, le foulque macroule, le calopteryx ou le trichoptère à fourreau... en apprenant à naviguer en kayak ! Accessible débutants sachant nager.

**Sur réservation • 06 85 81 11 75**  
[caminpyga@gmail.com](mailto:caminpyga@gmail.com)  
**Payant** 28 €

**dim 9 JUIN > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN**  
Saint-Girons > office de tourisme • 9h  
PNR et Jean-François Chertier • *Infos p.27*

dim  
**9**  
JUIN



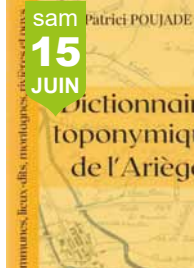
## **LES SIESTES LAINEUSES**

**Balaguère > Alas • 13h**  
par La Guinguette de la laine

Imaginé pour toute la famille, plongez dans la laine pour une aventure musicale, un voyage à la rencontre de vous-même !

**Sur réservation • 06 79 94 35 55**  
**Payant** prix libre • 🚗 Tous les dimanches

**sam 15 JUIN > LE COMPOST, LA CLÉ DU JARDIN**  
Augirein > jardin botanique "Le Clos des Arômes"  
9h • Association Edaphon • *Infos p.29*



## **LES NOMS DE LIEUX, TÉMOINS DE L'HISTOIRE ET DE LA LANGUE**

**Montels > Ferme d'Icart • 17h**

par Les Amis du Parc

Avec Patrice Poujade, historien, linguiste et chercheur : signification du nom d'un lieu et de son l'histoire.

**Sur réservation auprès de Yves Rougès**  
**06 03 82 42 88**  
**Gratuit**

**jeu 20 JUIN > VEILLÉES CONTES & LÉGENDES DE LA LAINE**  
Balaguère > Alas • 20h  
La Guinguette de la laine • *Infos p.25*

sam  
**22**  
JUIN



## **STAGE D'INITIATION À L'ORNITHOLOGIE MONTAGNARDE**

**Seix • 8h • par Couserando**

Dans la réserve du Mont Valier, reconnaître et connaître les oiseaux emblématiques : Gypaète barbu, Aigle royal, Grand tétras...

**Sur réservation • 06 07 41 99 90**  
[couserando@outlook.fr](mailto:couserando@outlook.fr)  
**Payant** 60 €



sam  
**22**  
JUIN



## **JOURNÉE GRANDE COURSE GOUFFRE GEORGES**

**Port de L'hers > restaurant • 9h**

par Vertikarst

Spéléologie grande course pour les sportifs.

**Sur réservation • 06 88 73 81 72**  
[contact@vertikarst.fr](mailto:contact@vertikarst.fr)  
**Payant** 200 €





dim  
23  
JUIN

## COMMENT LES PLANTES PEUVENT NOUS AIDER

**Cazavet > halle • 9h • par Les Amis du Parc**

Apprenez comment prendre en charge les petits maux du quotidien et à booster vos défenses immunitaires grâce aux plantes qui nous entourent.

Sur réservation auprès de Sabine Le Cars  
06 16 46 73 22 • [sabinelecars@gmail.com](mailto:sabinelecars@gmail.com)

**Gratuit**



dim  
23  
JUIN

## RANDONNÉES EN MUSIQUE AU MOULIN DE LA LAURÈDE

**Brassac > mairie • 7h30 ou 9h**

par l'association moulin de la Laurède

2 randos : 8 km et 18 km. Réalisation de farine au moulin (1 sachet pour chacun), animation musicale, repas tiré du sac.

Sur réservation auprès de J-P. Denier  
06 86 30 62 42 • **Payant** 3 €



mer  
26  
JUIN

## BAUMES

**Miglos > village de Norgeat • 17h**

par L'Essence'Ciel

Fabriquez et emportez votre baume en utilisant plantes et huiles essentielles.

Sur réservation • 07 50 97 83 11  
[ericacee@gmail.com](mailto:ericacee@gmail.com)

**Payant** 28 € (matériel de fabrication inclus)



sam  
29  
JUIN

## ÔDE AU SOLEIL

**Montjoie-en-Couserans > La Table de Gaya • 12h • par La Table de Gaya**

Animations autour du feu : barbecue, cuisson de poteries au feu de bois, spectacle de feu et feu de joie, musique et plein de surprises et de cadeaux !

05 61 65 66 20

[leschampsdegaya@hotmail.com](mailto:leschampsdegaya@hotmail.com)

**Gratuit** (sauf nourriture et boissons)



## JUILLET • AOÛT • SEPTEMBRE



lun  
1<sup>er</sup>  
JUIL

## VISITE DE RUCHE : À LA DÉCOUVERTE DES ABEILLES

**Cazaux > miellerie Mielulu • 14h30**

par Mielulu

Un équipement pro d'apiculteur est fourni aux grands et aux petits pour ouvrir une ruche ensemble. Nous rencontrerons les abeilles, les faux bourdons, la reine, ... et tous les acteurs de la ruche.

**🐝 À la demande sur réservation >> 31 août**

Lucie au 06 83 30 21 16

**Payant** 35 €/adulte • 20 €/enfant



mer  
3  
JUIL

## SPÉLÉOLOGIE AQUATIQUE

**Vicdessos > place du village • 9h**

par Vertikarst

Cette traversée spéléologique aquatique au cœur de la grotte de Vicdessos est accessible à partir de 12 ans.

06 88 73 81 72 • [contact@vertikarst.fr](mailto:contact@vertikarst.fr)

**Payant** 45 €

**🐝 Tous les mercredis matin**







mer  
3  
JUIL

## RANDONNÉE SOUTERRAINE FAMILIALE

Saurat > place du village • 14h

par Vertikarst

Grotte d'initiation famille, accessible à partir de 6 ans.

06 88 73 81 72 • [contact@vertikarst.fr](mailto:contact@vertikarst.fr)

**Payant** 45 €

**Tous les mercredis après-midi**



## mer 3 & > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

jeu 4 JUIL Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine

**Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22**



jeu  
4  
JUIL

## SE SOIGNER PAR LES PLANTES DE NOS VALLÉES

Saint-Girons > office de tourisme • 9h

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée familiale pour découvrir, sentir, dessiner et goûter les principales plantes soignantes de la soulane du Biros.

Sur réservation • 06 83 99 94 96

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



jeu  
4  
au  
dim  
7  
JUIL

## FESTIVAL DE SCULPTURE DU BOIS VERT

Saint-Lizier > Au Pays des Traces • 9h30

par La Trace du geste

Ateliers, démonstrations, marché, rencontres, conférences, autour de la sculpture du bois vert. Fabrication d'objets à la hache et aux couteaux.

Sur réservation • [latracedugeste@gmail.com](mailto:latracedugeste@gmail.com)

**Payant** 12 €

## sam 6 JUIL > LE COMPOST, LA CLÉ DU JARDIN

Augirein > jardin botanique "Le Clos des Arômes"

9h30 • Association Edaphon • Infos p.29

## sam 6 JUIL > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION

### GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

Ussat-les-Bains > place du village • 9h • Vertikarst

**Tous les samedis du 6 juil. au 10 sept • Infos p.23**



dim  
7  
JUIL

## A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Ustou • 9h • par le PNR et Les

Accompagnateurs en Montagne du Couserans

Partez à la découverte du bouquetin des Pyrénées et laissez-vous conter son histoire et sa réintroduction.

Sur réservation • 07 89 74 72 59

[rando.couserans@gmail.com](mailto:rando.couserans@gmail.com) • **Gratuit**



dim  
7  
JUIL

## YOGA ET BRUNCH

Montjoie-en-Couserans > La Table de

Gaya • 11h • par La Table de Gaya

Dans un écrin de verdure, se détendre et s'étirer au rythme de la nature. Un brunch fermier sera proposé.

Sur réservation • 05 61 65 66 20

[leschampsdegaya@hotmail.com](mailto:leschampsdegaya@hotmail.com)

**Payant** 35 €

**Tous les dimanches**



## dim 7 JUIL > LES SIESTES LAINEUSES

Balaguère > Alas • 13h • La Guinguette de la laine

**Tous les dimanches • Infos p.32**



mar  
9  
JUIL

## LES COLS DE L'ESPOIR

Le Port > Etang de Lers • 9h30

par le Dahu Ariégeois

Sur les traces des passeurs de la deuxième guerre mondiale.

06 02 35 81 41 • [dahu-ariegeois@orange.fr](mailto:dahu-ariegeois@orange.fr)

**Payant** 35 €





mar  
**9**  
JUIL

## CONTES ET LÉGENDES AUTOUR DE L'EAU

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Rando familiale pour découvrir la vie de nos rivières et torrents, leur utilisation par l'homme (hydroélectricité, moulins, etc.), leurs légendes, leur gestion et leur protection.



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



jeu  
**11**  
JUIL

## SUR LA TRACE DES VIEUX MÉTIERS ITINÉRANTS : MONTREURS D'OURS, COLPORTEURS

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Présentation des métiers de montreurs d'ours et de colporteurs de nos vallées et découverte de leur vie quotidienne, à Galey.



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



ven  
**12**  
JUIL

## VEILLÉE AUX ÉTOILES

**Balacet • 21h30 • par Découvertes Célestes**

Venez découvrir le ciel du Biros, tour du ciel et des constellations et observation au télescope.



**Sur réservation • 06 84 74 94 33**

**Payant** 10 €

**sam 13 JUIL > RANDONNÉE : OISEAUX DES CIMES**

**Seix • 7h30 • Couserando • Infos p.28**



lun  
**15**  
au  
ven  
**19**  
JUIL

## STAGE PLANTES SAUVAGES

**Miglos > village de Norgeat • 17h**

par L'Essence'Ciel

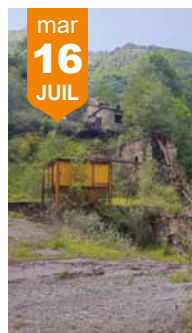
Reconnaissance des principales plantes sauvages, propriétés, indications, modes d'usages, transformations. Fabrication huile solaire, baume, eau florale.



**Sur réservation • 07 50 97 83 11**

[ericacee@gmail.com](mailto:ericacee@gmail.com)

**Payant** 95 € (matériel de fabrication inclus)



mar  
**16**  
JUIL

## A LA DÉCOUVERTE DES SITES MINIERES DU BIROS : LA VIE DES MINEURS

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée familiale pour découvrir les sites miniers du Biros (Bocard et La Plagne) et la vie des mineurs, en relation avec le pastoralisme.



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



mar  
**16**  
JUIL

## LES COURS D'EAU, DES MILIEUX VIVANTS

**Seix > place de l'ancien office de**

**tourisme • 14h • par la Fédération de pêche et de protection du milieu aquatique, l'Agence de l'eau, le CD09, le PNR et l'OT de Seix**

Promenade découverte de 2 h : morphologie, faune et flore de la rivière et de ses berges. Prévoir chaussures de marche.

**Sur réservation auprès de l'Office de**

**tourisme de Seix • 05 61 96 00 01**

**Gratuit**



mar  
**16**  
JUIL

## STAGE D'ORIENTATION DE NUIT

**Le Port > Etang de Lers • 15h**

par le Dahu Ariégeois • Denis Wohmann

Apprendre l'orientation de nuit et sans matériel.

**Sur réservation • 06 02 35 81 41**

**dahu-ariegeois@orange.fr**

**Payant 35 €**



mer  
**17**  
JUIL

## PLANTES COMESTIBLES ET MÉDICINALES EN MOYENNE MONTAGNE

**Bonac-Irazein > parking La Pucelle**

**9h • par Les Amis du Parc**

Balade découverte des plantes comestibles et confection de surprenantes salades. Vertus médicinales de certaines. Repas tiré du sac.

**Sur réservation auprès de Michel Borrel**

**06 80 14 38 21**

**Gratuit**



mer  
**17**  
JUIL

## REPAS TRAPPEUR

**Saint-Lizier • 16h30 • par Au Pays des Traces**

Venez en famille passer une soirée inoubliable. Vous serez les acteurs de votre repas avec au programme : sciage du bois, préparation et allumage du feu, récolte d'orties, fabrication du pain destiné à cuire à la manière des Touaregs...

**05 61 66 47 98 • info@paysdestraces.fr**

**Payant 35 €**



jeu  
**18**  
JUIL

## GRANDE FAUNE PYRÉNÉENNE ET PASTORALISME

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée familiale sur le site Natura 2000 du Biros : la grande faune pyrénéenne (ours, vautours, sangliers et cervidés) et son impact sur le pastoralisme.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

**jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr**

**Payant 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans**



ven  
**19**  
JUIL

## MONTAGNE ET CHANGEMENT CLIMATIQUE

**Uzatz > refuge de Bassiès • 17h • par le PNR**

La montagne apparaît comme une des sentinelles des effets du changement climatique auxquels elle est très exposée. Découvrons comment les animaux et les plantes parviennent à s'adapter.

**Gratuit** nuit payante et réservation auprès

du refuge • **06 89 40 65 00 • 06 81 96 39 71**

**d.pasin@parc-pyrenees-ariegeoises.fr**



sam  
**20**  
JUIL

## RANDONNÉE NOCTURNE

**Col de port • 20h**

par VOLP expérience montagne

Sortie nocturne pour apprendre à s'orienter avec les étoiles. Prévoir chaussures de marche, vêtements chauds. Matériel fourni.

**Sur réservation • 06 69 14 75 83**

**volp.experience.montagne@gmail.com**

**Payant 22 €/adulte • 16 €/enfant**



jeu 18 JUIL > VEILLÉES CONTES & LÉGENDES DE LA LAINE

**Balaguère > Alas • 20h**

La Guinguette de la laine • *Infos p.25*

dim 21 JUIL > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

**Ustou • 8h • PNR et Couserando (D. Gautier) • Infos p.23**



dim  
**21**  
JUIL

## LA POINTE MICHEL SÉBASTIEN (2648 M)

**Auzat > barrage de Soulcem • 7h**

par Les Amis du Parc

Egrenez les 4 étangs du Picot, avant de grimper sur la Pointe Michel Sébastien. 13h pique-nique tiré du sac. 16h30, goûter au pla de l'Isard offert. Tenue de montagne obligatoire.

**Sur réservation auprès de Jean-Claude Rivère  
06 81 91 83 65**

**Gratuit**



lun  
**22**  
JUIL

## DESCENTE DÉCOUVERTE DU MILIEU AQUATIQUE EN RAFTING

**Vernajoul • 9h30 • par CAMIN Ariège**

Pyrénées et l'île ô pagaies

Descente en rafting de 6 km et découverte de l'écosystème avec un moniteur naturaliste sur la rivière Ariège. Accessible à partir de 8 ans. Savoir nager et s'immerger.

**Sur réservation • 06 85 81 11 75  
caminpyga@gmail.com**

**Payant 38 €**



mar  
**23**  
JUIL

## DÉCOUVERTE INSECTES ET PAPILLONS DE NOS VALLÉES

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée familiale pour découvrir quelques espèces d'insectes et de papillons pyrénéens en vallée d'Orle, leur rôle et leur importance dans l'écosystème.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96  
jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr**

**Payant 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans**



jeu  
**25**  
JUIL

## DE L'ARBRE AU SABOT

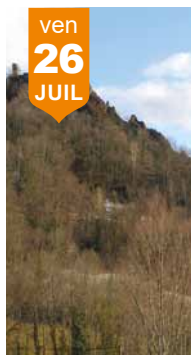
**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Promenade familiale en forêt de la Bellongue pour découvrir la vie secrète des forêts et l'intérêt de bien les gérer pour les protéger et les valoriser.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96  
jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr**

**Payant 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans**



ven  
**26**  
JUIL

## LES SENTINELLES DE LA VALLÉE DE SAURAT

**Saurat > la Maisou d'Amount • 9h**

par Les Amis du Parc et l'ADAVS

12 km et un dénivelé raisonnable pour nous transporter vers les reliefs qui verrouillent la vallée de Saurat et évoquer l'époque médiévale. Repas tiré du sac. Retour vers 17h. Pot de l'amitié.

**Sur réservation auprès de :  
Guy Viaud • 06 77 72 31 80**

**Yves Yau • 06 21 06 04 16**

**Gratuit**



ven  
**26**  
JUIL

## MONTAGNE ET CHANGEMENT CLIMATIQUE

**Sentein > refuge de l'étang d'Araing**

**17h • par le PNR**

La montagne est une des sentinelles des effets du changement climatique auxquels elle est très exposée. Découvrons comment les animaux et les plantes parviennent à s'adapter.

**Gratuit • nuit payante et réservation auprès  
du refuge • 05 61 69 73 73**

**d.pasin@parc-pyrenees-ariegeoises.fr**





sam  
27  
JUIL

## LA RÉPUBLIQUE DES CLOUTIERS

**Ganac > salle des fêtes • 16h**

par Les Amis du Parc

Voyage dans l'espace et dans le temps en suivant les cloutiers de la Barguilhère. Une époque à retrouver dans «Une vallée Pyrénéenne du fer», édité par les Amis du Parc. Verre de l'amitié.

**Sur réservation auprès de Jean-Claude Rivère**

**06 81 91 83 65 • Gratuit**

## dim 28 JUIL > ATELIER CUISINE SAUVAGE

**Boussenac > Les Arils • 9h**

Le Champ des Possibles • Infos p.29



mar  
30  
JUIL

## DÉCOUVERTE DE LA BREBIS CASTILLONNAISE ET DU PASTORALISME

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Circuit pédestre à Sentein pour découvrir le pastoralisme et les brebis castillonnaises, leurs particularités, leur mode d'élevage et soins traditionnels.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

**jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr**

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



mar  
30  
JUIL

## STAGE : TECHNIQUES POUR RENDRE L'EAU POTABLE

**Le Port > Etang de Lers • 15h**

par le Dahu Ariégeois • Denis Wohmann

Où trouver de l'eau en montagne et les techniques pour la rendre potable.

**Sur réservation • 06 02 35 81 41**

**dahu-ariegeois@orange.fr**

**Payant** 35 €



## mar 30 JUIL > LES COURS D'EAU, DES MILIEUX VIVANTS

**Seix > place du centre-ville • 14h •** par la Fédération de pêche et de protection du milieu aquatique, l'Agence de l'eau, le CD09, le PNR et l'OT de Seix • Infos p.39



mer  
31  
JUIL

## BOUQUETINS : 10 ANS DÉJÀ !

**Ustou > parking de Gérard • 8h •** par le PNR

Venez célébrer les 10 ans de la réintroduction du bouquetin dans les Pyrénées ariégeoises en assistant à un lâcher de bouquetins à Ustou.

**Gratuit** 05 61 02 71 69

**j.canet@parc-pyrenees-ariegeoises.fr**



## mer 31 JUIL > REPAS TRAPPEUR

**Saint-Lizier > Au Pays des Traces • 16h30**

par Au Pays des Traces • Infos p.40



jeu  
1<sup>er</sup>  
AOÛT

## SUR LES PAS DU CHEMIN DE SAINT JACQUES

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Sur une petite étape du chemin du piémont de Compostelle, découvrez l'intérêt de ce chemin emblématique et l'histoire des pèlerins.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

**jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr**

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



## jeu 1<sup>ER</sup> AOÛT > VISITE DE RUCHE, À LA DÉCOUVERTE DES ABEILLES

**Cazaux > miellerie Mielulu • 14h30 • Mielulu • Infos p.35**

**A la demande sur réservation jusqu'au 31 août**



jeu  
1<sup>er</sup>  
au  
dim  
4  
AOÛT

## AUTREFOIS LE COUSERANS, 32<sup>ème</sup> édition

**Saint-Girons** • par Autrefois le Couserans

Vivez les traditions d'antan à travers cette manifestation gratuite hors du commun et si proche de chacun autour du thème «Les Jeux».

<https://autrefoislecouserans.com>



ven  
2  
AOÛT

## OISEAUX DE MONTAGNE

**Bordes-Uchentein > refuge des Estagnous** • 17h • par le PNR

Découvrons ensemble les oiseaux de montagne et les milieux dans lesquels ils vivent.

**Gratuit** nuit payante et réservation auprès du refuge • 05 61 96 72 22  
[d.pasin@parc-pyrenees-ariegeoises.fr](mailto:d.pasin@parc-pyrenees-ariegeoises.fr)

### sam 3 AOÛT > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

Ussat-les-Bains > place du village • 9h • Vertikarst  
🕒 Tous les samedis • Infos p.23

### dim 4 AOÛT > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Ustou • 8h • PNR et Couserando (D. Gautier) • Infos p.23

#### > LES SIESTES LAINEUSES

Balaguère > Alas • 13h • La Guinguette de la laine  
🕒 Tous les dimanches • Infos p.32

#### > YOGA ET BRUNCH

Montjoie-en-Couserans > La Table de Gaya  
11h • La Table de Gaya  
🕒 Tous les dimanches • Infos p.37



mar  
6  
AOÛT

## US ET COUTUMES DE LA VIE EN MONTAGNE

**Sentein > hameau de Bencarrech** • 9h

par Sous l'aile du gypaète

Circuit pédestre pour retracer la journée d'une bergère d'autrefois, ses us et coutumes, techniques de garde de troupeau et aptitudes à vivre en milieu montagnard.

Sur réservation • 06 83 99 94 96  
[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



### mer 7 AOÛT > REPAS TRAPPEUR

Saint-Lizier > Au Pays des Traces • 16h30  
par Au Pays des Traces • Infos p.40

#### > SPÉLÉOLOGIE AQUATIQUE

Vicdessos > place du village • 9h • Vertikarst  
🕒 Tous les mercredi matin • Infos p.35

#### > RANDONNÉE SOUTERRAINE FAMILIALE

Saurat, place du village • 14h • Vertikarst  
🕒 Tous les mercredi après-midi • Infos p.36

### mer 7 & > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

jeu 8 AOÛT Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine  
🕒 Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22



jeu  
8  
AOÛT

## GRANDS RAPACES ET OISEAUX DE NOS MONTAGNES

**Saint-Girons > office de tourisme** • 9h

par Sous l'aile du gypaète

Petite randonnée à Sentein, site d'observation des grands rapaces, techniques d'identification des oiseaux de montagne, leurs caractéristiques et les mesures de protection.

Sur réservation • 06 83 99 94 96  
[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans





ven  
**9**  
AOÛT

## OISEAUX DE MONTAGNE

**Auzat > refuge du Fourcat • 17h**

par le PNR

Découvrons ensemble les oiseaux de montagne et les milieux dans lesquels ils vivent.

**Gratuit** nuit payante et réservation auprès du refuge • <https://refugeetangfourcat.ffcam.fr>  
d.pasin@parc-pyrenees-ariegeoises.fr

**sam 10 AOÛT > LE COMPOST, LA CLÉ DU JARDIN**

**Augrein > jardin botanique "Le Clos des Arômes"**

9h30 • Association Edaphon • *Infos p.29*



dim  
**11**  
AOÛT

## LA FÊTE DU FROMAGE ET DU MIEL

**Castillon-en-Couserans • 10h**

par L'Association Fromages et miels des Pyrénées

Un grand marché, des animations, une ambiance festive pour mettre à la fête ces deux produits emblématiques des Pyrénées ariégeoises, les fromages et les miels. A déguster sans modération !

**05 61 96 72 64**

**Gratuit**



dim  
**11**  
AOÛT

## LES GOUTETS

**Le Port > Mairie • 8h30** • par Les Amis du Parc et Montagne et Patrimoine

Découverte d'un village d'estive en pierre sèche, unique en Ariège, lauréat de la "Mission Bern" en 2023. 4 h de marche et pique-nique tiré du sac.

**Sur réservation auprès de Yves Rougès**

**06 03 82 42 88**

**Gratuit**



dim  
**11**  
AOÛT

## VEILLÉE AUX ÉTOILES

**Balacet • 21h** • par Découvertes Célestes

Venez découvrir le ciel du Biros, tour du ciel et des constellations et observation au télescope.

**Sur réservation • 06 84 74 94 33**

**Payant** 10 €



lun  
**12**  
AOÛT

## PIERRES SÈCHES EN VAL DE SOS

**Suc et Sentenac > place village de Suc**

**16h** • par le PNR, Montagnes et patrimoine et le Comité des Fêtes de Suc et Sentenac

Orris, murs, terrasses... les montagnes sont parsemées de constructions en pierre sèche. Vous pouvez vous mobiliser pour leur préservation et leur mise en valeur.

**Sur réservation • 05 61 02 71 69 • Gratuit**



mar  
**13**  
AOÛT

## CONTES ET LÉGENDES DE NOS MONTAGNES

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Une boucle de randonnée familiale dans la sauvage vallée du Ribérot permettra de découvrir plusieurs contes et légendes de nos vallées.

**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



mar  
**13**  
AOÛT

## PAS À PAS SUR LE GR 10

**Montels > Ferme d'Icart • 17h30**

par Les Amis du Parc

Serge Martin vous guidera sur ce parcours mythique et vous dévoilera quelques aspects des différents secteurs. La projection est interactive et parfois animée par un quizz.

**Sur réservation auprès de Yves Rougès**

**06 03 82 42 88 • Gratuit**





jeu  
**15**  
AOÛT

## DÉCOUVERTE DES ARDOISIÈRES DU BIROS

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Visite de carrières d'extraction de l'ardoise du hameau de Benarrech, randonnée pour découvrir tous les secrets de la pose et de l'utilisation de l'ardoise dans le Biros.



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



jeu  
**15**  
AOÛT

## SUR LA BOUCLE DE LA PASTORALE EN BARGUILLÈRE

**Brassac > Col de Légrillou**

**9h • par Les Amis du Parc**

Dans le cadre de la fête montagnarde, cabanes du col Mazel et de la Devèze et orris restaurés de la Trincade et du Sahuquet. Repas tiré du sac et dégustation de produits locaux. 4h - 9 km - 300 m de dénivelé.

**Sur réservation auprès de Alain Galy-Puntet**

**06 31 43 07 22**

**Gratuit**

**dim 18 AOÛT > A LA DÉCOUVERTE DE BOUQUETIN**

**Ustou • 9h • PNR et Les Accompagnateurs en Montagne du Couserans • Infos p.26**

**> ATELIER CUISINE SAUVAGE**

**Boussenac > Les Arils • 9h**

**Le Champ des Possibles • Infos p.29**



mar  
**20**  
AOÛT

## CABANES DE BERGERS ET GRANGES FORAINES

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée familiale pour découvrir le patrimoine bâti des cabanes et granges pastorales, leur restauration à différentes fins (bergeries, résidences secondaires ou principales).



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans

**mer 21 AOÛT > REPAS TRAPPEUR**

**Saint-Lizier > Au Pays des Traces • 16h30**

par Au Pays des Traces • Infos p.40



jeu  
**22**  
AOÛT

## D'ÉTAPE EN ÉTAPE SUR LE GR 10

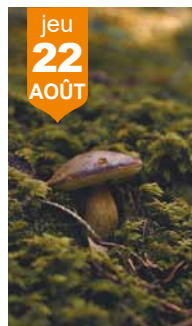
**Montels > Ferme d'Icart • 17h30**

par Les Amis du Parc

Serge Martin continuera à dévoiler les secrets du GR 10 toujours de façon ludique et interactive, à partir de superbes projections.

**Sur réservation auprès de Yves Rougès**

**06 03 82 42 88 • Gratuit**



jeu  
**22**  
AOÛT

## SECRETS ET HISTOIRE DES CHAMPIGNONS

**Saint-Girons > office de tourisme • 9h**

par Sous l'aile du gypaète

Randonnée forestière et cueillette de champignons comestibles : apprendre à les reconnaître, les cuisiner et les conserver. Dégustation en fin de cueillette.



**Sur réservation • 06 83 99 94 96**

[jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr](mailto:jeanfrancois.chertier@wanadoo.fr)

**Payant** 20 €/adulte • 10 €/enfant + 6 ans



ven  
23  
au  
dim  
25  
AOÛT

## RENDEZ-VOUS EN CATALOGNE À TAVASCAN

Tavascan • par l'Ajuntament de  
Lladorre, la commune d'Ustou et le PNR



Le « village jumeau » d'Ustou au pied du port de Martérat dans le Parc naturel de l'Alt Pirineu nous accueille pour la Sota Port, avec marché de produits locaux, concerts, etc. Programme à venir sur :

[www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr)

05 61 02 71 69



sam  
24  
AOÛT

## NUIT INTERNATIONALE DE LA CHAUVE-SOURIS

Le Mas-d'Azil > entrée sud de la grotte  
19h30 • par le PNR, l'ANA-CEN Ariège et le  
SESTA

Découvrez les secrets de ces incroyables mammifères volants. Conférence suivie d'une déambulation à la rencontre des chauves-souris. 2 sessions : 19h30 et 21h. Apéritif offert.

05 61 05 10 10

[www.sites-touristiques-ariege.fr](http://www.sites-touristiques-ariege.fr)

Payant 6 € • Gratuit - 11 ans



sam  
24  
AOÛT

## BIVOUAC AU PIED DU PIC DES TROIS SEIGNEURS

Massat • 7h • par Umen

Pendant 4 jours, randonnées partagées avec Joëlettes entre personnes en situation de handicap moteur ou sensoriel et personnes valides.

Sur réservation • 05 62 24 18 18  
[contact@umen.fr](mailto:contact@umen.fr)

Payant 141 € pour un pilote de Joëlette



sam  
24  
AOÛT

## 10<sup>ème</sup> TROBADA AU PORT DE BOUËT

Auzat > parking des Orris du Carla

7h30 • par le PNR, la mairie d'Auzat, Les Amis du Parc et le Parc de l'Alt Pirineu

Cette année, la Trobada fête ses 10 ans ! L'occasion d'émailler l'incontournable rencontre franco-catalane en altitude, de petites surprises renforçant la convivialité...

05 61 02 71 69

[info@parc-pyrenees-ariegeoises.fr](mailto:info@parc-pyrenees-ariegeoises.fr)



dim 25 AOÛT > RANDONNÉE : OISEAUX DES CIMES

Seix • 7h30 • Couserando • Infos p.28

dim 1<sup>ER</sup> SEP > LES SIESTES LAINEUSES

Balaguère > Alas • 13h • La Guinguette de la laine

Tous les dimanches • Infos p.32



dim  
1<sup>er</sup>  
SEP

## PASTORALISME ET MÉMOIRE

Col de la Core • 9h • par Les Amis du Parc

Randonnée mémoire sur le Chemin de la Liberté et cabanes pastorales de Luzurs, Cazabede et Subéra. 6h aller /retour. Pique-nique tiré du sac.

Sur réservation auprès de Yves Rougès

06 03 82 42 88 • **Gratuit**

mer 4 SEP > SPÉLÉOLOGIE AQUATIQUE

Vicdessos > place du village • 9h • Vertikarst • Infos p.35

> RANDONNÉE SOUTERRAINE FAMILIALE

Saurat, place du village • 14h • Vertikarst • Infos p.36

mer 4 & > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

jeu 5 SEP Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine

Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22

sam 7 SEP > STAGE D'INITIATION À L'ORNITHOLOGIE

MONTAGNARDE • Seix • 8h • Couserando • Infos p.33



**sam 7 SEP > LE COMPOST, LA CLÉ DU JARDIN**  
Augirein > jardin botanique "Le Clos des Arômes"  
9h30 • Association Edaphon • Infos p.29



dim  
**8**  
SEP

## A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

**Ustou • 9h • par le PNR et le Dahu Ariégeois**

Partez à la découverte du bouquetin des Pyrénées et laissez-vous conter son histoire et sa réintroduction.

Sur réservation • **06 02 35 81 41**  
dahu-ariegeois@orange.fr

**Gratuit**



**ven 13 SEP > CAUSERIE BOUQUETINS**  
Foix > salle Jean Jaurès • 20h30 • PNR • Infos p.22

**ven 13 au dim 15 SEP > WEEK-END DE GASTRONOMIE SAUVAGE**

Bousсенac, La Pauzette • 17h  
Le Champ des Possibles • Infos p.30

**sam 14 SEP > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION**  
**GOUFFRE DES EAUX CHAUDES**  
Ussat-les-Bains > place du village • 9h  
Vertikarst • Infos p.23



sam  
**14**  
SEP

## LA MINE DU BULARD

**Castillon-en-Couserans • 8h**  
par le Dahu Ariégeois et Aurélien Loubet

Rencontre avec les anciennes mines d'Ariège, comme la mail du Bulard surnommée la mangeuse d'homme.

Sur réservation • **06 02 35 81 41**  
dahu-ariegeois@orange.fr

**Payant** 35 €



**sam 19 SEP > VEILLÉES CONTES & LÉGENDES DE LA LAINE**  
Balaguère > Alas • 20h  
La Guinguette de la laine • Infos p.25

**sam 21 SEP > JOURNÉE GRANDE COURSE**  
**GOUFFRE GEORGES**  
Port de L'hers > restaurant • 9h • Vertikarst • Infos p.33

**> STAGE D'INITIATION À L'ORNITHOLOGIE**  
**MONTAGNARDE • Seix • 8h • Couserando • Infos p.33**

**dim 22 SEP > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN**  
Ustou • 9h • PNR et le Dahu Ariégeois • Infos p.54



dim  
**22**  
SEP

## LA VOIE DECAUVILLE

**Bonac-Irazein > parking La Pucelle**  
**9h30 • par Les Amis du Parc**

Un petit train unique dans les Pyrénées, cheminant à flanc de montagne et chargé de minéral : sur les vestiges de ces rails, randonnée sur 400m de dénivelé et 5h de marche. Pique-nique tiré du sac.

Sur réservation auprès de Yves Rougès  
**06 03 82 42 88 • Gratuit**



sam  
**28**  
SEP

## FILAGE DE LA LAINE AU ROUET

**Sainte-Croix-Volvestre • 14h**

par La Lainothèque

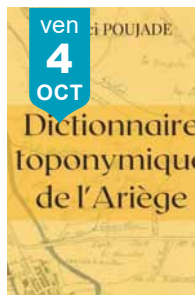
Plongez dans cette matière et transformez-la à l'aide du rouet. Vous découvrirez des gestes presque oubliés du quotidien de nos ancêtres.

Sur réservation • **07 69 19 52 40**  
lainotheque09@riseup.net  
**Payant** 35 €/adulte • 25 €/enfant dès 10 ans

**OCTOBRE • NOVEMBRE • DÉCEMBRE**

**mer 2 & jeu 3 OCT > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE**  
Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine  
••• Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22





ven  
4  
OCT

## FAIRE RÉAPPARAÎTRE L'OCCITAN À TRAVERS LES NOMS

Montels > Ferme d'Icart • 17h

par Les Amis du Parc

Pour Christian Lagarde, universitaire, l'occitan est toujours là, mais de moins en moins pratiqué et compris. Avec le dictionnaire de son père, il retrouve la langue, à travers des noms de famille d'ici et leur signification.

Sur réservation auprès de Yves Rougès

06 03 82 42 88 • **Gratuit**



sam  
5  
OCT

## JOURNÉE PORTES OUVERTES

Montjoie-en-Couserans > La Table de Gaya

Gaya • 15h • par La Table de Gaya

Portes Ouvertes à la Table de Gaya ! Des animations proposées autour de l'agriculture durable, visite de la ferme et explication de notre démarche.

Sur réservation • 05 61 65 66 20

leschampsdegaya@hotmail.com

**Gratuit** (sauf nourriture et boissons)



sam  
5  
& dim  
6  
OCT

## FESTI'VOIE VERTE DES TUNNELS

Soueix-Rogalle > Kercabanac • 9h

par l'association "ça tourne en bon"

Ancienne voie ferrée, la route des tunnels qui longe le Salat est transformée en voie verte éphémère le temps d'un week-end. Animations, spectacles et buvette tout au long du parcours.

catourneenbon@posteo.net • **Gratuit**

## dim 6 OCT > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

Ustou • 9h • PNR et Wannes Malevez • Infos p.26

## > RANDONNÉE : OISEAUX DES CIMES

Seix • 7h30 • Couserando • Infos p.28



ven  
11  
au dim  
13  
OCT

## LA PITAVOLA DEL COMAPEDROSA

Arinsal • 10h • par la Parioisse de La Massana et le Parc naturel de Valls del Comapedrosa

Venez participer à la foire d'Arinsal "La Pitavola del Comapedrosa" : marché de produits locaux, conférences et ateliers, randonnées accompagnées,...



05 61 02 71 69 • info@parc-pyrenees-ariegoises.fr



sam  
12  
OCT

## LE JOUR DE LA NUIT

Bèdeilhac > grotte • 18h30 & 19h30

par le PNR, l'ANA-CEN Ariège et le SESTA

Sensibilisation à la pollution lumineuse et à la protection de la biodiversité nocturne et du ciel étoilé. Conférence, visite de la grotte, découverte de ses habitants et observation du ciel étoilé. 2 sessions à 18h30 et 19h30. Apéritif offert.

Sur réservation • 05 61 05 10 10

www.sites-touristiques-ariège.fr

**Payant** 6 € • **Gratuit** - 11 ans

## sam 12 OCT > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

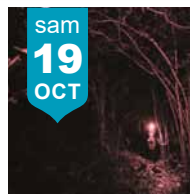
Ussat-les-Bains > place du village • 9h

Vertikarst • Infos p.23

## ven 18 OCT > CAUSERIE BOUQUETINS

Tarascon-sur-Ariège > espace François Mitterrand

20h30 • PNR • Infos p.22



sam  
19  
OCT

## NUIT SAUVAGE

Soula • 19h • par Lien Sauvage

La nuit fascine et nourrit parfois craintes et croyances... quoi de mieux que de s'y frotter, pour y voir plus clair ?! ...

Sur réservation • liensauvage@lilo.org

**Payant** • prix libre



## mer 23 OCT > RANDONNÉE : MYSTÈRES DE LA FORÊT

Aulus-les-Bains • 9h • Couserando • Infos p.24



sam  
26  
OCT

## FESTIVAL JOURNÉES SORCIÈRES : plantes, autonomie et matrimoine en Couserans

**Saint Lizier • 17h30** • par l'association  
Journées sorcières

Thème du festival : "Histoire, histoires",  
un focus sur le volet matrimoine. A la  
nuit tombée, redécouvrons les mythes  
des Pyrénées gasconnes mais aussi  
l'histoire des femmes, dans le village.



**Sur réservation • [www.journees-sorcières.fr](http://www.journees-sorcières.fr)**  
**Payant** 8 €

## sam 26 OCT > A LA DÉCOUVERTE DU BOUQUETIN

**Ustou • 8h** • PNR et Couserando (D. Gautier) • *Infos p.23*



jeu  
31  
OCT

## HALLOWEEN

**Le Mas d'Azil > entrée sud de la grotte**  
**14h30** • par le PNR, l'ANA-CEN Ariège et le SESTA


A la découverte des chauves-souris, ces  
mystérieuses et incroyables occupantes  
des grottes. Contes, légendes et réalités  
scientifiques. Balade contée et déguisée. Goûter  
offert, déguisement obligatoire. Familles avec  
enfants prioritaires.

**Sur réservation • 05 61 05 10 10**  
**[www.sites-touristiques-ariège.fr](http://www.sites-touristiques-ariège.fr)**  
**Payant** 6 € • **Gratuit** - 11 ans

## ven 1<sup>ER</sup> NOV > HALLOWEEN

**Bédeilhac > grotte • 14h30**  
PNR, ANA-CEN Ariège et SESTA • *Infos p.58*

## mer 6 & > ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

**jeu 7 NOV** **Blaguère > Alas • 14h** • La Guinguette de la laine  
 **Animation tous les mercredis et jeudis** • *Infos p.22*

## sam 9 NOV > RANDONNÉE : MYSTÈRES DE LA FORÊT

**Aulus-les-Bains • 9h** • Couserando • *Infos p.24*

## sam 9 NOV > SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

**Ussat-les-Bains > place du village • 9h**  
Vertikarst • *Infos p.23*



mer  
13  
NOV

## ATELIER DU PAIN VALEURS PARC !

**Prat-Bonrepaux > Boulangerie • 14h**  
**Pour adultes** • par Aux Saveurs de Prat

Un après-midi gourmand avec Mathieu et  
Valérie à la découverte des savoir-faire  
boulangers ancestraux et de la micro-  
filère Valeurs Parc.

**Sur réservation • 05 61 96 64 33**  
**[auxsaveursdeprat@orange.fr](mailto:auxsaveursdeprat@orange.fr)**  
**Gratuit**



jeu  
14  
NOV

## CINÉ-DÉBAT ALIMENTATION ET AGRICULTURE

**Foix > Centre Universitaire de l'Ariège,**  
**Amphithéâtre • 18h30** • par le Centre  
Universitaire de l'Ariège Robert Naudi

Dans le cadre du festival Alimenterre, projection  
d'un documentaire et discussion autour de  
l'alimentation et l'agriculture dans les Pyrénées  
Ariégeoises.

**Sur réservation • **Gratuit****  
**[accueil@centre-universitaire-ariège.fr](mailto:accueil@centre-universitaire-ariège.fr)**



sam  
16  
NOV

## FEST' IMAGE

**Saint-Pierre-de-Rivière > Foyer espace**  
**Serge Rumeau • 16h30** • par Les Amis du  
Parc et Barguillère Sports Loisirs

De cabanes en murets, de films en conférences,  
nous vous amenons au pays de la pierre sèche.  
Vous saurez tout sur cette technique inscrite au  
patrimoine mondial immatériel de l'Unesco.

**Sur réservation auprès de Jean-Claude Rivère**  
**06 81 91 83 65 • **Gratuit****



mer  
20  
NOV

## ATELIER DU PAIN VALEURS PARC !

**Prat-Bonrepaux > Boulangerie • 14h**  
Pour enfants dès 6 ans • par Aux Saveurs de Prat  
Un après-midi gourmand avec Mathieu et Valérie à la découverte des savoir-faire boulangers ancestraux et de la micro-filière Valeurs Parc.



Sur réservation • **05 61 96 64 33**  
[auxsaveursdeprat@orange.fr](mailto:auxsaveursdeprat@orange.fr)  
**Gratuit**

2025



mer  
8  
&  
jeu  
9  
JAN

## ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE

**Balaguère > Alas • 14h**

par La Guinguette de la laine

Initiation et perfectionnement : trions, lavons, cardons, filons, teignons, feutrons, tissons... la laine de nos moutons ! Tout public.

**Animation tous les mercredis et jeudis de janvier à juin • Infos p.22**

mer 4 & jeu 5 DÉC **> ATELIERS : LA LAINE APPRIVOISÉE**  
**Balaguère > Alas • 14h • La Guinguette de la laine**  
**Animation tous les mercredis et jeudis • Infos p.22**

sam 14 DÉC **> SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES**  
**Ussat-les-Bains > place du village • 9h**  
Vertikarst • *Infos p.23*



sam  
11  
JAN

## SPÉLÉOLOGIE : JOURNÉE INITIATION GOUFFRE DES EAUX CHAUDES

**Ussat-les-Bains > place du village**

**9h • par Vertikarst**

Initiation spéléologie à la journée, gouffre des eaux chaudes. À partir de 14 ans.

**Tous les 2<sup>nd</sup> samedis du mois de janvier à juin • Infos p.23**



sam  
21  
DÉC

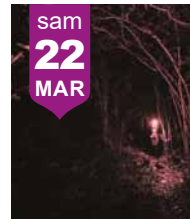
## NUIT SAUVAGE

**Soula • 18h • par Lien Sauvage**

Rencontre en douceur du monde de la nuit : observation du ciel au télescope, histoires autour du feu, activités nocturnes, boisson chaude.



**06 41 43 66 43 • [liensauvage@lilo.org](mailto:liensauvage@lilo.org)**  
**Payant • prix libre**



sam  
22  
MAR

## NUIT SAUVAGE

**Soula • 18h • par Lien Sauvage**

Rencontre en douceur du monde de la nuit : observation du ciel au télescope, histoires autour du feu, activités nocturnes, boisson chaude.



**06 41 43 66 43 • [liensauvage@lilo.org](mailto:liensauvage@lilo.org)**  
**Payant • prix libre**

Avec le soutien financier de







QUAND ON ARRIVE AU PARC !



## Avec la participation de





## SYNDICAT MIXTE DU PARC NATUREL RÉGIONAL DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

Ferme d'Icart  
09240 Montels

05 61 02 71 69

[www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://www.parc-pyrenees-ariegeoises.fr)

[www.consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://www.consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr)

[www.bouquetin-pyrenees.fr](http://www.bouquetin-pyrenees.fr)



@parcpyreneesariegeoises



@PARC\_PA