

## HÉBERGEMENTS ET RESTAURATION



## NOS ANIMATIONS ESTIVALES

Du 1<sup>er</sup> juillet au 28 août 2011

### Tous les mardis, à 14h : sorties nature accompagnées

- Les Coteaux de Calmont : 12 et 26 juillet - 9 et 23 août  
Départ : Parking de la Place Jeanne d'Arc
- Le Lac de la Thésauque : 5 et 19 juillet - 2 et 16 août  
Départ : Parking à l'entrée du lac

### Tous les mercredis, à 14h : visites commentées patrimoniales

- Nailloux, la Porte des Bastides : 6 et 27 juillet - 17 août  
Départ : Office de Tourisme, 1 rue de la République
- Montgeard, une Bastide en Pays de Cocagne  
Départ : Mairie de Montgeard : 13 juillet - 3 et 24 août
- Calmont, une Bastide sur l'Hers : 20 juillet - 10 août  
Départ : Parking de la Place Jeanne d'Arc

Tarifs : 2,50 €/adulte ~ 1,00 €/enfant de 10 à 18 ans ~ Gratuit pour les moins de 10 ans - Incriptions à l'office de tourisme

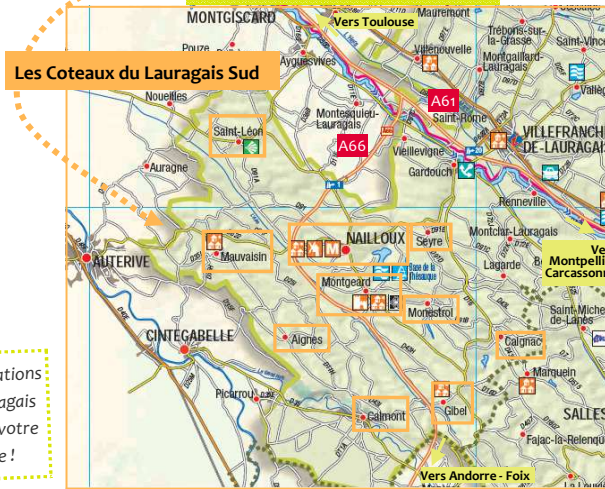
Agenda des manifestations des Coteaux du Lauragais Sud disponible dans votre office de tourisme!

## HORAIRES D'OUVERTURE

Du 1<sup>er</sup> au 30 juin  
Du 1<sup>er</sup> au 17 septembre  
Du 22 octobre au 2 novembre  
Du mardi au samedi  
de 10h à 13h  
Vendredi  
de 10h à 13h et de 14h à 19h30

Du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août  
Du lundi au jeudi  
de 10h à 12h30 et de 15h à 18h  
Vendredi  
de 10h à 12h30 et de 14h à 19h  
Samedi  
de 10h à 12h30

## LOCALISATION



## EN LAURAGAIS, DÉCOUVREZ AUSSI :

- Le Canal du Midi - Patrimoine Mondial de l'UNESCO
- Le Seuil de Naurouze à Monferrand
- Les Bastides de Castelnaudary, Revel, Saint-Félix-Lauragais...
- L'Abbaye de Saint Papoul, sur la route de l'Art Roman
- L'Abbaye École de Sorèze sur les contreforts de la Montagne Noire
- Port Lauragais et son exposition sur le Canal du Midi
- Les plans d'eau de la Ganguise et de Saint-Ferréol
- Le Musée et les Jardins du Canal du Midi
- La Maison de l'Archéologie à Bram
- Le Village de Fanjeaux, haut lieu du Pays Cathare®
- Les Châteaux de Loubens, Marquain, Palleville...
- La Route des Moulins...

A ne pas manquer, des sites d'exception situés à proximité du Lauragais : les Grands Sites de Midi-Pyrénées (Toulouse, Albi...), les merveilles du Pays Audois (Carcassonne, les Châteaux Cathares...)



# Les COTEAUX du LAURAGAIS SUD



## Office de Tourisme des Coteaux du Lauragais Sud



1, rue de la République - 31560 NAILLOUX  
Tél. +33 (0)5 62 57 09 68  
Fax : +33 (0)5 62 57 09 78  
E-mail : lauragais.tourisme@orange.fr



couleur et paysage

## COULEUR ET PAYSAGE

### Le Lac de la Thésauque - Montgeard

Cette étendue d'eau de plus de 20 ha et de 10 m de profondeur est un véritable espace de détente dans un halo de verdure.

Un sentier de randonnée, réalisable à pied et en V.T.T., permet de découvrir l'ensemble du plan d'eau ainsi que la flore environnante, par le chemin de berge (parcours d'environ 6 km). Des canoës et des pédalos sont loués par le camping situé aux abords du lac. Vous y trouverez également des terrains de tennis ainsi qu'un mini golf.

La pêche reste l'un des principaux attraits du lac, tant les poissons y sont nombreux et variés. Poissons blancs et carnassiers y sont présents en abondance.

Attention ! La baignade n'y est pas autorisée.

#### Renseignements :

Camping du Lac de la Thésauque : +33 (0)5.61.81.34.67

Fédération de Pêche de la Haute-Garonne : +33 (0)5.61.42.58.64

Cartes de pêche : Mairie de Nailloux +33 (0)5.62.71.96.96

#### Animations estivales :

Balade nature animée par l'association « Arbres et Paysages d'Autan » les mardis 5 et 19 juillet - 2 et 16 août. Voir au dos.



Pêche à la carpe autorisée la nuit !

### Les berges du Grand-l'Hers - Calmont

L'Hers-Vif ou Grand-l'Hers, traverse Calmont sur une longueur de 9 km. Descendu des Pyrénées, près du col de la Chioula, il se comporte d'abord comme un torrent tumultueux. Arrivé dans la plaine, il devient une rivière plutôt calme qui suit la vallée vers Mirepoix avant de serpenter, collé aux coteaux sur sa rive droite, pour arriver enfin à Calmont, à 200 m d'altitude. Quelques kilomètres plus loin, il se jette dans l'Ariège, au Port, peu avant Cintegabelle.

Cette rivière, reconnue pour la qualité et la diversité de ses poissons (truites, goujons, gardons...), attire de nombreux amateurs de pêche.

#### Renseignements :

AAPPMA de Calmont : +33 (0)5.61.08.10.16

Cartes de pêche : Mairie de Calmont : +33 (0)5.61.08.10.16

ou "Proxi" Épicerie - Tabac - Loto : +33(0)5.61.08.14.39

#### Animations estivales :

Balade nature animée par l'association « Sentiers Nature Calmontais » les mardis 12 et 26 juillet - 9 et 23 août. Voir au dos.



« La Plage » à Calmont : En prenant l'ancienne route de Mazères à Calmont, vous longerez le cours d'eau : l'Hers. Sur cette route, un embranchement sur votre droite vous indique « la Plage », un lieu idéal pour une pause pique-nique ou, tout simplement, pour se détendre !



loisir et sensation

## LOISIR ET SENSATION

### En famille, entre amis, en groupes...

- Le Moulin à Six Ailes - Nailloux : visites, ateliers, expos...
- Randonnées pédestres autour de Calmont, Nailloux...
- Loisirs équestres à Calmont, Gibel, Nailloux...
- Base de loisirs du Lac de la Thésauque
- Randonnées en quads et vols en montgolfière à Gibel
- Usine d'eau potable de Calmont et Station d'épuration de Nailloux : visites pédagogiques « développement durable et qualité de l'eau » (groupes scolaires)

#### Renseignements :

Office de Tourisme Coloursud : +33 (0)5.62.57.09.68

Guide des loisirs en Pays Lauragais - Voir au dos



Balade en quad dans les coteaux : sensations garanties !

### SAVEUR ET GASTRONOMIE

#### Marché de plein vent :

A Nailloux, chaque vendredi, de 14h à 20h, sous la halle

#### Spécialités du Lauragais :

Cassoulet, Millas du Lauragais (galette de farine de maïs), le Melsat (charcuterie), le Gras (confits, foie gras), les Vins de la Malepère ou du Cabardès...

#### Fermes découvertes :

- Les Épis du Lauragais, à Nailloux : ferme céréalière (blés, tournesols ; production de farine, d'huile, de pâtes...)
- La Ferme de Nogarède, à Gibel : canards gras, volailles, histoire du pastel, balade dans les bois, goûter...

#### Autres productions locales :

Miel, porc fermier, viande bovine, maraichage...

#### L'ESAT Le Razès - Terre des Vents :

Cet établissement, accueillant des travailleurs handicapés, présente sur son site : un point de vente des produits de la ferme (conserves et volailles) ainsi qu'une auberge.

Rens. : En Randail - 31560 Nailloux - +33(0)5.34.66.10.66

#### Sans oublier bien sûr nos restaurateurs, nos fermes auberges... gardiens des traditions locales.

Renseignements : Office de Tourisme Coloursud : +33 (0)5.62.57.09.68

En cuisine à présent ! **Le nez dans la cuisine** est un atelier pour tous les gourmets qui voudraient apprendre ou se perfectionner en cuisine. Le chef, Stéphane CHEVALIER, vous accueille pour vous transmettre son savoir, les tours de mains et astuces pour réussir vos petits plats.  
Renseignements : +33(0)5.62.57.48.03 / +33(0)6.06.74.09.79  
Le Nez dans la Cuisine - 5 ter rue de la République - 31560 Nailloux



savoir et gastronomie

## HISTOIRE ET CULTURE



histoire et culture

### Histoire des Bastides & Culture du Pastel

Une bastide est un village neuf construit de toutes pièces dans une nature vierge. Le Lauragais compte une quinzaine de bastides, soit une surprenante densité qui s'explique par le souci du Roi d'établir son autorité dans un Lauragais hostile, forteresse du catharisme.

Nos collines sont le pays du blé depuis 6000 ans et elles sont restées une des micro-régions les plus fertiles du Lauragais.

L'empreinte du pastel est restée partout présente dans l'architecture avec des églises du pastel (Nailloux, Montgeard), des châteaux (Montgeard), des pigeonniers-tours (Monestrol), des cloches du pastel...

Renseignements : Office de Tourisme Coloursud : +33 (0)5.62.57.09.68

Animations estivales : Visites commentées de Nailloux, Calmont et Montgeard, tous les mercredis en été. Voir au dos.

### Autres curiosités du patrimoine

**Aignes** : Chapelle de Lapeyre récemment restaurée, château privé du XVIII-XIXe s., surprenante église Sainte-Baudile (clocher, pieta, bénitier, statut...)

**Cagnac** : Église du XVIe s. bâtie à l'âge d'or du pastel ; Château du commandeur de l'ordre des Hospitaliers de Saint-Jean qui correspond, par ses dimensions, à la grande puissance de la commanderie de Cagnac.

**Gibel** : Temple protestant situé face à l'église catholique, tous deux construits au XIXe siècle, symboles des luttes sanglantes qui ont agité le Lauragais durant des siècles.

**Mauvaisin** : Églises de Daujas et de Mauvaisin datant toutes deux du XIXe s., splendide château privé de 1720 « âge d'or du blé » en Lauragais.

**Monestrol** : Plusieurs pigeonniers dont l'un du XVIe s. contenant plus de 900 nids ! Château privé du XVIIe s., puits en brique foraine toulousaine...

**Saint-Léon** : Église Saint-Jacques et son clocher en brique, église de Caussidières du XIXe s., plusieurs châteaux privés, stèle discoïdale...

**Seyre** : Église à clocher mur typique du Lauragais, moulin à eau restauré, magnifique château privé, dessins d'enfants juifs ayant séjourné à Seyre en 1940 et 1941...

Renseignements : Office de Tourisme Coloursud : +33 (0)5.62.57.09.68

#### Table d'orientation de Calmont :

- > carrefour de la route d'Aignes et du chemin de Lasserre
- > point culminant qui domine la vallée de l'Hers et de l'Ariège
- > panorama sur la chaîne des Pyrénées
- > Aire de pique-nique

